

· 护理教育 ·

5582 名高校护生心理弹性及影响因素调查分析

刘莹¹, 赵瑾², 吴欣娟¹, 王巍¹, 李真¹, 谢铃莉¹, 曹晶¹

摘要:目的 分析高校护生群体的心理弹性现况,探究护生心理弹性的影响因素。方法 采用一般资料调查问卷、心理弹性问卷对全国 29 个省的 5 582 名护生进行问卷调查。结果 护生心理弹性得分为(33.35±6.80)分。单因素分析结果显示,不同地域分布、性别、年级,是否为独生子女,是否担任学生干部,有无临床见习实习经历、有无应急与危机心理干预课程学习经历的护生心理弹性得分比较,差异有统计学意义($P<0.05$, $P<0.01$)。多元线性回归分析结果显示,性别、是否为独生子女、是否担任学生干部、有无临床见习实习经历、有无应急与危机心理干预课程学习经历是护生心理弹性的独立影响因素($P<0.05$, $P<0.01$)。结论 护生群体心理弹性整体处于中等水平,有待进一步提升。提示护理教育者可根据护生心理弹性的特点实施相应的干预策略,提高护生的应对能力和适应能力、促进护生身心健康发展。

关键词:护生; 心理弹性; 应急; 危机; 心理干预; 应对能力; 适应能力

中图分类号:R47;R395.6 **文献标识码:**A **DOI:**10.3870/j.issn.1001-4152.2020.20.076

Status of psychological resilience and its influencing factors among 5 582 nursing students Liu Ying, Zhao Jin, Wu Xinjuan, Wang Wei, Li Zhen, Xie Lingli, Cao Jing, Nursing Department, Peking Union Medical Collage Hospital, Beijing 100730, China

Abstract: **Objective** To analyze psychological resilience and influencing factors of nursing students from colleges and universities. **Methods** Totally, 5 582 nursing students from 29 provinces, autonomous regions and municipalities in mainland China were investigated with a general questionnaire and the Chinese version of Connor Davidson Resilience Scale 10. **Results** The score of resilience was (33.35±6.80). Univariate analysis showed that nursing students' psychological resilience varied significantly by regions, genders, college years, whether being the only child, whether being a student leader, whether having clinical internship experience, whether having attended emergency response and psychological crisis training courses($P<0.05$, $P<0.01$). Multivariate linear regression analysis showed that such factors as gender, whether being the only child, whether being a student leader, whether having clinical internship experience, and whether having attended emergency response and psychological crisis training courses were associated with nursing students' psychological resilience($P<0.05$, $P<0.01$). **Conclusion** Psychological resilience of nursing students was at a moderate level, which needs to be improved. Nursing educators should carry out specific intervention tailored to the characteristics of nursing students' psychological resilience, so as to improve coping and social adaptation ability, and physical and mental health of nursing students.

Key words: nursing students; psychological resilience; emergency response; crisis; psychological intervention; coping ability; social adaptation ability

随着社会经济的快速发展,近年来大学生焦虑、抑郁等负面情绪发生率增加,对学生的学习热情、专业认知、身心健康等均造成不利影响,大学生心理健康问题引起社会广泛关注^[1]。护生作为大学生的特殊群体,面对高风险、高强度的职业特点、学习环境及学习方式的转变、护患关系的紧张等,压力感知水平更高,易出现心理问题及应激性心理障碍^[2-3]。近年来,随着积极心理学的兴起,广大学者认为心理弹性可使个体从认知和情感上对自身持肯定评价,面对压力和负性事件能够良好地适应并从中得到积极发展^[4-5]。心理弹性又叫做心理韧性、复原力,是一种有效应对压力事件的能力^[6-8]。护生若具备良好的心理弹性,在压力事件可表现出良好的心理平衡,及时调用其心理资源来应对困难并走出逆境,良好适应自身角色的转变,减少负面情绪的产生。目前有关护生心理弹性的研究^[4,7]大多

样本偏小,样本来源单一。为全面了解我国大陆护生群体心理弹性现况,探索护生的心理弹性特点,本课题组展开全国大样本调查,以期为院校开展护生心理素质教育、提升护生心理弹性水平提供依据。

1 对象与方法

1.1 对象 2020年3月16~22日,采用便利抽样法,面向全国全日制本科、大专护理专业学生开展网络问卷调查。纳入标准为自愿参加本研究的护理专业学生,共有来自全国29个省市自治区的5 949名护生参与调查。

1.2 方法

1.2.1 调查问卷 ①一般资料调查表。参照文献的基础上,由研究者自行设计。包括性别、年龄、家庭经济情况(护生根据自身对家庭经济情况的感知选择相应的选项)、是否为独生子女、学制类型、临床见习和实习经历、是否承担学生职务、是否接受过应急与危机心理干预课程培训、希望从事的护理专业类型等。②心理弹性量表(Connor Davidson Resilience Scale 10, CD-RISC 10)。CD-RISC 量表由 Connor 等^[9]编制,共有 25 个条目,分为 3 个维度。Campbell-Sills

作者单位:1. 中国医学科学院北京协和医院护理部(北京, 100730); 2. 中华护理学会

刘莹:女,硕士,护师

通信作者:曹晶, smile10101@163.com

收稿:2020-05-17;修回:2020-08-06

等^[10]对原量表进行修订,形成仅有 10 个条目的 CD-RISC 10 量表,该量表仍采用 Likert 5 级评分,从“从不”到“总是”依次赋分 0~4 分,满分 40 分,得分越高,表明个体心理弹性越好。

1.2.2 调查方法 本研究采取网络问卷调查的方式,研究人员联络到护理院校和医院的教学工作负责人,说明本次调查的目的、意义、填写方法,征得其同意后,请其将电子问卷链接转发至学生微信群。问卷首先采用统一指导语向护生解释调查的意义及重要性,调查对象同意后计时作答。为保证数据质量,问卷设置了禁止重复作答、必答项,根据对北京某所高校 30 名护理专业学生进行的预调查得知问卷作答时长为 6~20 min,排除答题时间少于 6 min 及多于 20 min 的 367 份问卷。回收有效问卷 5 582 份,有效回收率为 93.83%。

1.2.3 统计学方法 本研究采用 SPSS20.0 软件进行描述性分析、*t* 检验、多元逐步回归分析,检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 护生基本信息 5 582 名护理专业学生,来自全国 29 个省市自治区,按照 2019 年中国卫生健康统计年鉴地区划分标准^[11],东部、中部、西部护生分别占比 36.80%、35.65%、27.55%。男 728 名,女 4 854 名;年龄 16~26(20.20±1.49)岁;本科 2 787 名,大专 2 795 名。低年级(一、二年级)学生 1 882 名(33.72%),担任学生干部(学生会干部、班级干部、实习队长)2 515 名(45.06%),有临床实习或见习经历 2 918 名(50.50%),独生子女学生 1 602 名(28.70%),家庭经济情况困难 1 844 名(33.04%),有应急与危机心理干预课程学习经历 4 489 名(80.42%)。

2.2 护生心理弹性的单因素分析 护生心理弹性得分(33.35±6.80)分,比较不同人口学特征及教育相关经历护生的心理弹性水平差异,结果显示:不同地域分布、性别、年级,是否为独生子女、担任学生干部,有无临床见习实习经历、应急与危机心理干预课程学习经历的护生间心理弹性水平差异有统计学意义,见表 1。

2.3 护生心理弹性的多因素分析 将护生心理弹性得分作为因变量,上述单因素分析中存在显著性差异的因素作为自变量,多元线性逐步回归分析结果显示:性别、是否为独生子女、是否担任学生干部、有无临床见习实习经历、有无应急与危机心理干预课程学习经历是护生心理弹性的独立影响因素,见表 2。

3 讨论

3.1 护生心理弹性现况 本研究护生心理弹性得分(33.35±6.80)分,整体处于中等水平,低于彭盼等^[12]报道的 377 名湖南省本科实习护生的心理弹性水平(37.50±6.48),同时也低于 Chamberlain 等^[13]针对来自三所学校的 240 名澳大利亚本科护生[平均年龄

(29.0±10.0)岁]的心理弹性测量水平(37.0±7.0);但高于 Chow 等^[4]报道的 474 名香港五年制本科及和 170 名三年制研究生学历护生的心理弹性调查结果(24.0±5.7)。由于本研究纳入人群覆盖了全国 29 个省、市、自治区,与其他针对某一地区或某所学校的测量结果相对可能更具有代表性。另外本研究同时纳入专科护生与本科护生,不同研究可能由于研究对象学制类型特点、临床实习时间长短等造成结果间的差异。研究表明,我国护生群体心理弹性有待提升,提示今后应注重加强对护生心理弹性的干预策略的研究,帮助护生提升自身应对和适应逆境及压力的能力。

表 1 不同人口学特征、教育经历护生心理弹性差异比较

项目	人数	得分($\bar{x}\pm s$)	<i>t</i> / <i>F</i>	<i>P</i>
地域分布			5.432	0.004
东部	2054	32.96±7.09		
中部	1990	33.55±6.51		
西部	1538	33.60±6.73		
性别			4.151	0.000
男	728	34.41±7.48		
女	4854	33.19±6.67		
独生子女			2.524	0.012
是	1602	33.71±6.90		
否	3980	33.20±6.75		
学历			-0.076	0.939
大专	2795	33.34±7.10		
本科	2787	33.35±6.48		
年级			13.773	0.000
一年级	841	32.39±6.85		
二年级	1041	32.47±7.09		
三年级	2166	33.97±6.79		
四年级	1260	33.55±6.36		
五年级	274	33.80±6.82		
学生干部			9.067	0.000
是	2515	34.25±6.57		
否	3067	32.61±6.89		
临床实习见习经历			5.656	0.000
有	2918	33.84±6.60		
无	2664	32.81±6.97		
家庭经济情况			-1.002	0.4316
困难	1844	33.21±7.03		
中等及以上	3738	33.41±6.68		
应急与危机心理干预课程学习经历			7.299	0.000
有	4489	33.68±6.69		
无	1093	31.68±7.07		

表 2 护生心理弹性影响因素的多元回归分析结果($n=5582$)

项目	β	SE	β'	<i>t</i>	<i>P</i>
常量	32.709	0.569	—	57.442	0.000
学生干部	1.461	0.213	0.110	6.854	0.000
应急与危机心理干 预课程学习经历	1.432	0.285	0.084	5.021	0.000
性别	-1.056	0.319	-0.054	-3.313	0.001
独生子女	0.844	0.235	0.058	3.594	0.000
临床实习见习经历	0.744	0.268	0.046	2.774	0.006

注:自变量赋值,学生干部,否=0,是=1;应急与危机心理干预课程,无=0,有=1;性别,男=0,女=1;独生子女,否=0,是=1;临床实习见习经历,无=0,有=1; $F=25.669$, $P=0.000$, $R^2=3.3\%$,调整 $R^2=3.1\%$ 。

3.2 护生心理弹性的影响因素分析

3.2.1 性别 结果显示,男性护生群体心理弹性水平更高,其他研究也得出类似结论^[5,12],这可能与社会文化背景和家庭教育观念有关。受传统教育观念影响,对男性的教育观念更倾向于培养其责任感和担当意识,鼓励其面对困难迎难而上,因此男性在面对困难时会更加积极主动地调动个人资源加以解决。也有研究者^[14]认为,不同性别护生心理弹性水平并无差异。因此,性别与心理弹性的关系需在今后研究中进一步验证。

3.2.2 独生子女与非独生子女 本研究中独生子女心理弹性水平更高,与苏茜等^[15]研究结果一致。家庭支持在缓解工作压力、维护心理健康方面发挥着积极作用,与非独生子女相比,独生子女在成长过程中得到父母更多的关注,家庭支持更充分,必要时调动更多的外部资源,从而更为积极、理性地应对困难和挫折^[16]。但也有研究者认为独生子女对心理弹性的影响尚不明确^[14]。一项针对护士群体的研究^[17]表明,非独生子女护士心理弹性水平更高。

3.2.3 实习见习经历 本研究中,有临床实习见习经历的护生心理弹性水平更高。临床学习是护理专业教育的重要内容,是实现护生知识向能力转化的关键一步,通过在临床环境中学习,护生能够更好地将理论与实践结合,培养人际沟通和解决问题的能力,进而改善护生面对困难和挫折的心理适应性^[3]。提示护理教育应注重对护生的临床实践能力的培养,可通过合理增加临床见习和实习课程时长、为在校护生开设临床情景模拟课程等培养护生的临床思维与临床决策等方面能力,帮助护生更快适应从学校到临床的角色转换。

3.2.4 担任学生干部 本研究结果表明,担任班级、年级干部及实习学生的护生心理弹性较强。可能由于担任学生干部的护生与同学及老师的联系机会更多,人际关系更广,在面对困难和危机时,这些潜在的资源可为个体提供更多的社会支持。另外担任学生干部的护生有更多的自主决策的机会,使他们更有自信应付学习生活中的突发事件^[18-19]。因此提示教育者可通过在校内合理增设一些学生职位、推行学生干部轮流坐班制、在护生实习期间提供临床管理实践课程等,为更多学生提供锻炼的空间。

3.2.5 应急与危机心理干预课程 本研究中,学习过应急与危机心理干预相关课程的护生心理弹性水平更高。通过开展应急和危机心理干预课程,可让护生提前了解到生活及学习过程中正常经历的困难和挫折,指导护生情绪调试的方法和正确的应对策略,进而激发护生积极应对和解决困难和挫折的能力。因此,护理教育者应有计划地为护生提供心理干预课程,可利用案例分析、同伴分享等教学方法促使护生

提前了解学习及实习过程中可能遇到的危机事件,教会护生应对突发事件、识别和管理异常情绪的方式和方法,提高护生在人际沟通、适应环境、危机应对等方面的能力,进而促进护生心理弹性水平的提升。

4 小结

本研究表明,高等院校护理专业学生心理弹性整体处于中等水平,有待进一步提高。高等教育是护生从学校走向职业生涯的重要转折期,面对新的学习、择业、就压等方面的压力,较强的心理弹性可使护生免受负压事件的影响,更好适应外界环境改变。在加强护生理论和操作技能培养的同时,护理教育工作者应同时注重护生心理弹性的培育和发展,进行科学、有效的心理弹性干预,改善护生心理健康状况,使护生更好地适应今后的临床护理工作。个体的心理弹性受到家庭环境、个体经历、外部支持系统等多方面的影响,本研究主要针对护生在校教育经历相关特征与心理弹性水平的关系进行分析,未考虑上述因素的影响,使回归模型拟合较差。建议今后研究多层次、多方面深入探讨护生心理弹性的影响因素,以构建护生心理弹性水平的因果关系模型,为护理教育者实施系统的心理干预策略、提升护生心理弹性水平提供指导。

参考文献:

- [1] 张雅萍. 大学生抑郁的相关因素及注意偏向特点研究[D]. 重庆:重庆师范大学,2017.
- [2] 庞书勤,姚立群,李绵利,等. 护理本科生专业认同感、精神压力与自尊的相关性研究[J]. 中华护理教育,2014,11(2):85-89.
- [3] 田彦,程敏,成诚,等. 临床学习环境及择业动机对实习护生生涯适应力的影响[J]. 护理学杂志,2014,29(17):63-65,70.
- [4] Chow K M, Tang W K F, Chan W H C, et al. Resilience and well-being of university nursing students in Hong Kong: a cross-sectional study[J]. BMC Med Educ,2018,18(1):13.
- [5] Aloba O, Olabisi O, Aloba T. The 10-Item Connor-Davidson Resilience Scale: factorial structure, reliability, validity, and correlates among student nurses in south-western nigeria[J]. J Am Psychiatr Nurses Assoc,2016,22(1):43-51.
- [6] 周学萍,刘均娥. 心理弹性的发展历程及对创伤护理的启示[J]. 护理学杂志,2012,27(3):95-97.
- [7] 王耀荣. 实习护生自我和谐和心理弹性对其关爱行为能力的影响[J]. 护理学杂志,2016,31(18):81-83.
- [8] Smith K J, Emerson D J, Haight T D, et al. An examination of the psychometric properties of the Connor-Davidson Resilience Scale-10 (CD-RISC10) among accounting and business students[J]. Account Educ,2019,47:48-62.