

新冠肺炎疫情对中医药院校学生心理影响及对策研究*

李秀岩¹ 王艳宏¹ 吕邵娃¹ 管庆霞¹ 王秋颖¹ 臧玲玲² 王博妍³ 李永吉^{1#}

(1 黑龙江中医药大学 哈尔滨 150040;

2 海南省卫生学校 海口 570100;

3 黑龙江生物科技职业学院 哈尔滨 150025)

摘要: 高校开学在即, 针对新冠肺炎疫情可能给中医药院校在校学生带来的诸如信息过载、创伤应激、心态变化、信任危机、出国安全、就业选择等问题, 站在中医药院校医药专业教师的角度阐述对疫情及疫情期间重大事件的认识, 结合以往疫情对在校学生产生心理影响的经验, 以彰显医护人员在抗疫时的突出贡献、强调抗疫时党的坚强领导和人民的团结一致、突出中医药在战胜疫情过程中发挥的巨大作用为原则, 引导学生调整心态、强化目标、重建习惯, 帮助其尽快排解负面情绪, 建立新冠肺炎疫情医护人员和药学及基础医学人员先进事迹教育素材案例库, 打造特定案例与中医药专业知识结合的疫情案例课堂为方法的中医药专业课程。通过精心的课程设计与实施, 达到化危为机, 提升学生对中医药事业的热爱, 增强中医药院校学生的民族自豪感和自信心, 稳定学生心理状态, 尽快恢复乐观积极学习状态的目的。

关键词: 新型冠状病毒肺炎; 心理重建; 教学方法; 中医药专业

中图分类号: G642

doi: 10.3969/j.issn.1003-305X.2020.03.080

Countermeasures of psychological impacts of COVID-19 on TCM colleges students*

Li Xiuyan¹, Wang Yanhong¹, Lv Shaowa¹, Guan Qingxia¹, Wang Qiuying¹,

Zang Lingling², Wang Boyan³, Li Yongji^{1#}

(1. Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin 150040

2. Hainan Health School, Haikou 570100

3. Heilongjiang Vocational College of Biology Science and Technology, Harbin 150025)

Abstract: During the outbreak of COVID-19, colleges students are required to stay at home and learn online. This new situation has imposed such challenges to college students as information overload, trauma stress, psychological changes, crisis of trust, safety of going abroad, and employment. This paper provided the understanding of epidemic situations and information of the major events during the epidemic periods from the perspective of TCM specialists. Together with

the past experiences of epidemic psychological impacts on college students, this paper highlights the outstanding contributions of medical staff in fighting against the epidemic, emphasizes the party's strong leadership and the unity of the people during the epidemic outbreak, and stresses the significant role TCM in battling the epidemic. Guided by the above principles, colleges students are facilitated to adjust their attitudes, re-identify their goals, reconstruct their habits to get rid of negative emotions. Besides, stories of those dedicated people and their bravery deeds should be gathered, designed into course cases in combination with TCM knowledge. The author believes that the implementation of well-designed courses will not only enhance students' enthusiasm for TCM, sense of national pride, and their self-esteem, but also stabilize their state of mind, as well as restoring their optimistic and positive learning state.

Keywords: COVID-19; psychological reconstruction; teaching method; TCM discipline

2019年12月31日武汉市卫计委发布肺炎疫情通报称发现27例不明原因肺炎病例^[1],至2020年2月19日24时,51天总计确诊74576例,病死2118例^[2],医护人员感染3019例^[3]。病毒传播的速度,病情的凶险程度,都已明确超过了2003年的非典型肺炎(SARS)。在疫情管控举措上,经过政府会同各路专家论证,全国各地根据各自情况做出强有力的控制措施。同日,国家卫生健康委员会发布的新型冠状病毒感染的肺炎诊疗方案(试行第三版)^[4],开始大篇幅成体系的加入了中医药诊疗方案,并要求患者合用中药治疗,至19日发布诊疗方案试行第六版,中医药一直在疫情一线诊疗中发挥着巨大作用。此次疫情将对信息接收快、思维活跃的新时代中医药院校学生(以下简称“学生”)产生深刻影响。因此,积极的公共事件案例教育,将有助于引导学生对共同关注问题的思想统一,有助于帮助学生用积极乐观心态面对疫情后的学习生活^[5]。

1 新型冠状病毒肺炎给中医药院校学生带来的心理影响

1.1 信息过载

新型冠状病毒肺炎(Covid-19)(以下简称“新冠肺炎”)疫情发生以来,人民群众响应国家号召,居家隔离。居家“抗疫”期间,广大群众特别是青年学生都非常关心疫情的即时变化,长时间被海量的疫情信息包围,造成信息过载。各类疫情信息交叠使我们的情绪和心理状态处于高度紧张状态。进而将人引入消极的心理状态^[6]。

大量疫情相关信息,通常都是一个客观事件的几种甚至几十种解析角度和目

的版本。大部分文章为强化论点支撑信息，淡化甚至抹除反证或不支撑部分客观事实。以学生为代表的广大青年群体，人生观、世界观、价值观还没有完全定型。他们有一定的判断能力，但是海量碎片化信息所包含的多视角让学生不断徘徊在是非对错等主观强化过程中，这个过程虽然强化了自我认知，却无法实现个人思想的成长^[7]。大量碎片信息在无引导状态下自身很难完成思想体系整合，学生一旦错过在校期间实现思想成长的机会，如果在之后的工作中又无法实现进一步的学习，就会出现判断力明显偏低，无法积极正向面对工作和生活的情况^[8]。

1.2 心理应激创伤

每一次的灾难，都会给亲历者造成大量的心理问题^[9]。2008年汶川地震发生后1年内，2100多名心理救援人员，对四川地区受灾群众开展了2607230余人次个体心理干预，取得了较好的救援效果^[10]。但此次疫情与其他灾害成因诸如地震、火灾、空难等导致的心理应激创伤有很大的区别，表现在由于疫情传播范围和感染概率不确定而导致的需救援的对象不确定；由于没有有效的治疗手段，而导致预后不好，并由此带来大范围的恐慌心理^[11]。本次新冠肺炎疫情上述特点表现非常突出，使学生产生紧张情绪和心理创伤，这种面对病毒的无力感和绝望感会进一步渗透到学习和生活中，产生厌学乃至厌世的消极心理状态^[12]。

1.3 社会信任下降

8名最先发出疫情警告的医生被训诫事件，由于李文亮医生的不幸离世被舆论推至全民讨论的高潮；医生护士与湖北人不得入内，需要协调医院院长甚至报警处理伤害了广大医护人员的感情；患者家属殴打医生，并扯坏其防护服等一系列事件被大量转载传播。这些事件的发生在特殊时期极为敏感，不适当引导，这一系列公共卫生问题将引发学生对政府信息透明和执法能力的信任危机。

1.4 出国深造担忧

随着科学技术的进步，医药学专业知识每天都在更新，研究人员需要不断学习、不断交流才可以更好地服务于人民健康。本次新冠肺炎疫情导致多个医药交流目的国暂时切断人员交流。留学、交流等出国学习深造机会将面临很多的不确定性。虽然恢复人员交流容易，但人群中产生的“Covid-19源自中国”的偏见很难在短时间消除，导致学生出国交流学习需要面对更多的不确定性。

1.5 就业选择影响

疫情期间医护人员的自我牺牲和忘我付出获得了极高的赞誉。但诸如河南南

阳护士有家难回、李文亮等医生发出防疫预警而被训诫、武汉四院医生被患者家属殴打、浙一新冠肺炎确诊患者咬伤治疗医生等，一系列个案事件以及一线战场 3 019 名医护人员被感染，8 名医护人员殉职等信息让学生真切地看到了医护人员从业环境的高风险。强烈的心理冲击，在移情作用的影响下，会让学生对高危事件做同情化处理^[13]，产生诸如给患者治疗时会不会被伤害、在疫情前线会不会被感染、怎样才能避免伤害等多方面的担忧并影响其就业选择。

2 消除疫情对学生心理影响的教学策略分析

中医药专业学校可以通过上课下课相结合，全方位多层次有针对性地设计课程和活动进行疫后创伤心理引导。课下方面组织如“以人为本 生命至上”“最美逆行者”“我的抗‘疫’”等，表彰为抗击疫情表现突出的本校校友等系列主题活动。课上充分发挥各中医药专业任课老师的专业特长，把疫情案例结合到专业课内容中，既能生动讲好专业课程，又能和风细雨做好思政教育，在课程设计上有下列几点原则。

2.1 彰显医护人员的责任感和使命感

奋战在疫情一线的医护人员作出了巨大的牺牲和卓越的贡献，政府和人民已将奋战在抗疫一线和正奔赴抗疫一线的医护人员称之为民族英雄，被称为最美逆行者。作为医护人员，使命是守护人民的生命健康，责任是战胜病痛。作为未来的医护人员，学生应时刻谨记这份使命，为即将成为医生护士而感到自豪。

2.2 强调抗击和战胜疫情带来的民族自豪感和荣誉感

网络上有很多讨论新冠肺炎发生在其他国家会是何种结果的假设。通过与 2009 年发生在美国的 H1N1 疫情、2014 年发生在非洲的埃博拉病毒疫情、2019 年发生在澳大利亚的森林火情进行横向对比，从政府的反应速度和人民受损程度两个指标进行观察，得出没有共产党的领导就没有团结一心的中国人民，没有高效运转的中国政府就没有防扩散压倒一切的决心和行动的结论。将这部分素材应用到教育教学中，增强学生对团结的人民和高效的政府产生自豪感。

2.3 突出中医药在战胜疫情过程中发挥的巨大作用

2020 年 1 月 21 日，科技部副部长徐南平组织召开“新型冠状病毒联防联控工作机制科研攻关专家组第一次会议”，会议宣布成立以钟南山院士为组长，14 位专家组成的新冠肺炎联防联控工作机制科研攻关专家组。国家层面迅速启动应急科研攻关项目。着重在包括中医药防治在内的 10 个方面进行部署^[14]。23 日卫健

委发布《新型冠状病毒感染的肺炎诊疗方案（试行第三版）》开始，至19日发布试行第六版的4版诊疗方案，都大篇幅成体系地加入中医药诊断标准和治疗方案。各省市紧随其后也提出了各自特色的中医药诊疗方案，并明确要求确诊患者必须服用中药。大量的康复患者案例再一次证明了中医药是当之无愧的民族瑰宝，是关键时刻能够解百姓于倒悬的定海神针。中医药专业学生的教育，不仅要注重学生的专业理论知识和学习实践技能，更应注重培养学生的整体素质^[15]。中医药院校学生，作为将来中医药领域的从业者，要有运用中医药救死扶伤的自豪感，有捍卫中医药荣誉的使命感。

3 消除疫情对学生产生心理影响的教学方法

3.1 积极引导学生排解负面情绪

新冠肺炎疫情实时动态信息事关生命健康，长时间关注疫情信息，无论是为奋战在一线医护人员的牺牲精神而感动，还是为不断增加的确诊数据而担忧，亦或是为武汉红会的不作为而气愤，都会让人长时间处于强烈的情绪波动中，继而引发大量的情感蓄积。应引导学生疫后能够辩证看待之前关注的新闻事件，理性站稳观察角度，坚定地保持正确政治立场。需要通过运用行为心理学工具做出细致分析，通过积极的心理暗示教给学生应对突发灾难的方法。通过心态调整，目标强化，习惯重建等帮助大家排解各种负面情绪，回归正常的学习生活方式。

（1）心态调整。从国家发展变化客观事实入手帮助学生调整心态。疫情带给学生最大的心理状态是恐惧和消极^[16]。对于疫情带来的这种失衡心理，可以站在历史的角度引导，从过往经历过的灾难，譬如和本次类似的“SARS”疫情说起，用事实展现疫情之后中国日新月异的变化，医疗环境及公共卫生条件的成熟和提高，让学生感受从2003年起，自身周边的环境、科技、生活质量等一系列条件的变化，传递出：灾难只会让民族更团结、人民更奋进、国家更强大的信念，重新燃起对未来生活的美好期望和对自身发展的无限向往。

（2）目标强化。翔实的数据和透明的信息引导学生正确面对负面信息，强化坚守职业目标。诸如患者不幸离世医生被打、治疗过程中医生被咬、护士下班回家无法进入小区等个别不良事件引起的负面情绪，可能会误导部分学生对自身职业目标重新考量做出不恰当的抉择，影响其职业选择。上述所有事件在高热度时期都是负面信息，但是通过长时间的观察会得到更多完整信息，如患者不幸离世医生被打，打人者已被移送司法机关进行严肃处理；治疗过程中患者失智医生

被咬，原因是患者在此期处于谵妄状态，医生也做好了充分的防护，此属于意外事件；护士下班回家无法进入小区，已依法对该小区物业进行了处理等，都可以消除学生们对医护群体缺乏保护、权益可能被践踏的担忧，坚定其职业选择和目标。

(3) 习惯重建。重建良好的行为习惯，将有助于构建乐观的心态，有助于开展积极的学习生活。新学期的学习生活开始之后，根据学校自身情况规定合理的作息时间，要求适量活动，安排合理课程，尽快改变学生从1月23日起形成的大量刷手机、无户外活动、无规律作息时间等行为习惯。21天能够改变人的行为习惯^[17]，从居家隔离至疫情过去解除封闭大大超过21天，重建良好的行为习惯需要学校组织、教师引导、同学影响来共同完成。

3.2 精心设计与疫情案例相结合的专业课程

(1) 建立新冠肺炎疫情医护人员先进事迹案例库。建立新冠肺炎疫情医护人员先进事迹案例库，完善专业课堂教学素材。在新冠肺炎抗疫的过程中，涌现出很多关于医护人员的公共事件。建立并不断完善新冠肺炎疫情期间医护人员事迹的案例库，并跟踪处理结果，把及时的纠正和弥补等后续措施整理在内。还原事件客观事实，避免因新闻热度消退，学生不掌握完整信息，而导致错误认识。全方位回应热点事件，传递体现社会整体认知和处理能力的进步信息。通过掌握多角度的观察视角，从学生愿意接受的正面视角引发讨论，激发其学习热情。

(2) 建立药学及基础医学人员事迹案例库。建立新冠肺炎疫情药学及基础医学人员先进事迹案例库，完善专业课堂教学素材。在本次疫情发展的过程中，医护人员在前方奋战，取得决定性进展的先决条件是对病毒及疾病的基础研究和治疗进展。病毒株的分离、病毒传染性的预测、防控措施的制定、检验手段研发、用药规则的确定、中医的辨证等，每一步进展都离不开药学及基础医学从业人员不分昼夜的科研攻关。虽然药学及基础医学研究人员身在后方，但对打赢这场抗病毒战役，同样起着至关重要的作用。建立疫情期间医药研究人员取得的成果以及背后团队事件的教学案例库，能够把学生带入到抗击疫情的情境中去学习药学及基础医学的知识。

(3) 特定案例与中医药专业知识匹配形成生动的医药专业课。案例教学模式具有很强的生动性，能够让学生在案例中体会知识，对理论性较强的学科具有很大的帮助^[18]。专业课程设计过程中要从案例库中找到专业知识相关联的故事，

将专业课程的内容融入到故事当中。应用学生熟悉的案例，能够使学生产生“移情效应”，对其产生强烈的心理冲击。经过设计的疫情案例教学，要能够让学生体会到理论知识运用于实际工作中解决重大医疗问题的荣誉感，更能够激发学习热情，更好地掌握专业知识。由此寓理于事，帮助学生掌握专业内容，同时提升职业认同度，强化使命感和责任感。

4 小结

中华民族在悠久的历史长河中经历了无数次瘟疫的考验，每次都凭借着人民群众的智慧团结和博大精深的中医药战胜了疫情。多难兴邦，每一次的磨难都将把中华民族的文明水平和社会发展推高到一个新的层次。作为中医药院校专业教师，既要扎实的专业知识传授给学生，也要将中华民族不屈不挠、勇于抗争、舍我其谁、战之必胜的强大民族信仰传承给学生。在新冠肺炎疫情后的教学过程中还要善于把握学生的心理状态变化，引导学生恢复积极乐观的学习工作生活状态。

参考文献:

- [1] 武汉市卫生健康委员会. 武汉市卫健委关于当前我市肺炎疫情的情况通报 [EB/OL]. (2019-12-31)[2020-02-18]. <http://wjw.wuhan.gov.cn/front/web/showDetail/2019123108989>
- [2] 国家卫生健康委员会. 截至 2 月 15 日 24 时新型冠状病毒肺炎疫情最新情况 [EB/OL]. (2020-02-16)[2020-02-18]. <http://www.nhc.gov.cn/xcs/yqtb/202002/4a1b1ec6c03548099de1c3aa935d04fd.shtml>
- [3] The Novel Coronavirus Pneumonia Emergency Response Epidemiology Team. The Epidemiological Characteristics of an Outbreak of 2019 Novel Coronavirus Diseases (COVID-19)-China, 2020[J]. China CDC Weekly, 2020. 2(8):113-122
- [4] 国家卫生健康委员会. 关于印发新型冠状病毒感染的肺炎诊疗方案（试行第三版）的通知 [EB/OL]. (2020-01-23)[2020-02-18]. <http://www.nhc.gov.cn/xcs/zhengcwj/202001/f492c9153ea9437bb587ce2ffcbee1fa.shtml>
- [5] 刘巧丽. 灾后重建中青年群体政治心理引导[J]. 宜宾学院学报, 2011, 11(4):119-121
- [6] 华东师范大学心理与认知科学学院. 重视疫情信息的间接心理创伤的防护 [EB/OL]. (2020-02-12)[2020-02-18]. <http://psy.ecnu.edu.cn/43/5e/c17484a279390/page.htm>
- [7] 宋锋林. 认知的维度[M]. 北京:北京邮电大学出版社, 2018

- [8] 张建新. 灾害心理行为研究与心理援助[J]. 中国减灾, 2011(19):17-18
- [9] 中国军网. 灾难过后心理急救不可缺 [EB/OL]. (2015-08-20)[2020-02-18]. http://www.81.cn/zghjy/2015-08/20/content_6640001.htm
- [10] 王文忠, 张侃. 汶川地震心理援助的实践与经验[A]. 应急管理国际研讨会. 2010 年应急管理国际研讨会论文集[C], 应急管理国际研讨会, 2010:907-910
- [11] 舒展. 突发公共卫生事件对临床医学生心理影响的研究[J]. 医学与社会, 2004(6):53-55
- [12] 杜环利. 大学生厌学心理原因及对策分析[J]. 学周刊, 2019(29):16-17
- [13] 赵晶, 汪涛. 社会资本、移情效应与虚拟社区成员的知识创造 [J]. 管理学报, 2014, 11(6):921-927
- [14] 科技部. 科技部会同相关部门共同开展新型冠状病毒肺炎疫情应急科研攻关 [EB/OL]. (2020-01-23)[2020-02-18]. http://www.most.gov.cn/kjbgz/202001/t20200123_151231.htm
- [15] 管庆霞, 曹玲, 杨志欣, 等. 基于创新型人才培养的中药制剂设计学课程教学改革[J]. 中国现代教育装备, 2018(23):107-110
- [16] 段坪利, 张丹妮. 我国灾后群众心理危机干预救助机制研究 [J]. 价值工程, 2020, 39(3):197-198
- [17] 何炎芬. “21 天效应”在高职大学生心理素质教育中的应用与探索[J]. 现代职业教育, 2017(19):50-51
- [18] 王锐. 基于应用型问题的案例式教学模式的探索与实践[A]. 黑龙江省高等教育学会. 黑龙江省高等教育学会 2016 年学术年会暨理事工作会论文集(下册) [C], 哈尔滨: 黑龙江省高等教育学会, 2016:189-194

(收稿日期: 2020-02-19)

李秀岩, 女, 博士, 讲师

#通信作者: 李永吉, 男, 博士, 教授, 博士生导师

*2019 年度黑龙江省高等教育教学改革研究一般研究项目 (No. SJGY20190614)