**重大疫情下本科护理实习生焦虑与职业倦怠感调查分析**

吴佳佳 方蘅英 庞永丽

中山大学附属第三医院

邮编：510630

**摘要：[目的]**探讨重大流行病发生当下护理实习生的焦虑感与职业倦怠感，探究两者相关性。**[方法]**于2020年1月末采用职业倦怠问卷量表、焦虑量表对已实习7个月的本科实习生进行问卷调查，通过问卷星方式发放问卷，收集数据后应用SPSS20软件包进行统计分析。**[结果]**回收有效问卷120份，结果显示职业倦怠问卷均分（106.6±3.25分），焦虑量表均分（96.5±3.28分）。护理实习生（以下简称护生）焦虑心理与职业倦怠感呈正相关（r=0.974，P<0.01）。**[结论]**护生两类问卷得分均偏高，焦虑心理与职业倦怠感呈高度相关。根据工作环境变化改善临床教学环境，注重实习生心理健康并进行正确指导，可减轻或消除护生的焦虑感和职业倦怠感，提高其职业成就感。

**关键词：**护理实习生；重大疫情；焦虑；职业倦怠

现在我国正遭受着新型冠状病毒的袭击，全国上下团结一心共同抵抗病毒，医疗工作者更是尽职尽责日夜奋战在一线。本着保护实习生原则，所有医院均暂停实习生返院实习，在举国抗战的同时我们更应该关注暂停实习期间护生的心理变化。职业倦怠概念由美国临床心理学家于1974年提出，是指人类对有关情绪和人际关系方面的慢性工作压力源的一种反应，主要表现为情绪低落、对服务对象漠不关心、工作效率低、工作缺乏成就感等。临床实习是护生全方位了解本专业实际情况，体验当前我国护理职业工作环境，形成职业认同的关键时期[1]。随着我国医疗水平的发展，社会对护理工作质量的要求也明显提高，护生的临床实习不仅是理论和实践结合，也是从学生到职业工作角色的转变[2]。临床实习不仅是护生学习理论知识、积累工作经，更是将验理论知识向实践能力转化的过程，其实习质量将直接影响护生未来的职业素质和临床能力，甚至决定护生的职业生涯规划和发展[3]。在实习的末期，暂停实习意味着整个实习过程不能顺利结束，没有机会去医院参加工作招聘，目睹重大疫情肆虐却无能为力，面对疾病灾害时的恐惧等问题，为此，我们进行本次研究，探讨护生焦虑心理和职业倦怠感，分析相关可能因素，是为了更有效地做到护生心理素质和实习质量齐提高，也有助于我国护理事业的发展。

**1.资料与方法**

* 1. **一般资料**

研究对象为广州市某三甲医院120名本科护理实习生。纳入标准：①告知本次调查的目的后自愿参加本次研究者；②临床实习时间7个月。排除标准：既往精神病史不能配合调查者。本次参与调查的120名护生中，男生17人，女生103人；年龄18-24岁。

1.2 **研究方法**

通过“问卷星”平台编制问卷生成二维码和网页链接发到护生微信群内进行发放和回收，采用无记名的方式填写，本研究所用问卷：①焦虑量表；②职业倦怠量表。问卷回收率与有效率均为100% 。

**1.3 评价指标**

①焦虑自评量表（SAS）：由Zung于1971年编制，是份含有20个项目，分为4级评分的自评量表，用于评出焦虑病人的主观感受,每个条目以1~4级评分,1分为很少或无;2分为有时;3分为经常;4分为持续。标准分低于50分即为无焦虑;50≤标准分≤59分即为轻度焦虑;60分≤标准分≤69分即为中度焦虑;≥70分即为重度焦虑。SAS的Cronbach′sα系数为0.799[4]。问卷包括4个维度：焦虑心情、植物神经功能紊乱、运动性紧张、焦虑心情与植物神经功能的混合症状。

②Maslach职业倦怠问卷：该问卷共由22个题目组成，分别归属于由3个维度理论产生的3个分量表：情感耗竭分量表，26分以上为高度倦怠感；去人格倾向分量表，9分以上为高度倦怠感；个人成就感分量表，34分以下为高度倦怠感。本次调查中量表同质信度Cronbach′sα=0.74;3个分量表的Cronbach′sα系数分别为0.86、0.76、0.76[5]。

**1.4 统计学方法**

对收集到的数据进行两人确认、归类之后，通过两人对编码的明确，选择SPSS20.0软件完成分析。计量资料以x±s表示；相关性分析先对数据进行正态分布检验，再采用Pearson法进行相关性检验分析，以P＜0.05为差异有统计学意义。

1. **结果**

**2.1 护生焦虑感居高不下，详情见表1。**

|  |  |
| --- | --- |
| **表1 焦虑量表（SAS）各维度得分（n=120,‾X±S分）** | |
|
| 项目 | 分数 |
| 焦虑心情 | 6.51±2.03 |
| 植物神经功能紊乱 | 12.07±3.51 |
| 运动性紧张 | 13.44±2.68 |
| 焦虑心情与植物神经功能的混合症状 | 4.00±1.22 |

**2.2 护生职业倦怠感具有明显性，详情见表2。**

|  |  |
| --- | --- |
| **表2 职业倦怠量表各维度得分（n=120，‾X±S分）** | |
|
| 项目 | 分数 |
| 情绪耗竭 | 14.70±4.35 |
| 人格倾向化 | 9.86±4.26 |
| 个人成就感 | 21.53±5.02 |

**2.3** 经正态分布检验两个量表各维度总分和条目均分都呈正态分布，故选择Pearson相关分析法对两个量表的条目均数做相关分析。两份量表总分及各维度相关性分析见表3、表4。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **表3 焦虑与职业倦怠总分 Pearson相关分析（N=120）（r值）** | | |
|  | 焦虑量表总分 | |
| 职业倦怠总分 | 相关性 | 0.974\*\* |
| 显著性（双侧） | 0 |
| \*\*：P<0.01 | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **表4 焦虑量表与职业倦怠量表各维度 Pearson相关性分析（N=120）（r值）** | | | | |
| 项目 | 情绪耗竭 人格倾向化 个人成就感 | | |
| 焦虑心情 | 0.486\*\* | 0.522\*\* | 0.259\*\* |
| 植物神经功能紊乱 | 0.364\*\* | 0.362\*\* | 0.223\*\* |
| 运动性紧张 | 0.052 | 0.048 | 0.145 |
| 焦虑心情与植物神经功能的混合症状 | 0.077 | 0.191\* | 0.267\*\* |

\*\*：P<0.01；\*：P<0.05

**3.讨论**

**3.1 重大疫情下护生职业倦怠感越发明显，值得关注**

本次调查中护生职业倦怠的发生率为75%，远超过国内护士职业倦怠感发生率55.1％~59.1％[6]。很多调查表明护理实习生在实习的中后期普遍存在职业倦怠感，实习期间所经历的工作与生活压力都严重影响护生身心健康，并且有可能导致离职意向的发生，这将直接影响到我国护理团队发展的建设。长期的内心压抑情绪得不到正确疏导，易产生对工作的倦怠感，使护理工作者成为职业耗竭感的高危人群[7]。在疫情期间护生的心理状态更是容易发展为负面，临床管理者和带教老师可以通过改变对实习护生教育方式和加强心理指导来提高其主观幸福感，从而降低职业倦怠[8]，如在线上对实习护生采取具有针对性的教育方法或带教方式，定期开展学生之间交流互动活动，帮助护生协调工作与就业压力关系，给予更多人文关怀等。

**3.2 正确的心理指导可有效减轻护生焦虑感**

为帮助护生顺利地完成实习任务，提高护生在疫情期间的心理素质，使护生通过实习获得专业成就感和使命感，国内外同行进行了有效的探索，刘颖等研究发现，从事护理专业时间越短，越容易出现焦虑[9]。护生顺利完成临床实习，拿到实习证明才能算是完成学业，本次调查显示护生在特殊时期产生重度焦虑心理占72.5%，明显高于有关文献报道的10.42%[10]。暂停实习期间护生滞留在家未能得到及时的心理疏导可导致学生极度轻易产生焦虑心理。且护生在实习末期除了来自医疗环境的压力，还担忧能否按时毕业，是否还需要补实习，现在的医疗环境能否让他们有机会与时间寻找到一份合适自己的工作等问题，来自各个方面的不同压力都有可能导致他们内心深处产生巨大的焦虑感。

**3.3 过于焦虑更容易导致职业倦怠感的产生**

本研究结果显示焦虑心理和职业倦怠感总均分呈正相关（P<0.01），说明焦虑程度越强，护生实习末期职业倦怠感越强，对实习效率及今后职业生涯的影响程度越大。当前我国医疗环境恶劣、护理工作责任重大，初入职场的懵懂，面对突发医疗时间的手足无措，这些不良的护理工作环境所带来的焦虑感可能导致护生对于护理这份职业的倦怠感增强，更有可能对护理职业的价值和意义产生了质疑[11]。两者相加可能导致护生内心对护理这份职业产生巨大的排斥感，从而可能选择逃避自身所学专业，导致我国护理事业发展受挫。

**4.小结**

面对新型冠状病毒肺炎肆虐下全国各地均发出一级响应，护生滞留在家，情绪比较浮躁，主要表现在考试就业压力、论文答辩如何进行等方面。另外护生通过7个月的实习体会到护理工作的劳累和巨大心理压力，易产生怠倦、厌烦工作等负性情绪。随着实习进程，压力和负性情绪会影响到到护生的专业发展，表现为护生对护理事业产生质疑，认为职业前景不乐观，这与席明霞等研究结果大致相符[12]。本研究结果显示，焦虑感与职业倦怠感息息相关。这个时期最为关键，是决定护生今后的工作观念、职业观念的重要时刻，应正确引导护理实习生的情绪，对其进行引导和鼓励，使其心理态度变得积极、乐观从而消除焦虑感和职业倦怠感。因此，在疫情期间带教老师应留心护生心理健康，通过线上积极沟通，正确引导，帮助护生进行实习总结和复习考试，使其顺利完成实习任务。此外，带教老师可以与护生分享找工作的经验，给出合理建议；学校也应该关心护生的就业问题，及时做好就业指导，提供有效的招聘信息，帮助护生顺利就业，解除护生的就业压力[13]。临床实习是护生职业转变的过渡期，实习末期更是护理专业思想和工作价值观形成和发展的最后机会，需要带教老师言传身教，以高尚的职业道德、坚定的专业信念为护生做好榜样，帮助有专业心理矛护生养成良好的职业认同感，减轻焦虑感和职业倦怠感，使之认识到自身专业的价值及重要性，积极投身于护理专业，更好地服务于我国护理事业。

**参考文献**

[1] 雅楠,刘婷婷,李玉琦,等.本科护生实习期专业自我概念、临床实践行为表现与职业认同的相关性[J]. 护理研究，2019,33（17）：2930-2934.

[2] 王金莲，田红梅，左春芳．本科护生临床实习不同时期的心理反应探析[J]．全科护理,2018,16(27):3444－3446.

[3] 杨玉霞,戴莉,刘红.护理实习生在临床实习中的心理问题及调适对策[J].护理实践与研究，2014,11（9）：117-119.

[4] 刘伶颖,李凤,赵希琴.系统性护理干预对肝癌患者负性情绪影响的研究[J].当代护士，2019，12（34）：74-75.

[5] 叶志弘，骆宏，姜安丽.杭州地区护士群体职业倦怠常模与诊断标准的研究[J].中华护理杂志，2008,3（43）：207-209.

[6] 李靖，杨芳宇，典慧娟.聚焦解决模式对护理实习生职业倦怠感的影响[J].中华现代护理杂志，2016,8（22）：3235-3238.

[7] 余雪丹.护士工作压力与职业耗竭感的相关性研究[J].中国护理管理，2014,4（14）：401-402.

[8] 许利琼.实习护生职业倦怠现状及其影响因素分析[J].卫生职业育,2019,6（37）：142-143.

[9] 许慧荣,袁娜,侯素霞,庹玉红,蔡静怡.改善护生培训模式对缓解实习前期焦虑情绪的观察研究[J].护理教育，2013，11（32）：71-73.

[10] 李素云，阮满真，刘义兰.实习末期高护生焦虑状况与个性特征调查分析[J].护理学杂志，2006，1（21）：22-24.

[11] 陈曦,韩斌如,侯秀芳,等.变革型领导风格、心理授权与护士职业认同感的相关性[J].护理研究,2019,33(17):3014-3017.

[12] 明霞，冯雁，汤惠．实习护生心理状态分析与临床教学对策[J].卫生职业教育，2010(12)：100—102．

[13] 王海燕，赖莉.本科护生临床实习各阶段的心理反应研究与分析[J].护理研究，2014，2（28）：675-677.

详细通讯地址：广东省广州市天河区天河路600号

联系电话：18100215455

电子信箱：18100215455@163.com