

# 大学课程

## 在紧急情况下预防和管理压力





## 大学课程 在紧急情况下预防和管理压力

- » 模式:在线
- » 时长:6周
- » 学历:TECH科技大学
- » 教学时数:16小时/周
- » 时间表:按你方便的
- » 考试:在线

网络访问: [www.techtitute.com/cn/nursing/postgraduate-diploma/prevention-and-management-of-stress-in-emergency-situations](http://www.techtitute.com/cn/nursing/postgraduate-diploma/prevention-and-management-of-stress-in-emergency-situations)

# 目录

01

介绍

---

4

02

目标

---

8

03

结构和内容

---

12

04

方法

---

16

05

学位

---

24

# 01 介绍

危机情况下的压力会导致人的神经系统崩溃,无法控制自己的情绪。与工作有关的压力和由于暴露于灾难,攻击性的病人和每天发生的自残案件而产生的频繁压力会导致在卫生保健领域工作的专家的神经系统恶化。在这个意义上,护士自己可以通过应用紧急情况下的压力管理技术来帮助他们的同事。TECH已经开发了一个课程,重点是处理创伤情况的最有效和创新的协议。所有这些,都是通过100%的在线模式,允许根据学生的个人和专业需要进行调整。





“

通过这个大学课程,你将在短短6周内学会在紧急情况下对抗压力的最有效治疗策略”

医疗保健人员也是受害者之一，他们每天在工作中遇到的情况都会给他们带来持续的压力。在这些情况下，专家们需要掌握最新的最佳护理技术和协议的同事来处理关键的压力或恐慌。通过这种方式，其他专家可以防止他们的同事陷入心理健康状况，这些状况会随着时间的推移而发展，而且大多与行为障碍有关，会影响他们的工作技能等方面。

为了满足这一需求，TECH为医疗保健专业人员制定了全面而严格的资格认证。此外，该课程是与一个在临床中心工作的专家团队共同设计的，他们是护理学和其他相关学科的专家不得不与之共存的工作压力的见证人。紧急情况下压力的预防和管理大学课程是一个探索紧急情况的各种特征，调解因素和心理影响的关键情况的资格。

主要目的是拓宽护士的知识，使他们能够在因工作环境引起的压力，应对或病症的情况下进行干预。在其他情况下，学生将能够照顾患有职业倦怠综合症或创伤后应激障碍的病人。一个充满活力和多学科的学术经验，旨在为医护人员提供150小时的理论和实践工具，在此期间他们将致力于完善他们的治疗技能。为此，他们将拥有最好的教学大纲，以及基于真实情况的临床案例和大量的额外高质量材料。所有这些都以100%的在线形式进行，使您能够灵活地适应和跟上课程。

这个**在紧急情况下预防和管理压力大学课程**包含了市场上最完整和最新的科学课程。主要特点是：

- ◆ 由心理学和应急服务的专家提出的案例研究的发展
- ◆ 该书的内容图文并茂，示意性强，实用性强为那些视专业实践至关重要的学科提供了科学和实用的信息
- ◆ 可以利用自我评估过程来改善学习的实际练习
- ◆ 其特别强调创新方法
- ◆ 理论课，向专家提问，关于有争议问题的讨论区和个人反思性论文
- ◆ 从任何连接到互联网的固定或便携式设备访问内容的可用性



现在就注册这个学位，了解更多关于急救人员压力的来源和由此产生的病症，以更新你的医疗保健能力”

“

一个针对像你这样的专业人士的课程,他们希望提高他们在卫生领域的技能,以便在任何紧急情况下用最新的工具和技术采取行动”

其教学人员包括来自该部门的专业人员,他们将自己的工作经验带入这项培训,以及来自领先公司和著名大学的公认专家。

多媒体内容是用最新的教育技术开发的,将允许专业人员进行情景式学习,即一个模拟的环境,提供一个身临其境的培训,为真实情况进行培训。

该课程的设计重点是基于问题的学习,通过这种学习,专业人员必须努力解决整个学年出现的不同的专业实践情况。它将得到一个由著名专家开发的创新互动视频系统的支持。

TECH召集了一支在急诊医学领域经验丰富的教学团队,向报名的专业人员传授所有的理论和实践知识。

它深入研究了临床工作人员持续压力的心理后果,以便你能用最好的技术来照顾你的职业同事。



# 02 目标

本大学课程紧急情况下压力预防和管理的主要目的是更新卫生专业人员的心理学知识,除其他问题外,将他们的重点放在预防这类环境中的压力。通过这种方式,学生不仅将学习创伤的保护和风险因素,还将学习创伤后压力和二次创伤后压力。所有这些,在一个动态的学习结构中,有利于理解和吸收预防和管理压力的一般技术。







“

你想扩大你在紧急情况下的表现吗？  
现在就用一个适应你和你的需求的  
资格证书来实现你的职业目标”



## 总体目标

- 深入了解压力是专业人员工作环境中暴露于创伤性情况的结果
- 详细了解在发生心理影响时与应急服务响应者合作的策略和准则

“

不要再等了, 了解更多关于  
应急人员暴露在灾难中所  
遭受的最常见的心理病症”





## 具体目标

---

- ◆ 了解压力和紧急情况对应急人员的影响
- ◆ 研究暴露在紧急情况下对应急专业人员的心理影响
- ◆ 学习压力管理和预防对应急人员心理影响的主要技术

# 03

## 结构和内容

TECH召集了一个专家团队，他们提供了可靠的知识，这些知识反映在教学大纲中，他们还将与这个学位课程的学生分享他们的实际生活经验。此外，由于TECH提供的各种材料，学生将有活动、视频总结和可下载的内容，一旦保存在设备上，即使在完成课程后也可以查阅。此外，值得强调的是，TECH采用了著名的再学习教学方法，使学生免于长时间的记忆，让他们逐步不断地吸收所有内容。





“

为你设计的课程, 深入研究职业倦怠综合症, 它的特点以及你如何用心理治疗策略面对它”

## 模块1.在紧急情况下预防和管理压力

- 1.1. 紧急情况的特点, 调解因素和心理影响的关键情况
  - 1.1.1. 心理影响的介绍
  - 1.1.2. 影响心理影响的紧急情况的特点
- 1.2. 专业人员的心理影响
  - 1.2.1. 创伤
  - 1.2.2. 替代性创伤
  - 1.2.3. 灾难
  - 1.2.4. 创伤与灾难之间的关系
- 1.3. 创伤中的保护性因素和风险因素
  - 1.3.1. 创伤中的保护性因素
  - 1.3.2. 创伤中的风险因素
- 1.4. 应对
  - 1.4.1. 同理心倦怠
  - 1.4.2. 预防
  - 1.4.3. 应对机制
- 1.5. 心理影响的后果
  - 1.5.1. 心理影响的主要后果
  - 1.5.2. 作为创伤后压力因素的心理影响
  - 1.5.3. 治疗
- 1.6. 与工作有关的压力
  - 1.6.1. 压力的概念化
  - 1.6.2. 压力的风险因素
  - 1.6.3. 与工作有关的压力的后果





- 1.7. 应急人员的压力
  - 1.7.1. 应急人员的压力来源
  - 1.7.2. 应急人员压力的调节因素
  - 1.7.3. 压力对应急人员的影响
- 1.8. 可能发生的病症
  - 1.8.1. 创伤后应激障碍和继发性创伤后应激障碍
  - 1.8.2. 倦怠综合征
  - 1.8.3. 逆反心理
- 1.9. 急救人员的病症
  - 1.9.1. 创伤后应激障碍和继发性创伤后应激障碍
  - 1.9.2. 倦怠综合征
  - 1.9.3. 逆反心理
  - 1.9.4. 差异
- 1.10. 一般技术和健康习惯
  - 1.10.1. 预防压力和管理压力的一般技巧
  - 1.10.2. 健康的习惯是一种调节因素
  - 1.10.3. 梦想

“

提高和更新你的治疗知识, 以对抗每天暴露在极端情况下的病人的压力, 例如你自己的同事”

# 04 方法

这个培训计划提供了一种不同的学习方式。我们的方法是通过循环的学习模式发展起来的：**再学习**。

这个教学系统被世界上一些最著名的医学院所采用，并被**新英格兰医学杂志**等权威出版物认为是最有效的教学系统之一。





“

发现再学习, 这个系统放弃了传统的线性学习, 带你体验循环教学系统: 这种学习方式已经证明了其巨大的有效性, 尤其是在需要记忆的科目中”

## 在TECH护理学院,我们使用案例法

在具体特定情况下,专业人士应该怎么做?在整个课程中,你将面对多个基于真实病人的模拟临床案例,他们必须调查,建立假设并最终解决问题。关于该方法的有效性,有大量的科学证据。护士们随着时间的推移,学习得更好,更快,更持久。

在TECH,护士可以体验到一种正在动摇世界各地传统大学基础的学习方式。



根据Gérvás博士的说法,临床病例是对一个病人或一组病人的注释性介绍,它成为一个“案例”,一个说明某些特殊临床内容的例子或模型,因为它的教学效果或它的独特性或稀有性。至关重要的是,案例要以当前的职业生活为基础,试图重现护理实践中的实际问题。

“

你知道吗, 这种方法是1912年在哈佛大学为法律学生开发的? 案例法包括提出真实的复杂情况, 让他们做出决定并证明如何解决这些问题。1924年, 它被确立为哈佛大学的一种标准教学方法”

该方法的有效性由四个关键成果来证明:

1. 遵循这种方法的护士不仅实现了对概念的吸收, 而且还, 通过练习评估真实情况和应用知识来发展自己的心理能力。
2. 学习内容牢固地嵌入到实践技能中, 使护理专业人员能够在医院或初级护理环境中更好地整合知识。
3. 由于使用了从现实中产生的情况, 思想和概念的吸收变得更容易和更有效。
4. 投入努力的效率感成为对学生的一个非常重要的刺激, 这转化为对学习的更大兴趣并增加学习时间。



## 再学习方法

TECH有效地将案例研究方法基于循环的100%在线学习系统相结合,在每节课中结合了8个不同的教学元素。

我们用最好的100%在线教学方法加强案例研究:再学习。



护士将通过真实的案例并在模拟学习中解决复杂情况来学习。这些模拟情境是使用最先进的软件开发的,以促进沉浸式学习。

处在世界教育学的前沿,按照西班牙语世界中最好的在线大学(哥伦比亚大学)的质量指标,再学习方法成功地提高了完成学业的专业人员的整体满意度。

通过这种方法,我们已经培训了超过175000名护士,取得了空前的成功在所有的专业实践领域都是如此。所有这些都是在一个高要求的环境中进行的,大学学生的社会经济状况很好,平均年龄为43.5岁。

再学习将使你的学习事半功倍,表现更出色,使你更多地参与到训练中,培养批判精神,捍卫论点和对比意见:直接等同于成功。

在我们的方案中,学习不是一个线性的过程,而是以螺旋式的方式发生(学习,解除学习,忘记和重新学习)。因此,我们将这些元素中的每一个都结合起来。

根据国际最高标准,我们的学习系统的总分是8.01分。



该方案提供了最好的教育材料,为专业人士做了充分准备:



### 学习材料

所有的教学内容都是由教授该大学项目的专家专门为该课程创作的,因此,教学的发展是具体的。

然后,这些内容被应用于视听格式,创造了TECH在线工作方法。所有这些,都是用最新的技术,提供最高质量的材料,供学生使用。



### 护理技术和程序的视频

TECH使学生更接近最新的技术,最新的教育进展和当前的护理技术的最前沿。所有这些,都是以第一人称,以最严谨的态度进行解释和详细说明的,以促进学生的同化和理解。最重要的是,你可以随心所欲地观看它们。



### 互动式总结

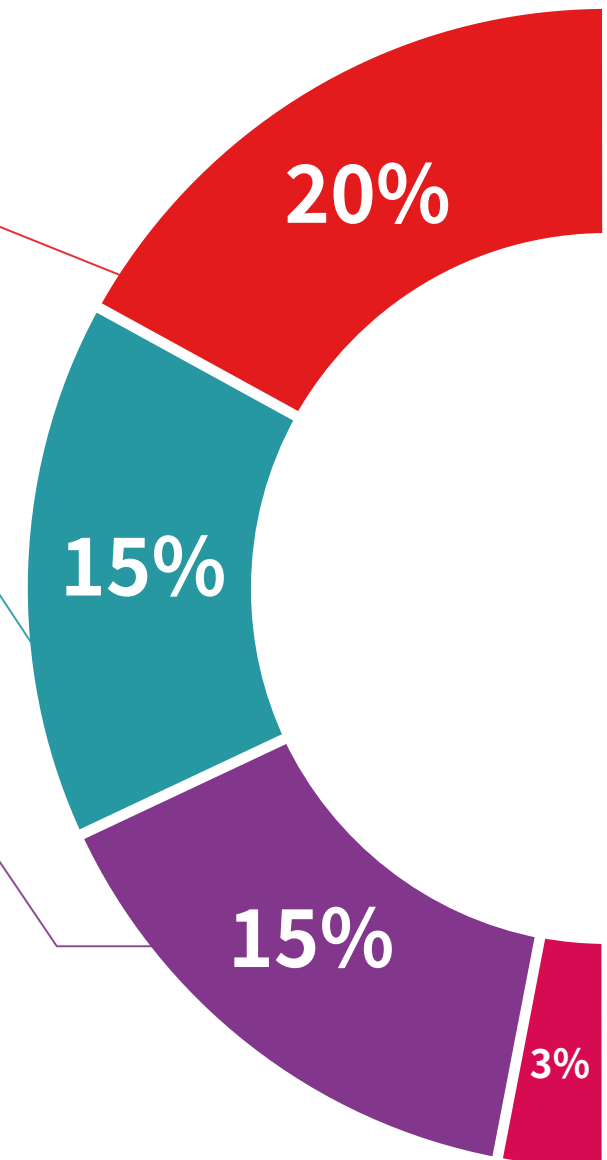
TECH团队以有吸引力和动态的方式将内容呈现在多媒体丸中,其中包括音频,视频,图像,图表和概念图,以强化知识。

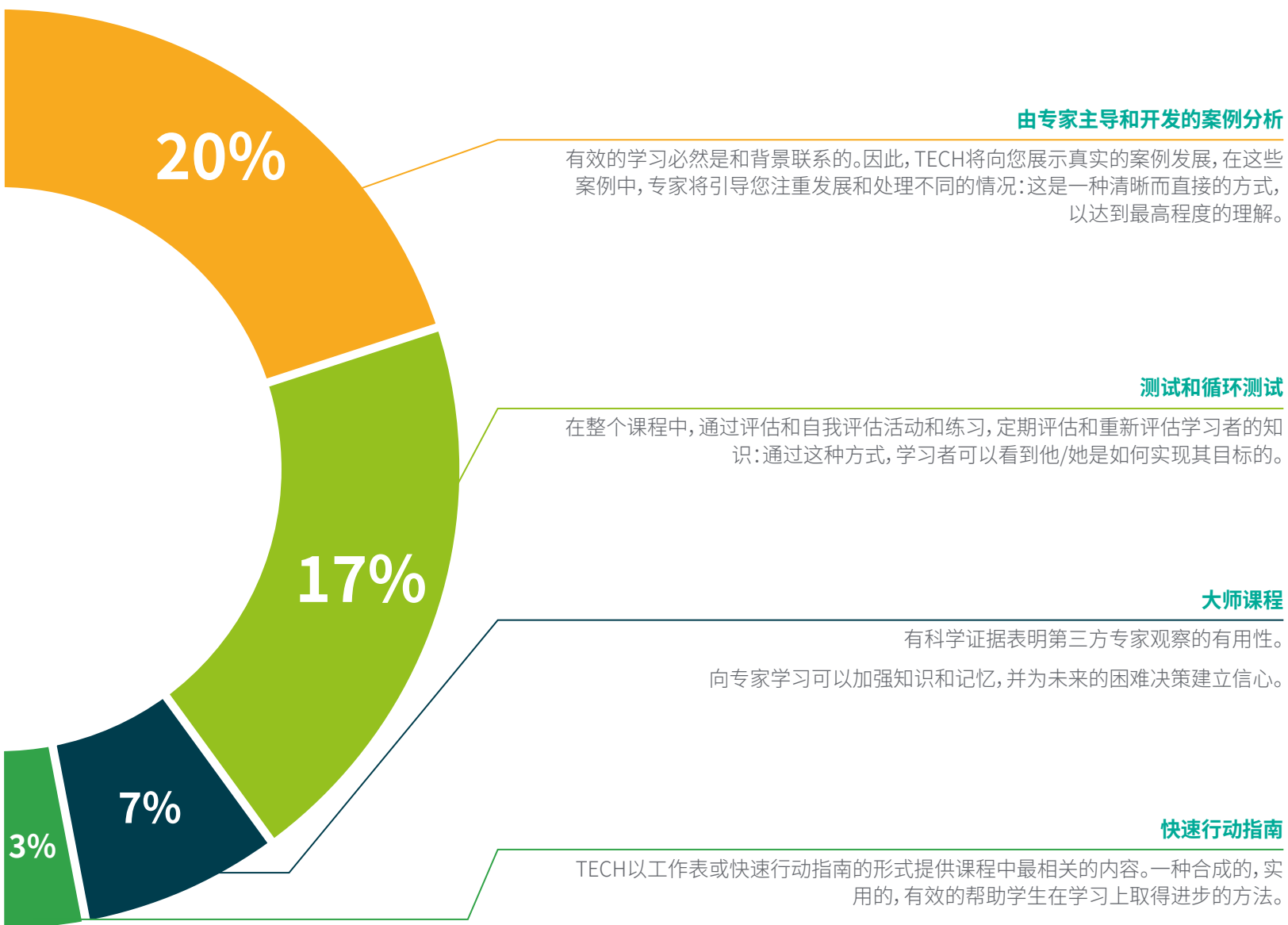
这个用于展示多媒体内容的独特教育系统被微软授予“欧洲成功案例”称号。



### 延伸阅读

最近的文章,共识文件和国际准则等。在TECH的虚拟图书馆里,学生可以获得他们完成培训所需的一切。





# 06 学位

在紧急情况下预防和管理压力大学课程除了保证最严格和最新的培训外,还可以获得由TECH科技大学颁发的大学课程学位证书。





“

顺利完成该课程并获得大学课程, 无需旅行或文书工作的麻烦”

这个在紧急情况下预防和管理压力大学课程包含了市场上最完整和最新的课程。

评估通过后, 学生将通过邮寄收到TECH科技大学颁发的相应的大学课程学位。

TECH科技大学颁发的证书将表达在大学课程获得的资格, 并将满足工作交流, 竞争性考试和专业职业评估委员会的普遍要求。

学位: 在紧急情况下预防和管理压力大学课程

官方学时: 150小时



\*海牙认证。如果学生要求为他们的纸质学位申请海牙加注, TECH EDUCATION将作出必要的安排, 以获得额外的费用。

健康 信心 未来 人 导师  
教育 信息 教学  
保证 资格认证 学习  
机构 社区 科技 承诺

**tech** 科学技术大学

**大学课程**  
在紧急情况下预防和管理压力

- » 模式:在线
- » 时长:6周
- » 学历:TECH科技大学
- » 教学时数:16小时/周
- » 时间表:按你方便的
- » 考试:在线

网上教室

发展

语言

机构

# 大学课程

## 在紧急情况下预防和管理压力