

创建促进青少年身心健康的社区护理服务体系的构想

王月枫¹ 王 辉²

(1 哈尔滨医科大学大庆校区 黑龙江 大庆 163319 2 上海思博卫生技术与护理学院 上海 201300)

摘要: 青少年时期人的心理生理都处于不断变化的阶段, 是不稳定时期。青少年身心健康成长关系到整个社会的稳定和发展, 因此青少年的身心健康问题应得到广泛的关注。欧美等一些国家已经建立了专门服务于青少年的医疗卫生服务体系, 例如美国的 SBHCs 组织, 我国公共卫生服务体系还不十分完善, 因此没有相关组织结构的建立, 这个问题应该得到广大医疗卫生战线的人员来重视, 相关问题还有待于探索研究。本文就关于创建提高青少年心理健康的社区护理服务体系的意义和如何创建提高青少年心理健康的社区护理服务体系的设想等问题发表了一些个人粗浅的见解。

关键词: 青少年; 身心健康; 社区护理

中图分类号: R395.6 **文献标识码:** A

The Idea of Founding Community Care Service Systems to Advance Physical and Mental Health of Teenagers

WANG Yue - feng

(Daqing Branch, Harbin Medical University, Daqing 163319, Heilongjiang, China)

WANG Hui

(Shanghai Sibo Health and Nursing College, Shanghai 201300, China)

ABSTRACT: Teenagers' periods are changing unceasingly in the psychology and physiology, and whether their physical and mental health is good or not is in relation to the social stabilization and development, which should be paid more attention. In some West countries, medical health service systems - such as, SBHCs in America - were set up and specialized in serving the teenagers; however, in our country, there are no relative organizations to be established. In this article, the author proposed some simple opinions about how to set up community care service systems.

Key words: Teenagers; Physical and mental health; Community care

青少年时期是一个生理和心理都急剧变化的时期, 是人生中不稳定的时期。青少年对自己生理和心理的变化、成长的烦恼、学校和家庭的期望、社会各方面压力的适应都很不容易, 因此这个时期是人生的适应危机期^[1]。青少年处理问题的能力处于行为选择性的危机期^[2], 那些原本心理健康状况不良, 解决问题能力差的青少年这个时期更容易出现心理危机, 如果没有得到积极的引导很可能走向极端。据中国心理学会透露, 根据一项对 22 个省市青少年心理健康状况的调查显示, 我国有 3000 万青少年处于心理亚健康状态, 我国约有 13% 的青少年存在明显的心理和行为问题^[3], 因此应该在我国建立提高青少年心理健康的公共卫生服务体系。

社区护理作为公共卫生事业中一个重要的专业领域, 它在公共卫生服务系统中扮演着重要角色。社区护理是综合了护理学和公共卫生学的理论和技术以社区为基础、以人群为对象、以服务为中心, 将医疗、预防、保健、康复、健康教育、计划生育等融于护理学中, 并以促进和维护人群健康为最终目

的, 提供连续性的、动态性的和综合性的医疗保健服务^[4]。英国作为社区护理的发源地, 他的中央评议会将社区卫生护理分成了 8 种, 其中包括了社区儿童的护理和学校卫生护理两项内容。北美的社区护理形式中也包括有中小学学生护理。在美国很多地区都创建了 SBHCs (School-based health centers 以学校为基础的健康中心) 的组织, 这一组织的发起者是社区的健康中心, 其参与实践的大部分是社区护士。这一组织的宗旨是建立以社区为中心的为学校学生提供照护, 建立有效的系统提供广泛的照护服务, 增进青少年和儿童的健康^[5], 大部分的 SBHCs 组织提供青少年和儿童的心理照护服务。我国的社区护理服务起步比较晚, 还没有形成一个完整的体系。在大部分开展社区护理的地区, 其主要的服务对象多是针对老年人以家庭护理为中心的社区护理, 对于青少年的社区护理服务的建立鲜见报道。因此就目前的总体状况来看, 还远未体现出社区护理应有的效能和作用。现就建立我国提高青少年心理健康的社区护理服务体系探讨如下。

1 关于创建提高青少年心理健康的社区护理服务体系的意义

1.1 有利于完善公共卫生的医疗体系

社区护理在我国才刚刚起步, 它作为公共卫生事业的一部分发展的还不够成熟。其服务所面向的群体还不够全面, 将社区护理的人群渗透到青少年的群体中, 这对于我国公共

作者简介: 王月枫, (1978-), 女, 助教,

哈尔滨医科大学大庆校区护理系成护教研室,

E-mail: WYfo120_@sina.com

王辉(1982-) 女, 本科在读, 助教, 上海思博卫生

技术与护理学院学生管理办公室

(收稿日期: 2006-04-16 接受日期: 2006-05-18)

卫生事业的发展和延伸都是非常意义的事业。

1.2 有利于青少年的健康成长, 促进社会的进步

青少年作为社会的重要组成部分和未来社会建设的主要力量, 他们的健康成长对于社会的发展和稳定都是相当重要的。只有心理健康的孩子长大以后才能成为社会建设的力量, 促进社会的稳定和发展, 因此青少年的心理健康问题应得到广泛的关注。

1.3 减少青少年的犯罪率, 稳定社会治安

青少年犯罪是世界范围内的社会问题, 在 2004 年的上半年, 莫斯科未成年犯罪数量较去年同期增加了 13.5%。日本的初等教育向来受人称道, 但据日本文部省调查, 1998 年日本公立中小学的校内暴力事件共发生 29685 件, 比 97 年上升 26%。近年来我国的青少年犯罪率也在不断的上升, 减少青少年的犯罪和暴力事件的发生已经成为了一个全社会的任务。增加青少年的心理健康水平减少青少年的犯罪, 对于社会治安的稳定有重要的意义。

1.4 充分体现护理的人文关怀, 使护理更加贴近人们的生活, 提高护士的社会地位和影响力

护士的社会地位低, 人们认为护士就是给人打打针, 发发药, 擦擦大小便的工作, 对于护理事业的人文关怀还没有充分地认识。开展社区青少年的心理健康护理工作可以使社区的护士走进人们的家庭和生活, 充分体现护理的人文关怀和让人们更好的认识护理职业。

1.5 培养全方位的护理人才, 提高护理人员的就业率

开展社区护士的青少年心理健康的护理可以提高护士心理护理的技术, 培养全方位的护理人才。目前, 我国护理人员的就业现状出现很大的两极分化现象: 一方面, 高级护理人才缺乏, 各医院对这样的人才才是“求贤若渴”; 而另一方面, 学历低的大量的中等护理人才又很难就业, 很多都改行做了其他, 这对于本来就人力不足的护理事业是很大的人才浪费, 完善社区护理的体系对于中等护理人员的就业会是很大的改观。这既可以保证人才的不浪费还可以很大程度上缓解护理方面的就业压力。他们可以在这个空间了更好的运用自己的专业知识为护理事业做出贡献。

2 如何创建提高青少年心理健康的社区护理服务体系的设想

2.1 制定统一可执行的方针, 对青少年广泛存在的危险因素进行评估

卫生管理部门应根据不同年龄段青少年可能存在的一些生理上和心理学上的危险因素制定统一评估的方针, 其制定的危险因素内可能包括: 学习的压力, 学校和家庭的教育, 性格因素, 自我安全感, 是否有物质滥用, 与周围同学的关系, 与异性之间的关系等内容。可将这些内容制定成手册下发给各个社区的护士, 使他们可以清楚的了解这些危险因素, 对于管辖社区内青少年建立健康档案。

2.2 与社区内的学校联合统一对社区内的青少年进行管理

我国可以借鉴美国 SBHCs 的经验, 和社区内的学校联合, 建立以学校为中心的青少年心理健康中心, 社区内的护士可以定期的到学校进行群体教育, 定期举行心理健康教育讲座, 内容为青少年中可能威胁到他们健康成长的不良行为和因素, 使他们对自身心理健康状况有一个正确的认识, 对一些存在心理问题的青少年进行面对面指导, 采取直接交谈, 电话、通信及家访的方法, 指导他们如何纠正自己的不良行为, 解答他们提出的疑问, 教导他们如何抵制外界的不良刺激, 如何使自己成为一个身心健康的人。

2.3 开展社区内讲座等形式的父母教育

多年来, 在有关专家在儿童心理发展影响因素的研究中, 家庭因素始终是不可或缺的方面, 而父母的影响又是关注的重点^[6]。父母作为有子女的社会成员的特定角色, 自身素质本身就是一种教育因素, 这个是家庭教育具有潜移默化的特点决定的。定期开展讲座的形式可以提高父母的教育素质, 对于孩子在成长中出现的各种心理问题父母都有很好的认识, 增加对青少年心理健康教育的程度。

2.4 建立相应的干预和有效的评价系统

对那些存在心理健康问题的青少年, 社区的护士要做好相关的干预和护理, 最近要建立一个有效的评价系统, 看对于此的干预和护理是否有效。

2.5 为存在心理健康问题的青少年建立心理档案, 随访调查

社区护士可以定期在自己服务的社区内对青少年进行心理状况的评估, 为存在心理问题的青少年建立健康档案, 这些青少年是社区护士进行护理的主要对象。通过建立档案对这些青少年定期跟踪随访观察他们心理的转变过程, 评估心理健康状况是否得到改善, 以此来衡量护理工作是否取得成效。

总之, 开展青少年心理健康的护理是任重而道远的一项任务, 对于整个社会都将是意义深远的事业。那些有志于从事社区护理的人员不妨把目光投注于此上, 对于未来的发展将大有可为。

参 考 文 献

- [1] 徐俊冕. 青少年生理心理特征与心理健康[J]. 中国行为医学科学, 2005, 14(2): 100-101
- [2] Gall GB, Pagano ME, Desmond MS, et al. utility of psychosocial screening at school-based health center. [J] Sch Health. 2000, 70(7): 292-298
- [3] 巢欣. 青少年心理健康问题及其对策[J]. 岳阳职业技术学院学报, 2005, 20(2): 122-123
- [4] 尚少梅, 侯淑肖, 巩玉秀. 社区护理的内涵与外延[J]. 中国护理管理, 2005, 5(3): 28-30
- [5] Lowe JM, Knapp ML, Meyer MA, et al. Related Articles, Links Roover ML. School-based health centers as a locus for community health improvement. Qual Manag Health Care, 2001, 9(4): 24-32
- [6] P·H 墨森等著, 缪小春, 等翻译. 儿童发展和个性[M]. 第十一章, 上海: 教育出版社, 1999 年