

科教科管理视角下对实习生心理健康问题的思考

赵桂芬 张雪敏 李全善*

大理白族自治州中医医院, 中国·云南 大理 671000

摘要: 临床实习是医学生从学校过渡到医疗工作岗位必经阶段, 科教科在院校教育与临床实践的衔接中发挥着桥梁与纽带作用, 是整个实习生培养过程得以有序、高效推进的关键枢纽。特别是在现代医教协同体系下, 要求科教科不仅要做好常规教学管理, 更要突出“以人为中心”的教学理念, 既“授人以渔”又重视心理健康关怀。科教科在日常管理中要精准识别实习生各类心理问题, 实时预警、妥善应对, 从源头上防范, 确保医院教学管理工作平稳有序开展。

关键词: 科教科; 实习生管理; 心理健康; 预防机制

Reflections on Interns' Mental Health Issues from the Perspective of Science and Education Management

Zhao Guifen, Zhang Xuemin, Li Quanshan*

Dali Bai Autonomous Prefecture Chinese Medicine Hospital, China Yunnan Dali 671000

Abstract: Clinical internship serves as an essential transitional stage for medical students moving from academic settings to professional healthcare positions. The Department of Science and Education functions as a bridge and link connecting institutional education with clinical practice, acting as a crucial hub that ensures the orderly and efficient progression of the entire internship training process. Particularly within the modern medical-education collaborative system, the Department is required not only to excel in routine teaching management but also to emphasize a "people-centered" educational philosophy—both "teaching students how to fish" (imparting practical skills) and prioritizing mental health care. In daily management, the Department must accurately identify various psychological issues among interns, implement real-time early warning, respond appropriately, and prevent problems at their source to ensure the stable and orderly conduct of hospital teaching management.

Keywords: Science and education section; Intern management; Mental health; Prevention mechanism

0 引言

国务院办公厅印发的《关于加快医学教育创新发展的指导意见》(国办发〔2020〕34号)指出要着力推进医学生早临床、多临床、反复临床, 这对临床教学提出了更高的要求^[1]。大理白族自治州中医医院是大理州唯一一所三级甲等综合性中医医院, 长期承担着7所医学院校的临床实习教学任务, 科教科作为医院教学管理的专职部门, 在实习生管理体系中面临着诸多现实挑战。特别是近几年, 实习生因各种心理问题引发的教学安全事件屡见不鲜, 这些事件成为了社会关注的焦点, 也给科教科在应对实习生心理健康问题方面敲响了警钟。为了更高效地引导实习生圆满完成实习任务, 确保医院临床教学工作的有序推进, 本文以科教科管理者的视角, 结合我院近几年对实习生心理健康问题干预, 谈谈笔者

的一些思考。

1 实习生常见的心理健康问题

1.1 心理健康问题的中医辨证

从中医学角度来讲, 人体心理健康状况问题主要应责之于肝、心二脏。其病理机制为肝气不舒, 导致肝气郁结, 进一步郁而化火, 火邪灼伤阴液, 又会导致阴虚阳亢, 肝火又可以进一步引动心火, 出现心火亢盛。临床上可以分为肝气郁结、肝郁化火、心火亢盛、肝阳上亢4种状况^[2]。

1.2 实习生常见心理问题的表现

1.2.1 行为层面: 回避临床任务, 实习参与积极性低

实习过程中积极主动性不足, 常出现拖延、迟到、频繁请假等消极应对行为, 部分学生对带教教师依赖度较高, 需要实习同伴协助, 甚至畏惧尝试独立承担临床任务, 形成被动、回避的工作模式。

1.2.2 认知层面：学习内驱力薄弱与自我认同度低

部分实习生认为实习内容单调重复、缺乏实际价值，尤其在专升本学生群体中，对实习价值的认同度不高。同时，少数实习生对自身临床能力信心不足，常感到自身理论知识储备与临床实践要求存在较大差距，产生“难以胜任”的认知偏差。

1.2.3 情绪层面：出现焦虑、抑郁及情境性恐惧

实习生对临床实践操作表现、出科考核评价、医患沟通等存在持续担忧，容易出现广泛性焦虑情绪；在相关情境影响下，部分学生可能进一步发展为情绪低落、自我否定等抑郁倾向，尤其是在面对具体临床情境时，常伴有紧张、恐惧等即时情绪反应。

1.2.4 生理层面：呈现慢性疲劳与睡眠障碍

因值班轮班频繁，工作负荷较大，长期处于精神高度紧张的状态，易出现注意力难以集中、记忆力下降、精力不足等疲劳表现，并经常伴有入睡困难、睡眠浅、早醒等睡眠质量问题，严重影响身心恢复与学习效能。

2 实习生心理问题根源性诊断

2.1 角色转换受阻

2.1.1 被动适应角色转换困境

部分医学生因最初学习医学专业时并非自主选择，多由家长等外部因素推动，职业归属感薄弱。这类学生通常在入学阶段便对未来从事医疗工作缺乏清晰的规划，实习期间仅以完成基本的毕业要求为目标，对临床实践持被动应付心态。他们在思想上未能真正实现从在校医学生到临床实习生的角色转换，对待实习任务态度消极，这与临床教学所强调的主动参与、高质量完成学习目标的要求形成显著冲突，这种状态不仅制约其个人实践能力的提升，还可能影响带教教师的教学积极性，进而加重学生自身的情绪困扰与职业疏离感。

2.1.2 双重身份高要求压力

临床实习阶段是从医学生向医务工作者身份转变的关键时期。角色的转换对学习方式提出了新的要求，临床实践教学要求实习生要具备较强的自主学习能力和应变能力，需要主动去学习临床中遇到各种治疗方法和操作技能，对学习能力的要求通常会引发巨大的学习压力。实习生身兼双重身份，在带教老师面前，是理论和技能均不够熟练的学生，因而需要呈现出谦虚谨慎的一面；而在广大患者面前，实习生是具有专业知识和一定临床经验的医务工作者，需要表现出医生的从容与自信，这种矛盾心理往往给实习生带来巨大的心理压力^[9]，两种角色转换受阻可能导

致心理问题的出现。

2.2 人际关系难调

2.2.1 多维人际关系压力

在现实环境作用下，实习生会与带教老师、同事、实习同学、患者及家属等各方面的人有交集，面对的人际关系更复杂，由于短期内需要轮转至不同科室，实习生在融入新环境时容易产生社交压力。实习过程中，实习生与带教老师接触最多，期间可能会因某方面的沟通或做法产生分歧，如果不能妥善处理好问题，容易产生冲突和矛盾；整个实习过程，实习生的实习成绩受带教老师评价的影响较大，可能会因带教老师的批评、对自己严厉而过度焦虑。此外，实习生临床经验不足，在与患者沟通时缺乏技巧，容易产生误解，在面对患者时，因担心患者会对自己产生质疑，从而出现焦虑情绪，甚至陷入自我否定的情绪中，不同的人际关系对实习生的心理健康有显著的关联性。

2.2.2 亲密关系维系难题

医学生需在医院持续实习6-8个月，没有了在校期间的传统寒暑假、节假日等集中休息时段，客观上减少了与家人、朋友相处的时间。在此过程中，实习生面临实习压力与情感支持之间的落差：家人往往因对临床工作强度与特殊性了解有限，难以给予准确的理解与有效的支持；部分处于恋爱关系中的学生，也因交流与陪伴时间显著减少，以及空间距离上的疏远而面临情感维系上的挑战，关系稳定性容易受到影响。一旦出现人际矛盾或情感波动，实习生更易陷入孤独、无助等负面情绪中，且这些情绪往往缺乏及时疏解的渠道，长期累积之下，心理负担逐步加重，形成实习期特有的情感支持缺失与心理压力叠加状态。

2.3 自我情绪情感困境

2.3.1 高负荷学业的压力累积

医学专业具有其自身的特殊性，培养周期长、知识体系复杂，考试考核内容普遍覆盖面广、重点密集，每个知识点均需达到精准掌握的标准，医学生要持续深化的学习并反复巩固。与其他专业相比，医学专业要掌握的知识总量明显更大，学业负担持续处于高压态势，仅在校理论学习期间已经累积沉重的压力，容易引发疲倦、焦虑等心理健康问题。然而前期心理情绪还没有得到及时调适，学生就要快速进入临床实习阶段，面对新的职业环境与角色挑战，导致情绪负担不断加重，难以有效缓解。

2.3.2 经济压力下的心理负担

实习期间，医学生是没有薪酬的，且还需要自行承担食宿等日常开支。对于部分家庭经济困难的学生来说，实

习阶段意味着更多的经济支出,长期依赖家庭的经济支持却无法即时回馈父母,这种经济压力常转化为明显的心理负担。

2.3.3 突发变故下的心理冲击

实习期间若遭遇家庭突发变故,如亲属罹患重大疾病或不幸离世等紧急情况,学生需请假离院处理。此时,不仅原来的实习生活节奏与情感依托骤然被打破,还得在重要情感支持缺位的情况下应对突发危机,容易造成强烈的心理冲击与情绪波动,进而影响实习状态。

2.4 实习、学历提升及就业的多重压力

当前的就业环境较为严峻,医学相关专业的毕业生数量也在逐年攀升,而优质医疗岗位数量有限,医疗机构在招录人员时对学历的要求越来越高,就业时面临的竞争更激烈。实习生在实习过程中就要对毕业后的去向做谋划,这段时间常常处于实习工作、学历提升和就业三重压力交织的局面。实习工作本身已经占据大量时间,应对出科考核还需投入大量精力,这导致实习压力显著增加。在就业市场中,学历和实习经验是重要的核心竞争力,如果选择就业,为参加招聘考试,部分实习生选择请假,这不仅影响了实习的连续性和完整性,还可能导致实习效果大打折扣,而当就业愿望落空时很容易产生心理上的负面情绪。如果选择学历提升,就需要在工作之余学习备考,实习精力被分散,正常的休息时间也难以保障,容易导致时间分配的焦虑进而诱发心理问题。

3 科教科在应对实习生心理健康问题的难点分析

3.1 制度执行不到位

我院在实习生管理方面制定了《实习生管理制度》《实习生岗前培训制度》等,便于对实习生进行系统管理,但现有制度中未能建立完善的心理健康监测机制,无法及时、全面了解实习生的心理健康状况。在岗前培训中虽然提及实习生的心理健康教育,但缺乏针对性,未充分考虑到不同实习岗位上工作强度、技能要求、与患者接触程度等的差异,难以满足实习生的实际需求。

3.2 管理人员不足,专业能力有待提升

科教科承担着教学管理、科研项目组织、继续教育等一系列工作,实习生管理工作是科教科众多职能任务中的一项重要内容,我院长期以来未设置专职的教学管理人员,平时更侧重于教学安排、实习质量监督等常规工作,很难对每一位实习生的心理健康状况进行全面、细致的关注。教学管理人员通常身兼多职,且缺乏系统的心理健康知识,

对焦虑、抑郁等常见心理问题的早期症状识别能力较为有限。在实习教学过程中,与实习生日常接触最为密切的人员主要包括科室带教老师、实习组长及实习同学,若上述人员未能及时察觉实习生的心理状态变化并向科教科有效反馈,科教科便难以全面、准确地掌握实习生的心理健康状况。在此情况下,由于信息获取滞后且专业支撑不足,科教科在面对实习生心理问题时,往往难以采取科学、系统的干预措施,从而无法更好的为实习生提供及时专业的心理支持。

3.3 软件和硬件教学资源有限

我院教学资源相对有限,硬件与软件建设均存在明显不足。受医院物理空间制约,没有专门配备独立、功能齐备的示教室,示教活动常需临时调配场地与设备,各教研室日常教学多依托医护办公室开展,教学条件较为局促。部分科室对实习生带教工作重视不足,由于科室临床工作任务繁重,对教学投入相对有限。带教参与度与责任心呈现个体差异,少部分带教教师实习带教态度不严谨,未安排日常小讲课,未对临床实习生大病历予以正确指导和评价。上述种种因素导致带教效果未达到学生预期,使学生在心理上产生不足感与落差感^[4],进而对科室教学及科教科的管理工作产生负面评价。

3.4 学生数量增多、质量差别大

我院作为重要的实践教学基地,近年来每年均稳定接收三百余名实习生开展临床实习工作。生源结构呈现多元化特征,主要来自云南中医药大学和保山中医药高等专科学校,还有其他院校的本科生及大专生,专业涵盖了中医学、护理学、中药学、针灸推拿、影像技术等。然而,实习生来源的多样性以及学历层次的不同,给科教科的实习管理工作带来了诸多困难。一方面,不同院校的培养方案、教学质量不同,学生自身学习能力和努力程度也存在差异,实习生的专业基础知识储备参差不齐,对新临床技能的接受能力表现出显著的个体差异,在统一的教学安排和技能培训过程中,难以做到因材施教,从而影响教学效果。另一方面,学历层级的差异导致实习生在学习目标、职业规划和自我要求等方面存在不同,部分本科生可能更注重继续深造和学术研究,而大专生则可能更侧重提升实践技能和准备就业。这一状况对医院的临床教学管理提出了更高要求,科教科需应对实习生规模扩大与结构多元带来的双重挑战。

4 科教科对实习生心理危机的预防机制

4.1 强化制度执行

在对实习生的管理中,科教科要及时总结经验,完善

实习生管理规章制度,明确管理职责和权益保障,使实习生管理服务更加规范化和标准化。适时修订《实习生管理制度》和《实习生岗前培训制度》,在制度中明确心理健康教育的具体内容、方式、时间等,确保培训的系统性和针对性。将实习生心理健康预防纳入教学计划和日常管理,建立科教科、各科室带教老师、实习组长等多方联动机制,不断优化制度规范,确保心理健康问题的管理有章可循。构建带教老师与实习生的定期沟通机制,鼓励带教老师、实习组长等主动关心实习生的生活和心理状态,发现实习生负面情绪,给予正确引导,并及时上报科教科,由科教科采取有效干预措施,为实习生心理健康提供有力保障。

4.2 完善人员配备和专业培训

完善人员配备,设立专职教学管理人员,明确其职责包括实习生心理健康管理、教学安排、实习质量监督等多方面工作,避免职责过于分散,优先选拔具有教育学、心理学背景或相关工作经验的人员担任专职教学管理人员,为实习生心理健康管理工作提供专业支撑。将心理健康知识培训纳入师资培训计划中,定期组织教学管理人员、带教老师、科室负责人等参加心理健康知识培训,邀请专业心理学者或临床心理医生授课,提高教学管理人员和带教老师对心理问题的识别与处理能力。

4.3 补齐教学资源短板

在现有医院空间布局基础上,科教科应充分发挥统筹协调职能,定期向各教研室了解实际教学需求,依据科室教学任务与特点,分阶段配置必要且适用的教学设备,积极推进教学资源整合与优化配置,逐步形成布局合理、功能完善、使用高效的教学支持体系,建立院内教学设备与空间资源的统一调配与共享机制,提升资源整体使用效率。在带教队伍建设方面,选拔带教教师要优中选优、严格筛选,重点选择在医学继续教育与培训方面经验丰富的骨干医师,特别是选择业务精、知识面宽、表达能力强、医德医风好的中青年主治医师^[9]。同时,有计划地选派带教教师参加各级教学交流活动,学习借鉴先进教学理念与方法,拓展带教视野。常态化开展全院性教学能力竞赛,通过以赛促教、以赛促学的方式,推广优秀的带教模式与经验,形成示范效应,整体推动医院临床教学资源的优化提升,满足实习教学需求。

4.4 全过程健康教育

建立从进医院实习到离院的全过程心理健康跟踪,实习生入院时,开展全面的岗前培训,内容包括医院概况、实习生管理制度、安全教育等,通过培训帮助实习生了解

实习期间可能面临的压力和挑战,提前做好心理准备。在实习过程中,开设心理健康专题讲座、实习生人际关系沟通技巧等课程,帮助实习生正视心理健康问题、提升沟通技巧。充分发挥中医医院优势,从中医角度向实习生科普心理健康问题的病因病机,积极运用中医理论与方法,通过音乐疗法、耳穴疗法、运动养生等,对心理状态进行自我调节,把心理健康教育贯穿至整个实习过程。

4.5 院校协同,提升心理健康支持

加强院校联动,推动心理健康教育前移,由学校在学生实习前组织心理健康评估,对评估显示暂不适合临床实践的学生暂缓安排入院实习。建立实习生家校沟通机制,对实习期间出现适应性或心理问题的学生,及时告知家长并协同开展干预引导。针对实习生不同发展方向(如就业、专升本、考研等),制订差异化教学方案,并依据实际情况动态调整。对有学历提升需求的学生,在经学校正式审批同意后,医院可开通绿色通道,合理安排考试复习假期,实现教学支持的个性化与人性化。院校协同建立多元、畅通的学生意见反馈渠道,通过定期开展问卷调查、组织座谈会以及安排一对一沟通等形式,系统收集实习生对带教教师、教学过程、科教科管理等方面的评价与建议。依据反馈信息进行综合分析,共同优化教学安排与内容,在保障共性教学质量的同时,兼顾个性发展需求,有效缓解学生心理压力,提升整体教学实效与实习生满意度。

5 结语

实习阶段医学生的心理状态对其顺利完成实习及今后接受继续医学教育都将产生直接或间接的影响,同时也将影响医院教学和医疗工作的开展,甚至影响整个医疗环境和社会和谐^[6]。因此科教科要担起主体责任,以实习生为中心,积极协调各部门,为实习生创造一个舒适、和谐的实习环境,提供全面的心理支持和帮助,助力他们顺利度过实习阶段,成为合格的医学人才。

参考文献:

- [1] 国务院办公厅关于加快医学教育创新发展的指导意见[J]. 中华人民共和国国务院公报, 2020,(28):27-31.
- [2] 宋昕,相昆,崔华良等. 中医院校实习生疫情期间心理状况调查及远程干预研究[J]. 中国中医药现代远程教育, 2024,22(10):112-114.
- [3] 程鹏. 临床专业实习生心理健康状况及其影响因素研究[D]. 山东大学, 2015.
- [4] 耿艳芳,李淼,赵欣. 临床实习生教学现状和教

学管理的实践和思考[J]. 中国继续医学教育, 2021,13(25): 102-106.

[5] 陈海霞, 白玉. 影响医院实习生管理的问题分析与对策[J]. 河南医学研究, 2010,19(02):238-239.

[6] 叶剑英, 黄年招, 胡梅娇. 当前医学生临床实习阶

段的心理问题与对策[J]. 科技视界, 2017,(10):163.

作者简介: 赵桂芬(1979.02-), 女, 白族, 云南大理, 主任药师, 研究方向: 药学、科研、教学等管理。

* 通讯作者: 李全善(1992.03-), 女, 白族, 云南大理, 本科, 初职, 研究方向: 公共事业管理、教学管理。