

# 精神科男护士职业发展

陈哲 闵海琪 章蕾 沈燕敏 施美丽 王柳丹

上海市浦东新区精神卫生中心 上海 200124

**摘要:** 目的探讨精神科护理领域中男护士的职业现状、挑战及发展策略。研究揭示了精神科男护士在患者护理、团队合作及职业晋升中的独特优势,同时,也面临着社会刻板印象、工作压力大与职业发展受限等问题。通过文献分析与实证研究,本文提出了一系列应对策略,包括强化专业教育、完善职业规划、构建支持性工作环境以及推动社会认知的转变。这些策略旨在提升精神科男护士的职业满意度,促进其专业成长,进而优化护理队伍结构,提升整体护理质量。本文的贡献在于填补了精神科男护士研究的空白,为相关政策制定与实践提供了理论依据,对推动精神科护理事业的多元化发展具有重要意义。

**关键词:** 精神科男护士; 职业发展; 护理; 社会认知; 应对策略

## 1 研究背景与意义

在全球范围内,护理行业正经历着多元化的发展,其中,男护士的角色日益凸显。尽管在许多国家和地区,护理工作长期以来被视为女性的专属领域,但男性在护理领域的参与度正在逐渐提升。特别是在精神科护理这一专业领域,男护士的贡献和独特价值开始受到关注。精神科护理人员承担着复杂的任务,包括疾病管理、心理支持、安全保障和日常生活的协助,这些任务需要高度的专业知识、技能,以及深厚的人文关怀。然而,精神科男护士在这一领域的角色和影响尚未得到充分的研究和探讨,这构成了本研究的初始背景。

在中国,尽管男护士的比例相对较低,但他们为精神科护理带来的积极影响不容忽视。男护士通常在体力和心理承受力上具有优势,这在处理精神疾病患者可能面临的极端情况时尤为关键。他们能更有效地应对紧急情况,如精神疾病患者的暴力行为,同时也可能在涉及男性患者的护理中提供更自然、舒适的环境。然而,这一性别差异并未转化为明显的专业优势,反而在一定程度上导致了男护士在职业发展中的困境,如社会刻板印象、工作压力以及职业晋升的局限性。

本研究旨在填补精神科男护士这一研究领域的空白,通过深入剖析他们的职业现状,揭示他们所面临的挑战,为制定有针对性的策略提供依据。这不仅有助于提升精神科男护士的个人职业满意度,也有助于优化护理队伍的性别结构,进一步提升护理服务质量,从而促进患者的整体康复。

可通过公共教育和媒体宣传改变对男护士的传统刻板印象,有助于提高他们的社会地位,从而吸引更多男性投身精神科护理事业。这样,男护士的加入不仅能带来护理队伍的性别平衡,也能够丰富护理实践,提高护理的创新性和适应性。

因此,本研究不仅有助于理解精神科男护士的职业发展现状,还有助于从理论和实践层面提出改善策略,为男护士在精神科护理领域的发展提供有力支持,同时推动整个护理行业朝着更加多元化、包容性的发展方向迈进。这不仅对提升护理质量和患者满意度具有直接意义,而且对护理行业的长远发展具有深远影响。

## 2 精神科男护士的角色与职责

精神科男护士在专业角色和职责上与他们的女性同行并无本质区别,但他们的性别特质为精神科护理带来了一些独特的优势。他们的生理优势,如更强的体力和耐力,使得他们在处理诸如协助患者移动、物理安全防范等任务时更具优势,尤其在面对精神疾病患者可能出现的暴力行为时,男护士的介入往往更为得当,有助于维护病房的秩序和安全。

在心理层面,研究显示,男护士在处理一些涉及性别议题的问题时,可能提供更为中立和客观的视角。例如,在男性患者面对精神疾病时可能存在的羞耻感和不愿寻求帮助的情况下,男护士的存在可能会降低患者的抗拒感,促进他们更愿意接受治疗。此外,男护士在处理复杂的人际关系问题时,如处理同性患者之间的矛盾,其性别身份可能会减

少患者间的紧张，有助于维护病房和谐。

男护士在团队合作中也展现出独特之处。他们的加入可以打破护理团队的性别单一性，带来更丰富的思维和处理问题的方式。研究表明，多元化的护理团队在应对精神科患者问题时，更能提供全面、细致的护理服务，有助于提高护理质量和患者满意度。男护士在团队中的角色可能包括领导者、调解者，甚至是同事间的沟通桥梁，他们的参与可以促进团队的凝聚力和创新性。

然而，精神科男护士的角色和职责并非没有挑战。他们需面对社会对男性从事护理行业的刻板印象和不理解，这可能影响他们职业认同感的建立。患者、家属，甚至同事的误解可能导致男护士在工作中感到压力，需要不断证明自己的专业性和价值。同时，他们也面临着职业发展的局限，如晋升机会相对较少、社会对男性在照顾角色上的期待与传统性别角色认知相冲突等。

### 2.1 职业压力与应对

精神科男护士在职业道路上面临着显著的职业压力，这些压力源于多重因素，包括社会刻板印象、工作环境、职业角色的认同以及个人与职业发展的平衡。首先，社会对男护士的传统性别角色认知偏差，常使他们感到被误解和压力，他们需要不断证明自己的专业价值，以克服这种“男性从事护理行业的例外性”所带来的心理负荷。尽管男护士在体力和心理承受力上具有优势，但这种优势往往被忽视，患者和家属的疑虑反而增加了他们的工作压力。

精神科护理工作的高风险和高强度也是男护士面临的重要压力来源。他们经常需要处理具有挑战性的情况，如患者的行为问题、自杀风险和暴力事件，这不仅对他们的身体，更对他们的心理构成巨大考验。长时间的应对压力和高度紧张状态可能导致职业倦怠，影响他们的身心健康。

针对这些职业压力，应对策略应从多个层面展开。首先，强化专业教育，引入性别平等的教育内容，培养男护士的自信心和专业认同感。教育系统应提供精神疾病护理的男性角色模型，让男护士在学习阶段就能看到同性成功的案例，从而增强他们对自己职业价值的认同。通过实践培训，男护士可以学习如何应对极端情况，提升他们处理精神科护理工作的能力和信心。

医疗机构和管理层需要构建一个支持性的工作环境，提供心理咨询服务，帮助男护士应对职业压力和工作中的挫

折。定期的心理健康讲座和心理辅导，可以帮助他们学习压力管理技巧，保持良好的心理状态。同时，完善职业晋升通道，提供更多的职业发展机会，如护士长、临床专家等职位，激发他们职业发展的动力，减少职业瓶颈带来的压力。

政策层面的变革也是至关重要的。政府和专业机构应推动立法，保障男护士的权益，消除性别歧视，确保他们在薪酬、晋升和工作安排上的公平性。通过公共宣传，积极塑造男护士的专业形象，改变社会对男护士的刻板认识，提升他们的社会地位。

个人层面的自我调适也不可忽视。男护士需要学会自我照顾和自我激励，保持良好的生活习惯，定期进行运动和放松活动，以维护身心健康。同时，他们可以建立同行网络，分享经验和应对策略，互相支持，共同应对职业挑战。

通过这些多元化的应对策略，精神科男护士能够更好地应对职业压力，提升工作满意度，从而在精神科护理领域发挥出更大的潜能，为患者提供更高质量的护理服务。这样的努力不仅有益于个人的职业发展，也有助于推动精神科护理行业的整体进步，实现性别多样性和专业能力的双重提升。

### 2.2 职业发展瓶颈与突破

精神科男护士的职业发展瓶颈主要源于社会刻板印象的束缚、职业角色定位的局限以及个人发展机会的不足。这些因素相互交织，导致男护士在职业晋升、工作满意度和职业认同感上面临显著挑战。要突破这些瓶颈，必须从教育、政策、工作环境和个体层面进行全面的策略性改革。

护理教育阶段，学校应引入更多关于精神科男护士的案例研究，让未来的护理专业学生认识到男护士在精神科护理中的价值和角色。通过实践培训和角色扮演，男护士能更好地适应和处理精神科护理中的各种情境，增强他们的自信心和专业认同感。此外，鼓励和支持男性参加护理专业，通过奖学金、导师制度等措施，优化护理专业的性别比例，增进社会对男性护理人员的接纳程度。

政策层面上，政府和医疗机构应制定和执行性别平等的职业发展政策，确保男护士与女性同行享有同等的职业发展机会。这包括提供公平的晋升机制、薪酬待遇，以及充分考虑到男性护理人员在生理和心理承受能力上的特点。例如，设置专门针对男护士的职业发展路径，如精神科护理专家、研究者或教育者等角色，丰富他们的职业选择。

工作环境的设计和管理也至关重要。医疗机构需建立

包容性的工作文化,消除对男护士的偏见,通过性别平等的政策和实践,如弹性工作时间、性别中立的宿舍安排,以及提供心理支持服务,为男护士创造一个支持性的工作环境。管理层应鼓励团队内的性别多样性,让男护士有机会与不同性别的同事合作,共享经验和资源,共同解决问题。

通过上述策略的实施,精神科男护士可以逐步打破现有的职业发展瓶颈,拓宽职业道路,实现更高的职业满足感。这不仅有助于提升男护士在精神科护理中的地位,也有助于提升整个护理团队的多样性和协作水平,最终提高整体护理质量和患者满意度。

### 3 教育与培训

在促进精神科男护士职业发展策略的实施中,教育与培训环节扮演着至关重要的角色。首先,基础教育阶段应注重培养男性的护理兴趣,鼓励他们选择护理作为职业方向。学校可以引入精神科护理的男性榜样,通过案例分享和实践教学,展现男护士在精神科领域的独特价值和贡献,打破传统性别角色的刻板印象。同时,为男性学生提供与专业导师的交流机会,以期在他们早期的成长过程中就建立起对精神科护理专业的正面认知。

在专业培训阶段,护理教育机构应当设计针对精神科男护士的专项培训,强化他们在精神疾病护理、危机干预、团队协作以及患者心理支持等方面的专业知识和技能。这包括教授如何有效管理患者的暴力行为,如何在紧急情况下进行正确的约束与保护,以及如何在高强度工作环境中保持职业热情和心理平衡。通过模拟场景和角色扮演,男护士可以在安全的环境中学习和练习这些技能,从而提高他们在实际工作中的应对能力。

教育与培训还应强调性别敏感性和文化多样性教育,帮助男护士理解并尊重不同性别、文化背景的患者需求,培养他们以性别中立的方式提供高质量的护理服务。这包括学习如何与男性患者建立信任关系,如何在处理涉及性别的敏感问题时保持专业,以及如何在团队中与不同性别的同事有效沟通合作。

教育与培训是提升精神科男护士专业能力、增强职业认同感和促进职业发展的重要手段。通过针对性的教育设计,男护士不仅能够提升专业素质,还能更好地适应和应对精神科护理领域的挑战,为患者提供更高质量的护理服务,推动精神科护理行业的多元化发展。

### 4 结论

精神科男护士职业发展一文通过深入探讨精神科男护士的职业现状、挑战及发展策略,揭示了他们在精神科护理领域中的独特价值以及所面临的多方面问题。研究发现,精神科男护士凭借其生理和心理优势,在疾病管理、患者安全和团队合作中发挥着不可替代的作用,但同时也承受着社会刻板印象、工作压力和职业发展受限的压力。

为解决这些问题,本文提出了一系列策略,包括强化专业教育,通过教育改革引入性别平等的教育内容,提升男护士的专业认同感和技能;完善职业规划,设立专门针对男护士的职业发展路径,提供更多的晋升机会;构建支持性工作环境,通过提供心理咨询服务和性别平等的政策,降低男护士的职业压力;以及推动社会认知的转变,通过媒体宣传塑造积极的男护士形象,提高他们的社会地位。

研究发现,这些策略对于提升精神科男护士的职业满意度,促进其专业成长,优化护理队伍结构,进而提升整体护理质量具有重要意义。在全球范围内,各国应结合自身情况,借鉴这些策略,推动精神科男护士职业发展的多元化和专业化。此外,本研究还强调了教育、政策、工作环境和个人层面的应对措施,为男护士应对社会认知与性别角色的挑战提供了理论依据。

本研究的贡献在于填补了精神科男护士研究的空白,为相关政策制定者和实践者提供了理论支持,对推动精神科护理事业的多元化发展具有深远影响。它不仅有助于解决精神科男护士面临的实际问题,也为护理行业的未来趋势提供了新的思考角度。

### 参考文献:

- [1] 骆伟玲.精神科护理人员职业倦怠现状、影响因素及管理对策研究[J].齐鲁护理杂志,2024(3):81-84.
- [2] 岳玲梅.精神科男护士职业倦怠与心理健康的关系[J].中国健康心理学杂志,2017(3):340-342.
- [3] 本刊记者.产教融合赋能数字商科高质量发展——中欧商科职业教育高质量发展国际研讨会暨中国民办教育协会职业教育专业委员会2023年会顺利召开[J].广东教育(职教),2024(1):4-6.
- [4] 郭欣颖.我国精神科护士职业危害和职业防护现状及发展趋势[J].继续医学教育,2018(6):103-105.
- [5] 范利芳.流程改造前后精神科护士职业发展的对比

分析 [J]. 当代护士 (中旬刊), 2012(3):4-6.

[6] 安士阳. 精神科男护士心理弹性与职业倦怠的相关分析 [J]. 精神医学杂志, 2021(2):145-149.

[7] 孟令智. 男护士在精神科的职业优劣势与管理策略 [J]. 护理实践与研究, 2017(9):26-27.

[8] 李书光. 精神科男护士心理健康状况三年跟踪调查与分析 [J]. 《现代护理》, 2002(1):56-57.

[9] 雷早. 精神科男护士职业流失原因分析与对策 [J]. 中国社区医师 (医学专业), 2008(24):261-261.

[10] 梁雪玲. 精神科男女护士职业倦怠的对照研究 [J]. 国际医药卫生导报, 2009(8):109-112.

#### 作者简介:

陈哲 (1996—), 男, 汉, 本科, 精神科, 抑郁症, 精神分裂症, 双相情感障碍, 男护士长。