

中国山东省护理专科学生核心自我评价对社交焦虑的影响

王兆红 郑营营

滨州职业学院 山东滨州 256603

摘要：本研究旨在探讨中国山东省职业院校护理专科学生核心自我评价对社交焦虑的影响。采用问卷调查法，对 447 名护理专科学生进行调查。研究结果显示：山东省护理专科学生的核心自我评价水平中等偏高，社交焦虑水平整体相对较低，核心自我评价对社交焦虑有显著负向影响。

关键词：护理；核心自我评价；社交焦虑

据《中国国民心理健康发展报告(2021~2022)》指出，目前中国有 45.28% 的大学生有焦虑倾向，社交焦虑是最常见的焦虑问题之一^[1]，社交焦虑是指个体在一种或多种人际交往中有强烈的忧虑、紧张不安或恐惧的情绪反应和害怕与别人对视、害怕被人注视等回避行为^[2]。护理专业学生（简称护生）是未来护理队伍的重要人才储备，她们的身心健康至关重要，但是社交焦虑在护生群体普遍存在且达到了中等偏上水平^[3]，社交焦虑不仅可能阻碍学生的学业进步和职业发展，还可能对其实习期间的人际关系处理和心理健康产生负面影响^[4]。因此，探索护理专业大学生社交焦虑的程度和相关因素具有重要意义。

核心自我评价是指个人对自身的评价，包括自尊、情绪稳定性、控制点以及一般自我效能的评价，涉及积极评价和消极评价^[5]。它是社交焦虑的重要影响因素。研究发现，核心自我评价负向预测社交焦虑，当个体的核心自我评价水平越低，社交焦虑水平越高^[6]。

护理专业学生在校期间因其专业特殊性、课业难度高、学业负担重、模拟实操过程中需要与病人及医疗团队进行有效沟通，导致心理压力和社交挑战逐渐增大，部分学生容易出现焦虑等情绪^[7]；其次，在临床实践过程中，学生受到学习环境转变冲击和经常暴露于不同场合、接触不同病人的影响，导致其成为社交焦虑的高发群体^[8]。本研究主要探讨高职护生的社交焦虑现状和影响因素，为促进护生心理健康提供依据。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

采用随机抽样法，调查山东省高职院校护理专科学生

样本 490 份，剔除规律作答问卷，有效研究样本 447 份，回收有效率为 91%。其中男 118 例，女 329 例；大一学生 216 例，大二学生 118 例，大三学生 113 例。被试均知情同意且自愿参与本研究。

1.2 方法

调查问卷由核心自我评价量表和交往焦虑量表组成，具体内容如下。

1.2.1 核心自我评价量表

本研究采用杜建政等人^[9]翻译并修订的核心自我评价量表，单维度，共有 10 个题目，其中第 2、3、5、7、8、10 共 6 道题为反向计分，采用 1（完全不符合）~ 5（非常符合）Likert 5 级评分法，得分越高说明核心自我评价水平越好，本次调查中核心自我评价量表的 Cronbach's Alpha 系数为 0.892。

1.2.2 交往焦虑量表

采用广泛使用的交往焦虑量表，该量表是 1983 年国外学者 Leary 编制的，由国内学者彭纯子等人^[10]引入并修订的。该量表采用 Likert 5 级计分，经预试分析后共有 12 个题目，其中第 3、10 题是反向计分题，1~5 代表着非常不符合到非常符合，个体的得分越高，则社交焦虑水平越高。本次调查中交往焦虑量表的 Cronbach's Alpha 系数为 0.905。

1.3 统计学方法

数据分析采用 SPSS 软件进行数据处理。当 $P < 0.05$ ，视为在统计学上具有差异显著性。

2 结果

2.1 护生核心自我评价的整体情况

447 名护理专业学生核心自我评价 ($M=3.833$, $SD=0.664$)

平均值高于 3, 由此可见, 山东省护理专科学生的核心自我评价为中等偏高水平。分析数据见表 1。

2.2 护生社交焦虑的整体情况

447 名护理专业学生社交焦虑 ($M=2.681$, $SD=0.739$) 平均值低于 3, 由此可见, 山东省护理专科学生的社交焦虑水平整体偏低。分析数据见表 1。

表 1 描述性统计分析表 (n=447)

变量	M	SD
核心自我评价	3.833	0.664
社交焦虑	2.681	0.739

2.3 护生核心自我评价与社交焦虑之间的相关性分析

对各变量进行相关检验, 结果见表 2。核心自我评价和社交焦虑之间存在显著的负相关关系 ($r=-0.487$, $p<0.001$)。

表 2 核心自我评价和社交焦虑的相关分析表

变量	核心自我评价	社交焦虑
核心自我评价	1	
社交焦虑	-0.487***	1

注: *** $p<0.001$ 。

2.4 护生核心自我评价对社交焦虑的回归分析结果

为了考察护生核心自我评价对社交焦虑的影响, 将背景变量、核心自我评价及社交焦虑一并带入模型中进行综合分析, 以核心自我评价为自变量, 社交焦虑为因变量进行回归分析, 结果见表 3。

表 3 回归分析表 (n=447)

变量	社交焦虑	
背景变量	β	VIF
男生	-0.082*	1.004
大一	0.122*	1.516
大二	0.061	1.516
自变量		
核心自我评价	-0.479***	1.008
R^2		0.254
Adj R^2		0.247
F 值		37.652***

注 1: * $p<0.05$; *** $p<0.001$ 。

注 2: 性别、年级为类别变项, 其中男生为实验组, 女生为参照组; 大一、大二为实验组, 大三为参照组。

在控制性别和年级的影响下, 核心自我评价 ($\beta = -0.479$, $p<0.001$) 对社交焦虑有显著负向影响。核心自我评价可以解

释 25.4% 的社交焦虑。

3 讨论

3.1 护生核心自我评价的整体状况

通过调查对象在核心自我评价量表上的数据反映可知, 护生核心自我评价的整体感受处在中等偏高水平, 这一研究结果同邓凤等人^[11]的研究结果一致。护生在校期间参与临床见习、各项技能大赛、社团活动、志愿服务、临床实习等多项活动, 通过学生之间的相互交流与切磋, 他们能够更迅速、更深入地了解工作岗位的实际情况, 并能够根据病人的具体需求开展个性化的护理工作。这一过程不仅有助于巩固和提升学生的专业知识与操作技能, 还能锻炼他们的综合素质和随机应变能力, 同时增强处理医患关系的能力^[12]。这些能力的提升使学生具有较高的自信, 情绪稳定, 从而进一步提高其核心自我评价水平。最终, 这种全面的成长与发展将赢得社会、企业及医院的广泛认可^[13]。

3.2 护生社交焦虑的整体状况

通过调查对象在交往焦虑量表上的数据反映可知, 护生的社交焦虑水平整体相对较低, 这一研究结果同郑梅钦^[14]的研究结果一致。护理专业的虚拟仿真技术通过模拟临床各种复杂的真实场景和过程, 为在校护生提供身临其境的沉浸式体验, 护生需要多方沟通才能顺利完成护理工作, 例如需要和病人沟通观察病情、需要和医生配合执行医嘱、需要和护士配合共同抢救病人等, 训练过程中激发了学生的学习兴趣和参与度, 提升了学生人际沟通、团队协作、解决问题等方面能力, 社交焦虑水平也随之下降^[15]。高职护生对自身要求普遍不高, 部分家长对孩子的期望也不高。护生在相对轻松的氛围中更积极的参与各项活动, 提升了人际交往能力, 减少社交矛盾, 从而降低了社交焦虑水平^[14]。实习护生完成临床实习后掌握了丰富的临床知识, 有能力解决病人和家属提出的各种问题, 减轻了社交焦虑^[16]。

3.3 核心自我评价对护生社交焦虑的影响

本研究发现核心自我评价对护生社交焦虑具有显著负向影响。此结果与武春霞等人^[6]、陈春慧^[17]等人的研究结果一致, 即核心自我评价水平越高, 社交焦虑水平越低。研究表明: 当个体的核心自我评价水平较高时, 就会产生积极的情绪, 积极参与各项活动, 自信心也随之增强, 个体的自我评价和自我认可度就会比较高。这类个体与他人交往游刃有余, 很少出现社交困扰, 社交焦虑水平就会比

较低^[18]。反之,当个体的核心自我评价水平较低时,在学习、临床实习等人际交往中更多的会关注到自我的消极情绪,产生信息处理和解读上的偏差,加深对自我负面看法和评价的固化,从而表现出更多的焦虑情绪^[6]。

4 结论

本研究发现核心自我评价与社交焦虑之间存在密切关系。山东省护理专科学生的核心自我评价水平中等偏高,社交焦虑水平整体相对较低,核心自我评价对社交焦虑有显著负向影响。

参考文献:

- [1] Bandelow, B., & Michaelis, S. (2015). Epidemiology of anxiety disorders in the 21st century. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 17(3), 327–335.
- [2] 陈慧欣、刘梦迪 (2024)。评价恐惧对大学生社交焦虑水平的影响。现代商贸工业, 45(10), 214–216。
- [3] 刘诗颖、饶颖 (2024)。护理学专业学生反刍思维与社交焦虑的相关性研究。中国医药科学 14(2), 138–141。
- [4] 郭芳菲 (2024)。大学生社交焦虑的影响因素分析及团体沙盘游戏疗法的干预效果探讨。菏泽医学专科学校学报 36(2), 86–89
- [5] 刘莹 (2022)。初中生偶像崇拜、核心自我评价和体像烦恼的关系及干预研究 [硕士论文, 云南师范大学]。中国知网。
- [6] 武春霞、薛朝霞、李静、闫丹凤 (2024)。父母心理控制对大学新生社交焦虑的影响:核心自我评价和负面评价恐惧的链式中介作用。中国健康心理学杂志, 32(1), 29–34。
- [7] 范中意、曲楠楠、刘志红 (2024)。基于社会计量器理论的本科护生自尊与社交焦虑的相关性分析。科教导刊, (30), 152–154。
- [8] 段海珍、韩帅、丁海玲 (2024)。实习护生社交焦虑现状及对策的研究进展。职业与健康, 40(14), 2013–2016。
- [9] 杜建政、张翔、赵燕 (2012)。核心自我评价的结构验证及其量表修订。心理研究, 5(3), 54–60。
- [10] 彭纯子、龚耀先、朱熊兆 (2004)。交往焦虑量表的信效度及其在中国大学生中的适用性。中国心理卫生杂志, 18(1), 39–41。
- [11] 邓凤、黄晓文、张燊、陈丽娟、林丽珠 (2024)。核心自我评价在护生自我导向学习能力与择业效能感间的中介效应。护理实践与研究, 21(11), 1657–1662。
- [12] 薛瑾、曾荣阳 (2024)。技能大赛对学生就业能力的促进作用分析——以高职护理专业为例。中国就业, (02), 106–108。
- [13] 赵美玉、叶丹青、张静兰 (2018)。核心自我评价与本专科护生临床实习效果相关性分析。世界最新医学信息文摘, 18(30), 191–192。
- [14] 郑梅钦 (2020)。高职护生社交焦虑与应对方式、社会支持的相关研究。职业技术, 19(06), 31–34。
- [15] 李春会、孟红燕、赵雪萍、陈奕、李惠玲 (2024)。虚实结合教学在护理综合技能训练课程中的应用。中华护理教育, 21(6), 706–711。
- [16] 谢晗、高勤、杨雨微 (2021)。实习护生社交焦虑现状及影响因素分析。医学理论与实践, 34(23), 4189–4191。
- [17] 陈春慧 (2023)。大学生核心自我评价、述情障碍、社交焦虑与问题性手机使用的关系研究。河北北方学院学报 (社会科学版), 39(3), 76–79。
- [18] 李秀锦、孟迎芳 (2018)。大学生核心自我评价与社交焦虑的关系——自我分化的中介作用。福建医科大学学报 (社会科学版), 19(01), 29–32+2。