



科室导航

首页

科室简介

科室主任

科室专家

科室文化

科室实力

专科科普

联系咨询

亚专科

癫痫专科

神经免疫与肌病专科

脑血管病专科

神经变性疾病与遗传病专科

神经重症亚专科

您的位置: [首页](#) > [科室导航](#) > [全院科室](#) > [临床科室](#) > [神经内科](#) > [科室文化](#)

湘雅医院第二届神经专科培训班团队心理辅导活动举办

发布时间: 2022-09-29 党总支: 科室: 作者: 李育 邱惠 点击量: 757

9月29日, 湘雅医院第二届神经专科培训班团队心理辅导主题活动在门诊四楼健康教育示教室顺利开展。活动由普通外科10病室谢艳会护士长和急诊科周芳意副护士长主持, 共有45名护士参与了该活动。





活动开始前一天，谢艳会老师对学员们进行了基本情况的调查，了解她们现在急需缓解的心理问题。通过调查，发现学员们对于学习和工作的压力较大，与领导、患者及其家属的沟通需要学习，于是便选取了本次团队心理辅导的主题：“情绪心理学——积极心理体验”。

活动开始前，谢艳会老师简单介绍了团队心理辅导活动，让学员们充分了解该怎样去开展这样的心理活动。谢艳会老师和周芳意老师指导活动的开展，让学员们围坐成一圈，互相介绍对方的名字，从刚开始的局促感到后面的气氛融洽，大家在轻松的气氛下拉近了彼此的距离，从陌生到熟络，成为了彼此的朋友。随后，大家采用报数的方式，同个数字的成员组成一个小组，分成7组，讨论组名、口号及推选组长，大家互相倾诉工作、生活及学习上的压力，讨论缓解压力的方法，大家快速进入游戏，每个人都积极参与，踊跃发言。最后由组长代表发言，谢艳会老师就大家提出来的问题进行了分析和总结，让大家获益匪浅。

此次团队心理辅导大家表示是近些时间以来最轻松的时刻，通过活动大家发现压力其实没有想象中那么难以解决，多与人沟通，听听别的意见后压力便能化小，我们应当有“行到水穷处，坐看云起时”的心境；我们要用心经营生活与工作，幸福也是触手可得的，好好感受，积极面对生活中的点点滴滴，活在当下！

分享：[+](#) [+](#) [+](#) [+](#) [+](#)

责编：

上一篇：[国家老年疾病临床医学研究中心（湘雅医院）开展适宜技术推广项目“肛门括约肌肌电图在神经退行性疾病诊断中的应用推广”](#) 下一篇：[2022年湖南省医学会神经内科学专业委员会学术年会暨湖南省医师协会神经内科医师分会学术年会暨湘雅神经医学高峰论坛—“脑血管病”分会场成功举办](#)

📍 通讯地址：中国湖南长沙市湘雅路87号

☎ 医院总机 (Tel) :

📍 来院导航

☎ 24小时咨询电话：0731-89753999

✉ 邮编 (Zip Code) :
410008



中南大学湘雅医院
XIANGYA HOSPITAL CENTRAL SOUTH UNIVERSITY



官方微博



官方微信订阅号



官方微信服务号



官方抖音



[法律声明](#) | [网站地图](#) | [联系我们](#)

湘公网安备 43010502000766号