

高职实习高职护生文化休克的原因及对策分析

孔繁玉

(酒泉职业技术学院, 甘肃 酒泉 735000)

【摘要】高职护生文化休克是指高职护理专业的学生在接触和适应新的文化环境时, 由于文化差异、语言障碍、社会习俗不同等因素而产生的心理、情感和行为上的困扰和不适。高职护理学生由于各方面的原因, 出现文化休克频率较高, 本文主要分析原因及对策。

【关键词】高职护生; 文化休克; 原因及对策

一、高职实习高职护生文化休克的原因

(一) 学校层面

职业院校教育主体对文化素质教育重要性的重视程度认识不足, 优质资源的集中整合及有效运用不够, 教育主体的专业化水平有待提高, 部分文化素质课程是其他学科老师兼任, 有些教师自身能力欠缺, 表现在学历、经历等, 不能针对性地开展系统培训和学习, 知识存储量及输出质量有待提高, 传授给学生的知识深度及广度有限。

(二) 学生层面

1. 高职学生生源问题: 高职学生大部分学生生源大部分来自于中专、大多数都是成绩不好、习惯不好学生, 综合测评考生都为优质生源, 且此类学生少之又少、本身的文化素养低下、积累不够, 重视不足, 兴趣缺乏, 加之现在电子设备高度普及、便捷, 使得学生大部分的时间被消遣和娱乐挤占, 主动走进图书馆和自习室的人越来越少, 自觉提高文化素质养成的学生屈指可数。前期的培养不足加之现阶段的不重视直接导致学生对文化素质教育不感兴趣, 缺乏自主学习的能力。

2. 角色转换困难: 从学生到实习医生或实习护士的角色转换需要一定的时间和努力。一是学生可能需要适应新的职业身份、承担新的职责和任务, 而这种角色转换的困难可能导致学生感到不适应和焦虑; 二是日常生活活动差异, 实习地点的日常生活习惯都有所不同, 包括住宿、交通、作息制度、工作环境等。学生在新环境需要花费大量时间和精力去适应这些差异, 这可能导致他们感到不适和孤独, 进而产生文化休克。三是期望值与实际落差实习学生对自己的实习经历和职业发展往往有着较高的期望值, 但实际情况可能与他们的期望存在较大的落差。例如, 他们可能期望能够参与更多的临床

操作或获得更多的实践机会, 但实际上可能只能承担一些基础性的工作。这种期望值与实际落差可能导致学生感到失望和沮丧。

3. 心理压力过大: 医院是一个高度紧张的工作环境, 实习学生可能会面临来自学习、工作、人际关系等多方面的压力。这种压力可能导致学生感到焦虑、抑郁等心理问题, 进而影响他们的实习效果和身心健康。加之孤独感和社交隔离, 在新环境, 学生可能会感到孤独和无助, 因为他们失去了在校园文化中原有的社会角色, 同时与亲人或知心朋友分离。这种孤独感和社交隔离可能加重他们的焦虑情绪, 导致文化休克。

4. 个体适应能力的差异。现在高职护生多数是独生子女, 缺乏吃苦耐劳的精神, 在工作中遇到困难和矛盾, 缺乏心理应对能力, 其中高职护生的心理健康水平相对偏低, 单亲家庭、离异家庭、孤儿、经济困难家庭、父母学历层次地下比例较多, 学习又缺乏主动性, 且父母不重视子女教育, 忽略子女成长中的精神陪伴, 容易出现偏执、抑郁和强迫等心理问题。

5. 风俗习惯冲突: 河西走廊地区实习点偏向新疆地区, 不同文化背景下的人有不同的风俗习惯。学生在新环境需要适应新的风俗习惯、价值观、信仰、习俗风土人情, 包括饮食、服饰、居住、消费等生活方式。这种适应过程可能导致他们感到困惑和不安, 进而产生文化休克。具有不同的等。

(三) 医院层面

1. 语言沟通障碍: 医院是一个高度依赖语言沟通的工作环境, 而实习学生可能会因为语言能力的不足或语言习惯的差异而面临沟通障碍。这种障碍可能导致学生无法准确理解医生的指示、无法与病人有效沟通, 从而影响实习效果和病人的治疗效果。

2. 工作流程不熟悉：医院有着严格的工作流程和操作规程，而实习学生往往对这些流程和规范不熟悉。这可能导致学生在实习过程中出现操作失误、工作效率低下等问题，进而影响实习效果和护理质量。

3. 医院文化不适应：不同的医院有着不同的文化氛围和价值观，而实习学生可能因为对医院文化的不适应而感到困惑和焦虑。例如，医院可能强调团队合作、尊重权威、关注细节等价值观，而学生可能因为对这些价值观的不理解或不适应而感到无所适从。

4. 缺少社会支持：实习学生在医院实习期间，可能会因为缺乏社会支持而感到孤独和无助。他们可能缺乏与家人、朋友或同学的沟通，无法分享实习过程中的困惑和感受，这可能导致他们无法有效应对文化休克现象。

5. 横向暴力：横向暴力是指在同一群体中的敌对行为，实习生横向暴力是指在工作场所中因为各种原因产生的敌对行为。这种暴力行为可能涉及言语、肢体、心理等多个方面，对实习生的身心健康产生极大的伤害。横向暴力包括显性暴力和隐性暴力。显性暴力表现为公开或直接的行为，医院的不公正的批评、谩骂、言语讽刺；隐性暴力是更为隐秘和微妙的行为，包括在背后议论、忽略、孤立、冷淡，打击积极性，对信息保密等受轻视或贬低。高职护理实习生表示被剥夺学习机会，言语刺激、不受重视、学历歧视、情感上受冷落，过多受到责备、没有得到适当指导、甚至出现没理由“背锅”等情况，让学生在恐惧中惧怕护理行业，对护理行业产生不愿从事，改行等行为。这些施暴者往往是护士长、临床带教老师、高年资护士。横向暴力直接导致实习生身心健康受损：实习生横向暴力可能导致 1. 受害者产生焦虑、抑郁等心理问题，甚至影响他们的身体健康。2. 实习效果不佳：受到横向暴力的实习生可能无法专注于实习工作，导致实习效果不佳，影响他们的职业发展。3. 团队氛围恶化：横向暴力可能导致团队氛围恶化，破坏团队合作和凝聚力，影响整个团队的实习效果。

二、应对策略

（一）医院方面

1. 规范岗前培训。

进行系统的岗前培训是关键一步。培训内容除了常规医院基本情况介绍、护士行为规范和部分护理操作技术训练这些内容，针对高职护生关心的问题应该强化，比如强化服务理念和职业情感教育，明确职业角色和实现自我价值的关系。授课方式由以前单纯说教改为案例分析、讨论法，角色扮演法、可以通过实

例讨论护理工作中如何增强法律意识和维权意识等。同时安排工作成绩优秀的护士讲解自己同带教老师沟通和适应临床实习工作的经验，让高职护生更容易接受和适应。

2. 挑选优秀临床带教老师

严格挑选临床带教老师。学校和医院应该严格把关临床带教老师的资历审核，要求带教老师有高度责任感，并有较高的职业素养、品行、技能、工作经验等方面严格把关。能根据每个高职护生理论基础和实际动手能力，耐心帮助学生完成护理操作，增加自信心，并循序渐进练好基本功；在思想上能与高职护生面对面的沟通，主动询问高职护生，鼓励她们说出内心的困惑和压力，能为实习生提供有效的帮助和建议。

3. 加强团队合作

医院可以鼓励实习学生积极参与团队活动，加强与团队成员的沟通和合作，促进团队融合和协作。

4. 提供心理咨询服务

医院可以为实习学生提供心理咨询服务，帮助他们应对心理压力和困扰，保持身心健康。

（二）学校层面

1. 育人氛围的营造

加强传播者、传播对象对文化素质教育的重要性及必要性的认识是核心。从观念上引起足够的重视，从根本上花心思、下功夫，新生入学教育时加强认知教育。上好开学第一高职学生文化素质教育现状分析及路径探索课，以第二个百年奋斗目标为引领，结合文化素质教育的育人目标和内涵，让学生深刻认识到自身所肩负的时代使命和社会责任，自身的成长应当与时代的发展同心同向，让实习生明确自己的角色和职责，避免因角色定位不明确而产生的冲突和矛盾。

2. 完善文化素质教育课程体系

一需要明确课程目标：明确文化教育课程的目标，即要培养学生的文化素养、文化自觉和文化传承能力。通过文化教育课程，让学生了解不同文化的特点、价值观和思维方式，增强对多元文化的理解和尊重。二需要优化课程内容：根据课程目标，优化课程内容，注重选取具有代表性、经典性和时代性的文化内容，让学生在学习中获得丰富的文化体验。同时，要注重将文化教育与其他学科相结合，形成跨学科的文化教育课程体系。三需要加强实践教学：文化教育课程应该注重实践教学，让学生通过实地考察、文化体验、社会实践等方式，深入了

解不同文化的实际情况,增强对文化的感知和理解。同时,要注重实践教学与理论教学的有机结合,形成完整的教育体系。四需要引入多元文化教育:在全球化的背景下,引入多元文化教育是非常重要的。文化教育课程应该注重介绍不同国家和地区的文化,让学生了解和尊重多元文化,增强跨文化交流的能力。五需要加强师资建设:完善文化教育课程体系需要加强师资建设,提高教师的文化素养和教学能力。学校可以通过引进优秀人才、加强教师培训等方式,提高教师的专业水平和教育教学能力。学校可定期组织开展“教学能力”大赛、“教案设计”大赛等,“课程思政”用“以赛促教”的方式提供相互借鉴分享的平台,共同提高教学能力。

3. 密切联系家长

家长是学生成长之中最重要的角色,高职护生原生家庭中单亲、父母离异、孤儿、家庭困难者较多,对学生成长中性格影响很大,教师应该与学生家长保持密切联系。预防和减轻实习高职护生文化休克症状,学校和实习医院的老师和临床带教任重道远。可以通过(1)建立沟通渠道,比如电话沟通:确保每位学生的家长都有学校的联系方式,以便在紧急情况下能够及时沟通。或者电子邮箱交流:为每位家长提供学校的官方邮箱地址,用于日常信息交流和文件传输。还可以利用社交媒体平台:利用微信、QQ等社交媒体工具,建立家长群,方便信息的快速传播。(2)定期交流反馈实习期报告:每学期末向家长发送学期报告,总结学生在校期间的学习和生活情况。(3)专题座谈会:针对特定主题(如就业规划、心理健康教育等)组织座谈会,邀请家长共同探讨。(4)家访活动安排定期家访:教师定期对学生进行家访,了解学生在家庭中的生活和成长环境。特殊时期探访:在学生生病、家庭变故等特殊时期,安排教师进行探访和慰问。(5)家校互动平台网络平台:建立家校互动网络平台,方便家长和学校随时在线交流和互动。公告板:在校园内设置公告板,发布学校的通知、活动等信息,方便家长查看。(6)及时反馈问题:反馈渠道:建立家长问题反馈渠道,对家长反映的问题及时给予回应和解决。(7)跟踪处理:对反馈的问题进行记录和跟踪,确保问题得到妥善处理。(8)共同育人计划:个性化教育方案:与家长共同制定学生的个性化教育方案,促进学生全面发展。

4. 其他方面

(1)提供心理支持:为实习生提供心理咨询服

务,帮助他们应对横向暴力带来的心理压力和困扰。

(2)加强实习管理:加强对实习生的管理和监督,建立有效的评价和反馈机制,促进实习生的成长和发展。

(3)实习的同时还应当不断培养和提升自身文化素质能力及综合能力。

(4)加强跨文化培训:学校可以加强跨文化培训,帮助学生了解不同文化之间的差异和相似之处,提高他们的文化敏感性和适应能力。

(5)提供实践机会:学校可以提供更多的实践机会,让学生在实际工作中接触和适应不同的文化环境,增强他们的实践能力和自信心。

(6)鼓励积极心态:学校可以鼓励学生保持积极心态,以乐观、豁达、开朗的心态面对新的挑战和困难,从而更好地适应新的文化环境。教育高职护生正确面对现实和理想,过高的期望值容易让人产生挫折感,对自己的职业目标应该建立在实际的、力所能及的基础上。其次同时培养高职护生从失败中学习的能力。每个人都有失败的经历关键是从失败中吸取经验更好提高自己的业务能力。再者学会运用正确的缓解压力和焦虑的方式如倾诉、宣泄、转移注意力等。

参考文献:

- [1] 吴磊磊.高职院校人才培养方案制订的探讨[J]. 高等职业教育—天津职业大学学报, 2011 (3): 46-48.
- [2] 李芄秋.新时代高职院校专业人才培养方案制订的探析[J]. 现代经济信息, 2018 (18): 395-396.
- [3] 《教育部关于职业院校专业人才培养方案制订与实施工作的指导意见》(教职成〔2019〕13号).
- [4] 戚永娟, 王爱清.不良心理素质对新一代护士角色适应的影响[J]. 河北医学, 2001, 7 (3): 254-265.
- [4] 叶宝生.中职生“文化休克”症探因及消解对策[J]. 中小企业管理与科技, 2009 (18): 209.
- [5] 吴明, 陆敏敏.护士非言语沟通能力的研究现状[J]. 护士进修杂志, 2008, 23 (7): 608-610.
- [6] 陆毅, 张战地, 罗国萍.影响护士心理健康的常见因素与调适[J]. 护理管理杂志, 2003, 3 (2): 22-24.
- [7] 张美丽.我国人性化护理管理现状[J]. 现代护理, 2006, 12 (28): 2675-2676.
- [8] 邹鹿鸣.在高级医学生中开展挫折教育的探索[J]. 中国成人教育, 2008, (2): 73-74.