

# 心理教育在泌尿外科研究生培养中的应用探讨

刘边疆<sup>1</sup>,黄华兴<sup>2</sup>,王增军<sup>1</sup>,华立新<sup>1</sup>,王纯<sup>3</sup>

(1. 南京医科大学第一附属医院泌尿外科,江苏 南京 210029;2. 南京医科大学外科学总论教研室,江苏 南京 210029;3. 南京医科大学附属脑科医院心境障碍科,江苏 南京 210029)

**摘要:**为了促进泌尿外科研究生教育的教学改革,文章对心理教育在泌尿外科研究生培养中的应用进行了综述,心理教育主要包括心理健康教育和医学心理学知识教育两部分内容。从医学研究生的心理健康状况和泌尿外科研究生的学习特点方面论述了心理健康教育在泌尿外科研究生培养中的必要性,并对心理健康教育的教学内容和形式进行了探讨;讨论了医学心理学知识在泌尿外科研究生教育中的重要性,以及教学形式探索,重点涉及医患沟通技巧、团队合作能力及简单的心理干预和心理教育能力。希望未来的教学工作能够逐渐增加心理教育内容,并在实践中不断改进。

**关键词:**心理教育;泌尿外科;研究生;培养

中图分类号:G642

文献标识码:A

文章编号:1671-0479(2014)02-168-003

doi:10.7655/NYDXBSS20140224

## 一、泌尿外科研究生培养中纳入心理健康教育的必要性和形式探索

医学研究生的心理健康状况不容乐观。由于研究生阶段需要进行科研、临床两方面培训,学习安排紧张、压力大,就业压力也大。有研究显示,七年制医学生心理相关症状检出率高达36.5%,排在前三位的是强迫、抑郁和睡眠饮食问题<sup>[1]</sup>。约71.1%的七年制实习生存在中度以上的工作倦怠,其中3.4%存在严重工作倦怠<sup>[2]</sup>。实习阶段医学生心理问题以躯体化、抑郁、焦虑较为突出<sup>[3]</sup>。

外科研究生的学习生活更加紧张。临床工作中要学习手术操作技能,工作强度大、时间长、生活不规律、饮食和睡眠时间常不能保证,而科研也不能放松。泌尿外科是外科中发展较快的学科,科研上新理论、新发现层出不穷,临床上各种新手术、新操作不断出现,因而研究生在科研和临床两方面承受了

更大的压力,加重了泌尿外科研究生的应激水平。较高的应激水平持续一定时间,将对心理健康状况产生影响,并可能导致职业耗竭(occupational burnout, OB)的发生。OB是一种与职业有关的精神疲惫和身体疲劳,不再投入工作,竞争力削弱,能量丧失,出现烦躁、睡眠障碍及注意力不能集中等较为严重的慢性职业应激状态,严重影响着职业人群的身心健康。我们前期的研究显示,我国医生的职业倦怠与耗竭非常严重,总体达74.0%,三个维度分别为情绪衰竭22.3%、人格解体38.8%、个人成就感丧失41.5%。因此,在泌尿外科研究生的教学中,系统纳入心理健康教育具有十分重要的意义。它不仅可以避免应激水平导致的心理问题和OB的发生,而且可以增加心理健康良好的学生的学习效率和个人发展潜力。

有学者提出,心理健康教育应贯穿医学生教育全程,建立涵盖教学安排、第二课堂、校园文化等多个方面、符合医学教育特点的心理健康教育模式<sup>[4]</sup>。

**基金项目:**国家自然科学基金青年科学基金(81200467);江苏高校优势学科建设工程资助项目(JX10231801);江苏省高等教育教改研究立项重中之重课题(2011JSJG008);江苏省高教学会“十二五”高等教育科学研究规划课题(KT2011234、KT2011235);南京医科大学“十二五”教育研究课题(NY2222011014);江苏省高校实验室研究会课题(KY3010132124000195)

**收稿日期:**2013-09-29

**作者简介:**刘边疆(1978-),男,江苏新沂人,讲师,主治医师,研究方向为泌尿外科临床与教学;王纯(1979-),女,江苏徐州人,副主任医师,研究方向为医学心理学临床与教学,通信作者。

对于临床和科研工作时间紧张的泌尿外科研究生,不适合时间固定、课时较多的课堂教学,需要结合建构主义学习理论的“以问题为基础的教学模式”(problem-based learning, PBL)<sup>[5]</sup>,在教学过程中遵循自主学习、能力指向、有效协作、情境适应、形成评价的原则,建立多点化、针对性强、实用性强的心理健康知识普及和技能训练的教学体系。多点化,是指不同形式、不同地点的心理健康教育结合,但每种方式都不需要占用学生太多时间和精力。课堂讲座、小组讨论、针对固定主题的团体心理训练、通过网络、手机等方式的远程教学,都可成为心理健康教育的方式。针对性强是指教育的主题和内容要紧密围绕研究生的学习和生活,教师需要根据研究生可能遇到的心理问题组织教学内容,有的放矢、主题鲜明。心理学是一门内容丰富的学科,这里并不需要学生们掌握或了解所有的内容,授课教师需要首先进行筛选,把学生最需要和能用到的知识技能组织起来进行教学。实用性强,是指更多教会研究生们解决心理问题的方法和技巧,而较少停留在理论讨论的层面。例如,选择一些常用的情绪管理技能、抗压能力训练、人际能力培养、沟通和表达能力的培养等学生最需要的内容进行主题培训,对学生的成长大有裨益。

另外,对不同学生进行不同水平的教育也将成为新型心理健康教育的亮点。这意味着需要根据研究生的心理健康水平和兴趣水平进行分类教学。现在很多学校在本科生入学之后都会建立学生的心理档案,而研究生教育由于教学管理较为分散,这方面工作滞后于本科生教育。泌尿外科研究生入学心理档案的建立十分必要。在这个基础上,教师可以寻找出需要重点接受教育的学生,结合学生自身的兴趣和需要,通过必须选择和自由选择的方式,对上文提到的多点化教学方式进行选择学习。这里应注意的是,心理健康状态属于研究生的隐私,教师在通知选课的时候需要做到方式巧妙、隐晦和保密,最大程度上保护学生的心理隐私。

## 二、强化医学心理学知识在泌尿外科研究生教育中的重要性和形式探索

### (一) 医患沟通技巧

医生是与人打交道的职业。现代医学模式已经从传统的生物医学模式向生物—心理—社会医学模式转变。医患沟通模式也从传统的家长式、信息式、解释型、审议型模式,向新型的共享式、互动式和合作型模式转换。一名合格的研究生,不仅需要掌握必要的临床技能,还应学会良好的医患沟通技巧<sup>[6]</sup>。

医患沟通普遍贯穿于医疗工作的全过程,包括问诊、病情介绍、治疗方案讨论、查房、术前术后沟通、出院指导等等。当今社会,医患矛盾日益突出,良好的医患沟通将会缓解医患矛盾,而不良的医患沟通也可能成为医患矛盾激化的导火索。泌尿外科患者多、手术多,稍一不慎就可能发生医疗意外。因此,医患沟通能力的培养在泌尿外科的研究生教育中具有重要意义。医患沟通的实质是运用恰当的交流取得患方的理解和信任。对医学生来讲,不仅要把扎实掌握相关疾病的医学知识表达出来,更要感同身受,视病尤亲,学会换位思考,让患方切实感到医生的尽职尽责。

泌尿外科研究生医患沟通能力的培养分为两大方面。第一,患方心理状况的了解。患方是指患者本人和家属、朋友等。生病住院甚至手术,对于患者及家庭是一件很大的应激事件。在这样的应激事件下,出现抑郁、焦虑、易怒等情绪和抱怨、反复询问、计较等行为是一种应激反应,很多医务人员不能理解这一点,这可能成为医患矛盾的潜在危险因素。研究发现,54.3%的需手术治疗的上尿路结石患者存在焦虑;18.5%的前列腺增生症患者心理健康状况较差;膀胱癌术后化疗患者在躯体功能、角色功能、认知功能、情感功能、社会功能、疲劳、恶心呕吐、疼痛、睡眠、饮食等方面与对照组比较均具有显著差异。一项对中国泌尿外科医生的调查显示,认为慢性前列腺炎患者存在焦虑症状、神经衰弱、抑郁症状、疑病症状、强迫症状、恐怖症状、癔症症状、自杀倾向的医师依次分别有458(73.6%)、395(63.5%)、334(53.7%)、257(41.3%)、96(15.4%)、38(6.1%)、24(3.9%)、21(3.4%)<sup>[7]</sup>。第二,医患沟通技巧的训练。在了解对方的心理状况的基础上,有的放矢、针对性地进行医患沟通技巧的训练,才能做到事半功倍。沟通技巧的训练同心理健康教育类似,可以通过多种形式的教育方式实现。课堂讲座、小组讨论、经验分享、现场演示以及通过网络、手机等方式的远程教学等,均可成为普及沟通知识、增加沟通技巧的方式,而各种形式的有机结合,更可以使研究生们从理论到实践有较为系统和深入浅出的掌握。

### (二) 团队合作能力

外科是对人际协作要求很高的专业。包括本科室内医生之间的合作和各科室间医生的协作,团队合作能力显得尤为重要。外科手术是一项必须团队合作完成的工作,有共同的目标和不同的分工。泌尿外科的手术、操作较多,需要更多的协作分工。互相支持、帮助、协调是工作中必备的素质。当今的科研工作,也远不是个人努力和钻研就能有所作为的时

代。不同专业间、校际甚至国际间的合作才能出成绩。因此,团队合作能力的意识培养和能力提高对当代研究生的培养有重要意义。与此相反的是,在研究生阶段学习之前,学生们以往从小学到本科阶段的教育都是以知识储备为主,很少有机会体验和训练合作完成一项工作。而且,现在的学生大多为独生子女,自我意识较强,以自我为中心的情况并不少见,协作与配合的意识较少得到培养,更缺乏协作与配合的技能与经验。因此,团队合作能力的意识培养和能力提高是泌尿外科研究生培养过程中迫切需要提高的能力。

团队合作能力的训练可以通过课堂讲座、小组讨论、经验分享、团体训练等多种方式进行培养。一般理论性教学的时间不需要太多,理论性教学的目的主要在于提高团体合作的意识和方法简介,小组讨论、经验分享和团体训练的方式更有利于技能的掌握。同时,团体合作能力培养可以在临床和科研工作的实践中,与其他学习内容相伴进行。例如,在手术、操作、科研协作、交接班、会诊联络、病例讨论等内容进行的同时,教师有意识地强调和纳入团体合作意识和能力的教育。这样的教学符合研究生教育的实际情况,也更可能达到实际的效果。但这样的教学需要提高教师自身的团体合作意识和修养。

### (三)简单的心理干预和心理教育能力

很多泌尿外科疾病都与心理因素有关。上文也提到,多种疾病的患者可出现抑郁、焦虑等心理症状。心理干预也应成为疾病的综合治疗方案之一。研究发现,心理干预可改善各种泌尿外科疾病手术患者对疾病恢复和治疗的认知,减少或避免手术不良体征及并发症,减少焦虑、稳定术后血压、促进术后康复及生活质量的提高,延长生存期。医学发展至今,对高层次人才的要求越来越高,专科研究生应具备至少了解所有有利于本专科患者疾病恢复的治疗方法,简单的心理干预知识和技能也应成为泌尿外科研究生教育的一部分内容。如果条件允许,可以为患者提供简单的心理干预。有些医院具备专业的心理干预人员,专科医生应具备的更多是心理教育的能力。在日常工作之中,贯穿心理教育内容,为患者提供综合治疗信息和全面的疾病康复信息。

简单的心理干预,旨在改善患者对疾病、治疗和恢复方面的不良认知,减轻患者的抑郁、焦虑等不良情绪,促进疾病恢复和健康生活方式,提高生活质量。简单的心理干预涉及健康知识的宣教、恰当认知和情绪调节,方法主要为一般性支持技术和简单的

认知和行为技术,并不需要涉及患者的深层心理问题 and 人格发展,易于掌握、目的性强、操作相对简单。心理健康教育,主要是通过讲座、医患沟通等方式,把疾病发生和恢复中的心理因素、对疾病的科学认识等方面的知识传递给患者和家属,用自己扎实的医学知识来消除患方对该疾病的顾虑,消除患者的不良认知和恐惧感,帮助他们建立起科学的疾病观,促进恢复和预防复发。

心理干预和心理健康教育能力的培养,可以通过课堂讲座、技术演示、小组讨论等方式进行培养。泌尿外科研究生的心理干预能力训练,需要任教老师对泌尿外科疾病和工作中的常见心理问题和具体干预措施进行汇总和归纳,让学生了解和掌握针对性强、操作性强的具体心理干预措施,这对于研究生未来工作和能力全面发展大有帮助。

总之,泌尿外科研究生心理压力较大,多种形式的心理健康教育具有重要意义,医学心理学知识在现代研究生教育中将成为未来发展的方向,增强医患沟通技巧、团队合作能力和简单的心理干预能力在泌尿外科研究生培养中尤为重要。未来的教学需要逐渐增加心理教育内容,并在实践中发展和改进。

### 参考文献

- [1] 李巍,王宏,陈俊国,等. 七年制医学生心理健康状况与影响因素的研究[J]. 重庆医科大学学报, 2012, 37(3): 236-239
- [2] 朱红灿,谈颂,李倩倩,等. 七年制医学生实习阶段工作倦怠和心理健康问题的研究[J]. 中国实用神经疾病杂志, 2012, 15(20): 64-65
- [3] 李丽娜,高凌云,徐清. 医学生实习阶段心理状态分析[J]. 中国健康心理学杂志, 2011, 19(1): 97-98
- [4] 黄蕾,赵旭东,姚玉红,等. 构建医学生全程心理健康教育模式的研究[J]. 中华医学教育杂志, 2012, 32(1): 69-71
- [5] 吴彬江,冯振卿,王心如. 南京医科大学国际化发展状况研究与对策[J]. 南京医科大学学报: 社会科学版, 2007, 7(1): 81-84
- [6] 刘武,王水,黄华兴,等. 临床教学中培养学生医患沟通技能的探讨[J]. 南京医科大学学报: 社会科学版, 2008, 8(1): 80-82
- [7] 杨金瑞,刘龙飞. 中国泌尿外科医师对慢性前列腺炎患者精神症状的认知及诊治行为调查[J]. 中国心理卫生杂志, 2007, 21(6): 416