

## 护生实习前焦虑与心理资本的相关性研究

刘继红, 周 丽

(攀枝花学院医学院, 四川攀枝花 617000)

中图分类号: R395.6

文献标识码: B

文章编号: 1671-8348(2015)01-0134-02

临床实习培训是护生从学校进入临床学习专业知识和技能的重要环节,也是护生向护士角色过渡的必经阶段。但每年在护生实习前的阶段,发现部分护生出现许多心理情绪和行为上的改变。研究证明,护理专业学生(以下简称护生)在实习的不同阶段会产生不同的心理问题,其中尤以紧张、焦虑、抑郁等负面情绪比较明显<sup>[1-2]</sup>。焦虑、抑郁等负面情绪会损害人的正常生理功能和心理反应,如果产生过于频繁或强度高或持续时间过长等,则会导致身体疾病或心理疾病<sup>[3]</sup>。而护理专业学生的心理状况,不仅直接影响实习效果,更甚者影响护生的职业认同。心理资本指个体的积极心理状态,主要包括 4 个方面的积极心理能力:自我效能、希望、乐观和韧性<sup>[3-4]</sup>。研究发现,贫困大学生心理资本的 4 个维度对心理健康水平均有正向的预测作用<sup>[5]</sup>。既往的研究中多关注这些护生产生焦虑的原因以及如何应对,而从积极心理学角度分析护生实习前焦虑的研究很少见,如护生心理资本与实习前焦虑有无相关性,哪些护生出现实习前焦虑的可能性更大。因此,本研究在调查不同情况的实习护生心理资本状况的基础上,进一步探讨护生心理资本与实习前焦虑的关系,旨在对护生实习前的焦虑干预提供理论依据,以期寻找新的途径减轻护生实习前焦虑,带着轻松和自信进入临床实习。

## 1 资料与方法

**1.1 一般资料** 抽取 2012 年某医学院即将进行实习的护生 168 名进行问卷调查,收回问卷 168 份。除去近 1 年内有重大“生活事件”影响的护生,有效问卷 165 份<sup>[6]</sup>。其中男 12 名、女 153 名;年龄 17~22 岁,平均(19.79±2.42)岁;本科生 20 名、大专生 65 名、中专生 80 名。

## 1.2 方法

**1.2.1 一般自编调查问卷** 包括性别、年龄、文化程度、家庭等项目。其中年龄分为 3 个层次:≤18 岁,19~22 岁,>22 岁;文化程度也分为 3 个层次:本科、大专、中专。

**1.2.2 焦虑自评量表 (self-rating anxiety scale, SAS)<sup>[7]</sup>** 该量表共 20 个项目,按 1~4 级评分,将总分乘以 1.25,取整数即得标准分,标准分大于 50 分说明存在焦虑情绪。

**1.2.3 心理资本问卷 (PCQ-24)<sup>[8]</sup>** 包括自我效能、希望、乐观、韧性 4 个维度,共 24 题,采用 Likert 6 点记分。各维度得分越高,说明心理资本水平越高。填表前征得知情同意。问卷工作在 1 个单独的安静房间内,答卷学生之间不得相互交流,用统一的指导语,各问卷经核实检查无遗漏后收回试卷。

**1.3 统计学处理** 采用 EpiData3.0 软件建立数据库,以 SPSS12.0 统计软件进行分析,计量资料以  $\bar{x} \pm s$  表示,采用 *t* 检验、方差分析、Pearson 相关分析,以  $P < 0.05$  为差异有统计学意义。

## 2 结 果

**2.1 护生焦虑与心理资本情况** 165 名护生中 42 名 (25.4%) 存在焦虑情绪(焦虑组,  $n=42$ ),其他护生为心理健康组 ( $n=123$ )。护生的焦虑评分总分为(43.21±7.46)分,与国内常模(29.78±0.46)分比较,差异有统计学意义( $t=14.47$ ,  $P < 0.01$ )<sup>[9]</sup>。护生心理资本各维度得分情况自我效能(3.83±0.62)分,希望(3.54±0.34)分,韧性(3.76±0.38)分,乐观(3.68±0.25)分,均在中点(3.5 分)以上。方差分析显示,心理资本各维度之间得分比较,差异有统计学意义( $F=4.42$ ,  $P < 0.05$ )。进一步两两比较发现,自我效能及韧性得分显著高于希望得分( $P < 0.05$ )。

**2.2 不同情况护生的焦虑及心理资本得分比较** 见表 1。

表 1 不同情况护生的焦虑及心理资本得分比较( $\bar{x} \pm s$ , 分)

变量	<i>n</i>	焦虑	自我效能	希望	韧性	乐观
性别						
男	12	45.16±5.46	3.98±0.48	3.36±0.36	3.35±0.27	3.72±0.55
女	153	41.34±6.25	3.23±0.56	3.68±0.42	4.23±0.34	3.68±0.34
<i>t</i>		-2.75 <sup>b</sup>	-2.02 <sup>a</sup>	1.32	-2.88 <sup>b</sup>	-1.02
学历						
本科	20	41.38±5.82	3.65±0.81	3.41±0.27	3.86±0.42	3.56±0.45
大专	65	37.65±6.14	4.01±0.58	3.76±0.54	3.78±0.33	3.72±0.25
中专	80	44.27±6.39	3.45±0.72	3.38±0.32	3.67±0.54	4.22±0.36
<i>F</i>		2.37 <sup>a</sup>	2.76 <sup>b</sup>	1.14	1.01	2.84 <sup>b</sup>
专业						
护理	130	39.47±7.35	4.12±0.67	3.46±0.26	3.79±0.28	3.72±0.27
助产	35	45.36±4.69	3.23±0.52	3.78±0.45	3.75±0.34	3.57±0.31
<i>t</i>		2.62 <sup>a</sup>	-3.01 <sup>b</sup>	0.76	1.22	0.78

<sup>a</sup>:  $P < 0.05$ ; <sup>b</sup>:  $P < 0.01$ , 组间比较。

**2.3 不同焦虑状况护生的心理资本得分比较** 心理健康组心理资本量表中自我效能、希望、韧性、乐观分高于焦虑组,见表 2。

**2.4 护生实习前焦虑与心理资本的线性相关分析** 焦虑总分与自我效能、希望、韧性、乐观呈负相关 ( $r=0.450, -0.338, -0.332, -0.356, P<0.01$ )。

表 2 两组被试者心理资本各因子得分比较( $\bar{x}\pm s$ ,分)

因子	心理健康组( $n=123$ )	焦虑组( $n=42$ )	$t$	$P$
自我效能	3.95±0.67	3.57±0.65	2.86	0.008
希望	3.84±0.36	3.52±0.46	1.79	0.044
韧性	3.86±0.38	3.79±0.56	0.98	0.217
乐观	3.98±0.25	3.24±0.64	3.16	0.004

### 3 讨 论

**3.1 实习前护生焦虑情况不容乐观** 本研究结果显示,25.40%的实习前护生存在焦虑情绪,护生的焦虑评分总分也远高于国内常模,与既往研究发现护生临床实习前焦虑发生率 21.40%~40.25%基本一致<sup>[9-10]</sup>。究其发生原因可能为:(1)对护理专业的认知及往届同学的交流中,对医院工作的了解使护生对即将进行的临床工作担心,焦虑;(2)对自身能力不自信,尤其是担心护理知识理论基础不牢固,基本操作不熟悉,担心不能胜任实习,从而精神紧张;(3)护生进入实习后要与患者、各类医务人员以及陪护等各类人员相处,人际关系较学校复杂,既担心患者陪护不信任,又怕达不到带教老师要求;(4)护生因为来到医院与各院校学生同时实习,感受到竞争的激烈和就业的艰难,对就业前景更感到担忧。

**3.2 实习前护生心理资本情况尚可** 实习前护生心理资本各维度得分均在 midpoint 以上,但自我效能及韧性显著高于希望,表明实习前护生在必要时调整实现目标途径的能力稍差,对临床实习工作及护理专业的未来缺乏足够的信心。这就提示在提升实习前护生心理资本过程中,对心理资本的希望维度的提升尤应重视,激发自身内在的积极力量和优秀品质,以此来挖掘其自身的潜力,从而以更自信、乐观、充满希望及百折不挠的心态去工作。

**3.3 不同自身情况的护生焦虑及心理资本状况不一** 男护士焦虑水平明显高于女护士,而自我效能和韧性水平明显低于女护士,可能因为当前男护士较女护士更难得到社会认同,男护士对未来工作的挑战更缺乏信心有关。具有不同学历的护生中与预想的学历高者心理资本会更高不同,大专学历的护生焦虑水平最低,而心理资本因子分较高,可能与大专学历的护生对自己的定位更准确,对未来的就业要求没有本科生那么高,而对专业的认识以及对专业知识的掌握又较中专生更好,因而更自信。而出人意料的是中专生的乐观水平是所有护生中最好的,可能与其年纪小,想法相对单纯,看待问题单一有关。而本研究还发现助产专业的护生焦虑程度远高于护理专业,可能与助产专业对专业知识的要求更高,而对助产专业的相关知识在校模拟和掌握的远不如一般护理知识,助产护生对即将的实习工作更为担心焦虑有关。而助产专业的自我效能分值远低于护理专业也恰恰证明这一点。

**3.4 提高护生心理资本有利于减轻实习前焦虑** 本研究发现,心理健康组心理资本量表中自我效能、希望、韧性、乐观分高于焦虑组。而相关分析发现,焦虑总分与自我效能、希望、韧性、乐观呈显著负相关。说明心理资本水平越高,焦虑水平越

低,这与不同情况护生的焦虑水平和心理资本情况研究结果是一致的。心理资本是近年来积极心理学研究的热点,侧重于研究和开发个体的自身优势和积极心理状态中所蕴藏的力量,心理资本所构成的各维度都是类似于状态的积极心理力量,都符合积极、独特、可以测量、可以开发和管理的特特点<sup>[11]</sup>。另有研究也发现,心理资本及其子成分与自尊、内控性、正性情感、负性情感、情感平衡、偏执、抑郁、焦虑、敏感等多种效标都有显著的相关<sup>[12]</sup>。

**3.5 如何提升护生的心理资本方法尚需更多研究** 对于心理资本的提升,可借鉴 Luthans<sup>[8]</sup>提出的一系列干预方法,包括让员工体验成功、胜任感,增强自我效能感;制定、管理及调整组织及个人目标;宽容过去,欣赏现在,以积极、欢迎和自信的态度迎接未来,以危机、资源、过程中心策略来提高员工的抗挫折能力。由此可知,要减少护生实习前焦虑的发生,应尽量加强护生心理资本培育,从多方面入手积极加强医院相关法律法规、规章制度的普及,引导护生正确认知专业,对护理工作树立信心及建立合理的实习目标等,从而提高护生的自我效能、乐观、希望和韧性。但上述方法如何在实习前护生中具体运用及有效性如何,尚需今后的研究进一步证实检验。

本研究所调查对象样本量有限,所调查对象范围局限,在今后的研究中应加大样本量,扩大学校范围,使研究结果更为科学可信。

### 参考文献:

- [1] 于泽红. 护理本科生实习期间心理问题及对策[J]. 天津护理, 2011, 18(4): 218-219.
- [2] 刘文秀. 护生临床实习期间心理问题分析与对策[J]. 卫生职业教育, 2006, 19(24): 66-67.
- [3] 洪炜. 医学心理学[M]. 北京: 北京医科大学中国协和医科大学联合出版社, 1996: 51-52.
- [4] Luthans F, Luthans KW, Luthans BC. Positive psychological capital: Beyond human and social capital[J]. Bus Horiz, 2004(47): 45-50.
- [5] 潘清泉, 周宗奎. 贫困大学生心理资本、应对方式与心理健康的关系[J]. 中国健康心理学杂志, 2009(7): 356-358.
- [6] 郑延平, 杨德森. 中国生活事件调查[J]. 中国心理卫生杂志, 1990, 4(6): 262.
- [7] 张明园. 精神科评定量表手册[M]. 长沙: 湖南科学技术出版社, 1993: 16-39.
- [8] Luthan F. 心理资本: 打造人的竞争优势[M]. 北京: 中阁轻工业出版社, 2007: 221-222.
- [9] 周英华, 林翠兰. 护生实习前焦虑和抑郁现状的调查分析[J]. 中国临床保健杂志, 2005, 8(1): 72-73.
- [10] 张蒙, 王应平. 临床实习前护生焦虑影响因素的 Logistic 回归分析[J]. 实用临床医药杂志, 2011, 15(18): 163-165, 168.
- [11] Luthans F, Youssef CM. Human, social and now positive psychological capital management: Investing in people for competitive advantage[J]. Organ Dyn, 2004, 33(2): 143-160.
- [12] 张阔, 张赛, 董颖红. 积极心理资本: 测量及其与心理健康的关系[J]. 心理与行为研究, 2010(1): 58-64.