

昆明市某三甲医院临床实习护生焦虑状况调查分析



彭亚锶, 杨名钊*, 赵秀芬

昆明医科大学第一附属医院泌尿外科, 云南昆明 650000

摘要: 目的: 了解昆明市某三甲医院实习护生焦虑状况, 为实习护生营造安全舒适的工作环境, 为医院提供缓解临床实习护生焦虑状况的减压方法。方法: 以 2020 年 8 月至 2021 年 5 月在昆明某三甲医院临床第一线的实习护生为研究对象进行问卷调查。研究工具包含一般资料调查和焦虑自评量表 (SAS), 采用 SPSS 25.0 软件对数据进行统计分析。结果: 171 名实习护生中 SAS 焦虑总分 (42.25 ± 8.40) 分。焦虑有 37 例, 其中轻度焦虑占 19.31%, 中度焦虑占 2.33%, 重度焦虑无。结论: 由于在临床实习期间不熟悉医院环境、对护理操作技术不熟练、没有临床经验和人际关系变更等因素, 内心期望与现实差距所造成的压力, 面临着比临床护士更严峻的职业接触风险。加上家长的各种担心, 对护生产生了一定的心理冲击, 从而引发了实习护生的焦虑情绪。而男实习护生、年龄小、家庭状况不和睦的护生 SAS 得分更高, 应重点关注。因此, 医院管理者应重点关注实习护生的焦虑状况, 在护理操作方面多锻炼实习护生的动手操作能力, 教会他们如何改善人际关系, 提供自身防护知识及引导采用积极有效的应对方式解决问题, 从而缓解焦虑状况, 促进身心健康, 营造安全舒适的工作环境, 减少不良事件的发生。

关键词: 实习护生; 焦虑状况; 护理; 身心健康

DOI: [10.57237/j.jeit.2023.02.002](https://doi.org/10.57237/j.jeit.2023.02.002)

Investigation and Analysis of Anxiety Status of Nursing Students During COVID-19 Clinical Practice in a Third-grade a Hospital in Kunming

Peng Yasi, Yang Mingfang*, Zhao Xiufen

Department of Urology, the First Affiliated Hospital of Kunming Medical University, Kunming 650000, China

Abstract: Objective: To understand the anxiety status of nursing students during the COVID-19 outbreak in a tertiary hospital in Kunming, and to create a safe and comfortable working environment for nursing students, and to provide the hospital with decompression methods to relieve the anxiety status of nursing students. Methods: A questionnaire survey was conducted among the clinical front-line nursing students from August 2020 to May 2021 in a tertiary hospital in Kunming during the COVID-19 outbreak. The research tools include general data survey and international self-rating anxiety scale (SAS), and SPSS25.0 software is used for statistical analysis of the data. Results: The total score of SAS anxiety in 171 nursing students was (42.25 ± 8.40). There were 37 cases of anxiety, among which mild anxiety accounted

*通信作者: 杨名钊, 1162155600@qq.com

for 19.31%, moderate anxiety accounted for 2.33%, and severe anxiety was absent. Conclusion: Because of unfamiliar hospital environment, unskilled nursing skills, lack of clinical experience and changes in interpersonal relationships during clinical practice, the pressure caused by the gap between inner expectations and reality is facing more severe occupational exposure risks than clinical nurses. Coupled with various parents' worries, it had a certain psychological impact on nursing students, which caused anxiety of nursing students. However, male nursing students, younger nursing students with disharmonious family conditions have higher SAS scores, which should be paid more attention to. Therefore, hospital administrators should pay more attention to the anxiety of nursing students, train their hands-on operation ability in nursing operation, teach them how to improve interpersonal relationship, provide their own protection knowledge and guide them to adopt active and effective coping methods to solve problems, so as to relieve anxiety, promote physical and mental health, create a safe and comfortable working environment and reduce the occurrence of adverse events.

Keywords: Internship Nursing Students; Anxiety Status; Nursing Care; Physical and Mental Health

1 引言

临床实习是护理教育中不可或缺的学习环节, 实习护生作为护理队伍的接班人, 从学校到医院, 面临着角色和环境的转变。进入临床实习是理论知识与实践转化与相结合的过程, 是成长的转折点, 是培养临床思维的过渡阶段。在新冠肺炎疫情期间进入临床实习的护理专业学生, 在学习和生活上都发生了较大改变。有研究指出, 突发公共卫生事件给人们造成的心理影响会持续很长时间[1]。面对新冠肺炎疫情由于自身防护知识缺乏及操作技术不熟练等, 是否会出现严重的心理问题值得我们高度关注[2]。

早在 20 世纪 70 年代, 人们就开始关注临床护理专业学生的焦虑问题[3]。目前实习护生的心理健康问题受到了国内和国外[4-5]学者的普遍关注。研究表明, 导致实习护生出现不同程度焦虑情绪的重要原因[6]有学业方面的压力、就业压力、人际关系, 焦虑情绪与心理压力密切相关。从王娟娣 SAS [7]等量表调查显示实习护生这一群体心理健康状况与其他群体相比较差, 发生焦虑的概率也比普通人群高。在刘建安[8]等研究显示, 有 18.47%的实习护生存在明显焦虑情绪, 对心理健康水平有一定的影响。在周英等[9]的调查中显示, 实习护生心理健康水平与其他实习医学生相比较低, 同时低于全国常模。农小群[10]的研究显示, 44.21%的实习护生不能很好的适应临床工作节奏, 有 27.47%的实习护生自我调整没有效果。如果焦虑问题没有得到有效的解决或者处理的不及时, 对待学习和工作不仅会变得消极被动[11-12], 还会影响实习护生的身心健康[13], 同时也不能达到很好的实习效果。从以上研究

报道中, 我们可以知道国内研究调查的主要方向是实习护生的心理状况, 但尚未对新冠肺炎疫情期间临床实习护生的心理状况及影响因素进行调查, 由于实习护生进入临床的时间还比较短, 尚未形成一套完善的护理知识体系, 因此面对疫情自身防护知识不足及缺乏临床经验、护理操作不熟练等问题引发了实习护生的焦虑情绪。而实习护生每天面对的是病人, 焦虑不仅会影响自身的身心健康, 还会影响对病人的护理工作质量, 进而影响到病人的康复, 严重者还会出现护理的不良事件。因此, 本次研究聚焦在临床实习护生这一个特殊群体, 围绕 COVID-19 疫情下, 及时了解临床第一线实习护生的心理状况, 对有焦虑问题的实习护生提供积极有效的解压方法及心理干预指导, 营造安全舒适的工作环境, 提高实习护生的心理健康水平, 减少不良事件的发生。

2 对象与方法

2.1 研究对象

采用方便抽样法, 选取 2020 年 8 月至 2021 年 5 月在昆明某三甲医院新冠肺炎疫情期间临床实习第一线的护生。研究对象纳入标准: 全日制中等医学院校护理专科及以上学历的临床实习护生。排出标准: 不愿参与调查者、自考、成人教育的护生。样本量: 研究样本量以调查的条目数乘以 (5-10) 倍为标准, 共调查 171 份问卷。

2.2 调查内容

2.2.1 一般资料调查

根据研究的目的和性质, 由研究者自行设计, 内容包括性别、年龄、生源地、培养层次、家庭状况共 5 个条目。

2.2.2 SAS 焦虑自评量表

研究采用焦虑自评量表 (Self-Rating Anxiety Scale 简称 SAS) 对实习护生的焦虑状况进行调查。该量表是 1971 年由 Zung 编制[14], 具有较广泛的适用性, 有研究[15]用 SAS 量表对 36 例神经官能症患者进行测评, 同时用 HAMA 检查对比, 两表总分的 Pearson 的相关系数为 0.365, Spearman 等级相关系数为 0.341, 该量表一致性信度克朗巴哈系数为 0.777, 分半系数 0.757, 有良好的信效度[16-17]。该量表由 20 个与焦虑症状有关的条目组成, 四级计分。用于反映施测对象最近一周有无焦虑症状及其严重程度进行选择。正向计分题 A. 没有或很少时间 (1 分)、B. 小部分时间 (2 分)、C. 相当多时间 (3 分)、D. 绝大部分或全部时间 (4

分); 反向计分题号: 5、9、13、17、19, 按 4、3、2、1 分计, 焦虑程度判别: 将 20 个条目分数相加乘以 1.25, 取整数, 小于 50 分无焦虑, 50-59 分为轻度焦虑, 60-69 分为中度焦虑, 70 分以上为重度焦虑。

2.3 统计方法

采用 SPSS25.0 软件对数据进行统计分析, 在描述性分析的基础上, 采用 t 检验、方差分析, $P < 0.05$ 为差异具有统计学意义。

3 结果

3.1 实习护生的一般情况

临床实习护生本次共发放问卷 171 份, 回收有效问卷 171 份, 有效问卷回收率为 100%, 采用单因素分析、独立样本 t 检验对性别、不同年龄、不同家庭状况的临床实习护生焦虑评分进行分析, 差异均有统计学意义 ($P < 0.05$)。培养层次 ($P > 0.05$) 差异无统计学意义。详情见表 1。

表 1 实习护生的一般资料统计

项目	人数	构成比%	SAS 得分 ($\bar{x} \pm s$)	t/F	P 值
性别	男	33	19.3	47.65 \pm 7.46	0.09
	女	138	80.7	40.96 \pm 8.12	
年龄	18-20 岁	31	18.1	45.52 \pm 8.46	4.47
	21-23 岁	132	77.2	41.23 \pm 8.25	
	4-26 岁	8	4.7	46.41 \pm 6.99	
生源地	农村	141	82.5	42.15 \pm 8.03	4.47
	城镇	30	17.5	42.75 \pm 10.13	
培养层次	专科	41	24.0	43.48 \pm 8.05	0.10
	本科	129	75.4	41.83 \pm 8.53	
	研究生	1	0.6		
家庭状况	和睦	119	69.6	41.26 \pm 7.99	3.40
	一般	47	27.5	43.78 \pm 8.15	
	不和睦	2	1.2	48.13 \pm 6.19	
	其他	3	1.8	53.75 \pm 18.41	

3.2 实习护生焦虑状况

本次调查 171 名实习护生中, SAS 量表焦虑评分小于 50 分则没有焦虑, 其中有 33 例 (19.31%) 为轻度焦虑者, 4 例 (2.33%) 为中度焦虑者, 没有重度焦虑者。170 名护生中 SAS 量表焦虑自评结果 (42.25 \pm 8.40) 分, 高于全国常模的 (29.78 \pm 0.46) 分[18], 差异有统计学意义 ($P < 0.05$), 提示实习护生焦虑明显。详情见表 2。

表 2 实习护生焦虑与中国常模比较

	N	焦虑反应	中国常模	P	分数高于常模 n %
专科	41	43.47 ±8.05	29.78 ±0.46	0.00	
本科	129	41.83 ±8.53	29.78 ±0.46	0.00	
合计	170	42.25 ±8.40	29.78 ±0.46	0.00	159 93%

4 讨论

4.1 实习护生的焦虑状况

实习护生是相对特殊的群体，对于进入临床实习的护生来说面临着环境、人际关系、工作技能等多方面的挑战，在新冠肺炎疫情下出现紧张、恐惧、烦恼等交织而成的复杂情绪，从而导致焦虑的发生。本次调查结果显示 171 名护生中有 37 名存在不同程度的焦虑状况，且多为轻度焦虑，表明新冠肺炎疫情期间焦虑状况在实习护生中普遍存在。从刘敏等[19]调查中，我们知道了实习护生在临床实习一段时间后会 出现不同程度的焦虑，主要原因是实习护生无法适应工作环境及角色的转换，作为临床第一线的一份子，大多数实习护生只有护理基础知识，临床经验缺乏，担心自己无法独自应对突发事件，在新冠肺炎疫情下不能做好自我防护及担心发生不良事件，心理知识缺乏不能自我疏导，从而产生焦虑情绪。因此医院应该向疫情期间进入临床实习的护生讲解新冠肺炎疫情防护知识，注重临床思维的培养、护理操作技术、心理知识的普及，针对实习护生出现的焦虑状况进行及时有效的心理指导，缓解实习护生的不良情绪。

4.2 影响实习护生的焦虑因素分析

此次调查实习护生中性别、年龄、家庭状况、对护生 SAS 得分有影响，差异有统计学意义（均 $P<0.05$ ）。而男实习护生、年龄 <20 岁、家庭状况不和睦的实习护生 SAS 量表得分更高(详情见表 1)，此类学生应重点关注。

4.2.1 性别因素

从调查结果可以看出男生比女生更容易焦虑，这与张晓燕[20]等的调查结果一致，在她的调查中提出男性大多是非理性思维，易冲动，而这些影响都会导致解决问题思考问题片面，导致结果不如意，而产生焦虑。因此医院需更加关注男实习护生这一人群的心理动态，尽早的实施心理干预措施，重视临床带教老师心理方面的知识学习，在临床带教过程中，将心理疏导渗透到日常

工作中，对这一类人群讲解临床经验、调整情绪和减压的方法、引导他们考虑问题时理性，有条理全面的思考问题，及时有效的解决男实习护生的焦虑问题。

4.2.2 年龄因素

曾有调查表示，年龄 <20 岁的护士发生焦虑的概率为 34.88%。在此次调查中可以看出年龄小可能与缺乏社会阅历，心理和个性都还处于发展阶段，青春期情绪不稳定有关，所以更容易出现焦虑[13]。有研究报告发现大学生年龄每增加 1 岁，出现焦虑的风险会降低 15%[21]。那么针对此类年龄小的实习护生，医院应及时关注心理动态。通过召开讲座，开设院内心理咨询等措施对此类护生进行心理辅导。引导年龄小的实习护生平衡学习压力和临床工作的压力，鼓励他们不懂就问，提高应对挫折和困难的能力，提高社会适应和心理承受能力，从而缓解焦虑。

4.2.3 家庭关系因素

家庭状况不和睦会让实习护生缺乏安全感，而父母对护生的关爱缺乏，同时也会有部分护生面对父母的关爱，会认为父母不够关爱自己，从而产生焦虑情绪。有研究显示[22-23]良好的人际关系有助于提高实习护生的心理健康，与人的关系越融洽，其心理健康状况越好，越能激发护生的学习动力，提高学习的效果。所以医院管理者应制定明确分工标准，建立和谐、融洽的工作环境，针对此类家庭状况不和睦的实习护生从生活上、学习上、工作上关心他们，尊重他们的想法，并充分发挥他们的主观能动性，积极引导参与临床实践，为他们提供更多的学习机会，帮助他们正确的认识自己，指导他们如何处理人际关系、调整心理状态，树立正确的观念看待自己的家庭关系，学会理解父母，减少家庭不和睦带来的负面影响，弥补家庭带来的不安全感，从而缓解焦虑。

4.2.4 生源地因素

本次调查发现，来自城镇的护生焦虑情绪高于农

村的护生,可能与临床工作艰苦,不太适应,而来自农村的护生吃苦耐劳能力,懂事早,能体会父母的不易,生活及物资有保障,在想法上就只想着好好读书与工作,城镇护生吃苦能力低于来自农村的护生,同时面对父母较高的期望和激烈的竞争,产生的压力更高,想放弃又不甘心,目标不明确,迷茫无努力方向,从而更容易焦虑。那么针对来自城镇的实习护生,医院在安排时应严格进行管理,让他们在实习的过程中明白做事要坚持不能轻易放弃,明白要收获先付出。多开展一些职业规划、护理目前发展前景的讲座,让此类实习护生能找准自己努力的方向,明确目标来缓解焦虑。

4.2.5 学历焦虑与中国常模的对比因素

从表 1 中可看出,专科生和本科生焦虑自评结果比较,专科生的焦虑评分高于本科生,但差异没有统计学意义($P>0.05$)。在学历方面护生焦虑自评总分(42.25 ± 8.40)与中国常模(29.78 ± 0.46)相比较, $P<0.05$,差异有统计学意义,无论专科还是本科有 93%的护生的焦虑反应程度高于中国常模,详情见表 2。而在新冠肺炎疫情的影响下专科学历的实习护生可能对自身学习不够自信,社会对学历的负面认识及对高职教育的认知缺乏,担心理论知识与临床结合不起来。最后就是实习护生都担心新冠肺炎病毒的感染及学业就业压力。所以医院应加强对实习护生上岗前的培训,在进入临床工作前,除了对实习护生进行新冠肺炎专项的护理专业知识与技能的培训,还应注重实习护生自身防护知识、面对突发事件的紧急处理等方面的培训。针对专科学历群体的实习护生增强他们的自信心,开展心理培训让他们正确认识自己接受自己,不断学习提升自我,从而缓解焦虑。

5 结论

实习护生是未来护理行业的接班人,研究表明,不良的心理状况不仅会影响实习护生自身健康,还关系着未来职业的发展,从长远看甚至还会影响未来面对突发公共卫生事件时给患者提供服务的意愿和质量[24]。根据此次研究发现,实习护生在面对新冠肺炎疫情时存在着明显的焦虑情绪,男实习护生、年龄 <20 岁、家庭状况不和睦的实习护生 SAS 得分更高。学校和医院应该高度的重视疫情对实习护生的影响,针对实习护生不同的焦虑状况进行有效及时的指导,从而提高实习护生心理

调适能力,保持身心健康,避免不良事件的发生。该研究仅调查了昆明市某三甲医院的实习护生,样本来源于一所医院,研究对象具有一定的局限性,样本量小,后期可开展多中心、大样本的研究。

参考文献

- [1] 张新卫,丁钢强,赵国秋,等.浙江省突发公共事件后公众心理卫生状况调查分析[J].中国健康教育,2011,27(5):323-326.
- [2] 毕亚军,牟绍玉,王卉,等.高校护生新冠肺炎疫情期的心理状况调查分析.卫生职业教育,2020,21(38):134-136.
- [3] 雷洁,沈思媚.护生实习期间焦虑发生的社会学因素[J].卫生职业教育,2011,29(12):98-99.
- [4] 姚茂芬.临床带教应适合护生的心理需要[J].中华护理杂志,1989,7:421-422.
- [5] 李梦妮.中专临床实习护生的心态分析与带教[J].护士进修杂志,1991,6(7):17-18.
- [6] 付丽影,陶芳标.安徽省阜阳市高职院校护生体力活动与心理健康的相关性研究[J].中华现代护理杂志,2013,19(16):1878-1881.
- [7] 王娟娣.提高护生心理素质的对策与技巧[J].解放军护理杂志,2004,21(2):96-97.
- [8] 刘建安,苏晓梅,静进,等.护理专业女生焦虑及其相关因素分析[J].中国心理卫生杂志,2002,6(5):334-336.
- [9] 周英,赖淑英,尤黎明等.医护本科生心理健康状况调查[J].中国健康教育,2004,20(10):944-946.
- [10] 农小群.中专护生实习的矛盾心理调查分析及临床教学对策[J].广西医科大学,2007,24:244-246.
- [11] 雷洁,沈思媚,李稚琳,等.从焦虑的心理学成因探讨护生实习适应不良与实习焦虑[J].中国实用护理杂志,2013,29(32):76-78.
- [12] 朱芬芬,吴丽荣,李稚琳,等.一般自我效能感和心理健康对护生评判性思维的预测作用[J].护士进修杂志,2012,27(15):1349-1352.
- [13] 袁炳秋.湖南省某医院实习护生焦虑状态的心理压力源及其应对方式的研究:[袁炳秋硕士学位论文]湖南师范大学.2011年.
- [14] Zung. WWK-Rating instrument for anxiety disorders[J]. Psychosomatics, 1971, 12(6): 371-379.
- [15] 汪向东,王希林,马弘.心理卫生评定量表手册[M].中国心理卫生杂志社.1999,(增刊):235-236.

- [16] 田银娣, 王怡恺, 李静, 等. 焦虑和抑郁量表在肝硬化患者临床应用中的信效度评价 [J]. 实用肝脏杂志, 2019, 22 (1): 105-108.
- [17] Setyowati A, Chung M H, Yusuf A. Development of self-report assessment tool for anxiety among adolescents: Indonesian version of the Zung self-rating anxiety scale [J]. Journal of Public Health in Africa, 2019, 10 (SI): 1172.
- [18] 李小麟, 李晓玲, 张麒. 非典应激与心理健康—护士学生非典时期心理应激与焦虑状态调查 [J]. 华西医学, 2004 (4): 596-598.
- [19] 刘敏, 贾琦. 不同来源护生心理健康状况及其社会支持比较[J].解放军护理杂志, 2008, 25 (11A): 6-11.
- [20] 张晓燕, 罗璐瑶. 177 名大学生焦虑状况调查 [J]. 中国公共卫生管理, 2015, 31 (1): 119-121.
- [21] 昌敬惠, 袁愈新, 王冬. 新型冠状病毒肺炎疫情下大学生心理健康状况及影响因素分析 [J] South Med Univ, 2020, 40 (2): 171-176.
- [22] 朱君, 赵雯, 刘增训, 等. 大学生人际关系与心理健康的相关研究 [J]. 精神医学杂志, 2013(4): 265-267.
- [23] 李艺敏, 李永鑫. 青少年人际关系能力对社交自卑感和心理健康的影响: 社会适应性的作用 [J]. 心理科学, 2015 (1): 111-117.
- [24] CHILTON J M, McNEIL C, ALFRED D. Survey of nursing students' self reported knowledge of Ebola virus disease, willingness to treat and perceptions of their duty to treat [J]. J Pr of Nurs, 2016, 32 (6): 487-493.