

户外拓展对护理团队建设的作用

元 云

海军青岛特勤疗养中心神经康复科 266071

【摘要】目的 积极探索如何加强护理团队的凝聚力提升职业幸福感。**方法** 将“户外拓展”主题活动纳入护理团队日常工作中,通过听取护理人员意见建议来确定主题活动内容来活跃团队提高团队核心凝聚力。**结论** 通过主题活动可以加强护理团队凝聚力,有效的缓解工作压力提高职业幸福感。

【关键词】 户外拓展; 护理团队; 职业幸福感

【中图分类号】 R473

【文献标识码】 B

【文章编号】 2095-7718 (2023) 06-170-01

随着社会经济的发展,人们对健康的概念越来越重视。这就要求医疗行业面临压力越来越大,护理人员作为患者的第一接触者所面临的风险和心理压力日益加重。护理作为知识密集、技术精良、充满爱心的专业技术性、服务性行业。它既有关怀照顾的专业实践又具有真诚服务的伦理和责任。^[1]是一个集责任、伦理道德为一体的综合体现的职业。随着优质护理服务的深入开展,人们对护理质量的要求越来越高,护理人员的工作范畴也越来越细致。护理人员经常会面对上级的工作压力和患者的不理解等等诸多因素。这种恶性循环往往会导致护理人员出现职业充满厌倦、恐惧等不良情绪。只有帮助她们降低外界不良因素不断提升护理团队的凝聚力才能更好的服务于患者,提供职业幸福感。户外拓展训练是一种体验式的培训,它源于国际组织 Outward Bound,在香港被称为“外展训练”,引入中国大陆时改为“拓展训练”。^[2]它不仅可以提高人员身体素质还能提高团队协作能力,通过趣味性运动来消除压力源。

1 实施方法

1.1 确立目标

整理出户外拓展训练的整体思路力求通过拓展活动,将人性化服务的理念更好的给予护理人员,让护理人员真正的感受到关爱。

1.2 健全体系

确立户外拓展小组策划成员,使得拓展计划按步实施户外拓展小组定期召开会议,谈论、研究团队建设的活动内容和方式,分析大家在活动中的效果,确保大家能够在活动中真正能感受到快乐更好地分解压力源。

1.3 提出具体要求

共同朝着目标努力:护理人员日常工作要求各项操作要有温度,服务态度热情,护理技术娴熟。在制定活动计划时也可以参考护理工作中的实际内容进行规划,主要目的在活动中快乐的提升各项素质,提高护理团队工作能力。

1.4 加大福利实惠

户外拓展训练的目的是提升大家职业幸福感,在参加人员

要求上要听取本人意愿不得强制参加。参加者可以携带亲属,尽量满足大家需求,构建“我为人人,人人为我”的团队氛围。

2 具体步骤

护理团队分为 2 个小组,按照抽签模式随机组合,目的通过随机的分组让日常工作有摩擦的人员在活动中可以更好的磨合。每个小组推荐一名组长,通过群体意见确立自己小组的名称、设计自己的组徽、口号和组歌。形式不限可以通过唱歌、舞蹈等来表述自己小组,让大家更好的展现自己。小组自我介绍后按照计划展开拓展训练内容,没有按照时间节点完成的小组以展示才艺作为惩罚,表现形式不限。

3 结论

护理团队在医院发展和护理管理中具有十分重要的意义,尤其是随着人们对护理服务要求和质量的提高,加强护理团队建设,促进护理质量提升十分重要。^[3]在户外拓展训练中没有上下级,大家地位平等,在活动中可以更加自由的展示自己。在分组团队中每位护理人员都能展现自己,发挥自己的才能,同时利用护理人员的优势互相补充,更好地增加团队凝聚力。如何在工作压力大等各种不良外界因素地影响下,建设好护理团队是每位管理者需要考虑的问题。作为管理者不仅要带领好护理团队的各项业务能力,还要关注好每位团队成员的心理状况,营造良好的氛围,真正的让人性化服务既归属于患者又归属于自我。在户外拓展训练在开展以来,大家工作的积极性越来越高,每个人在团队中都能找到真正的自己,促进了职业幸福感。

参考文献:

- [1] 彭美慈,王春生,汪国成,等.护理是什么[J].中华护理杂志,2004,39(1):2-5
- [2] 李刚幽.做最好的拓展训练师[M].北京:高等教育出版社,2001.
- [3] 林黎君,宁丽,李益民,等.基于扎根理论得护理专科团队建设模型构建得质性研究[J].护士进修杂志,2020,35(23):2149-2152+2156.

(上接第 169 页)

视,医院感染管理科、护理部、器械科、总务科等各科室同志共同努力、献计献策,为消毒供应中心在面对新型冠状病毒感染的紧急情况下,迅速搭建了符合感染控制要求的工作环境,并制定了详细的工作流程,消毒供应中心全体工作人员临危受命,认真、细致地做好每一项工作,严格按照规定照流程开展工作,切实将新型冠状病毒拒之门外,实现了工作期间全体工作人员零感染、工作环境零污染的目标,表明了我们的工作卓有成效,

为全市打赢抗击新型冠状病毒攻坚战做出了自己的贡献。

参考文献:

- [1] 凌江,沈芸,李萍,等.消毒供应中心去污区感染因素分析及防范策略[J].中华医院感染杂志,2018,28(2):313-316.
- [2] 王倩.品管圈活动在降低消毒供应中心器械返洗率中的应用效果[J].解放军预防医学杂志,2017,35(2):129
- [3] 熊莉莉,夏溢.消毒供应中心去污区职业危害与管理对策[J].世界最新医学信息文摘,2015,15(50):108