

高职护生悦纳进取现状及与生涯焦虑、损耗敏感性的关系

刘慎梅, 陈思维, 刘沛君

Status quo of positive acceptance and striving and its relationship with career anxiety and depletion sensitivity among higher vocational college nursing students Liu Shenmei, Chen Siwei, Liu Peijun

摘要:目的 了解高职护生悦纳进取现状,并探讨其与生涯焦虑及损耗敏感性的关系,为采取针对性措施促进高职护生生涯发展提供参考。**方法** 采用一般资料调查问卷、悦纳进取量表、生涯焦虑量表、损耗敏感性量表,对湖南省某高职院校797名高职护生进行问卷调查,构建结构模型并进行中介效应检验,采用分层回归分析进行调节效应检验。**结果** 高职护生悦纳进取总分为(86.21±11.19)分、生涯焦虑总分为(42.28±7.92)分、损耗敏感性总分为(32.43±8.51)分。悦纳进取与生涯焦虑总分、损耗敏感性总分呈负相关(均 $P<0.01$);生涯焦虑在高职护生损耗敏感性与悦纳进取中发挥部分中介效应,间接效应占总效应的22.94%;生涯焦虑在高职护生损耗敏感性与悦纳进取中具有调节作用($R^2=0.061, P<0.01$)。**结论** 高职护生悦纳进取处于中等水平,生涯焦虑可增强损耗敏感性对悦纳进取的负面影响。护理教育者可通过降低护生生涯焦虑及损耗敏感性,进而增强护生悦纳进取水平。

关键词: 高职护生; 护理教育; 悦纳进取; 生涯焦虑; 损耗敏感性; 中介效应; 调节效应

中图分类号: R47; R395.6 **文献标识码:** B **DOI:** 10.3870/j.issn.1001-4152.2022.10.088

高等教育是护生从学校走向职业生涯的重要转折期^[1]。高职护生正处于生涯阶段的探索期^[2],影响其就业意愿的主要根源是目标、方法或行动是否适应职业阶段任务的要求。高职护生能否成功适应环境和个体需求,取决于在该阶段中的准备度^[3]。生涯焦虑指个体在面对职业生涯诸多问题与不确定时产生的苦恼与担忧的情绪体验,高生涯焦虑者的能力和自信心会显著损害,由此低估个人表现,出现回避行为^[4]。研究显示,个体在面对生涯问题时,会因自我能力不足、信息缺乏、认知不足等产生生涯焦虑,而国内关于高职护生生涯焦虑方面的研究尚缺乏^[4]。悦纳进取指个体在面对负性事件和负性体验时接纳自我、接纳客观事件,而后设定目标、采取具体行动的积极应对方式^[5]。自我控制是个体发展与成功不可或缺的心理品质^[6]。损耗敏感性基于自我控制资源模型,指在资源总量有限的同等情景下,影响个体自我控制能力下滑速度的特质^[7-8]。损耗敏感性低者在相同损耗任务情境中会表现出较强的自我控制,进而促进积极应对事件^[7-9]。目前对于高职护生的悦纳进取及生涯焦虑、损耗敏感性之间关系的尚未明确。本研究对高职护生进行悦纳进取及生涯焦虑、损耗敏感性现状调查,并探讨三者的关系,以期护理教育者为高职护生进行生涯教育提供参考。

1 对象与方法

1.1 对象 2021年11月29日至12月10日,采用便利取样法选取湖南省某高职院校的护生为调查对象。纳入标准:全日制高职院校护生,学制3年;知情同意,自愿参与本次调查。排除标准:目前正请病假、休学或退学者。

1.2 方法

1.2.1 调查工具

1.2.1.1 一般资料调查问卷 自行编制,包括性别、年龄、年级、家庭居住地、是否为独生子女、大学期间是否担任学生干部、生源类型、是否自愿选择的护理专业、是否喜护理专业、是否已获取与专业相关的技能证书、是否根据实际情况制订并执行了具体的学习计划(下称“制订并执行学习计划”)、对护士社会地位的看法、大学三年所学知识是否让自己有足够信心迎接未来职业方面的挑战(下称“有信心迎接未来职业挑战”),共计13个条目。

1.2.1.2 悦纳进取量表 由戴吉等^[5]编制,用于测量18岁以上成年人悦纳进取水平。该量表包括悦纳(11个条目)和进取(14个条目)共2个维度25个条目。从“完全不符合”到“完全符合”依次计1~5分,量表总分为25~125分,得分越高说明悦纳进取水平越高。量表Cronbach's α 系数为0.837,本研究该量表Cronbach's α 系数为0.917。

1.2.1.3 生涯焦虑量表 由杨彩艳^[4]编制,可用于测量大学生生涯焦虑水平。该量表包含生涯状态焦虑(4个条目)、生涯选择焦虑(4个条目)与生涯发展焦虑(5个条目)3个维度13个条目。采用Likert 5级计分法,从“完全不符合”到“完全符合”依次计1~5分,量表总分为13~65分,得分越高,表示个体生涯焦虑水平越高。量表Cronbach's α 系数为0.861,本研究测得量表Cronbach's α 系数为0.925。

1.2.1.4 损耗敏感性量表 由Salmon等^[8]编制,本研究采用唐义诚等^[7]翻译并修订的量表,用于评估中国青年群体的损耗敏感性水平。该量表包括认知(4个条目)与行为(4个条目)2个维度8个条目。采用Likert 7级计分法,从“非常不符合”到“非常符合”依次计1~7分,量表总分为8~56分,得分越高,表示

个体损耗敏感性水平越高。量表 Cronbach's α 系数为 0.80, 本研究该量表 Cronbach's α 系数为 0.862。

1.2.2 调查方法 研究者在问卷星上设置问卷, 联络调查院校护理系的学生工作负责人, 说明本次调查的目的、意义及重要性, 征得其同意后, 由各班级辅导员将电子问卷链接转发至学生微信群。问卷采用规范的指导语, 说明问卷填写注意事项及此次调查资料严格保密, 护生知情同意后匿名填写。为保证数据质量, 问卷设置了所有项目为必答项, 填写时间为 5~25 min, 禁止重复作答, 并将填写项目均选相同序号答案的问卷视为无效问卷。共收回问卷 832 份, 其中有效问卷 797 份, 有效回收率为 95.79%。

1.2.3 统计学方法 问卷双人进行核对、录入, 建立数据库。使用 SPSS23.0 软件和 Amos 软件进行统计分析, 行 Pearson 相关性分析、*t* 检验、单因素方差分析及多元线性回归分析, 中介效应检验结构模型图, 采用分层回归分析进行调节效应检验。检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 高职护生一般资料 797 名高职护生中, 男 92 名, 女 705 名; 年龄 16~22(19.04±1.11) 岁。大一 391 名, 大二 268 名, 大三 138 名。非独生子女 637 名, 独生子女 160 名; 大学期间担任学生干部 326 名; 生源类型为单招 543 名, 普招 254 名; 已获取与专业相关的技能证书者 137 名。

2.2 高职护生悦纳进取、生涯焦虑、损耗敏感性得分 见表 1。

表 1 高职护生悦纳进取、生涯焦虑、损耗

项目	敏感性得分(<i>n</i> = 797) 分, $\bar{x} \pm s$	
	总分	条目均分
悦纳进取	86.21±11.19	3.45±0.45
悦纳	38.16±5.74	3.47±0.52
进取	48.05±6.35	3.43±0.45
生涯焦虑	42.28±7.92	3.10±0.61
生涯发展焦虑	15.35±3.39	3.07±0.68
生涯状态焦虑	12.08±2.70	3.02±0.67
生涯选择焦虑	12.85±2.71	3.21±0.68
损耗敏感性	32.43±8.51	4.05±1.06
认知	18.57±4.61	4.64±1.15
行为	13.86±5.28	3.46±1.32

2.3 不同特征高职护生悦纳进取得分比较 单因素分析结果显示, 不同年龄、年级、是否独生子女、生源类型、大学期间是否担任学生干部、是否已获取与专业相关的技能证书的高职护生悦纳进取得分比较, 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。

2.4 高职护生悦纳进取、生涯焦虑、损耗敏感性的相关性 悦纳进取与生涯焦虑总分及生涯选择焦虑、发展焦虑、状态焦虑维度得分呈负相关($r = -0.321$ 、

-0.269 、 0.293 、 -0.303 , 均 $P<0.01$); 悦纳进取与损耗敏感性总分呈负相关($r = -0.320$, $P<0.01$), 与认知、行为维度得分呈负相关($r = -0.173$ 、 -0.365 , 均 $P<0.01$)。

表 2 不同特征高职护生悦纳进取得分比较

项目	人数	得分($\bar{x} \pm s$)	<i>F</i> / <i>t</i>	<i>P</i>
性别			3.242	0.001
男	92	89.75±12.70		
女	705	85.75±10.90		
家庭居住地			2.724	0.007
城镇	221	87.95±12.70		
农村	576	85.55±10.49		
自愿选择护理专业			4.968	0.000
是	660	87.10±11.23		
否	137	81.96±9.99		
喜爱护理专业			7.868	0.000
是	605	87.91±11.10		
否	192	80.88±9.71		
制订并执行学习计划			7.618	0.000
是	476	88.61±11.03		
否	321	82.66±10.46		
认为护士的社会地位			16.250	0.000
较高	160	88.91±10.92		
一般	524	86.45±10.59		
较低	113	81.30±12.69		
有信心迎接未来职业挑战			44.013	0.000
是	295	90.73±11.52		
不清楚	438	83.90±9.53		
否	64	81.23±13.22		

2.5 生涯焦虑在高职护生损耗敏感性与悦纳进取中的中介效应分析 采用 Bootstrap 程序验证生涯焦虑在高职护生损耗敏感性与悦纳进取之间的中介效应。以悦纳进取为因变量, 损耗敏感性为自变量, 生涯焦虑为中介变量, 构建中介效应的结构方程模型。通过最大似然法对模型路径系数进行拟合。结果显示: 卡方自由度比(χ^2/df) = 5.507, 拟合优度指数(*GFI*) 为 0.981, 调整拟合优度指数(*AGFI*) 为 0.951, 比较适配指数(*CFI*) 为 0.982, 渐进残差均方和平方根(*RMSEA*) 为 0.071, 增加拟合指数(*IFI*) 为 0.982, 标准化拟合指数(*NFI*) 为 0.977。各指标均在可接受范围内, 说明模型拟合良好。结合点估计值进行计算, 损耗敏感性通过生涯焦虑对悦纳进取的间接效应 $\beta = -0.103$ ($P<0.01$), 损耗敏感性对悦纳进取的直接效应 $\beta = -0.346$ ($P<0.01$), 间接效应占总效应的 22.94%。见表 3。

表 3 生涯焦虑在高职护生损耗敏感性和悦纳进取间的中介效应

项目	点值估计	标准误	<i>Z</i>	<i>P</i>	95%CI
直接效应	-0.346	0.105	-3.295	<0.01	-0.603~-0.276
间接效应	-0.103	0.039	-2.641	<0.01	-0.233~-0.024
总效应	-0.449	0.084	-5.345	<0.01	-0.698~-0.417

2.6 生涯焦虑在高职护生损耗敏感性与悦纳进取中的调节效应 以悦纳进取为因变量, 以单因素分析有统计学意义的一般资料、中心化处理后的生涯焦虑及

损耗敏感性、损耗敏感性×生涯焦虑交互项作为自变量,分别进行多元线性分层回归分析。以一般资料为第1层,性别(赋值:男=0,女=1)、是否喜爱护理专业(赋值:否=0,是=1)、是否制订并执行学习计划(赋值:否=0,是=1)进入回归方程,可解释总变异的16.2%;第2层纳入生涯焦虑、损耗敏感性(原值输入),累积可解释总变异的21.6%;第3层纳入交互项, R^2 增加0.061,累积可解释总变异的27.7%,说明生涯焦虑在损耗敏感性与悦纳进取间具有调节效应。见表4。

表4 高职护生悦纳进取的分层回归分析($n=797$)

变量	β	SE	β'	t	P
方程1					
常数	94.211	2.278	—	41.357	0.000
性别	-3.293	1.142	-0.094	2.883	0.004
是否喜爱护理专业	3.668	1.059	0.140	3.464	0.001
制订并执行学习计划	3.478	0.794	0.148	4.378	0.000
方程2					
常数	91.859	2.225	—	41.357	0.000
性别	-2.916	1.103	-0.083	2.643	0.008
是否喜爱护理专业	3.059	1.027	0.117	2.978	0.003
制订并执行学习计划	2.708	0.775	0.119	3.494	0.001
损耗敏感性	-0.193	0.049	-0.147	3.886	0.000
生涯焦虑	-0.213	0.053	-0.153	4.017	0.000
方程3					
常数	90.393	2.146	—	42.126	0.000
性别	-2.345	1.063	-0.067	2.207	0.028
是否喜爱护理专业	3.193	0.987	0.122	3.234	0.001
制订并执行学习计划	2.759	0.745	0.121	3.705	0.000
损耗敏感性	-0.176	0.047	-0.133	3.752	0.000
生涯焦虑	-0.158	0.052	-0.112	3.043	0.002
损耗敏感性×生涯焦虑	-0.038	0.007	-0.011	2.090	0.000

注:方程1, $R^2=0.169$,调整 $R^2=0.162$; $F=22.993$, $P<0.01$ 。方程2, $R^2=0.225$,调整 $R^2=0.216$; $F=25.439$, $P<0.01$ 。方程3, $R^2=0.286$,调整 $R^2=0.277$; $F=31.432$, $P<0.01$ 。

3 讨论

3.1 高职护生悦纳进取处于中等水平 悦纳进取是反映个体不逃避和不否定的向上心态,以及积极设定目标并认真投入该过程的意愿^[10-11]。本研究中,高职护生悦纳进取处于中等水平,高于陆双杰^[12]对中职护生的研究结果,可能与研究对象不同有关。高职护生的学习目标明确、动机性强,故其悦纳进取水平高于中职护生。本研究结果显示,仅20.08%高职护生认为护士的社会地位较高,说明其感知社会对护理职业的支持程度不高。有文献报道,感知社会支持程度越低的护生其职业认同感越低,并且对护理职业及护理前景情感消极,可导致护生对护理专业的学习充满盲目性,对前途充满不稳定性,甚至降低其工作学习投入水平,限制学习动力,减少行动活力^[5,13-14],进而影响护生悦纳进取。建议护理教育者建立科学的社会实践体系,促进高职护生对护理职业有正确认知,培养护生形成正确的价值观,促使其在困境中更好地接纳自己及外界环境,鼓励并帮助护生建立生涯目

标,引导其关注完成设定目标的过程,同时加强学校、家庭、护生三者的联系,充分为护生提供支持,进而提高其悦纳进取水平。

3.2 高职护生损耗敏感性处于中等水平 有研究表明,护生对护理专业认知越积极,越有利于促进学习过程,更愿意获取专业知识,同时个体对自身完成学业任务的能力具有更高的信心,促使其增强学业自我效能感,而学业自我效能感可正向影响自我控制力^[15]。本研究中,高职护生损耗敏感性处于中等水平,与李晓等^[7]研究结果大致相符。分析原因可能是本组高职护生仅20.08%认为护士的社会地位较高,37.01%高职护生认为大学三年所学知识足够让自己有信心迎接未来职业的挑战。说明本组高职护生对护理专业的认知较消极,对完成学业任务的能力及自信程度不高,使其学业自我效能感水平不高,进而个体自我控制能力下滑,影响其损耗敏感性。建议护理教育者重视提升护生自我调控能力,提高自主决策及实践能力,关注护生在学业中的心理变化,加强自我控制意识,传授其在自我损耗情境下调控技巧,及时为有学业困难的护生提供心理援助,进而降低损耗敏感性水平。

3.3 高职护生生涯焦虑处于中等水平 本研究中,高职护生生涯焦虑处于中等水平。当今愈发严峻的就业形势迫使高职护生在学习中不仅要重视知识的理解与掌握,更要注重个人能力的提升^[16]。本组有72.27%高职护生来自农村,而来自于农村的护生会因对自身条件的错误认知更易产生自卑心理,对职业生涯前景的焦虑水平更高。护生受学历水平及社会经验、实践能力等影响,其对就业信心程度不同,进而产生不同程度的焦虑感^[17]。本组62.99%高职护生不清楚或认为大学三年所学知识不足以让自己有信心迎接未来职业方面的挑战,说明高职护生对解决职业生涯中的模糊及冲突问题需具备有效利用资源的能力和信心不够,进而表现出较强的不适感,增加生涯焦虑。建议护理教育者开设生涯教育专题讲课,以就业为导向,引导高职护生形成多元就业理想,增强职业意识;建立职业资源库,提供职业的最新发展趋势,让护生明确生涯发展方向,以积极态度做好生涯选择,进而降低其生涯焦虑水平。

3.4 生涯焦虑在高职护生损耗敏感性与悦纳进取中起中介和调节效应 本研究显示,损耗敏感性对悦纳进取的直接效应是-0.346,间接效应是-0.103,间接效应占总效应的22.94%,表明损耗敏感性可通过生涯焦虑的中介作用而影响高职护生的悦纳进取。相关研究显示,低损耗敏感性个体有较高的自我控制能力,倾向设定个人可掌握、趋近的任务目标,并在完成过程中能保持较好的自我控制状态,为成功实现目标付出努力,以及更关注自身能力的成长,如完成任

务的目的是为了掌握知识和技能等,个人自我损耗低^[18-19],进而个体不易受外界环境引诱,在应对职业生涯中的理想自我和现实自我出现的差距时,其认知与行为更能结合实际情况,减少生涯焦虑^[20-22]。低生涯焦虑者的生涯定向越高,对自己有清楚认知,能以开放主动的心理去探索职业生涯,接纳适应复杂动态的生涯系统,使自己成为职业生涯选择的主动者^[5],对从事专业相关工作决策更坚定^[23],进而促进低损耗敏感性的高职护生更好进行积极接纳、主动投入、享受过程,表现更高水平的悦纳进取^[5,19]。提示护理教育者应了解高职护生在生涯发展阶段所面临的问题或设定的目标,并及时给予支持与反馈,提供针对性解决措施,以降低损耗敏感性,降低生涯焦虑,从而提高悦纳进取水平。调节效应检验结果表明,高职护生生涯焦虑、损耗敏感性和生涯焦虑与损耗敏感性交互项对悦纳进取有负向影响(均 $P < 0.01$),说明高职护生生涯焦虑在损耗敏感性与悦纳进取间起调节效应,损耗敏感性影响悦纳进取的过程中受到生涯焦虑的影响,生涯焦虑与损耗敏感性相互作用能降低其悦纳进取。这是因为新时代就业环境更为复杂、选择性更为丰富,高职护生在面临生涯抉择中的冲突问题时因自我控制失调而易受外界环境负面影响,产生认知偏移,再加上由生涯焦虑带来不适感,从而使护生被动行事,限制其接纳与进取^[12,19]。提示护理教育者在向高职护生传授有关提高自我控制力及减少生涯发展中自我损耗的方法技巧时,也需关注高职护生的生涯焦虑水平,通过心理援助、积极引导,使其坦然接受职业生涯的负性事件,从而提高悦纳进取水平。

4 小结

本组高职护生悦纳进取、损耗敏感性、生涯焦虑处于中等水平,生涯焦虑在损耗敏感性对悦纳进取的影响中起中介和调节作用。本研究仅纳入一所高职院校护生进行调查,未涉及其他不同地区的高职护生,代表性不足,同时本研究从高职护生个人角度探讨其生涯焦虑、损耗敏感性与悦纳进取的关系,今后研究需扩大调查范围,纳入更多变量进行分析,以进一步探讨高职护生悦纳进取的影响因素,提出针对性措施,促进高职护生生涯发展。

参考文献:

- [1] 刘莹,赵瑾,吴欣娟,等. 5582 名高校护生心理弹性及影响因素调查分析[J]. 护理学杂志, 2020, 35(20): 76-78, 82.
- [2] 张洪烈. 舒伯生涯发展论的评析及应用[J]. 云南财经大学学报, 2010, 26(4): 154-160.
- [3] 杨惠. 高职毕业生“慢就业”现象探析[J]. 职业技术教育, 2019, 40(36): 41-44.
- [4] 杨彩艳. 研究生生涯阻碍知觉、生涯焦虑与生涯定向的关系研究[D]. 南京: 南京师范大学, 2016.
- [5] 戴吉, 张玉桃, 邓云龙. 悦纳进取的理论构建及量表编制[J]. 中国临床心理学杂志, 2013, 21(1): 9-12, 16.
- [6] 李晓, 王亚娟, 余娟, 等. 中医院校新生亲子互动、人际安全感与损耗敏感性的关系[J]. 中国健康心理学杂志, 2021, 29(3): 456-460.
- [7] 唐义诚, 王利刚, 王经纬, 等. 损耗敏感性量表中文版的修订与信效度研究[J]. 中国心理卫生杂志, 2017, 31(8): 642-647.
- [8] Salmon S J, Adriaanse M A, De Vet E, et al. "When the going gets tough, who keeps going?" Depletion sensitivity moderates the ego-depletion effect[J]. Front Psychol, 2014, 16(5): 647-654.
- [9] Baumeister R F, Heatherton T F, Tice D M. Losing control: how and why people fail at self-regulation[J]. Clin Psychol Rev, 1994, 15(4): 367-368.
- [10] Soltani E, Bahrainian S A, Masjedi Arani A, et al. Psychometric properties of the Persian version of the Social Anxiety-Acceptance and Action Questionnaire[J]. Iran J Psychiatry Behav Sci, 2016, 10(2): e3753.
- [11] 沈丽桃, 邓云龙. 悦纳进取与主观幸福感的关系[J]. 中华行为医学与脑科学杂志, 2018, 27(3): 272-276.
- [12] 陆双杰. 积极团体辅导活动对中职生悦纳进取水平的提升研究[D]. 淮北: 淮北师范大学, 2019.
- [13] 包春蕾, 孙士梅, 陈方, 等. 社会支持对中职护理专业学生职业认同影响的研究[J]. 职业与健康, 2021, 37(10): 1395-1399.
- [14] 李燕燕. 漳州市高职护生学习动力水平与职业认同的相关研究[J]. 职业与健康, 2021, 37(18): 2542-2545.
- [15] 梁惠连. 肇庆某高职院校高职护生专业态度、学业自我效能感与学习倦怠的现状及其关系研究[D]. 广州: 南方医科大学, 2019.
- [16] 王书梅, 邵丹青, 孙铮. 高职护生核心自我评价与成就目标定向的相关研究[J]. 中国高等医学教育, 2020(1): 37-38.
- [17] 郭亚男, 陈馨, 张美琳. 实习护生择业焦虑与自尊对心理韧性的影响研究[J]. 护理管理杂志, 2021, 21(3): 207-211.
- [18] Lindner C, Nagy G, Retelsdorf J. The need for self-control in achievement tests: changes in students' state self-control capacity and effort investment[J]. Soc Psychol Educ, 2018, 21(5): 1113-1131.
- [19] 宋天然. 自我控制能力与中职生自我损耗的关系: 目标定向的中介作用[D]. 开封: 河南大学, 2019.
- [20] Englert C, Zavery A, Bertrams A. Too exhausted to perform at the highest level? On the importance of self-control strength in educational settings[J]. Front Psychol, 2017, 16(8): 1290-1295.
- [21] 胡高喜, 刘耀中, 王赫, 等. 自我损耗对利他惩罚的影响: 愤怒与公正敏感性的作用[J]. 心理科学, 2020, 43(1): 117-124.
- [22] 高慧, 王振肖, 苏颖, 等. 大学生心理弹性、自我管理 with 就业焦虑的关系[J]. 心理月刊, 2021, 16(1): 30-32.
- [23] 刘萍, 刘婧, 潘长玲. 职业选择焦虑在高职护理专业学生的状态-特质焦虑水平对职业选择影响中的中介作用[J]. 护理实践与研究, 2021, 18(14): 2064-2067.