

本科护生临床实习后期心理压力源的质性研究<sup>\*</sup>丁璐萍, 刘琳, 张云美<sup>△</sup> (重庆医科大学护理学院, 重庆 400016)

**【摘要】** 护生在临床实习后期, 常因面临多方面的压力而影响身心健康和实习效果。本文采用质性研究中的现象学研究方法, 对进入临床实习第 32~40 周的 16 名本科护生进行半结构式深入访谈, 并用 Colaizzi 法分析、整理资料, 最终提炼主题结果显示, 本科护生临床实习后期的压力源主要包括: 就业压力、应对各种考试、繁重的实习任务和复杂的人际关系 4 个方面。护理管理者和护理教育者应了解其实习后期的压力源, 并采取行之有效的应对策略缓解护生压力, 以提高实习质量。

**【关键词】** 护理本科生; 实习后期; 压力源; 压力

DOI: 10.3969/j.issn.1672-9455.2016.06.056 文献标志码: C 文章编号: 1672-9455(2016)06-0855-02

临床实习作为本科护生实现理论知识转化为实践能力的关键时期, 其效果直接影响着本科护理人才的培养质量<sup>[1]</sup>。实习后期是指护生进入临床实习的第 32~40 周, 此阶段护生面临着就业、临床实习、各种考试等多重压力<sup>[2]</sup>。轻度压力可促进学习, 若长期持续压力将会降低实习质量, 甚至影响护生的职业认同感和职业发展<sup>[3]</sup>。本研究旨在通过深入访谈了解本科护生临床实习后期的压力源, 为采取针对性的应对策略缓解护生压力提供参考。

## 1 资料与方法

**1.1 一般资料** 采取目的抽样法, 选择重庆市某医科大学 2011 级全日制本科护生为访谈对象。纳入标准: 临床实习 32~40 周; 能充分表达自身感受; 自愿参与本研究。样本量以信息饱和为原则, 最终纳入访谈对象 16 名。其中男 3 名, 女 13 名; 年龄 21~24 岁, 平均(22.50±0.82)岁; 独生子女 7 名, 非独生子女 9 名; 来自本市 11 名, 外省 5 名。

## 1.2 方法

**1.2.1 资料收集** 本研究采用质性研究中的现象学研究方法, 以半结构式深入访谈的形式收集资料。访谈前拟定访谈提纲, 预约访谈时间、地点, 选择安静、适宜单独访谈的示教室或会议室进行访谈。访谈前, 告知访谈对象本研究的目的, 说明访谈内容仅作本研究使用, 取得访谈对象的理解和配合, 签署知情同意书, 准备访谈笔录并全程录音。访谈以“你觉得现在实习压力大吗”、“现在的压力主要来自哪些方面”为切入点进行访谈。访谈过程中, 鼓励访谈对象表达自己的感受和看法, 避免把自身观念强加给访谈对象。每名访谈对象的访谈时间为 30~40 min。

**1.2.2 资料分析** 访谈结束后 24 h 内结合现场笔记内容及按时完成每份录音资料的转录与整理。运用 Colaizzi 法对访谈资料进行深入分析: (1) 反复仔细阅读所有记录; (2) 分析具有重要意义; (3) 对反复出现的观点进行编码; (4) 将编码后的观点汇集; (5) 写出详细、无遗漏的描述; (6) 辨别出相似的观点, 提炼主题概念; (7) 返回参与者处求证。

## 2 结果

通过访谈得知, 本科护生临床实习后期主要面临四方面的压力, 即就业压力、应对各种考试、繁重的实习任务和复杂的人际关系。

**2.1 就业压力** 随着高等护理教育的发展和就业市场格局的

变化, 护理毕业生就业难和自身就业意识的矛盾越来越明显。访谈中, 14 名受访护生均表示实习后期最大的压力来源于找工作。S16: “现在本科毕业生人数越来越多, 公招的名额却越来越少, 竞争那么激烈, 找个编内工作实在太难了。”S12: “我们理想的工作会从工作环境、薪酬待遇、地域因素等多方面综合考虑, 但要找到这样面面俱到的工作谈何容易。”S11: “如果找一个非编工作问题不是很大, 而父母希望我找到一份正编工作, 找不到就不能达到他们的期望, 一想到这我就头疼。”S5: “都快毕业了, 周围一些同学已经找到了工作, 而我自己的工作还没有着落, 我都怕别人问我找工作的事。”

**2.2 应对各种考试** 临床实习后期, 公招考试、护士执业资格考试、毕业考试等各种考试接踵而至。访谈中, 受访护生普遍表示实习后期所面临的考试压力很大。S3: “公招时我所报考的单位只针对应届毕业生, 如果这次考不上, 就意味着永远失去了进这个单位的机会, 我感到整个人的神经都是绷直的。”S9: “护士执业资格证考试和毕业考试所涉及的考试科目和范围都很广, 但复习时间又不多, 快临近考试了还有一些内容没看完, 急得我都失眠了。”S5: “后期我们要准备的考试太多了, 而且每一个考试都很重要, 平时还要上班, 我不知道该如何分配时间才好(很无奈)。”

**2.3 繁重的实习任务** 访谈中, 一半以上的受访护生表示实习后期工作强度更大, 害怕出差错以及担心毕业以后能否胜任工作。S6: “我在 ICU 轮转, 患者的病情比较重, 每天又忙又累, 还要应对老师的抽问, 我常常感到力不从心。”S4: “后期中夜班比较多, 而中夜班上班的人较少, 患者又多, 下班后也得不到很好的休息, 我觉得身心疲惫。”S14: “这段时间因为考试要忙于看书, 休息不好, 上班的时候我经常担心会做错事被患者指责或被老师批评。”S12: “到了后期很多带教老师认为我们的操作都很熟悉了, 对我们也比较放手, 我们也希望有更多的机会学习锻炼并把事情做好, 但我们还是担心自己做不好, 又怕带教老师说我们前期实习不认真。”S11: “实习就快结束了, 有些量化指标还没完成, 部分基础操作(如插胃管、吸痰)不够熟悉, 我担心会影响以后的独立工作能力。”

**2.4 复杂的人际关系** 护生在实习过程中面临错综复杂的人际关系。访谈中, 受访护生一致反映他们很在意带教老师和患者对他们的态度。S8: “有的带教老师仅仅在操作时才会和我们讲一些与操作相关的知识, 其他时间很少和我们交流, 有时

\* 基金项目: 重庆市高等教育教学改革研究项目(132085)。

△ 通讯作者, E-mail: cyzym@126.com。

候我们还担心是自己做错了事或是说错了话。”S14:“前几天我给患者打留置针,贴敷贴时一不小心留置针滑出来了,结果带教老师当着患者的面就批评了我,我觉得很郁闷。”S7:“后期因为面试和试岗,需要请假的时间比较多,这确实给实习教学安排带来了困扰,我们也很矛盾,非常希望得到老师的理解和支持。”S11:“有些患者拒绝学生为他提供护理操作,不好沟通,我遇到一个患者输液时直接说‘让你们老师来,我的血管不好’,我很担心引起医疗纠纷。”

### 3 讨 论

**3.1 就业是本科护生实习后期最主要的压力源** 本研究结果显示,就业是临床实习后期本科护生最大的压力源,与杨永丽等<sup>[4]</sup>和周丽娟等<sup>[5]</sup>研究结果一致。近年来,随着高等护理教育的迅速发展,本科护生毕业人数逐年增加,加之医院人事制度的改革,医疗单位对护理编制采取紧缩政策,护理在编岗位与就业人数严重不匹配,加剧了护生的就业压力<sup>[6]</sup>。护生自身和家庭受到传统就业观的影响,认为正式编制意味着工作稳定且是“对未来的保障”,对编制的要求限制了护生的就业取向<sup>[7]</sup>。另外,择业期望过高。本次访谈中,相当一部分本科护生将工作环境、薪酬待遇、地域因素等作为选择就业的必要条件,且将就业目标锁定于主城区的三甲医院,而对基层医院就业意向偏低。过高的择业期望与就业现实之间的差距使他们就业压力增大<sup>[8]</sup>。家庭对本科护生的就业期望以及面对周围一些同学已经找到工作而自己仍然去向未定的情况,也使他们承受着较大压力。学校和教学医院应加强就业指导,分析当前就业形势,引导护生树立正确的就业观,指导护生根据自身情况合理地择业定位;同时通过开展讲座等形式帮助护生更新择业观念,加强本科护生对基层医院的认知,使其充分了解在基层医院的发展空间,鼓励其投入基层工作。

**3.2 考试成为护生实习后期仅次于就业的压力源** 本访谈结果显示,应对考试是护生实习后期仅次于就业压力的第 2 位压力源。实习后期,护生开始着手准备公招考试、护士执业资格考试及毕业考试等,然而他们备考的同时还要完成临床实习任务,特别是在三甲医院实习,由于患者较多,工作忙碌,护生实习任务较重,缺乏足够的复习时间<sup>[9]</sup>。其次,临近毕业,考试逐渐增多,是否通过这些考试将关系到护生能否顺利毕业和就业,然而由于时间和精力有限,护生对于如何合理分配时间准备各种考试感到茫然,导致其考试压力较为突出,影响临床实习质量。带教老师要引导护生正确处理学习与临床实习之间的关系,合理安排临床实习与考试复习时间,以减轻护生的压力。

**3.3 繁重的实习任务是护生实习后期常见压力源之一** 本访谈结果表明,工作强度大、害怕出差错、担心毕业以后不能独立胜任工作等是实习后期护生常见的压力源。实习后期一些带教老师对本科护生的能力期望比较高,常常比较放手让护生管理病床和独立完成一些常规的护理工作,其工作量相对实习前中期明显增大,很多护生感到疲惫和力不从心,并担心发生护理差错;其次,后期还有一些量化指标没完成,部分基础操作技术由于实践机会较少,还不够熟悉,导致护生担心影响毕业和毕业后的工作胜任能力。实习医院应根据实习大纲要求及各实习阶段的特点制订教学计划,合理安排教学活动;加强带教老师培训,提高老师的带教意识,改进教学方法,评估护生的实践能力和知识掌握情况,加强对护生独立解决问题、理论联系实际能力的培养。

**3.4 实习后期人际关系的处理增加了护生的压力** 本研究结

果显示,患者、带教老师对护生的态度是实习后期护生的压力源之一。护生在临床实习期间接触最多的是带教老师,带教老师的教学态度和言传身教可直接或间接影响护生工作表现及职业认同感<sup>[11]</sup>。实习后期,面对繁忙的临床工作,部分带教老师在带教过程中往往让护生做得多而讲得少,忽视了与护生之间的沟通交流,无意识的冷漠让护生和带教老师之间产生隔阂感,以致增加护生的压力。另外,有的带教老师对学生的关怀理解不够,当着患者批评指责学生,对学生找工作面试、试岗请假或调班不理解,使护生产生沮丧感和无助感,心理压力增大。还有部分患者对护生不信任和不配合,拒绝他们进行操作,让护生的自信心受挫。以上这些因素均影响护生的实习积极性,甚至影响他们的职业认同感。带教老师应注重后期的带教技巧,加强与护生的交流和沟通,以真诚的态度理解护生,维护他们的自尊,建立良好的师生关系和教学氛围;鼓励护生多与患者沟通,帮助护生获取患者的信任感,建立良好的护患关系,取得患者对教学的理解和支持。

### 4 小 结

综上所述,本科护生在临床实习后期承受着来自于就业、各种考试、实习任务、人际关系等多方面的压力。学校、实习医院和带教老师应加强就业指导,帮助护生树立正确的就业观;引导护生正确处理学习与临床实习之间的关系,合理安排时间;制订合理的教学计划,加强带教老师培训,改进教学方法;加强与护生的沟通和交流,建立良好的师生关系和护患关系,以缓解护生压力,提高其实习质量。

### 参考文献

- [1] 乔安花,王蓓,岳立萍,等. 三级甲等教学医院实习早期护生压力源的影响因素分析[J]. 中国实用护理杂志, 2014, 30(16): 64-66.
- [2] 常艳琴,王志红,刘栋梅,等. 肝胆专科医院护生不同实习阶段压力源的分析与对策[J]. 中国护理管理, 2013, 13(4): 67-69.
- [3] Galbraith ND, Brown K. Assessing intervention effectiveness for reducing stress in student nurses: quantitative systematic review[J]. J Adv Nurs, 2011, 67(4): 709-721.
- [4] 杨永丽,赵秋利. 不同临床实习期护理本科生压力源及压力程度的研究[J]. 中国实用护理杂志, 2007, 23(1B): 67-68.
- [5] 周丽娟,杨玉美. 护理本科生临床实习压力源及应对方式调查分析[J]. 护理学杂志, 2009, 24(8): 11-13.
- [6] 赵力,林胜. 护生实习过程中的压力调查与分析[J]. 吉林医学, 2011, 32(20): 4283-4284.
- [7] 申洪娇,李荣. 护理本科生就业心态的研究[J]. 中国护理管理, 2010, 10(8): 37-39.
- [8] 万学英,刘化侠,徐迎春,等. 护理本科毕业生就业情况的调查分析[J]. 护理学杂志, 2009, 24(17): 64-66.
- [9] 章征妹,黄芬,武姣,等. 本科护生实习后期状态及影响因素的调查分析[J]. 全科护理, 2015, 13(5): 464-465.
- [10] 张靖. 护理专业本科实习生工作压力及其相关因素分析[J]. 继续医学教育, 2013, 27(7): 20-25.
- [11] 李宏,杜云海,姜金霞,等. 本科护生实习初期真实体验的质性研究[J]. 护理研究, 2013, 27(8): 2591-2593.