

ICU 护士工作生活质量与工作疲溃感、心理弹性的相关性研究

朱丽娜 郝翠平 刘永闯 单雪[△]
(济宁医学院附属医院, 济宁 272029)

摘要 **目的** 探讨 ICU 护士工作生活质量的影响因素及其与工作疲溃感和心理弹性的相关性。**方法** 采用便利抽样法,选取 2019 年 6 月至 7 月济宁市 5 家三级乙等及以上级别医院的 193 名 ICU 护士,应用一般资料问卷、工作相关生活质量量表、心理弹性量表及工作疲溃感量表进行调查,并进行相关性分析。**结果** ICU 护士工作生活质量得分(89.41 ± 12.42)分,在不同文化程度、年龄以及是否独生子女方面的差异有统计学意义($P < 0.05$)。Pearson 相关性分析显示,ICU 护士工作生活质量与工作疲溃感呈负相关($r = -0.482, P < 0.05$),与心理弹性呈正相关($r = 0.488, P < 0.05$)。多因素分析显示,心理弹性对工作生活质量有正向预测作用,工作疲溃感对工作生活质量有负向预测作用。**结论** ICU 护士工作生活质量、心理弹性及工作疲溃感之间具有密切的相关性。护理管理者应重视 ICU 护理人员的生活质量情况,努力提高良好的工作氛围,降低工作疲溃感,提高护理人员的心理弹性水平,以使其以更好的状态适应 ICU 工作。

关键词 护士;工作生活质量;工作疲溃感;心理弹性

中图分类号:R47 文献标识码:A 文章编号:1000-9760(2020)08-285-06

Research on the relationship between quality of work life, job burnout and Resilience of ICU nurses

ZHU Lina, HAO Cuiping, LIU Yongchuang, SHAN Xue[△]
(Affiliated Hospital of Jining Medical University, Jining 272029, China)

Abstract: Objective To explore the influencing factors of work and life quality of ICU nurses, and the correlation between job burnout and psychological elastic. **Methods** Using convenient sampling method, 193 ICU nurses from 5 hospitals of grade B and above in Jining City, Shandong Province from June to July 2019 were investigated by using general information questionnaire, work-related quality scale, Psychological Elastic Scale and job burnout scale, and the correlation analysis was carried out. **Results** Work-related quality score of ICU nurses was (89.41 ± 12.42), which was in the middle level, and the difference in education level, age and whether the only child was statistically significant ($P < 0.05$). According to Pearson correlation analysis, the quality of life of ICU nurses was negatively correlated with job burnout ($r = -0.482, P < 0.05$), that is, the lower the job burnout was, the better the quality of work life was. It is positively correlated with mental resilience ($r = 0.488, P < 0.05$), that is, the better mental resilience is, the better work and life quality is. Multivariate analysis showed that psychological resilience had a positive predictive effect on the quality of work life, while work burnout had a negative predictive effect on the quality of work life. **Conclusion** The quality of life, mental resilience and job burnout of ICU nurses are closely correlated. Nursing managers should pay attention to work-related quality of ICU nursing staff, improve the level of mental resilience of nursing staff, reduce job burnout, create a good working atmosphere adapting to ICU work with a better state.

Keywords: ICU; The nurse; Quality of nursing work life; Job burnout; Psychological elastic

[△][通信作者]:单雪, E-mail: danxue0602@163.com

护士工作生活质量 (quality of nursing work life, QNWL) 强调的是医院在注重医院业绩的同时还增加对员工的关注, 摒弃以往单纯注重组织效益的理念, 更加注重人性化管理^[1]。研究表明, 护理质量的高低与护士工作生活质量呈正相关^[2], 提高护士的工作生活质量对科室发展具有较大的促进作用。临床护士长期工作在紧张忙碌的环境中, 休闲时间相对较少, 导致其工作倦怠感增强。心理弹性是随着现代心理学的发展而出现的全新概念, 其定义为个人或组织生存或适应环境的能力^[3]。心理弹性对个体应对压力反应起着决定性的作用, 心理弹性高的个体, 表现出对压力事件的积极适应行为。国内对于心理弹性、工作倦怠感与护士工作生活质量的相关性研究鲜有报道。本研究旨在探讨 ICU 护士工作生活质量的影响因素及其与工作倦怠感、心理弹性的关系, 为提高 ICU 护士工作生活质量提供参考依据。

1 对象与方法

1.1 对象

采用便利抽样法选取 2019 年 6 月至 7 月济宁市 5 家综合性三级乙等级别以上医院的 193 名 ICU 护士为研究对象进行调查。纳入标准: 1) 正式注册的执业护士; 2) 在 ICU 工作 1 年以上; 3) 知情并自愿参与本研究。排除标准: 1) 被调查期间不在岗者, 如产假、外出进修等; 2) 进修、转科护士; 3) 本身有心理疾病者 (如抑郁、神经衰弱等)。

1.2 方法

1.2.1 调查工具 1) 一般资料调查表。自行设计, 主要包括性别、年龄、工作年限、职称、月收入。

2) 工作生活质量量表 (Work-Related Quality of Life Scale-2, WRQoL-2)。该量表最早由英国学者 Van Laar 提出, 本次研究采用我国学者邵亚等^[4]翻译修订的中文版本, 该量表包括工作条件、工作压力、工作掌握、工作家庭平衡、工作评价、一般幸福感、职业生涯满意度共 7 个维度 34 个条目, 采用 Likert 5 级评分法, 1 分表示“非常不同意”, 2 分表示“不同意”, 3 分表示“一般同意”, 4 分表示“同意”, 5 分表示“非常同意”, 分数越高表明工作生活质量越高。总体 Cronbach's α 系数为 0.939, 各维度 Cronbach's α 系数为 0.652 ~ 0.859 之间, 具有良好的信效度。

3) 心理弹性量表 (Connor-Davidson resilience scale, CD-RISC)。由美国 Connor 和 Davidson 博士编制, 我国学者李亚萌^[5]修订成的中文版 CD-RISC 量表。该量表包括坚韧性、适应性以及目标实现性 3 个维度共 23 个条目 (删减了原有量表中的 9 和 20 项), 采用 Likert 5 分评级法, 0 分表示“从来”, 1 分表示“很少”, 2 分表示“有时”, 3 分表示“经常”, 4 分表示“一直如此”, 修订的量表的 Cronbach's α 系数为 0.940, 具有良好的信效度。

4) 工作倦怠感量表 (Maslach Burnout Inventory, MBI)。采用心理学家 Maslach 编制, 我国学者余华^[6]翻译的中文版工作倦怠感量表, 包括情绪疲倦感 (9 个条目)、工作冷漠感 (5 个条目) 以及工作成就感 (8 个条目) 3 个维度共 22 个条目, 采用 0 ~ 5 分计分制, 分别对应每天都有、每周几次、每月有几次、每月有一次、每年有几次以及从来没有。情绪疲倦感和工作冷漠感采用正向计分, 工作成就感采用反向计分; 情绪疲倦感和工作冷漠感得分越高, 工作成就感得分越低, 提示工作倦怠感越严重。该量表 Cronbach's α 系数为 0.823, 3 个维度系数均在 0.770 ~ 0.888 之间, 该量表有较高的内在一致性。

1.2.2 调查方法 采用便利抽样法, 通过“问卷星”在线平台 (<http://www.wjx.cn>) 发布问卷, 并将生成的链接和二维码发在微信群、QQ 群等进行推广, 研究者在问卷中注明统一的指导语, 被调查者自愿在线填写。研究者对数据进行严格的质量控制, 设置相同的 IP 地址只能答一次, 剔除答题时间过长或过短、规律性作答等无效问卷, 双人核对后提取资料, 保证数据的完整性和正确性。本次研究发放问卷 200 份, 回收 196 份, 剔除 3 份未完成全部调查者, 有效回收 193 份, 回收率为 96.5%。

1.3 统计学方法

采用 SPSS 23.0 进行统计分析, 计量资料采用 $\bar{x} \pm s$ 表示, 组间比较采用独立样本 t 检验或方差分析, 相关性分析采用 Pearson 相关, 以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 基本人口学特征

ICU 护士工作生活质量得分 (89.41 ± 12.42) 分, 人均得分 (2.63 ± 0.37) 分, 其中护士的年龄、

文化程度、是否独生子女的工作生活质量得分差异具有统计学意义($P < 0.05$),其中 ≤ 25 岁和35~岁护士工作生活质量显著高于25~和30~年龄段护士;硕士学历护士工作生活质量得分最高,显著高于大专学历护士;非独生子女工作生活质量得分显著高于独生子女。见表1。

表1 不同人口学基本特征 ICU 护士工作生活质量得分比较($n = 193$)

项目	n	得分($\bar{x} \pm s$)	t/F 值	P
性别				
男	30	90.97 $\pm$ 11.10	0.851	0.738
女	163	89.12 $\pm$ 12.69		
年龄				
0~	9	100.57 $\pm$ 7.42	1.808	0.004
25~	87	79.87 $\pm$ 9.51		
30~	75	89.30 $\pm$ 7.16		
35~	22	101.35 $\pm$ 4.25		
民族				
汉族	192	89.46 $\pm$ 12.4	0.4	1.000
其他	1	79.0		
文化程度				
大专	17	95.99 $\pm$ 12.54	5.226	0.009
本科	165	99.65 $\pm$ 13.67		
硕士	11	103.20 $\pm$ 10.27		
是否独生子女				
是	25	82.12 $\pm$ 9.60	1.616	0.016
否	168	90.44 $\pm$ 12.49		
婚姻状况				
未婚	40	92.45 $\pm$ 12.81	0.882	0.688
已婚	151	88.46 $\pm$ 12.13		
离异	2	90 $\pm$ 14.69		
是否生育				
是	132	88.67 $\pm$ 12.18	1.379	0.075
否	61	90.71 $\pm$ 12.89		
职称				
护士	20	96.65 $\pm$ 10.55	1.342	0.093
护师	125	89.26 $\pm$ 12.80		
主管护师	46	88.57 $\pm$ 11.71		
副主任护师	2	87.53 $\pm$ 12.05		
月收入				
0~	23	91.71 $\pm$ 15.05	0.889	0.726
6000~	58	88.23 $\pm$ 12.4		
8000~	80	90.06 $\pm$ 11.86		
10000~	18	87.52 $\pm$ 11.82		
12000~	14	89.27 $\pm$ 12.97		

2.2 ICU 护士工作生活质量与工作疲溃感、心理弹性的相关性

2.2.1 单因素分析 ICU 护士心理弹性、工作疲溃感得分分别为(62.79 $\pm$ 8.47)分、(62.45 $\pm$ 11.3)分,Pearson 相关分析显示,心理弹性总分与工作生活质量总分呈正相关($P < 0.05$),工作疲溃感与工作生活质量总得分呈负相关($P < 0.05$)。见表2。

表2 ICU 护士工作生活质量与工作疲溃感、心理弹性相关性分析($n = 193, r$)

维度	工作条件	工作压力	工作掌握	工作家庭平衡	工作评价	一般幸福感	职业生涯满意度	WRQoL
CD-RISC	0.466 **	-0.185 *	0.422 **	0.402 *	0.464 **	0.511 *	0.313 *	0.488 **
MBI	-0.443 *	0.330 *	-0.135 **	-0.348 *	-0.541 *	-0.417 *	-0.531 *	-0.482 **

注: ** 表示 $P < 0.01$, * $P < 0.05$; CD-RISC 为心理弹性总分, MBI 为工作疲溃感总分, WRQoL 为工作生活质量总分

2.2.2 多因素分析 以工作生活质量得分为因变量,以单因素分析中具有统计学意义的4个变量以及心理弹性总分、工作疲溃感总分作为自变量进行多元逐步线性回归。结果显示,文化程度、心理弹性和工作疲溃感是 ICU 护士工作生活质量的影响因素。见表3。

表3 ICU 护士工作生活质量影响因素的多元逐步线性回归分析

变量	非标准化回归系数	标准化回归系数	标准误	t 值	P
年龄	0.04	0.10	0.36	0.10	0.921
文化程度	6.64	2.58	2.57	2.58	0.011
工作年限	0.45	0.02	1.89	0.24	0.813
独生子女	1.55	0.04	2.94	0.53	0.600
心理弹性	0.44	0.32	0.12	3.60	<0.001
工作疲溃感	-0.33	-0.29	0.10	-3.30	0.001

注: $F = 11.925, P < 0.01, R^2 = 0.336$, 文化程度赋值(大专 = 1, 本科 = 2, 硕士 = 3), 工作年限赋值($\leq 5 = 1, 6-10 = 2, 11-15 = 3, > 15 = 4$), 独生子女赋值(是 = 1, 否 = 2)

3 讨论

3.1 ICU 工作生活质量现状分析

本研究中 ICU 护士的工作生活质量得分为(89.41 $\pm$ 12.42)分,平均为(2.63 $\pm$ 0.37)分,低于邵亚等^[7]对于普通护士工作生活质量的研究得分(3.09 $\pm$ 0.56)分。分析原因,可能是由于 ICU 护士经常面对病情危重患者,需时刻保持高度的专注

性,突发状况多于普通科室,导致心理负担过重,工作压力相对较大所致^[8]。同时,工作环境相对封闭,没有最佳的工作条件,工作强度大(本研究中的 ICU 护士工作模式均为 12h 倒班制),处理家庭问题时间少,容易产生冲突;此外,ICU 护士在工作中常面对医患纠纷、职场暴力,长期处于压抑的环境,不能恰当处理自我情绪,对职业认同感相对较低^[9]。因此,与其他普通科室护士相比,ICU 护士的工作生活质量相对较低。

本文结果显示,年龄对 ICU 护士工作生活质量的影响差异有统计学意义。刚开始工作(≤ 25 岁),对工作抱有极大的热忱,负面情绪较少带入生活中,此时的生活质量得分相对较高;随着工作年限的增加,不仅进入护理工作的疲倦期,而且要处理家庭问题,家庭和工作难以平衡,工作生活质量水平则低于年资长的护理人员。年龄在 35 岁以上的护士生活质量得分开始提高,可能是由于经验的积累,专业能力不断增强,逐渐适应高强度的工作状态,对工作的满足感开始提升,生活质量得到改善,这与国内研究结果一致^[10]。另外,学历的高低对护士工作生活质量的影响差异具有统计学意义,学历越高的护士工作生活质量越好,学历较高的护士医学知识丰富,学习能力以及自我调控能力较强,职业目标感强和工作积极性高,能够灵活使用社会资源,培养自我社会能力,获得多方面的支持,更好地处理工作与生活问题^[11]。此外,是否为独生子女也是影响 ICU 护士工作生活质量的因素之一。独生子女独自承担赡养父母的责任,相比非独护士家庭压力更大,容易造成工作和家庭的冲突。因此,护理管理者应该坚持“以人为本”的原则,培养低年资护士,提高工作能力和技巧;护士长应根据实际情况弹性排班,合理安排班次,做到人性化、个性化管理,平衡护士工作与家庭冲突之间的关系,提升其工作相关生活质量。

3.2 ICU 护士工作生活质量与工作疲溃感的相关性

工作疲溃感一般多发生于从事服务行业的人员,是个体在工作环境中产生的情绪反应,主要表现在情感耗尽、去人格化和个人成就感下降,严重影响护理服务质量^[12-14]。本文结果显示,ICU 护士

的工作疲溃感与工作生活质量呈负相关,且多因素分析显示工作疲溃感对工作生活质量有负向预测作用,即工作疲溃感越高,工作生活质量可能越差,这与薛平等^[15]的研究结果一致。ICU 科室区别于普通病房,ICU 护士作为一个特殊群体,需要在高标准、高强度的工作环境下工作,时刻保持高度紧张状态,防止工作出现失误,同时需要不断学习新技术,全面性护理重症患者,长此以往会造成疲溃感的增加。若护士不能将负面情绪进行控制和转移,使工作情绪带入生活中,产生家庭和工作矛盾,导致工作生活质量的下降。因此,护理管理者应充足 ICU 的人力资源,合理安排工作时间,降低工作疲溃感。同时增加对护士的心理关怀,提高护士的自我调整能力,改善身心健康,如采取放松训练法和情绪发泄法转移工作中的不良情绪。

3.3 ICU 护士工作生活质量与心理弹性的相关性

心理弹性是影响生活质量的重要因素^[16]。本研究结果显示,ICU 护士的工作生活质量与心理弹性呈正相关,且多因素分析显示心理弹性对工作生活质量有正向预测作用,说明心理弹性越好,工作生活质量越高,心理弹性水平低会导致工作生活质量降低,这与 Hegney 等^[17]的研究结果相似。心理弹性高的护士,能够积极应对工作、生活中存在的问题;心理弹性低的护士常处于消极情绪状态,控制能力低,长期则会影响个人生活,降低工作生活质量。ICU 处于高负荷、高度紧张的工作状态,工作环境相对封闭,长期处于高压应激状态且直面生死,长此以往缺乏乐观积极精神,导致心理弹性相对较低。依据积极心理学要求,制定干预方法要侧重于改善积极的功能,而不是单纯减少病理或消极症状^[17],且有研究指出,团体正念疗法可提高护士心理弹性,从而改善其工作疲溃感^[18]。因此,建议护理管理者有计划地对 ICU 护士进行团体心理辅导,邀请相关心理学专家开展心理健康教育讲座,针对心理健康问题进行集中授课,同时结合情景模拟或者翻转课堂等形式进行培训,从而借助团体力量,改善护士工作适应能力,进而提升工作生活质量。

综上所述,ICU 护士工作生活质量与工作疲溃感呈负相关,与心理弹性呈正相关。因此,重视

ICU 护士的工作生活质量水平,提高其压力应对能力,降低其在工作中的负荷、焦虑及疲溃感,创造良好的工作氛围,以利于护士更好的服务和适应 ICU 工作。

参考文献:

- [1] Brooks BA, Anderson MA. Defining quality of nursing work life[J]. Nurs Econ, 2005, 23(6):319-326, 279.
- [2] Orgambidez A, Borrego Y, Vázquez-Aguado O. Linking Self-efficacy to Quality of Working Life: The Role of Work Engagement [J]. West J Nurs Res, 2020: 193945919897637. DOI:10. 1177/0193945919897637.
- [3] Kelly JF. Proceedings of the American Psychological Association, Incorporated, for the legislative year 2015: Minutes of the Annual Meeting of the Council of Representatives February 20-22, 2015, Washington, DC, and August 5 and August 7, 2015, Washington, DC, and minutes of the February, June, August, and December 2015 meetings of the Board of Directors[J]. Am Psychol, 2016, 71(5):369-414. DOI:10. 1037/amp0000022.
- [4] 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. DOI:10. 3870/hlxzz. 2014. 13. 001.
- [5] 李亚萌. 急诊科护士心理弹性及其影响因素的研究[D]. 郑州:郑州大学, 2014.
- [6] 余华. 工作疲溃感问卷在我国护理人员中的测试研究[J]. 护理学杂志, 2007, 22(24):50-52. DOI:10. 3969/j. issn. 1001-4152. 2007. 24. 024.
- [7] 邵亚,廖少玲,钟慧琴. 工作家庭冲突对护士工作生活质量的影响[J]. 护理学报, 2014, 21(20):15-18.
- [8] 刘红,景雪冰,房晓杰,等. ICU 专科护士工作压力源和心理资本对职业生涯状况影响的路径分析[J]. 中华护理杂志, 2016, 51(8):1012-1016. DOI:10. 3761/j. issn. 0254-1769. 2016. 08. 025.
- [9] 张晨. 肿瘤医院护士工作生活质量影响因素的调查研究[J]. 中华现代护理杂志, 2016, 22(18):2548-2552. DOI:10. 3760/cma. j. issn. 1674-2907. 2016. 18.

009.

- [10] 朱慧,余玲红,陈艳,等. 手术室护士工作生活质量与心理弹性的相关性分析[J]. 中华现代护理杂志, 2018, 24(11):1247-1251. DOI:10. 3760/cma. j. issn. 1674-2907. 2018. 11. 002.
- [11] 陈学文. 医护人员心理弹性、离职意愿及两者关系的实证研究—以广州市公立医院为例[D]. 广州:广州医科大学, 2017.
- [12] Schilling EJ, Randolph M. Voices from the Field: Addressing Job Burnout in School Psychology Training Programs[J]. Contemp Sch Psychol, 2020:1-10. DOI:10. 1007/s40688-020-00283-z.
- [13] 刘娇,孙秀梅,刘夫艳. 北京市 3 所三级甲等医院 ICU 护士工作疲溃感与隐性缺勤的相关性研究[J]. 齐鲁护理杂志, 2019, 25(11):20-23. DOI:10. 3969/j. issn. 1006-7256. 2019. 11. 006.
- [14] 王京,丁淑贞,高筱琪,等. 临床护士留职意愿与职业疲溃感的相关性研究[J]. 护理学杂志, 2014, 29(2):55-56. DOI:10. 3870/hlxzz. 2014. 02. 055.
- [15] 薛平平,王慧,陈萍,等. 徐州市三级甲等医院临床护士生存质量与睡眠质量和工作疲溃感的关系研究[J]. 中华现代护理杂志, 2018, 24(1):17-21. DOI:10. 3760/cma. j. issn. 1674-2907. 2018. 01. 005.
- [16] 尹祥广,徐华,周玉峰,等. 急诊护士心理弹性与工作生活质量的相关性研究[J]. 护理学报, 2017, 24(7):1-5. DOI:10. 16460/j. issn1008-9969. 2017. 07. 001.
- [17] Hegney DG, Rees CS, Eley R, et al. The contribution of individual psychological resilience in determining the professional quality of life of Australian nurses[J]. Front Psychol, 2015, 6:1613. DOI:10. 3389/fpsyg. 2015. 01613.
- [18] 鄢茂. 团体正念疗法对精神科护士心理弹性及工作疲溃感影响研究[J]. 当代护士(上旬刊), 2018, 25(5):128-130. DOI:10. 3969/j. issn. 1006-6411. 2018. 05. 062

(收稿日期 2020-04-03)

(本文编辑:甘慧敏)