

对实习护生实施专项职业规划团体辅导教学研究

谢文瑶,蔡益民,吴贤琳,赵雯

摘要:目的 探讨团体辅导对实习护生职业生涯规划的影响。方法 将随机选取的 60 名实习护生采用随机数字表法分为对照组和观察组各 30 名。对照组按常规进行实习岗前培训,内容包括医院简介、护士行为规范、实习护生管理制度、人际沟通、职业道德、职业前景规划等。观察组在常规实习岗前培训后开展职业规划团体辅导,每周 1 次,每次 2 h,总共培训 6 次。培训后采用职业生涯状况评价量表和团体辅导主观评价问卷进行效果评价。结果 两组职业生涯状况总分及职业认同、职业满意度、组织承诺 3 个维度得分的时间效应、组间效应及交互效应差异有统计学意义(均 $P < 0.01$);观察组对职业生涯规划团体辅导活动评价总均分为 9.03 ± 0.20 。结论 实习护生对开展专项职业规划团体辅导活动的满意度较高,此活动可显著提高其职业生涯规划状况,有利于帮助实习护生坚定职业目标。

关键词:实习护生; 临床护理教学; 职业生涯规划; 岗前培训; 团体辅导; 临床实习; 职业满意度; 组织承诺

中图分类号:R47;G424.4 **文献标识码:**A **DOI:**10.3870/j.issn.1001-4152.2020.02.077

Practice of special career planning group counseling in the teaching for nursing interns Xie Wen Yao, Cai Yi Min, Wu Xian Lin, Zhao Wen, Nursing Department, First Affiliated Hospital of Hunan Normal University, Changsha 410005, China

Abstract: **Objective** To explore the effect of group counseling on career planning for nursing interns. **Methods** A total of 60 randomly selected nursing interns were divided into a control group and an experimental group using a random number table, with 30 students in each group. The control group received routine pre-service training, including a brief hospital introduction, nurses' service behavior, management system for nursing interns, interpersonal communication, occupational morals, career prospect planning, etc. While the experimental group additionally received career planning group counseling for 6 times after the pre-service training, once a week, for 2 hours each time. After the training, the effect was evaluated using the career status evaluation scale and the group counseling subjective evaluation questionnaire. **Results** There were significant differences in time effect, intervention effect and the intervention $\times$ time interaction effect between the two groups in the total score of career status and 3 dimension score of career identity, career satisfaction and organizational commitment ($P < 0.01$ for all). The mean subjective evaluation score of the students in the experimental group toward career planning group counseling was (9.03 ± 0.20). **Conclusion** The nursing interns' satisfaction toward special career planning group counseling is high, the activity could significantly improve their career planning status, and it is conducive to firming their career goal.

Key words: nursing interns; clinical nursing teaching; career planning; pre-service training; group counseling; clinical practice; career satisfaction; organizational commitment

临床实习是护理专业学生经历从学生到职业者转变的重要阶段,实习护生在实习阶段会遇到社会现实与专业理想偏差和就业形势严峻等一系列问题,这不仅会影响实习质量,还会影响到护生职业满意度和职业认同感,以及日后从事护理工作的决心^[1-2]。职业生涯规划能帮助实习护生对自己的未来有一个发展蓝图,对职业生涯有一个清晰的思路,还可以帮助实习护生有效解决职业成长过程中所面临的困难,提高专业满意度,增加职业认同感,减少离职行为,对稳定护理专业人员和推动护理事业发展具有重要意义。团体辅导是指具有相关经验和专业基础的辅导员在团体情境下开展的一种团体活动,通过学习模仿、观

察、发现,学习新的行为方式与态度,发展良好的适应行为的过程^[3]。此活动方式对主观职业障碍、职业认同和职业决策自我效能偏低等问题的干预效果有独特优势^[4-5]。为提高实习护生对职业生涯规划的认识,本研究尝试以团体辅导方法对实习护生进行职业生涯规划指导,效果较好,报告如下。

1 对象与方法

1.1 对象 2019 年 3~4 月,随机选取在湖南省人民医院实习的护生 60 名作为研究对象,男 14 人,女 46 人;年龄 18~22 岁,平均 20.0 岁。纳入标准:2019 年应届护理专业实习生;实习时间 ≤ 1 周;自愿参与本研究;能主动与人交流、同人分享感受。排除标准:不能保证有足够的时间参与研究。采用随机数字表法将 60 名实习护生分为观察组 and 对照组各 30 名。两组一般资料比较,差异无统计学意义(均 $P > 0.05$),具体见表 1。

1.2 方法

1.2.1 培训方法

两组进入临床后同时参加由护理部组织的为期

作者单位:湖南师范大学附属第一医院/湖南省人民医院护理教研室(湖南长沙,410005)

谢文瑶:女,硕士在读,护师,1421956049@qq.com

科研项目:湖南省高层次卫生人才“225”工程护理学科带头人项目(14C0699)

收稿:2019-08-23;修回:2019-10-05

1 周的临床实习岗前培训。培训内容主要包括医院简介、护士行为规范、实习护生管理制度、人际沟通、职业道德、职业前景规划、专科护理常规。岗前培训结束后实习护生按照实习大纲到各临床科室轮转实

习。观察组同时开展为期 6 周的职业规划团体辅导，每周 1 次，每次 2 h，共 6 次，活动时间为每周五晚 19:00~21:00，在护理教研室培训中心进行。以微信方式每周召集护生参加团体辅导。

表 1 两组一般资料比较

组别	人数	性别		第一志愿报考		专业志愿			专业层次		曾担任班干部		家庭所在地	
		男	女	是	否	自愿报名	调剂	征集	本科	专科	是	否	农村	城镇
对照组	30	7	23	23	7	28	1	1	2	28	16	14	19	11
实验组	30	7	23	20	10	28	1	1	5	25	15	15	17	13
χ^2		0.000		0.739			0.000		0.647		0.067		0.278	
P		1.000		0.390			1.000		0.421		0.796		0.598	

1.2.1.1 成立团体辅导活动小组 小组成员由经过团体辅导相关知识培训和具有职业生涯辅导资质的护理专业教师担任。本次团体辅导活动小组由 1 名护理教研室主任、1 名护理教研室干事(研究者)、5 名资深护理人员共 7 人组成。①团体辅导活动领导者：为护理教研室主任、博士、主任护师，主要从事护理教育和护理管理；在本次活动中主要负责指导团体辅导方案设计与活动实施。②团体辅导活动辅导员：为护理教研室干事、研究生在读、护师，主要从事护理教育。在本次活动中主要负责方案设计、活动协调以及活动的主持。③团体辅导活动授课老师：临床带教老师 1 名(硕士、副主任护师，主要从事护理教学)，负责分析就业形式和特点，帮助护生全面认识自我和提高对护理行业的认知。专科护士 1 名(为男护士，本科、主管护师，主要从事临床急危重症护理)，负责分享职业历程和职业规划，帮助护生坚定职业目标，提高职业满意度和树立正确的职业价值观。护士长 1 名(为硕士、主任护师，主要从事护理管理)，负责向护生传授职业生涯规划相关知识和分享职业规划历程，使护生了解职业生涯规划的重要性和多方位了解护理行业。护理硕士在读研究生 1 名，负责让护生认识到学历提升的重要性，帮助护生在职业规划上进行多方向选择。1 名主任护师(博士)，主要从事护理管理和护理教育，负责培养护生的科研兴趣，促进护生综合素质提升。

1.2.1.2 团体辅导方案的制定及实施

本研究在分析相关文献^[6]基础上，从职业认同、职业满意度、组织承诺、留职意愿出发，围绕职业生涯规划等核心环节来设计团体活动。团体辅导方案设计为 6 个单元，每个单元围绕 1 个活动主题开展，每个活动主题包括热身活动、主题活动、总结与分享、布置家庭作业 4 个环节。具体实施方案如下。

1.2.1.2.1 单元 1：初相逢，喜相迎 活动目的是促进团员之间的了解，建立良好的人际关系，使团员与辅导员之间以及团体成员建立信任关系；使团员了解团队性质，熟悉团队规则，建立小组，形成团体氛围和团体规范。活动内容：①填写职业生涯状况评价量表(10 min)。②热身活动——“采访星星”(40 min)。团

队成员列队，左右两人组成一组，彼此采访并将采访结果记录于星星卡片中，采访内容包括姓名、我的昵称、我的星座、我的爱好和我的特长。采访结束后，相互报道，并将小伙伴介绍给团体其他成员认识。③主题活动(50 min)。成立团体，先由领导者、辅导员自我介绍；再由辅导员介绍团体性质、目标、内容，宣读团队规范，并与团员签订团体契约；最后建立小组，每组 10 人，共 3 个小组，组内成员自行推举组长并建立组名和口号，最后喊出口号并展示组员对小组口号的理解。④总结与分享(15 min)。成员先小组内分享本次活动感受，最后小组代表总结发言。由辅导员总结本次主题活动情况。⑤布置家庭作业(5 min)。影响自己生涯抉择的因素。

1.2.1.2.2 单元 2：强认识，引思考 活动目的是加强团员对“生涯”“职业”的认识，使团员更加了解自己所面对的生涯选择情况，启发对生涯的探索和思考影响生涯发展的因素，进而引导团员了解职业生涯规划及其意义。活动内容：①热身活动——职业猜谜乐(40 min)。辅导员用 3 个成语来描述某一职业，请团员猜测辅导员描述的是哪一种职业。先由小组成员相互讨论，得出结论后由组长报告给辅导员，辅导员给出正确答案；然后请团员表达对这个职业的了解。②主题活动——“生涯十字路口”(60 min)。给每位成员分发“生涯十字路口”卡片，由成员分享什么是影响自己未来做生涯抉择最重要的因素，并探讨影响生涯发展的主要因素；最后由辅导员引出个人因素是影响生涯发展的主要因素。③总结与分享(15 min)。成员先小组内分享本次活动的感受和收获，讨论个人因素在职业发展中的重要性，最后小组代表总结发言。由辅导员总结本次主题活动情况。④布置家庭作业(5 min)：准备 1~2 min 的自我介绍。

1.2.1.2.3 单元 3：秀魅力，示本我 活动目的是帮助成员认识自我以及他人的性格、能力、人格特质；引导成员进行自我探索，加强自我肯定，增强就业信心。活动内容：①热身活动——镜中的你我(40 min)。辅导员发放周哈里窗表，成员在周哈里窗表中填写 A、B 格自我特质，并将 A、B 格封折不让他人看到。访问其他成员对自己的看法，并填写周哈里窗表中的 C、D

格。最后两相对照,在团体中分享自己的疑惑和看法。②主题活动——模拟就业招聘会面试环节(60 min)。团员(应聘者)每人准备 1~2 min 自我介绍,自我介绍完毕,由辅导员(考官)现场提问“谈谈你应聘护理岗位的优势和劣势”,要求应聘者现场回答。③总结与分享(15 min)。成员先小组内分享本次活动的感受和收获,讨论自我认识和职业规划的重要性,最后小组代表总结发言。由辅导员总结本次主题活动情况。④布置家庭作业(5 min)。填写“价值大拍卖清单”。

1.2.1.2.4 单元 4:助选择,展规划 活动目的是使团员了解职业价值观、树立正确的职业价值观,从而对自己重新定位;了解团员对护理专业的看法,唤起团员的职业情感,提高团员的职业认同感和职业满意度。活动内容:①热身活动——“职业价值观拍卖会”(40 min)。首先,由辅导员引导性发问,如“有谁不喜欢金钱吗?”“假如你有 2 万元,你最希望买到什么?”请 1~2 名成员回答,引出价值拍卖;然后,辅导员介绍拍卖规则,并主持拍卖会,由成员喊价,价高者得。最后,拍卖完后,团体讨论。你最想买的“价值观”有没有买到?没有买到的原因是什么?为什么你要花那么多钱买这一项?为什么你一样都没买到或者为什么只买到很少几项?在现实生活中,这些东西是否真的能用钱买到?买不到的话你该如何获得?②主题活动——组织收看《南丁格尔传》(60 min)。收看完后由团员表达自己对护理专业的看法,引导团员树立正确的职业价值观,提高职业认同感和提升职业满意度。③总结与分享(15 min)。成员先小组内分享本次活动的感受和收获,讨论价值观的重要性,最后小组代表总结发言。由辅导员总结本次主题活动情况。④布置家庭作业(5 min)。制定 1 份职业生涯规划计划书。

1.2.1.2.5 单元 5:助选择,展规划 活动目的是通过职业生涯访谈,帮助团员明确自己未来的发展方向;结合护理专业就业形势和就业特点,向团员介绍职业生涯规划的相关情况,以提高团员对职业生涯规划的认识,促进成员职业生涯多元化发展,帮助团员制定适合自己的职业规划。活动内容:①热身活动——“我的职业生涯规划书”(30 min)。辅导员发放职业生涯规划书,让成员填写;再由辅导员组织团体分享讨论“我的计划的可行性及在现阶段自身需要改进的地方还有哪些。”②主题活动(70 min)。邀请临床带教老师、男护士、护士长、护理研究生、科研达人参与职业生涯访谈,主要帮助团员解答职业规划方面的疑惑,以协助他们制定适合自己的职业生涯规划。③总结与分享(15 min)。由小组成员组内分享本次活动的感受和启发,包括是否通过倾听别人的规划看到自身不足或者自身的闪光点;是否更加明确了职业方向;今后是否会按计划努力去实施。最后小组

代表总结发言。由辅导员总结本次主题活动情况。④布置家庭作业(5 min)。总结活动收获。

1.2.1.2.6 单元 6:作总结,享收获 活动目的是协助团员共同分享在团体过程中关于自我成长的收获,成员互相给予肯定和赞扬,共同期待未来的发展与进步;总结本次团体辅导活动。活动内容:①热身活动——“真情告白”(50 min)。每位成员在背后贴上一张小白纸,请其他组内成员每人写上一句祝福语或者建议。写完后,认真查看小纸片,分享读后的感受,感谢成员的真诚。②主题活动(60 min)。每个成员通过回顾前 5 个单元,写下自己最难忘的活动主题,先小组交流,最后团体分享。③填写职业生涯状况评价量表和团体辅导主观评价问卷,合影留念(10 min)。

1.2.1.3 辅导方式 本活动以游戏为主线,每次活动采用不同的游戏方式引出活动主题,然后以小组形式进行,小组成员在开放、接纳、支持的团体氛围中参与主题活动。每次活动后由辅导员作总结,团员分享活动感受。

1.2.2 评价方法 ①职业生涯规划。采用职业生涯状况评价量表^[7]测评,该量表包括职业认同(8 个条目)、职业满意度(5 个条目)、组织承诺(9 个条目)和留职意愿(1 个条目)4 个维度共 23 个条目,每个条目采用 Likert 5 级评分,完全不同意、比较不同意、不确定、比较同意、完全同意分别赋 1~5 分,其中 4 个条目为反向计分,总分 23~115 分。得分越高,说明职业生活评价越高。该量表及各维度 Cronbach's α 系数 0.72~0.86,重测信度 0.82,表面内容效度为 0.83,其内在一致性系数为 0.86^[8]。于培训前(第 1 次主题活动开始前)后(第 6 次主题活动结束后及团体辅导活动结束后第 3 个月)对两组各发放 30 份问卷,均有效收回。②团体辅导主观评价。采用毛红波等^[5]编制的团体辅导主观评价问卷,该问卷包括 10 个封闭式问题。每题采用 10 点计分法,从极不符合到极符合分别计 1~10 分,得分越高表示该条目满意度越高。观察组于第 6 次主题活动结束后填写,30 份问卷均有效收回。

1.2.3 统计学方法 建立 Excel 数据库,采用 SPSS17.0 软件处理数据,采用描述性分析和重复测量的方差分析,检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 不同时间两组实习护生职业生涯评分比较 见表 2。

2.2 观察组对本次职业生涯规划团体辅导的评价 见表 3。

3 讨论

3.1 团体辅导对实习护生职业生涯规划的影响 本研究结果显示,培训后观察组职业生涯总分及各维度得分显著高于对照组,培训后各时间点观察组职业生

涯总分及各维度得分均有上升,而对照组职业生涯总分及各维度得分存在一定上升、下降的幅度变化,且观察组职业生涯得分上升总体幅度高于对照组。说明职业规划团体辅导能改善实习护生的职业生涯状况。在实习护生职业生涯规划团体辅导方案中,团队成员由相遇、相知、交流、学习到收获,循序渐进,不断深化,提高了团队成员对职业生涯规划学习的积极性和主动性。其中,在“秀魅力,示本我”这个单元主题活动中,通过模拟求职面试环节,能够帮助实习护生客观评价自己和看到他人的能力,能够促进团体成员相互学习,取长补短,共同进步,加强自我肯定。在

“强认识,引思考”这个单元主题活动中通过观察实习护生在“生涯十字路口”作出的选择,来发现影响未来职业生涯抉择的因素,从而指引团员探索自我对职业生涯发展的思考。通过游戏“价值观拍卖会”,进一步了解实习护生的职业价值观,认识职业价值观的重要性,引导树立正确的职业价值观,从而有助于实习护生进行职业生涯决策。在“树观念,建情感”“助选择,赢未来”单元主题活动中,通过观看《南丁格尔传》,邀请护理专家和骨干参与职业生涯访谈,旨在通过榜样作用激发实习护生对护理职业的认同,提高其职业价值和职业满意度,从而帮助实习护生坚定职业目标。

表 2 不同时间两组实习护生职业生涯评分比较

组别	时间	人数	总分	职业认同	职业满意度	组织承诺	留职意愿
对照组	培训前	30	78.77±6.13	26.97±3.77	18.83±2.90	28.80±3.18	4.17±1.02
	培训 6 周后	30	78.83±7.12	26.83±3.54	19.00±3.39	28.67±3.31	4.33±0.99
	培训 3 个月 后	30	78.57±6.43	26.83±3.71	18.97±3.08	28.53±3.32	4.23±0.94
观察组	培训前	30	78.77±7.35	26.87±3.98	18.83±3.50	28.83±3.83	4.13±0.90
	培训 6 周后	30	90.40±10.72	31.13±4.86	21.67±3.34	32.90±4.53	4.70±0.70
	培训 3 个月 后	30	94.67±10.14	32.40±4.85	23.10±2.88	34.27±4.36	4.90±0.40
F(时间效应)			65.985 [*]	26.890 [*]	28.182 [*]	27.804 [*]	9.801 [*]
F(组间效应)			22.423 [*]	11.130 [*]	9.180 [*]	14.160 [*]	3.225
F(交互效应)			68.303 [*]	29.827 [*]	24.489 [*]	33.336 [*]	5.839 [*]

注: * P<0.01。

表 3 观察组对本次职业生涯规划团体辅导的评价(n=30)

条 目	得分($\bar{x} \pm s$)
能在团体辅导学习过程表达我的看法	8.80±0.66
学到有关职业生涯与职业发展的知识	8.87±0.63
在团体活动中学会如何更好地面对压力	9.00±0.64
对自己的职业生涯有明确了解和初步定位	8.83±0.70
参加团体活动使自己越来越有信心	8.97±0.72
团体活动中大家互相信任而且坦诚	8.93±0.69
在团体中乐于和他人分享我的经验	9.07±0.64
愿意向别人表达我的看法	9.17±0.59
喜欢团体辅导者的带领方式	9.33±0.48
对本次团体辅导活动满意	9.37±0.56
总均分	9.03±0.20

3.2 实习护生对职业规划团体辅导的评价 相关研究表明,护生的职业规划意识和需求越来越强^[9]。而临床上针对实习护生职业生涯规划相关知识的学习主要依赖于岗前培训的理论教育,目前现有的岗前培训多以多媒体形式呈现的讲座和课堂教学为主^[10],培训内容比较单一。护生主要是被动接受知识,学习积极性不高,无法帮助护生积极主动地建立职业价值观和深入认识自我^[11]。在团体辅导过程中,护生与辅导员、护生与护生之间存在着多向沟通,团队成员共同解决问题;护生之间能相互学习,取长补短,共同进步;对于优秀行为或思维,成员之间可以学习和模仿;对于不良行为和想法,成员会反思并及时发现和纠

正。这不仅提高了护生学习的积极性和主动性,还能帮助其深入认识自我,加强自我肯定,是一种有效的职业辅导方式^[12]。在团体辅导过程中,教师讲解的理论知识不多,而是与现实生活相联系,创造一种自然情境,使成员处于这种情境中,为成员提供良好的沟通平台。本研究结果显示,观察组对本次团体辅导的总体评价得分为 9.03 分,喜欢团体辅导带领方式得分为 9.33 分,对本次团体辅导活动满意度得分为 9.37 分,说明实习护生对本次所设计的团体辅导内容及形式满意。

4 小结

对实习护生开展专项职业生涯规划团体辅导,能显著改善实习护生的职业生涯状况、提高专业满意度、增加职业认同感。由于本研究历时 6 周,干预时间偏短,并且男生偏少。建议在今后的干预研究中适当加入团体辅导次数和男生样本量。本研究的研究对象主要为专科生,建议在今后的研究中适当增加本科、研究生等不同学历层次的群体,以验证团体辅导模式对不同层次护生的培训效果。

参考文献:

[1] 李艳茹. 对新入职护士及实习护生进行职业生涯规划教育效果分析[J]. 中国卫生产业, 2016, 13(32): 87-89.

[2] 倪瑞菊, 崔焱. 高职护生职业生涯规划现状及影响因素分析[J]. 中华现代护理杂志, 2014, 20(27): 3432-3435.

[3] 孙颂丰. 高校团体心理辅导的发展现状及相关研究[J]. 赤峰学院学报(自然科学版), 2017, 33(13): 130-131.