

护士长工作相关生活质量现状及影响因素分析

陈荣^{1,2}, 张晓红², 毛晓岚^{1,3}, 王国庆^{1,4}, 余立平¹

Work-related quality of life and its influencing factors among head nurses Chen Rong, Zhang Xiaohong, Mao Xiaolan, Wang Guoqing, Yu Liping

摘要:目的 调查护士长工作相关生活质量现状,并分析其影响因素,为实施针对性干预研究提供参考。方法 采用便利抽样法选取襄阳市 14 所二级甲等以上医院护士长 327 人,以工作相关生活质量量表和简单应对方式量表进行调查。结果 护士长总体工作相关生活质量得分(2.27 ± 0.48)分;不同年龄、职称、工作年限、体育锻炼频次、24 h 手机开机状态的护士长工作相关生活质量得分比较,差异有统计学意义(均 $P < 0.01$);工作相关生活质量与积极应对呈正相关,与消极应对呈负相关(均 $P < 0.01$)。多元线性回归分析显示,应对方式、年龄、职称、体育锻炼频次及 24 h 手机不关机为护士长工作相关生活质量的主要影响因素($P < 0.05$, $P < 0.01$)。结论 护士长群体工作相关生活质量水平偏低,合理安排护士长工作量,鼓励其经常参加体育锻炼、选择积极的应对方式,可以改善护士长的工作相关生活质量。

关键词: 护士长; 工作相关生活质量; 应对方式; 积极应对; 消极应对; 体育锻炼; 影响因素

中图分类号: R47; R192.6 文献标识码: C DOI: 10.3870/j.issn.1001-4152.2021.01.066

护士长作为医院的基层管理者,在医院管理中发挥着承上启下的重要作用,同时护士长作为护士中的特殊群体,其角色比较复杂多样,承担着管理者、决策者、沟通者、监督者等角色,承受着来自工作和社会上的各种压力^[1]。研究显示,护士长的职业倦怠程度较护士更高,而职业倦怠已经成为影响工作效率和生活质量的重要因素^[2]。工作相关生活质量是指与个人工作有关的幸福感以及工作者在工作中所经历的奖励、满足、压力与规避其他负面结果的程度^[3]。工作相关生活质量可对组织和个人产生积极的影响,护士长工作相关生活质量状况与其工作效率、科室护理安全质量以及医院发展息息相关^[4]。护士长的工作相关生活质量不高,会影响整个组织的氛围以及科室甚至医院的发展^[5]。面对工作及生活压力选择积极有效的应对方式,有助于提高个体的工作相关生活质量。本研究旨在调查护士长的工作相关生活质量现状并对其影响因素进行分析,以期开展针对性的护士长工作相关生活质量干预研究提供参考。

1 对象与方法

1.1 对象 2020 年 5 月采取便利抽样法选取襄阳市 14 所医院(三级医院 6 所,二级医院 8 所)的护士长为调查对象。纳入标准:①有护士执业资格证书;②在职护士长;任职年限至少 1 年;③本人知情同意且自愿参加调查。排除休假(产、病、事假)、进修护士长。本研究经过医院伦理委员会审查批准。

1.2 方法

1.2.1 研究工具 调查问卷由三部分组成。①一般

资料调查表。包括性别、年龄、婚姻状况、学历、职称、任职护士长年限、体育锻炼情况及是否手机 24 h 不关机。②简易应对方式量表。此量表由解亚宁^[6]编制,包括积极应对和消极应对 2 个维度,共 20 个条目,其中第 1~13 项为积极应对,第 14~20 项为消极应对,采用 4 级评分法,从不采用、偶尔采用、有时采用、经常采用依次计 0~3 分。该量表 Cronbach's α 系数为 0.89,内容效度(CVI)=0.78,具有良好的信效度。③工作相关生活质量量表(Work-related Quality of Life Scale, WRQoL)。本研究采用邵亚等^[7]汉化的量表,包括工作条件、工作压力、工作掌控、工作评价、工作家庭平衡、一般幸福感、职业生涯满意度 7 个维度共 34 个条目。量表采用 Likert 5 级评分法,完全不同意到完全同意依次计 1~5 分(除工作压力维度反向计分外),量表取各维度平均分,分值越高表示工作相关生活质量水平越高。量表 Cronbach's α 系数为 0.939,有良好的信度。

1.2.2 调查方法 首先征得被调查医院护理部主任同意,以微信形式将问卷星链接发送给各单位护理部主任,再由护理部主任发至各单位护士长微信群。在问卷星的首页介绍本次问卷调查的填写要求,获得研究对象的知情同意。每个 IP 限提交 1 次,答题时间小于 180 s 或选项全部一致视为无效问卷。本次调查共提交问卷 334 份,剔除无效问卷 7 份,收到有效问卷 327 份。

1.2.3 统计学方法 采用 SPSS25.0 软件对数据进行分析,行单因素方差分析、 t 检验、相关性分析及多元线性回归分析,检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 护士长一般资料 本次调查护士长 327 人,女 325 人,男 2 人;年龄 27~54(43.0 ± 0.5)岁。学历:大专以下 59 人(中专 2 人),本科 257 人,硕士 11 人。职称:护师以下 44 人,主管护师 203 人,副主任护师

作者单位:1. 武汉大学健康学院(湖北 武汉,460070);2. 襄阳市中心医院儿科 ICU;3 武汉大学中南医院神经内科;4. 武汉大学人民医院透析室

陈荣:女,硕士在读,主管护师,护士长

通信作者:余立平, yuliping@whu.edu.cn

收稿:2020-08-03;修回:2020-10-13

以上 80 人。护士长任职年限 1~23(9.0±0.5)年。婚姻状况:已婚 312 人,未婚 9 人,离异或丧偶 6 人。体育锻炼频次:从来不参加(从来不)38 人,每季度至少 1 次(很少)61 人,每月至少 1 次(偶尔)107 人,每周至少 1 次(经常)121 人;24 h 手机不关机 301 人。

2.2 护士长工作相关生活质量及应对方式得分 见表 1。

表 1 护士长工作相关生活质量及应对方式得分(n=327)

项 目	得分($\bar{x}\pm s$)
工作相关生活质量总分	2.27±0.48
工作条件	2.45±0.72
工作压力	2.14±0.52
工作掌控	2.10±0.54
工作家庭平衡	2.19±0.82
工作评价	2.30±0.64
一般幸福感	2.38±0.68
职业生涯满意度	2.31±0.62
应对方式	
积极应对	2.07±0.46
消极应对	0.98±0.46

2.3 不同特征护士长工作相关生活质量得分比较
不同性别、学历、婚姻状况护士长工作相关生活质量得分比较,差异无统计学意义(均 $P>0.05$),差异有统计学意义的项目,见表 2。

表 2 护士长工作相关生活质量得分比较
差异有统计学意义的项目

项 目	人数	得分($\bar{x}\pm s$)	t/F	P
年龄(岁)			36.672	0.000
27~	11	1.39±0.22		
31~	94	2.11±0.42		
41~	218	2.36±0.42		
51~54	4	3.52±0.11		
职称			5.832	0.003
护师以下	44	2.20±0.57		
主管护师	203	2.22±0.46		
副主任护师以上	80	2.42±0.45		
任职年限(年)			3.658	0.006
1~	49	2.10±0.44		
3~	56	2.21±0.45		
6~	101	2.29±0.48		
11~	108	2.31±0.47		
21~23	13	2.61±0.52		
体育锻炼			4.509	0.004
从来不	38	2.03±0.44		
很少	61	2.21±0.43		
偶尔	107	2.31±0.43		
经常	121	2.33±0.53		
24 h 手机不关机			3.911	0.000
是	301	2.23±0.46		
否	26	2.61±0.57		

2.4 护士长工作相关生活质量与应对方式的相关性
护士长工作相关生活质量与积极应对呈正相关($r=0.421,P=0.000$),与消极应对呈负相关($r=-0.384,P=0.000$)。

2.5 护士长工作相关生活质量影响因素的多元线性回归分析
将工作相关生活质量得分作为因变量,以单因素分析中有统计学意义的项目及应对方式 2 个维度作为自变量,进行逐步多元线性回归分析($\alpha_{入}=0.05,\alpha_{出}=0.10$),结果年龄(赋值:27~岁=1,31~岁=2,41~岁=3,51~54=4)、职称(赋值:副主任护师以上=1,主管护师=2,护师以下=3)、锻炼频次(赋值:从来不=1,很少=2,偶尔=3,经常=4)、手机 24 h 不关机(赋值:是=0,否=1)及应对方式进入回归方程,见表 3。

表 3 护士长工作相关生活质量影响因素多元线性回归分析结果(n=327)

变量	β	SE	β'	t	P
常数项	1.054	0.178	—	5.909	0.000
年龄	0.258	0.038	0.305	6.714	0.000
积极应对	0.190	0.055	0.182	3.845	0.001
体育锻炼	0.111	0.022	0.235	5.048	0.000
消极应对	-0.158	0.053	-0.154	2.978	0.003
手机不关机	0.195	0.078	0.111	2.514	0.012
职称	-0.091	0.043	-0.093	2.129	0.034

注: $R^2=0.407$,调整 $R^2=0.396$; $F=36.563,P=0.000$ 。

3 讨论

3.1 护士长工作相关生活质量现状
护士长肩负着提高科室护理质量、保障护理安全和提升护理服务的重任,长期处于高工作强度、工作压力状态。本研究显示,护士长工作相关生活质量处于中等偏下水平,可见护士长工作相关生活质量现状不容乐观。一方面,可能与护士长的岗位职责要求有关,护士长除了专业知识及技能要求较高外,同时还需拥有较强的管理知识与技能,需要付出更多的时间和精力。另一方面,大部分医院每个病区只设置 1 名护士长,即使有事或患轻症疾病时,护士长也经常带病坚持工作,导致其工作相关生活质量降低。本研究中护士长工作相关生活质量维度得分较低的是工作掌控、工作压力和工作家庭平衡,这与杨雨昕等^[2]对四川省护士长的研究结果一致。分析原因为:①工作掌控感低。护士长身兼数职,工作职责复杂多变,除了护理工作安全、服务质量保障、专科水平提升、危重症患者质量、医院感染控制、临床护理带教、健康教育宣传、舒适工作环境的创造,还要尽快适应快速发展的护理信息化建设、开展护理科研工作等。此外,由于临床工作的特殊性,护士长还会接到较多的临时任务,导致经常加班,工作掌控感低。②工作压力大。近几年,随着公立医院改革和医院等级评审工作的推进,各医疗单位为提升医院整体实力,提高综合竞争力,纷纷进行一系列管理创新。而护士长作为临床一线的管理者和政策执行者,不可避免地受到了变革的冲击^[8]。管理模式和观念的改变,要求护士长学会用科学的质量

管理工具进行分析,而大部分护士长没有经过系统的质量管理工具的知识培训,落实起来有一定的压力。另外,医疗环境不佳是不可避免的现实,护士长在协调科室医患冲突时经常冲在第一线,面临的工作压力较大。③工作家庭之间难以平衡。护士长群体以女性为主,受中国传统文化的影响,女性拥有多重身份,作为女儿、妻子、母亲,每种身份都不可或缺。本研究中护士长的平均年龄在43岁左右,家庭负担相对较重。护士长这个特殊岗位加班频繁,且经常在休息时间接到紧急任务,无暇照顾家庭及对孩子的培养,从而导致工作和家庭两者之间难以平衡。

3.2 护士长工作相关生活质量影响因素分析

3.2.1 应对方式 应对方式的不同将直接影响事件或事物的发展结果,影响人的心情和情绪,进而影响身心健康^[9]。本研究相关性分析结果显示,护士长选择积极应对的方式越多,消极应对方式越少,其工作相关生活质量越高。回归分析进一步证实了积极应对方式对工作相关生活质量的正向作用及消极应对方式对工作相关生活质量的负向作用。积极的应对方式,如向亲朋好友交谈倾诉、借鉴他人处理类似困难情境的方法等,能有效帮助护士长缓解来自各方的压力,在工作和家庭中营造轻松气氛,保持乐观心态,对个人职业发展有目标有信心,也会增强职业成就感。而消极的应对方式,如依靠别人解决问题、自我安慰甚至幻想奇迹的发生等,会加重心理不平衡、情绪低落,长期下去,易出现心理问题、情感枯竭,不利于身心健康和职业安全^[10]。因此,需重视对护士长进行压力适应和心理调节方面的培训,有助于提高护士长工作相关生活质量。

3.2.2 手机是否24 h不关机 本次调查中,92.05%的护士长手机24 h不关机,24 h不关机的护士长的工作相关生活质量得分显著低于非24 h不关机的护士长。分析原因为护士长作为科室的管理者,每天有很多协调工作需要依靠手机完成;同时与部分医院要求中层干部不能关机有关,也与护士长担心临床有突发状况有关。有护士长认为,在休息及睡眠时间,频繁接到工作电话,会严重影响幸福感,24 h随叫随到,也让护士长一直处于紧张焦虑的状态^[11],不利于身心健康,而影响其工作相关生活质量。

3.2.3 其他 本研究单因素分析显示,不同年龄和专业职称的护士长工作相关生活质量存在统计学差异,随着年龄的增长和职称的晋升,护士长工作相关生活质量得分增高。随着年龄的增长,护士长的家庭、事业、社会地位和经济实力也逐渐稳定,有更多的时间和精力投入到工作当中。而随着职称的提高,护士长的临床经验越来越丰富,专业价值得到体现的机会越来越多,在工作中得到更多的获得感和价值感^[12]。本次研究结果显示,随着体育锻炼次数的增加,护士长工作相关生活质量得分显著增高。护理人

员加班频率高,长时间高负荷工作是常态,这些因素导致护士长群体身体状况不乐观^[13]。积极参加体育锻炼可减缓护士长工作和生活的压力,让身心得到释放,以更好的精神和身体状态去面对和解决工作、生活中的困难和压力,提升工作相关生活质量。

3.3 建议 从个人层面,护士长可根据身体情况合理地安排体育锻炼计划,如跑步、瑜伽、打球等,通过运动排解压力;参加一些压力管理培训课程,在面对压力时选择积极的应对方式。从医院管理层面,管理者应该重新评估目前护士长的工作内容和工作状态,合理制定工作职责,给予护士长适当的休息和休假;加强医院文化建设,可设置“护士长关爱时刻”,如直系亲属住院、孩子高考等特殊时刻,护士长可通过提前申请备案,在不耽误工作的情况下兼顾家庭,保持工作和家庭的平衡^[11];从主观和客观多方面改善护士长工作环境,提升护士长的工作体验和职业价值感。通过提升护士长群体的工作相关生活质量,从而可促进医院护理质量的提升。

4 小结

本研究显示,护士长工作相关生活质量水平偏低,应对方式、年龄、职称、体育锻炼频次及24 h手机是否关机是其工作相关生活质量的主要影响因素,护士长经常参加体育锻炼,合理安排休息,面对压力采取积极的应对方式,可改善自身的工作相关生活质量。本研究的局限性在于研究对象地域范围局限,代表性有限,探讨的影响因素也较少,解释力度有限。今后可通过进行多地区大样本的调查研究以更全面地评估护士长工作相关生活质量情况。

参考文献:

- [1] 陆骏,李益民,宁丽,等.护理管理者领导力现状调查及影响因素分析[J].中华现代护理杂志,2015,21(3):332-335.
- [2] 杨雨昕,李继平.四川省护士长培训班学员职业倦怠现状调查分析[J].护理管理杂志,2012,12(7):481-483.
- [3] 徐振海,谢晖,金莉.护士职业生命质量的研究进展[J].护理学报,2010,17(7):36-38.
- [4] Lee Y W, Dai Y T, McCreary L L. Quality of work life as a predictor of nurses' intention to leave units, organisations and the profession[J]. J Nurs Manag, 2013, 23(4):521-531.
- [5] Zaghini F, Fiorini J, Piredda M, et al. The relationship between nurse managers' leadership style and patients' perception of the quality of the care provided by nurses: cross sectional survey[J]. Int J Nurs Stud, 2019, 101: 103446.
- [6] 解亚宁.简易应对方式量表信度和效度的初步研究[J].中国临床心理学杂志,1998,6(2):114-115.
- [7] 邵亚,廖少玲,钟慧琴,等.护士工作相关生活质量量表的信效度研究[J].护理学杂志,2014,29(13):1-3.
- [8] 黄华玲,朱海华,杨银玲,等.组织变革背景下护士长工作体验的质性研究[J].护理学杂志,2018,33(18):51-