

对医学生进行宽恕教育的价值探讨

董新玲,寇晓文,李臣援

(新疆医科大学第二附属医院急救中心,新疆 乌鲁木齐 830063)

摘要:宽恕教育对于医学生的身心健康、精神世界的完善有着十分重要的影响,宽恕教育可以培养医学生豁达和包容的心境,促进医学生和谐性格的形成,有助于医学生在工作岗位上养成良好的医德,有助于改善目前存在的不良医疗风气,构建良好的医患关系。

关键词:医学生;宽恕教育;价值

中图分类号:G641

文献标识码:A

文章编号:1671-0479(2013)04-364-003

doi:10.7655/NYDXBSS20130420

我国高校大学生的心理健康问题已经成为社会关注的焦点,今年年初上海复旦大学医学院硕士研究生黄洋被宿舍室友投毒而治疗无效死亡的事件引起社会的广泛关注,近年来大学校园由于人际关系冲突导致的暴力攻击事件不胜枚举,让人触目惊心。宽恕是目前心理学界研究的重点^[1],宽恕的概念是指受害者从思想认识、情绪行为等方面,对侵犯者产生同情的一系列心理活动变化过程,这一过程可以使受害者大大降低对侵犯者产生的报复心理,达到和解^[2]。宽恕教育也随着经济的全球化过程超越了文化边界,成为世界范围内普遍的共识和概念。哲学和宗教领域盛行推广宽恕理念,在中国传统的伦理学教育中,宽恕作为一种美德,是一种人际关系的善意的共存,是中华民族的传统美德之一。宽恕教育盛行于20世纪90年代,作为一种重要的社会心理学成为西方国家研究的重点。宽恕教育作为积极心理学的重要组成部分,在社会发展中显示出其强大的生命力和社会推广价值^[3]。医学生承担着救死扶伤的责任,宽恕教育对医学生的身心健康、和谐的性格、良好医德的形成、改善医患关系显得尤为重要。加强对医学生的宽恕教育,通过适当的心理健康教育,有目的有计划地推广宽恕思想,提高医学生的宽恕意识,对保障医学生的身心健康有着不可估量的价值。

一、宽恕与宽恕教育

宽恕表现为宽容,宽容是准许他人有自己的判

断和行为的自由,心平气和、不执偏见地容忍有别于自己或传统的观点。宽容是一种积极的心境,是一种态度,在处理人际关系存在分歧、矛盾时体现出的豁达的美德和境界^[4]。宽恕教育使人们形成一种健康的生活习惯,以包容和豁达的心态对待身边的人和事,通过宽容的行动来感染更多的人^[5]。宽恕教育即通过形式不同的宽恕知识、方法、技能的宣传,使人们对宽恕更加了解,提升实践宽恕的能力,深刻体会宽恕的价值和意义,并通过实际行动做出宽恕行为,使人们以积极的心态去处理人际关系中遇到的障碍和道德问题。

二、宽恕教育对医学生身心健康的价值探讨

(一)宽恕教育有利于医学生和谐性格的形成

在我国大力建设和谐社会的同时,大学生和谐性格的塑造对于和谐社会的建设有着重要推动作用,和谐是对立事物之间在一定的条件下具体、动态、相对、辩证的统一,是不同事物之间相同相成、相辅相成、相反相成、互助合作、互利互惠、互促互补、共同发展的关系^[6]。衡量人体心理健康的重要标准既是一个人表现出来的和谐性格,也是一个人能和其他人和谐共处的重要因素。和谐性格是真善美的体现,是健全统一的心理人格,和谐的性格可以支配人的心理、身体的整体和谐。通过宽恕教育,可以增强医学生的宽容心态,理解宽容的意义,通过实际行动诠释宽恕的含义,同时感染周围人学会宽恕,察觉

收稿日期:2013-05-03

作者简介:董新玲(1965-),女,甘肃武威人,副教授,主任医师,研究方向为急诊危重病。

宽恕带来的深远影响,感知宽恕带来的和谐和正能量。宽恕教育带来的积极情绪,加速医学生和谐性格的形成,提升医学生的精神理念,促进医学生和谐相处,做积极乐观的人,培养出乐观豁达宽容的和谐性格,促使医学生摆正心态,放下愤怒、不公平、仇恨、嫉妒、恐惧的消极因素,恢复内心的平静和谐,保持良好的健康心理。宽恕教育对医学生的和谐性格形成至关重要,为医学生的医疗救治及与患者的和谐相处起到了至关重要的作用。

(二)宽恕教育可以优化医学生的身心健康

健康的心理环境对一个人的重要性不言而喻,心理环境对一个人的影响是最直接的,个体在不同的环境下可以创造出自己的心理环境,如今的独生子女没有经过大风大浪,因此大学校园的各种事情不可避免地对医学生造成一定程度的困扰。因此宽恕教育就要通过合理的教育来帮助医学生排除内心的痛苦,通过对医学生进行心理疏导和教育,使他们意识到用宽容的心态处理发生在身边的事情,效果会更好,宽恕教育可以使医学生与周围的人建立良好和谐的人际关系,养成良好的生活习惯和状态。已有研究发现,大学生的宽恕水平与攻击、敌意、愤怒情绪等呈负相关^[1],研究发现通过利益查找及共情的宽恕干预措施可以缓解大学生的愤怒水平^[7]。宽恕教育对医学生本身也是一种自我保护机制,宽恕可以让医学生摆脱痛苦、压抑等负面情绪,减轻愤怒和仇恨,摆脱不满和敌对情绪,消除自卑、恐惧等不良心态,从而避免暴力冲突,有利于自身心理健康的形成,提高幸福感,促进自身的健康成长。

三、宽恕教育对医学生未来 医生职业的影响

(一)有利于医学生建立良好的工作关系

工作需要合作,古今中外医学家都把良好的医际关系作为医疗道德教育的重要内容,是评价一个医疗单位修养的重要参考指标。宽恕教育可以使医学生养成平易近人的和谐性格,善于与人交流交往,可以使医学生在岗位上建立良好的医际关系,从而建立良好的工作氛围,提高工作热情和工作效率。宽恕教育对医务人员的交流与沟通起到重要的作用,宽恕教育可以大力促进工作中的团队合作精神,避免工作中不和谐现象的发生,缓解患者彼此间的紧张关系,使大家彼此互相尊重,互相配合,从而有助于患者的治疗,提升医院的积极形象。宽恕对个体维护和谐的人际关系有积极的影响,是构建和谐医际关系的重要途径^[8]。

(二)有利于医学生建立良好的医患关系

近年来频发的医疗纠纷不时出现在人们的视野里,进一步加剧了医患关系的紧张,使患者对医生缺乏信任,猜疑医生的治疗目的,误解医生,发生冲突、憎恨和报复,缺乏一种赞赏、信任、感激的心理,因此,有效解决医疗纠纷和建立和谐的医患关系是当前的迫切任务^[9],而宽恕教育可以通过改善医疗纠纷发生时医者的心境从而缓解紧张的医患关系。近几年热播的电视剧《医者仁心》深刻揭露了医患关系问题,宽恕教育可以让医学生更加体会医者仁心的含义,医学生自觉以宽容、理解、尊重的心态对待患者,而这也是自古以来医学家遵循的基本医疗原则,宽恕教育可以使医学生更加深切地体会医疗过程中的道德要求和医德原则,医学不是万能的,当面对临床治疗未达到预期效果时,双方的理解和宽容是减少医患矛盾的基本保证。宽恕教育可以使医学生在今后工作岗位上以宽恕的心态进行医疗救助,以一种理性的态度处理医患冲突和纠纷,宽恕教育有利于建立和谐的医患关系。

(三)有利于医学生良好医德形成

如今部分医生的医德受到了社会的批评和质疑,红包现象、医药费回扣屡见不鲜,随着经济的快速发展,不少医生在利益面前折了腰,而这也是目前仇医的重要原因。因此如何加强医生的职业道德建设显得尤为重要,宽恕教育可以使医学生养成善良的品格,面对患者的病情,做到生命至要,视疾若己,以豁达开阔的胸襟治病救人,奉行救死扶伤是医生的使命和责任,避免治疗过程中以不当手段牟取暴利,医生得到患者的信任才是对医生救死扶伤最好的馈赠,是对医生最大的褒奖。宽恕教育可以使医学生更加珍爱生命,提高视疾若己的服务意识,形成宽恕为怀、活人为要的行医理念,培养出医不在利、诚信为本的医德医风^[10]。

四、宽恕教育对医学院校 和谐氛围的价值探讨

和谐社会是指一种美好的社会状态和一种美好的社会理想,即“形成全体各尽其能、各得其所而又和谐相处的社会”。宽恕教育是探索缔造个体和谐和社会和谐的途径,这与我国现阶段构建的和谐社会的发展目标不谋而合。医学院校作为培养医疗工作人员的重要场所,其和谐氛围为培养优秀的医学生提供了重要保证,宽恕教育可以使校园充满爱心,为医学生身心的健康发展提供了必备条件,培养医学生的和谐心理,师生和谐相处,老师之间平等和睦相处,使整个

校园充满宽恕的氛围,也有助于提升医学生的宽恕理念和意识,积极构建出宽恕和谐的健康校园。宽恕教育可以提高医学生的精神境界,促使医学生克服消极思想,树立积极向上、勇于进取的良好心态,也为建设和谐的校园文化提供了新的精神动力。

五、宽恕教育在医学院校的途径和方法

宽恕教育对医学生形成正确的人生价值观有重要作用,那如何在医学院校开展宽恕教育,使更多的医学生受益呢?首先学校应该设置专门的心理咨询机构,鼓励学生出现心理问题后及时向学校心理辅导机构求助,为学生营造良好的心理环境,同时通过讲座、视频、交流会等积极开展有益于培养学生善良品质的活动。对待同学要学会谦让,相互理解,避免报复、仇视的心理出现,当学生在心理、情感和身体等方面受到伤害时,要引导学生以宽容的心态来对待,放下心中的仇恨、愤怒等情绪,在医学生心中真正树立医者仁心的丰碑。其次,课堂是学生获取知识的主要源泉,学校应通过课堂这个大平台为学生开展专门的宽恕心理健康教育,通过与大家分享生活中真实的善良感人故事,使学生深刻体会到宽恕的真正含义,并鼓励学生以宽容的心态对待生活,将对冒犯者的憎恨变为对其的仁慈和爱心。并通过鼓励大家参与同感体验,即站在对方的立场上考虑问题,体验他人的情感,个体也会因为获得了适当的同感体验而倾向于选择宽恕,让学生明白宽恕行为实际上是一种自我保护机制,可以摆脱自己的愤怒、痛苦、恐惧等不良情绪,宽恕行为可以建立和维护与他人的良好人际关系,改善和恢复已经破裂的人际关系。此外,学校可以鼓励学生参与社会公益活动,即利用节假日去主动帮助别人,通过去医院实习,真切体会患者的痛苦,以一颗宽容的心去对待患者,用一颗仁慈的心去影响身边的人。最后,学校可以通过利用不同的宽恕干预模型,引导受害者去宽恕对方,通过分析决定、实施、深化宽恕行为过程中受害者的心理变化,帮助受害者走出困境。即通过引导受害者树立宽恕意识,改变受害者对冒犯者的消极认知,促进受害者共情,达到促使受害者真正地宽恕冒犯者。通过鼓励受害者回忆伤害事件、建立共情、知觉对他人的伤害、承诺宽恕、克服阻碍宽恕的因素等心理过程来思考这一宽恕经历带给自己的积极影响。

宽恕教育对医学生形成健康的心境有着不可估量的价值,本研究仅仅探讨了宽恕教育对医学生的影响,然而放眼各行各业,宽恕教育的应用价值同样得到了极大的体现。宽恕教育让大家形成一颗善良的感恩之心,也使每个人对社会的责任心更强,我们要做国家的主人,怀着豁达和宽容的心境,行使主人的权利和义务。2013年4月发生在中国四川雅安的地震牵动着我们每一个人的心,天灾不能避免,我们能做的就是尽自己的最大努力去帮助那些受灾的亲人,我们为他们祝福,为他们的灾后重建提供一份绵薄之力,这是我们国家和谐社会建设中值得令人感动的地方。希望宽恕教育能在各行各业发挥其强大的实际作用,构建和谐的公共政策信用、人际信任、价值信仰,建立一个更富有宽容心理的社会,积极推动我国和谐社会的发展。

参考文献

- [1] 金正,陈正平,苏巧荣.大学生攻击性行为与宽恕的相关性研究[J].中国行为医学科学,2007,16(5):459-460
- [2] McCullough ME, Worthington EL Jr, Rachal KC. Interpersonal forgiving in close relationships[J]. J Pers Soc Psychol, 1997, 73(2):321-336
- [3] 李兆良.国外关于宽恕的心理学研究述评[J].医学与社会,2009,22(3):62-65
- [4] Denton RT, Martin MW. Defining forgiveness: an empirical exploration of process and role[J]. Am J Fam Ther, 1998, 26(4):281-292
- [5] Brown RP. Measuring individual differences in the tendency to forgive: construct validity and links with depression [J]. Pers Soc Psychol Bull, 2003, 29(6):759-771
- [6] 赵燕斌.公共关系视野中和谐医患关系的构建[J].南京医科大学学报:社会科学版,2008,8(1):43-45
- [7] 陈翠,张红静,江景华,等.宽恕干预对大学生愤怒水平及愤怒控制的影响[J].山东大学学报:医学版,2010,48(5):147-148
- [8] 傅宏.中国人宽恕性情的文化诠释[J].南京社会科学,2009(8):57-62
- [9] 李兆良,高燕,金庆英,等.宽恕与健康的关系探讨[J].医学与社会,2010,23(2):42-44
- [10] 郑金,张京平.宽严相济医德尺度的再思考[J].中国医学伦理学,2012,25(2):227-228