

护理实习生实习后期工作倦怠的调查分析

刘佳伟, 隋婷婷, 魏莹, 郭雨凡, 王艳芝

(中日友好医院 肛肠科, 北京, 100029)

摘要: 目的 调查护理实习生在实习后期的工作倦怠程度,为预防和改善实习生职业倦怠情况提供理论依据和实践指导。方法 对150名实习护理实习生和75名在职护士采用Maslach工作倦怠量表通用版(MBI-GS)进行问卷调查。结果 护理实习生情绪衰竭、去人格化维度处于中等倦怠水平,个人成就感维度未达到倦怠程度。学历、性别、年龄以及是否独生子女是影响护理实习生职业倦怠水平的因素。护理实习生去人格化得分高于在职护士,个人成就感得分低于在职护士,差异有统计学意义($P<0.05$)。结论 护理实习生的职业倦怠不容忽视,应针对性采取措施,以改善护理实习生实习倦怠状况,提高护理实习生的临床实习质量。

关键词: 护理实习生; 工作倦怠; 情绪; 去人格化; 成就感

中图分类号: R 192.6 文献标志码: A 文章编号: 2709-1961(2021)11-0065-05



第一作者:刘佳伟

An investigation on job burnout of nursing students in the late stage of internship

LIU Jiawei, SUI Tingting, WEI Ying, GUO Yufan, WANG Yanzhi

(Department of Proctology, China-Japan Friendship Hospital, Beijing, 100029)

ABSTRACT: Objective To investigate the job burnout of nursing students in the late stage of internship, and provide theoretical basis and guidance for prevention of job burnout among nursing students. **Methods** A questionnaire survey using Maslach Burnout Inventory General Survey (MBI-GS) was conducted to 150 nursing students and 75 nurses. **Results** A moderate burnout level was found in dimensions of emotional exhaustion and depersonalization among nursing students, and low burnout was found in dimension of personal achievement. Higher score of depersonalization dimension and lower score of personal achievement dimension were reported in nursing students compared with those in nurses, with significant difference ($P<0.05$). **Conclusion** Targeted interventions should be carried out to relieve the burnout of nursing students and improve the quality of nursing practice.

KEY WORDS: nursing students; job burnout; emotion; depersonalization; personal achievement

护理是一个技术与服务并存的行业,其工作性质和行业特点决定了护理人员很容易发生职业倦怠现象^[1]。护士作为实施医疗保障的基础专业群体,在长期繁琐的工作中可能会产生消极情绪,并由此导致工作效率下降、缺勤甚至引发辞

职的倾向,这种现象称为“职业倦怠”^[2]。相关研究^[3]显示,本科护理实习生在实习的中后期普遍存在职业倦怠感,且实习后期与实习中期相比,职业倦怠感呈现加重趋势。工作环境是护理实习生职业倦怠感最主要的因素,其次为现实与理想的

收稿日期:2021-11-02

第一作者简介:刘佳伟,本科学历,护士,就职于中日友好医院肛肠科。

通信作者:王艳芝, E-mail: 1594939610@qq.com

OPEN ACCESS

<http://www.zxyjhh.com.cn>

落差、压力应对方式、带教老师影响、人格特征、人际交往、就业与考研压力。

实习过程中,学员学习心态会受到诸多因素影响而发生变化。现代教育模式在不断改变,受到优越物质条件和应试教育的影响,新时代的大学生有着独特的个性和多面化的价值观^[4]。研究^[5]显示,大部分“95后”、“00后”缺乏解决问题的经验和能力,遇到困难和问题往往不知所措,不善于寻求解决问题的渠道,缺乏承受压力和经受挫折的经验,从而容易产生焦虑、抑郁、自卑等心理问题。“95后”、“00后”护理实习生的思维方式较“80后”、“90后”更加活跃和开放,进入实习后期,大家面临着护资考试、就业压力以及对护理临床工作的亲身体会,容易产生消极倦怠情绪^[6]。负性情绪不仅影响整个实习过程中的效果评价,而且对护理实习生也会造成生理上的影响,包括血压升高、睡眠周期紊乱、全身乏力以及健忘、焦虑、愤怒、抱怨和忧郁等问题^[7],不利于护士未来的职业发展。本研究主要调查护理实习生在实习后期的职业倦怠情况,以期为预防和改善实习生职业倦怠情况提供理论依据和实践指导。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2020年8月—2021年3月在医院实习的护理实习生150名作为研究对象。纳入标准:知情同意,愿意参加研究,均为实习后期护士(实习第6个月至实习结束的时期)。排除标准:因故终止实习者。另选取该院75名在职护士进行问卷调查,并记录相关数据。

1.2 方法

本研究采用问卷调查的方式收集相关数据,问卷包括一般资料和Maslach工作倦怠量表通用版(MBI-GS)。一般资料包括性别、学历、年龄、生源地、是否是独生子女等。MBI-GS量表包括3个维度:情绪衰竭(5个条目)、去人格化(4个条目)和个人成就感(6个条目),其中情绪衰竭包括工作、下班、早晨起床、整天工作以及工作让我带有崩溃感5方面评估项;去人格化包括自我工作开始对工作失去热情、时间长了我对工作不热情了、怀疑自己工作的意义、对于自己的职业对工作有无贡献不关心4方面评估项;个人成就感包括有效解决工作中的问题、我在职位上对患者有所帮助、我擅长护理工作、当我完成抢救患者时感觉

到自豪感、我每天完成很多有价值的工作5个方面评估项^[8]。该量表采用0~6的7点评分制,设计为“非常不符合”(0分)、“较为不符合”(1分)、“有点不符合”(2分)、“一般”(3分)、“有点符合”(4分)、“较为符合”(5分)、“非常符合”(6分)。0~2分为低分,3~4分为中等分,5~6分为高分。情绪衰竭、去人格化维度正向计分,成就感低落维度反向计分。为方便比较,计算换算得分(本维度所有条目分总和/维度数),总分越高,表示倦怠程度越重。工作倦怠问卷各维度的信度系数分别为0.882,0.723,0.751,总问卷的 α 系数为0.853,均在0.70以上。问卷采用不记名的方式进行填写,被试者需要认真阅读指导语,在安静不被打扰的状态下完成调查,以确保问卷的准确性及有效性。

1.3 统计学方法

采用SPSS 22.0软件,计量资料以均数 $\pm$ 标准差($\bar{X} \pm S$)表示,组间比较采用 t 检验;检验水准 $\alpha=0.05$,相关性采用单因素方差分析, $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 护理实习生工作倦怠的整体结果

本组护理实习生情绪衰竭得分(13.06 $\pm$ 5.60)分,其中>15分的护士47(31.33%)名,11~15分的护士49(32.67%)名,<11分的护士54(36.00%)名;去人格化得分(11.24 $\pm$ 5.56)分,其中>12分的护士32(21.33%)名,8~12分的护士57(38.00%)名,<8分的护士61(40.67%)名;个人成就感得分(16.84 $\pm$ 10.02)分,>22分的护士20(13.33%)名,18~22分的护士27(18.00%)名,<18分的护士103(68.67%)名。护理实习生的情绪衰竭和去人格化维度在中度等级,但个人成就感较高。

2.2 不同特征的护理实习生职业倦怠水平

以学历为自变量做单因素方差分析,结果显示:情绪衰竭与去人格化维度上差异无统计学意义($P>0.05$)。个人成就感维度上,本科护理实习生职业倦怠水平显著高于非本科护理实习生。见表1。以性别为自变量做单因素方差分析,结果显示:情绪衰竭、去人格化维度上,男护理实习生职业倦怠程度高于女护理实习生($P<0.05$),见表1。以年龄为自变量进行单因素方差分析,结果显示:情绪衰竭与个人成就感维度上,00后的护理实习生倦怠水平显著高于95后护理实习生($P<0.05$),见表1。以独生子女

为自变量进行单因素方差分析,结果显示:情绪衰竭、去人格化、个人成就感维度上,独生子女实习倦怠情况较非独生子女严重($P<0.05$),见表1。以生源地

为自变量进行单因素方差分析,结果显示:生源地对护理实习生职业倦怠水平的影响不明显,见表1。

表1 不同特征的实习护理实习生 MBI-GS 得分情况($\bar{x} \pm s$)

项目		情绪衰竭	去人格化	个人成就感	t/F	P
学历	本科($n=96$)	13.26±6.02	11.26±5.48	17.82±10.23	0.52	0.07
	非本科($n=54$)	11.36±5.94	10.91±6.19	10.21±6.10		
性别	女($n=124$)	13.92±6.62	11.06±5.48	17.55±10.60	3.31	0.01
	男($n=26$)	14.09±4.91	13.03±5.72	13.96±7.96		
年龄	95后($n=80$)	10.83±5.64	8.83±3.87	13.83±7.39	1.89	0.01
	00后($n=70$)	13.57±6.15	11.06±5.06	16.77±10.74		
是否独生子女	是($n=69$)	13.09±0.38	13.42±0.46	13.35±0.42	1.87	0.01
	否($n=81$)	12.91±0.32	13.01±0.33	12.92±0.29		
生源地	城市($n=76$)	13.13±0.38	13.46±0.47	13.39±0.41	1.23	0.23
	乡镇($n=74$)	12.87±0.29	13.02±0.31	12.94±0.26		

2.3 护理实习生和在职护士职业倦怠水平比较

护理实习生去人格化得分高于在职护士、个人成就感得分低于在职护士,差异有统计学意义($P<0.05$)。

表2 护理实习生和在职护士职业倦怠水平比较($\bar{x} \pm s$) 分

组别	n	情绪衰竭	去人格化	个人成就感
护理实习生	150	13.06±5.7	11.24±5.6	16.84±10.02
在职护士	75	14.1±1.82	5.45±1.06	24.79±1.71
t		1.91	11.68	8.90
P		>0.05	<0.01	<0.01

3 讨论

3.1 护理实习生倦怠水平总体状况

本次调查结果显示,护理实习生情绪衰竭、去人格化维度处于中等倦怠水平,个人成就感维度未达到倦怠程度。就业是进入实习后期面临的压力,实习医院的管理模式,一定程度上也会影响护理实习生的招聘就业^[9]。目前就业多为双向选择,就业难度比早期高,增加了护理实习生的心理压力,工作专注度下降。实习期间,护理实习生对护理工作有更全面而深刻的认识和新的见解,有的学员可能会重新定义职业方向,一定程度上影响了工作态度^[10]。考取护士职业资格证书需要长时间的复习,精力消耗过度,而护理实习生在工作中精神紧张、工作量大,个人时间管理相对不平衡等种种因素会进一步加重护理实习生的消极倦怠情绪。

3.2 不同特征的护理实习生职业倦怠水平差异

学历、性别、年龄以及是否独生子女是影响护理实习生职业倦怠水平的因素。本科护理实习生自我价值感较低,其手自我意识的影响,在工作中

看重自我实现。临床工作中的医疗模式多为遵照医嘱执行操作,导致护士的自我成就感很难实现^[11],进而造成自我价值感降低。男护理实习生在情绪衰竭、去人格化维度上,职业倦怠水平高于女护理实习生。现代护理行业是多元化的,男性人员也逐渐参与到护理工作中,但受传统观念的影响,男性实习护理实习生在接触来自不同行业的患者及其家属时,在平时的交流中他们可能表达了对男性护理实习生这个角色的不认可,使其更容易产生职业倦怠^[12]。00后护理实习生在情绪衰竭、个人成就感维度上职业倦怠水平较高。00后护理实习生来院工作时间较短,年龄较小,缺乏经验,需要承担大量的基础性工作,与患者接触较多,因此倦怠水平较高。研究^[13]表明,独生子女心理弹性较非独生子女弱。独生子女作为家庭的重点培养对象,学习上家属关注较多,使其产生了压力与负荷,进而对学业形成了倦怠。

3.3 护理实习生和在职护士职业倦怠差异

护理实习生去人格化得分高于在职护士、个人成就感得分低于在职护士。护理实习生进入临床后,是与真实的患者接触,与在学校学习理论知识不同,临床中更多的是需要实践。琐碎繁杂的临床工作会使护理实习生逐渐失去工作热情,从一开始出现烦躁、敏感等不良情绪到表现出对实习积极性不高,不能及时完成带教教师安排的任务,直至对整个护理行业失去信心,自我价值感降低,产生毕业后改行的想法^[14]。去人格化是指在工作中对他人的一种消极的、没有人情味的或疏远的反应,有人也称为犬儒主义,代表工作倦怠的人际情境维度^[15]。护理实习生去人格化水平较

高,不仅会影响自身的工作态度,还会影响部门的整体氛围。除护理实习生寻求自我改变、自我减压外,管理人员也应该采取有针对性的干预措施,如从人际关系、组织氛围、文化活动等方面,减轻护理实习生的职业倦怠水平。管理者需要多关注医务人员的心理健康,改善、优化工作环境,合理地调配人力资源,改进排班制度,保证护理实习生足够的睡眠和休息,提高相应待遇,缓解其精神压力,满足其心理需求^[16]。

综上所述,首先,护理实习生个人应该加强对护理专业的认同感和在校期间的学习,以便能更快、更好地适应临床工作;其次,学校护理教育应与临床保持一致,尽可能多地传授给学生更多的护理知识和技能;再者,医院应合理安排实习护理实习生的轮转科室,尽量先易后难,使其能先掌握简单的基础护理工作,再平稳过渡到复杂的专科护理工作,带教老师要以鼓励、引导的方式让护理实习生收获更多成就感;最后,社会应对护理实习生给予更多的包容和尊重,让其积极、蓬勃地发展。保持护理预备队伍的稳定,减少护理专业人才的流失,是护理事业稳步发展的重要前提。确立护士群体的建设目标和措施,采取及时有效的工作激励机制,提高其心理健康水平,这有利于提高其工作能力,是顺利完成实习任务有效途径之一。护理实习生是未来护理事业的接班人,关注和改善其实习倦怠状况对未来护理事业发展意义非凡。本研究采取便利抽样,样本较单一,结果可能存在偏差,还有待开展更全面、更深入的研究。

利益冲突声明:作者声明本文无利益冲突。

开放评审

专栏主编点评:该篇论文调查了护生在实习后期的工作倦怠程度,总结出护生在情绪衰竭、去人格化上处于中等倦怠水平,低个人成就感维度未达到倦怠程度,应早期发现,及早干预,以改善护生实习倦怠状况,提高护生的临床实习质量。研究内容具有现实性、应用性、针对性,语言流畅。

参考文献

- [1] 叶美欢,卢雪琴,杨浩瑾,等. 实习末期护生职业倦怠和应对方式的相关性研究[J]. 中国高等医学教育, 2019(8): 53-54.
YE M H, LU X Q, YANG H J, et al. Correlation between occupational burnout and coping style of the post-practice nursing students[J]. China High Med Educ, 2019(8): 53-54. (in Chinese)
- [2] 李伟,程芳. 急诊科护士职业倦怠及其影响因素的分析研究[J]. 心理月刊, 2021, 16(2): 11-12.
LI W, CHENG F. An analysis of nurses' job burnout and its influencing factors in emergency department[J]. Psychol Magaz, 2021, 16(2): 11-12. (in Chinese)
- [3] 岑琼. 护士职业倦怠研究进展[J]. 中国护理管理, 2011, 11(10): 83-85.
CEN Q. Research progress of job burnout among nurses[J]. Chin NursManag, 2011, 11(10): 83-85. (in Chinese)
- [4] 王培宇. “95后”大学生价值观特征及其成因分析[J]. 现代经济信息, 2016(19): 457.
WANG P Y. Characteristics of sense of values among undergraduate students who were born after 1995 and cause analysis[J]. Mod Econ Inf, 2016(19): 457. (in Chinese)
- [5] ZAMPERINI A, PAOLONI C, TESTONI I. The emotional labor of nursing: critical incidents and coping strategies[J]. Assist InfermRic, 2015, 34(3): 142-148.
- [6] 许瑞雪,王卫红. 影响护理实习生职业倦怠的非智力因素分析[J]. 中国社会医学杂志, 2020, 37(3): 280-283.
XU R X, WANG W H. Analysis of non-intellectual factors influencing job burnout of nursing Students[J]. Chin J Soc Med, 2020, 37(3): 280-283. (in Chinese)
- [7] 李超平,时勤,罗正学,等. 医护人员工作倦怠的调查[J]. 中国临床心理学杂志, 2003, 11(3): 170-172.
LI C P, SHI K, LUO Z X, et al. An investigation on job burnout of doctor and Nurse[J]. Chin J Clin-Psychol, 2003, 11(3): 170-172. (in Chinese)
- [8] 李璐,孟勇,李超凡. 医学生学习倦怠与父母教养方式的相关研究[J]. 新乡医学院学报, 2014, 31(8): 652-654.
LI L, MENG Y, LI C F. Relationship between medical students' learning burnout and parental rearing style[J]. J Xinxiang Med Univ, 2014, 31(8): 652-654. (in Chinese)
- [9] 王月莹,贾欣睿,宋继权,等. 新型冠状病毒肺炎流行期间医护人员的心理健康状况调查及分析[J]. 武汉大学学报(医学版), 2020, 41(5): 706-710.

- WANG Y Y, JIA X R, SONG J Q, et al. Mental health status of medical staff during the outbreak of coronavirus disease 2019 [J]. *Med J Wuhan Univ*, 2020, 41(5): 706–710. (in Chinese)
- [10] WEIGL M, STAB N, HERMS I, et al. The associations of supervisor support and work overload with burnout and depression: a cross-sectional study in two nursing settings[J]. *J Adv Nurs*, 2016, 72(8): 1774–1788.
- [11] 陈曲, 刘旭, 孟开. 北京市三级甲等医院青年医护人员职业倦怠现状及其影响因素分析[J]. *中国全科医学*, 2018, 21(2): 223–231.
- CHEN Q, LIU X, MENG K. Job burnout and associated factors among young health care providers in tertiary grade A hospitals in Beijing [J]. *Chin Gen Pract*, 2018, 21(2): 223–231. (in Chinese)
- [12] 张慧岩, 王菊, 廖贵曲, 等. 医患关系与社会支持对医务人员职业倦怠的影响分析[J]. *中国医疗管理科学*, 2020, 10(4): 68–72.
- ZHANG H Y, WANG J, LIAO G Q, et al. Analysis on the influence of doctor-patient relationship and social support on Job burnout in medical staffs [J]. *Chin J Med ManagSci*, 2020, 10(4): 68–72. (in Chinese)
- [13] 苑春永, 陈福美, 王耘, 等. 独生子女和非独生子女情绪适应的差异: 基于倾向分数配对模型的估计[J]. *中国临床心理学杂志*, 2013, 21(2): 296–299.
- YUAN C Y, CHEN F M, WANG Y, et al. A comparison of single and non-single child's emotion adjustment: an evaluation of propensity score matching Method[J]. *Chin J ClinPsychol*, 2013, 21(2): 296–299. (in Chinese)
- [14] 曹晓翼, 陆丽清, 刘晓虹. 专业自我概念在护士职业认同与职业倦怠间的中介效应[J]. *中华护理杂志*, 2010, 45(11): 965–968.
- CAO X Y, LU L Q, LIU X H. The mediating effect of professional self-concept between nurses' professional identification and job burnout [J]. *Chin J Nurs*, 2010, 45(11): 965–968. (in Chinese)
- [15] 李莹, 付岩, 张森, 等. 医务人员共情疲劳与职业倦怠相关研究中英文文献计量学分析[J]. *中国职业医学*, 2019, 46(3): 371–375.
- LI Y, FU Y, ZHANG M, et al. Chinese and English bibliometric analysis on empathy fatigue and job burnout among medical staffs [J]. *China Occup Med*, 2019, 46(3): 371–375. (in Chinese)
- [16] MIN A R, KANG M, HONG H C. Sickness presenteeism in shift and non-shift nurses: using the fifth Korean working conditions survey [J]. *Int J Environ Res Public Heal*, 2021, 18(6): 3236.
- (本文编辑:尹佳杰)