

团体辅导对护生职业生涯适应力及择业效能的影响研究

李星妍 肖志勇* 黎小妮 吴柳欢
(梧州医学高等专科学校, 广西 梧州 543000)

摘要: 护理学科迅猛发展, 各院校对护理专业招生数量不断扩张, 医院聘用护士的要求也愈加严格, 致使护士就业压力激增。择业效能感是影响个体择业的心理机制之一, 较高的择业效能感会促进个体探究性和择业技能创新发展; 低水准的择业效能感则会对个体的择业能力和探索效能产生相反的效果, 不利于个体的健康发展。对此, 学校应开设职业生涯指导课程, 旨在加强护理专业学生生涯管理和择业效能, 进一步提升护士队伍的稳定性, 促进护理事业长稳发展。

关键词: 团体辅导; 护理专业; 择业效能

护士是医疗领域中的重要组成部分, 完备的护理人员数量、高质量的护理效果在某种程度上可减少患者入院时长, 缩短患者用于治疗的费用。但是我国护理人力资源数量相对不足, 无法满足新时期人民群众的护理需求。此外, 护士工作范畴不断扩充, 除了传统的技术性操作外, 还要时刻关注患者病情的变化情况, 对患者实施健康教育, 学习最新领域的专业知识。护生是护理事业的接班人, 护生对护理事业的态度、职业认同感与其择业、实现自我需要相关, 对护理事业也会一定程度的影响。因此对护生进行相应的培训, 对增加其对护理事业的深入了解、加强其职业认同感、增强其职业生涯适应力等具有重要作用。

一、国内基于护士职业生涯适应力研究现状

部分研究人员通过对护士职业生涯适应力进行研究, 调查显示护士职业生涯适应力处于中等偏低水平, 且护士的年龄、工作年限、学历、人事关系、医院等级、参加岗前培训或相关继续教育情况会影响其职业生涯适应力。部分研究人员认为外部环境因素如护士的经济地位、社会地位、择业价值观和医院内部环境因素如管理者素质、管理机制、医院组织文化和态度等共同影响护士职业生涯适应力。我国学者通过对护士进行职业生涯适应力辅导, 制定相应的职业生涯适应力方案, 证明职业生涯适应力辅导能够提高护士的职业生涯适应力水平。目前, 我国护士职业生涯研究总体数量较少, 大多是通过问卷调查对护士进行生涯管理现状调查及相关因素分析, 了解生涯管理与职业倦怠、职业应激、组织承诺等方面的关系, 相关的理论研究也比较少。护理人员生涯管理是一系列的, 包括护生、护士、护理管理者, 护理研究生等, 而职业生涯适应力也是一个长期的过程, 需要护理人员根据自身的理论知识、能力, 适当的辅导等逐渐提高适应力。

二、团体辅导应用影响护生生涯适应力的研究

(一) 可有效增强护生生涯适应力的基础水平

相关研究表明, 护生在刚入园时生涯适应力呈现一般性趋势, 不同护生之间存在一定的差异性, 学生在经过团体辅导后生涯适应力有了显著提升, 经过培训后得分与刚入园相比, 差异十分明显。可能是由于护生在学校尚未进行过相关的职业规划课程, 护生的时间限制, 在医院实习期间的主要任务是掌握各专科常见病、多发病的理论和提高临床实践技能。部分学生仅是对生涯规划有了简单的了解, 并未面临找工作及工作是否满意等问题, 因此即使经过团体辅导, 干预组护生生涯适应力处于中等偏上程度。如果学生并未进行生涯指导, 护生生涯适应力水平会远低于预期, 说明团体辅导能够在一定程度上提高护生生涯适应力水平。

(二) 可改善护生生涯控制能力和关注度

学生接受团体辅导后, 学生在生涯好奇、生涯关注、生涯控制等方面相较以

往有较大反差。可能是在经过团体辅导后明确了自己的目标, 根据自己能够得到的社会支持及自身努力, 积极地去搜集与自己未来发展有关的信息, 关注本专业的发展前景和社会应用状况, 树立正确的价值取向, 制定相应的目标计划措施执行, 关注社会的未来发展趋势。部分护生对于自我的认识不全面, 不知晓护理未来的发展方面, 个人没有工作目标, 因此两者在生涯好奇、生涯关注、生涯控制方面差异显著。学生结合辅导活动课改善生涯调适、生涯人际、生涯自信等方面的差异。可能是由于护生在工作期间, 需要在带教老师的监督下完成一些专业性的工作, 遇到挫折和失败带教老师都在现场, 问题很快就能解决, 因此两组护生生涯调适能力并没有明显的提升, 两者差异并不显著。生涯人际与个人性格特征有关, 有研究显示, 缺乏学习生活目标、对未来缺乏信心、有就业危机感、自我为中心等危险因素容易受人际关系困扰; 而生涯自信是经过一定的经验积累后, 即使面对不同的情景, 面对未来的多变与不确定依然相信自己能够解决。这不仅需要各方的支持与信任, 也需要自身有过硬的心理素质及专业素养, 需要护生在生活及工作中日积月累才能获得。人际关系是十分复杂的一门课程, 如果教师只对学生进行短期辅导, 对于学生的人际关系能力不会产生深刻影响。相关研究表明, 职业生涯适应力可以准确地预测护生临床沟通行为、和患者沟通态度、行为与能力之间的关系等等, 帮助教师调整人才培养的路径, 进而提升护生生涯适应力, 改善其在临床领域的不妥当行为。

(三) 增强护生生涯好奇心

教师为学生设置团体辅导活动, 并引入生涯控制维度评分, 其中在六个维度中得分最低的学生, 表明虽然其对实习内容有所了解, 也会选用心理资源应对未来职业生涯中存在的各类问题, 但是学生仍需关注生涯好奇心和生涯控制。护理是一门实践性很强的护理专业职业生涯, 对护理专业职业适应力应根据护理专业的特点, 结合学生自身情况, 以专业技能和护理实践特点为出发点, 合理规划职业生涯发展, 培养学生保持良好的职业素质, 以适应社会自我评价的需求。经过临床实践和团体辅导后, 护生对于护理工作的性质、走向有了基本的了解, 知晓自己的优势和不足, 了解他人的能力和优势, 结果反而造成不自信。因此护生要根据自己的优点侧重, 选择适合自己的领域及努力的方向。人际交往是人的一生中必备的一项技能, 科学研究表明护生在人际交往成功中获评最高的是努力因素, 这表明学生的个人能力很强, 工作

也十分努力,所以可在工作中的人际交往环节大获成功。

(四) 学校可综合学生实际需求做好生涯规划指导

生涯规划对于学生个人发展和事业发展等方面有着不可忽视的作用,如何促进护生的职业生涯规划水平是教师关注的焦点。要想提升学生职业生涯规划可以有下述举措:优化教学内容、加强学生咨询服务、设置专家讲座、实地走访参观、生涯任务访谈、针对性辅导等等。又或是为学生设定体验式课程,发展护理生“生涯发展日”活动。教师在团体辅导过程中了解到,大部分护生之所以选择护理专业是由于家长朋友推荐,护理专业好就业,很少有对护理工作真正了解、认可的。有调查显示,生涯辅导对医学生成长有着重要意义,学生对生涯辅导有着较强烈的需求,低年级医学生对所从事职业的范围和发展情况更为关心。高年级医学生则更关心未来职业的薪酬待遇等,同时,对于一些面试技巧、求职过程等也希望给予指导。学校应该提供个性化、多种形式的生涯辅导以满足医学生的需要。

三、团体辅导应用对学生择业效能的影响

(一) 可增强学生择业效能的整体水准

学生在入校后的择业效能基于中等水平,获得择业效能评分“一般”,学生在接受团体辅导前后存在明显性差异。团体辅导的应用,使得护生择业效能评分增加,说明团体辅导能够在一定程度上提高护生择业效能感。个人亲身获得经验、与自己人格特征相近或相仿的人取得成功、他人的鼓励、个人的情绪和生理状态等都会影响个人自我效能。高职院校是培养人才的主阵地,高职护生的就业思想还不成熟,不知道求职过程中自己需要做哪些准备工作,可以获得哪些方面的支持,实习刚开始对于求职欲望不强大,因此干预前两组护生择业效能感水平较低。而干预组在团体辅导阶段针对性的对护生进行过自我评估了解自我,模拟招聘知晓招聘中用人单位的要求及应聘技巧,而这些是对照组在临床实践过程中所不能学到的。

(二) 团体辅导可优化护生信息搜集能力

第一,对护生自我概念的影响。学生在接受团体辅导后,会获得显著变化,有助于提升学生逻辑思维能力 and 自主探究能力。自我概念是影响医学生生涯适应力状况的重要因素,自我概念越积极,生涯适应力水平越高,拥有积极自我概念的学生在生涯适应力方面显得更加自信。教师在设置团体辅导中,可选用多次课程让护生正确地认识自己,通过国际造口师解析当前护理现况的适应,了解到护士工作的发展前景,激励自我。而对照组护生仅仅是对临床护士工作的内容的了解,对于自身的性格特质、选择护理专业的原因、未来护理的发展走向不明确。第二,对学生学习目标设置的影响。教师在设置团体辅导内容时,要紧紧密结合学生发展实际,科学合理的设定针对性学习计划,按照学生学习需求划分为短期和长期两个层面,结合目标设计实施、评价措施等内容,调整辅导活动。而部分护生对未来工作没有发展目标,没有科学规划,教师要适时引导,因为目标设定是目标管理的一部分,目标管理强调通过个人努力、科学管理和高素质的人力资源达到个人的目标。目标管理是一系列的过程,包括制定总目标、分目标或细节目标、有效实施目标、客观评价。第三,对学生信息搜集能力的影响。在科技革命兴起的今天,大数据、人工智能的出现,改变了人们的生活方式,知识经济的发展不仅需要新的生产方式,也需要人们去适应新的生产方式。职业信息搜集的路

径十分多元,如学校就业指导中心、人才市场、专项招聘等路径,结合临床经验丰富教师帮扶工作开展,团体辅导活动可让更多的学生了解护理工作的就业形势。但是部分教师脱离岗位工作多年,没有充足的实战经验,不能准确判断本专业的就业形势及医院要求的变化,所以应由专业的招聘评委老师指导护生就业信息指导。关于学生应聘技巧、方法、在工作中人际沟通要求、回答问题技巧、面试礼仪、面试流程等方面的学习,教师要联系学生实际,设置针对性育人内容。对护生进行职业生涯团体辅导,能够提高其职业决策自我效能,为就业指导、职业干预提供依据。

四、团体辅导基于学生自我评价的影响

(一) 团体辅导对自我评价的影响

自我评价是自我效能的重要组成部分,自我效能也是人们成功参与某项活动的行为基准和理想信念,拥有克服险阻的执着精神。自我效能以多种方式影响到护理人员,能够影响护生的目标设定、思维模式、个人的动机,决定在实现行为目标中人们的付出和行为持久性、决定着人们对于困难和挫折的处理方式。但是自我效能是一个相对稳定的因素,和学生的实际年龄、性别等因素影响不大。

(二) 团体辅导对学生学习成绩的影响

学习成绩能够映射出学生在临床阶段的努力程度,可通过系统性训练增强学生对专业知识的掌握,便于学生了解常见的疾病表征,促进学生护理操作熟练度提升。纵观国内大部分医学生择业效能感研究,医学生普遍存在职业生涯规划缺失,择业观念单一的现象。除了与当前招聘单位要求于医学生既要有丰富的经验和较高的学历要求外。还与当前医院医务人员工作压力大,报酬与工作量不相符,很多医学生毕业后选择放弃所学专业,导致大量医学人才流失有关。因此医学院校需要加强学生在校期间职业生涯教育,增强护生职业生涯规划意识,多提供见习或实习机会,提高医学生自我认识与择业效能。

(三) 团体辅导对社会支持的影响

优良的社会支持可以提升学生学习效能,促进学生身心健康发展。科学研究表明,家庭支持、他人支持、朋友支持是主要的社会支持来源,因为护理工作的特殊性,学生家长给予医护人员应有的尊重及情感层面的支持,可帮助学生参考毕业后的工作抉择,但无法满足学生在学业方面的问题解答。通过一段时间的培训,学生接受团体辅导后会获取一定的社会支持,但是这些社会支持不能伴随终生,需要学生和教师的共同努力,方可提升学生学习水平。

五、结语

综上所述,随着时间的推移,团体辅导逐渐应用于各大院校,旨在解决学生心理健康问题和职业生涯规划问题,教师对学生实施团体辅导,能够改善护生生涯适应力和择业效能感,也可提升护生生涯好奇、生涯关注、生涯控制能力。帮助学生获取自我概念、职业信息收集、目标设定能力。

参考文献:

- [1] 虞晓漪. 团体辅导提高护理毕业生择业效能感的应用效果研究[J]. 现代职业教育, 2023(5): 56-59.
- [2] 唐健. 大学生职业决策自我效能, 入世出世心理与就业压力的关系及干预研究[D]. 江西师范大学, 2019.

本文基金项目: 校级教改课题“团体辅导对护生生涯适应力及择业效能的应用研究”, 项目编号: 24WYJG29。