

实习护生临床心理压力及影响因素分析

周泓岑 龚 玉 付祖虹

四川省攀枝花市十九冶医院 四川 攀枝花 617000

【摘要】目的：调查实习护生临床心理压力状况，分析心理压力的相关影响因素，提供能有效改善其心理状态的干预方式。**方法：**选取2021年6月~2022年5月期间攀枝花市某临床医学院实习护生130名作为研究对象，采用自制问卷，包括一般情况调查表、实习压力评量表和压力源及应对方式评量表，进行调查。**结果：**接收调查的所有实习生在临床实习中均有不同程度压力感受。其中比较突出的压力感受项目前三位由高到低分别为：患者死亡、患者病情变化老师不在场、给病人进行治疗出现差错。压力主要来源于担心发生差错事故、学习与考试的压力、患者与家属的态度、工作负荷、人际交往压力。大多数护生选择娱乐活动、向家人或者朋友倾诉、咨询心理医生缓解压力。**结论：**实习护生进入临床均存在不同程度的心理压力，需要及时了解实习护生的心理状况及相关因素，从及时介绍实习医院的情况、培训专业知识与操作技能、提高沟通交流技能、增强心理素质等方面提供有效的干预措施，帮助改善其心理状态，培养综合能力较强的护理接班人。

【关键词】：实习护生；心理压力；影响因素

Analysis of Clinical Psychological Stress and Influencing Factors of Internship Nursing Students

Hongcen Zhou Yu Gong Zuhong Fu

Sichuan Panzhihua 19 Metallurgical Hospital Sichuan Panzhihua 617000

Abstract: Objective: This paper investigates the clinical psychological stress of nursing students, analyzes the related factors of psychological stress, and provides effective intervention methods to improve their psychological state. **Methods:** A total of 130 nursing students from a clinical medical college in Panzhihua city from June 2021 to May 2022 were selected as the research subjects. A self-made questionnaire was used, including the general situation questionnaire, practice stress rating scale and stress sources and coping style rating scale. **Results:** All the interns who received the survey had different degree of stress feeling in clinical practice. Among them, the top three stress feeling items from high to low are: death of patients, changes in patients' condition without the presence of teachers, and errors in treating patients. The stress mainly comes from the worry about the occurrence of errors and accidents, the pressure of study and examination, the attitude of patients and their families, work load and interpersonal communication pressure. Most nursing students choose recreational activities, confiding in family or friends, and consulting a psychologist to relieve stress. **Conclusion:** Practice nursing students in clinical have different degree of psychological pressure, need to understand the practice of nursing students in time psychological status and related factors, the timely introduction training hospital situation, training, professional knowledge and operation skills, communication skills, enhance psychological quality to provide effective intervention measures, help to improve their mental state, in order to cultivate nursing successors with strong comprehensive ability.

Keywords: Internship nursing students; Psychological pressure; Influencing factors

随着社会的快速进步，现代医学模式和新的健康观念对护理行业的发展产生极大影响。中共中央、国务院印发《“健康中国2030”规划纲要》强调要“加强心理健康服务体系建设和规范化管理。加大全民心理健康科普宣传力度，提升心理健康素养^[1]。”护理工作是整个医疗卫生工作的重要组成部分，护理工作的质量直接关系到患者的医疗安全、治疗效果和身体康复。临床实习是护生离开学校，进入医院，踏入社会的中间环节，是护生由学生转变为护士的过渡期，也是护理人员综合能力塑形的关键时期。护理专业实习生在临床实习期间生活环境及学习环境出现较大改变，如实习期间需要面对一些突发事件、实习安排比较紧凑、实习任务相对较重等，护理专业的实习生也会面临较大的压力^[2]。护生临床实习期间，是从学校到

社会的过渡，专业理论与技能掌握不足，沟通能力相对欠缺，在面临各种问题时，会产生焦虑、恐惧、紧张、急躁、自卑等心理问题。护理实习生作为未来护理人员的新生力量，由于临床经验不足，其心理状况是亟需了解和掌握的^[3-6]。为此，针对实习护生心理压力及相关因素的调查分析，采取针对性的措施，帮助其拥有良好心态，圆满完成实习任务。不仅增加了实习生与医疗人员和患者之间的沟通能力，减少了医患纠纷事件的发生，同时提升了实习生的整体人文素养^[7]。本文以攀枝花市某高等院校临床医学护理专业专科实习生为研究对象，进行问卷调查，分析心理压力相关影响因素，为帮助指导护理实习生缓解压力提供参考依据。

1 资料与方法

1.1 临床资料

选取 2021 年 7 月~2022 年 5 月期间攀枝花市某临床医学院实习护生 130 名作为研究对象, 进行问卷调查。纳入标准: 全程完成实习计划; 自愿配合参加本项目调查。排除标准: 未顺利完成实习; 不愿配合参加调查。共发放问卷 135 份, 回收问卷 130 份, 问卷有效率为 96%。其中男生 28 人, 女生 102 人。调查学生均为临床护理大专学历。

1.2 方法

(1) 基本情况调查表 一般资料包括性别、年龄、生源(城镇、农村)、学历、性格、是否独生子女、是否主动选择护理专业、实习医院等级、护理职业态度、如何看待就业前景等。

(2) 实习压力量表 参考张桂霞等针对护理专科和本科实习生制定的《实习护生压力源问卷》^[8]自行编制, 用于了解调查对象的心理压力状况, 含有由“工作性质、工作负荷、实习准备、人际关系、工作支持、学习与工作冲突”6 个维度组成, 共 37 个条目。反映心理压力自我感受的项目, 采用 0~3 分 4 级评分法评分, 得分越高表明压力程度越高。

(3) 压力源及应对方式量表 参考李小妹等设计的《中国护士工作压力源量表》自行编制问卷。用于了解调查对象压力源及应对方式。

1.3 统计分析

采用 SPSS21.0 统计学软件分析处理数据。以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 基本情况

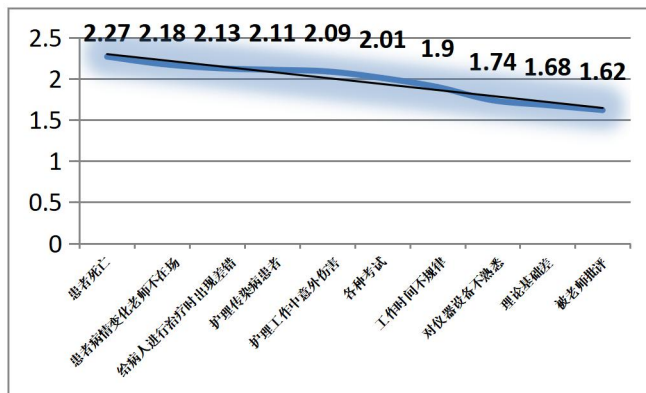
本次调查实习护生 130 人, 平均年龄 21 (1.8) 岁, 实习时间均达到 32 周以上。男生 28 人, 21.5%; 女生 102 人, 78.5%。; 来自农村 86 人, 66.2%; 来自城镇 44 人, 33.8%。独生子女 91 人, 70%; 非独生子女 39 人, 30%。自愿选择护理专业 79 人, 60.8%; 她人影响或专业调剂护理专业选择 51 人, 39.2%。三甲医院实习 88 人, 67.7%; 二甲医院实习 33 人 25.4%; 其他医院实习 9 人, 6.9%。对护理职业态度非常喜欢 19 人, 14.6%; 喜欢 43 人 33.1%; 一般 57 人, 43.8%; 不喜欢 11 人, 8.5%; 看待就业前景认为工作没有问题 68 人, 52.3%; 担心不好找工作 35 人, 26.9%; 不想从事护理工作 27 人, 20.8%。

2.2 实习期间心理压力状况, 心理压力自我感受问卷调查

发现接收调查的所有实习生在临床实习中均有不同程度压力感受。10 人感到有重度压力, 占 7%; 67 人感到中度压力, 占 51.5%; 53 人感到轻度压力, 占 40.8%。其中压力感受前十位由高到低分别有: 患者死亡、患者变化老师不在场、给病人进行治疗时出现差错、护理传染病患者、护理工作中意外伤害、

各种考试、工作时间不规律、对仪器设备不熟悉、理论基础差、被老师批评(见表 1)。

表 1 实习期间心理压力状况



2.3 压力源及应对方式评量情况

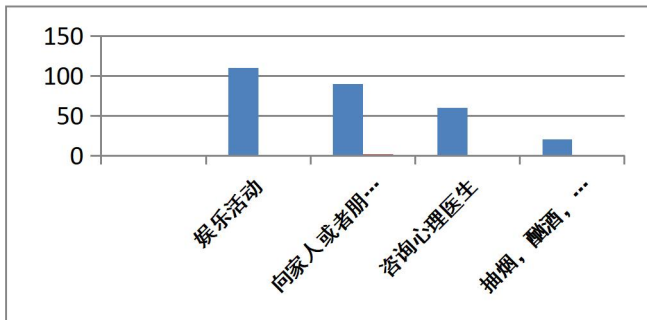
(1) 不同实习时期, 护生压力源前三位有所变化。实习前期的压力主要来源于担心发生差错事故、学习与考试的压力、患者与家属的态度; 实习中期的压力主要来源于担心发生差错事故、患者与家属的态度、工作负荷; 实习末期的压力主要来源于就业与求职的压力、担心发生差错事故、人际交往压力(见表 2)。

表 2 不同实习时期, 护生压力源前三位

压力源	人数	百分比
实习前期(前 12 周以内)的压力主要来源于		
担心发生差错事故	118 人	90.10%
学习与考试的压力	86 人	66.20%
患者与家属的态度	80 人	61.50%
实习中期(第 13 周至 24 周)的压力主要来源于		
担心发生差错事故	110 人	84.65%
患者与家属的态度	71 人	54.60%
工作负荷	60 人	46.20%
实习末期(第 25 周以后)的压力主要来源于		
就业与求职的压力	90 人	69.20%
担心发生差错事故	76 人	58.50%
人际交往压力	70 人	53.80%

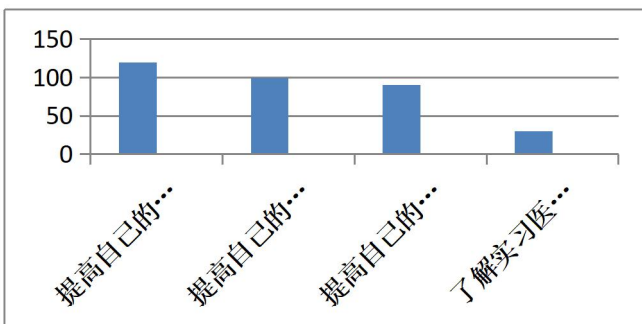
(2) 出现心理压力时, 大多数护生选择娱乐活动为应对方式, 较多选择向家人或者朋友倾诉, 部分选择咨询心理医生; 少部分护生会选择抽烟, 酗酒, 暴饮暴食等不正确的应对方式(见表 3)。

表3 出现心理压力时应对方式



护生在临床实习过程中,常常通过提高自己的专业知识与操作技能、提高自己的沟通交流技能、提高自己的心理素质、了解实习医院的情况等方法避免自己心理压力过大(见表4)。

表4 避免心理压力过大的方式



参考文献:

- [1] 综合新华社.中共中央国务院印发《“健康中国2030”规划纲要》对加强重大传染病防控,保障食品药品安全和完善公共安全体系提出明确要求[J].中国应急管理,2016(10):3.
- [2] 赵秀丽.临床实习护生压力源与应对方式的分析研究[D].石家庄:河北医科大学,2010.
- [3] 王玲,彭小春,康乐,等.应对新型冠状病毒肺炎疫情中护理部的职能及部署[J].护理研究,2020,34(4):571-572.
- [4] Luo Y, Wang H. Correlation research on psychological health impact on nursing students against stress, coping way and social support[J]. Nurse Education Today, 2009, 29(1):5-8.
- [5] CINGOL N, KARAKAS M, ZENGIN S, et al. The effect of psychiatric nursing students' internships on their beliefs about and attitudes toward mental health problems; a single - group experimental study[J/OL]. Nurse Educ Today, 2020, 84:104243. [2020-8-10].
- [6] 申洁.关于开展医学实习生心理健康教育工作的若干思考[J].智慧健康,2019,5(32):22-23+31.
- [7] 张桂霞,高姗,黄海燕.实习护生压力源问卷的编制及结构分析[J].护理学杂志,2014,29(12):60-62.
- [8] 李小妹,刘彦君.护士工作压力源及工作疲溃感的调查研究[J].中华护理杂志,2000,35(11):645-649.

3 讨论

综上所述,护理实习生在临床实习过程中会有不同程度的心理压力,且随着实习进程,压力源及应对方式均有所变化。应在入科前做好医院及科室情况介绍帮助熟悉环境;制定切实可行的实习计划,针对专科理论及操作进行培训;增加心理辅导的内容协助适应临床角色的转换;重视沟通技巧的实践学习等。实习时期不同阶段及时进行针对性地干预措施,对帮助实习同学正确面对各项压力,选择有益的方式疏导,平稳度过实习阶段,顺利完成实习任务,成长为大健康时代满足群众健康护理需求的高素质护理人员具有积极意义。