

DOI:10.3969/j.issn.1000-9760.2021.06.006

护士工作压力与广泛性焦虑:心理韧性的中介效应^{*}

滕 跃¹ 李圣洁¹ 尚美玲² 刘德彪¹ 王凤亭^{1△}

(¹ 济宁医学院精神卫生学院, 济宁 207013; ² 潍坊市人民医院, 潍坊 261041)

摘 要 **目的** 探究护士工作压力、心理韧性与广泛性焦虑的关系。**方法** 使用中国护士工作压力量表(NJSI)、中文版心理韧性量表(CD-RISC-c)、广泛性焦虑量表(GAD-7)于2020年12月至2021年3月对多所医院共计310名护士进行问卷调查。**结果** 心理韧性的各个维度与护士工作压力源总分及其各维度均呈负相关($P<0.05$),与广泛性焦虑呈负相关($P<0.05$);护士压力源总分及其各维度与广泛性焦虑呈正相关($P<0.05$)。心理韧性在护士工作压力与广泛性焦虑之间存在部分中介效应(84.2%),中介效应占总效应的15.8%。**结论** 护士心理韧性与护士工作压力源及广泛性焦虑均呈负相关,心理韧性作为中介变量,间接影响护士工作压力与广泛性焦虑的关系。

关键词 护士;工作压力;心理韧性;广泛性焦虑

中图分类号:R135 R395.6 文献标识码:B 文章编号:1000-9760(2021)12-403-04

The mediating effect of psychological resilience between work stress and generalized anxiety disorder in nursing staff

TENG Yue¹, LI Shengjie¹, SHANG Meiling², LIU Debiao¹, WANG Fengting^{1△}

(¹ School of Mental Health, Jining Medical University, Jining 272013, China;

² Weifang People's Hospital, Weifang 261041, China)

Abstract: Objective To investigate the relationship between job stress, resilience and generalized anxiety disorder (Gad), and whether resilience mediates between job stress and generalized anxiety disorder (Gad). **Methods** Using a convenient sampling method, 310 nurses from several hospitals in Weifang and Jining were selected for the study, a self-designed questionnaire, Chinese nurse job stressor scale (NJSI), Chinese version of resilience scale (CD-RISC-C) and generalized anxiety scale (GAD-7) were used to analyze the correlation and mediating effect. **Results** Pearson Correlation Analysis showed that each dimension of resilience was negatively correlated with the total score of work stressors and all dimensions ($P<0.05$), and negatively correlated with generalized anxiety ($P<0.05$). There was a significant positive correlation between the total score of nurses' stressors and their general anxiety ($P<0.05$). Mediating effect analysis showed that there was a partial mediating effect between nurses' job stress and generalized anxiety, and the mediating effect accounted for 15.8% of the total effect. **Conclusion** Mental resilience was negatively correlated with job stressors and generalized anxiety of nurses. As an intermediary variable, mental resilience indirectly affected the relationship between job stress and generalized anxiety of nurses.

Keywords: Nursing Staff; Work Stress; Mental resilience; Generalized anxiety disorder

随着医疗改革的不断深入,医疗行业的竞争日

趋激烈,人们对护理工作的要求也逐渐提高,护士压力越来越大^[1]。过高的工作压力不仅会影响到护士的身心健康,也会影响到护理工作效率和护理质量^[2]。焦虑是人预感将要发生危险或不良事件时表现出的恐惧、担忧和紧张等情绪状态^[3]。由

* [基金项目] 济宁市重点研发计划(2019SMNS033), 山东省泰山学者青年专家人才项目(tsqn201909145)

△[通信作者] 王凤亭, E-mail: wft.0810@163.com

于职业的特殊性,长期处于一种充满“应激源”的环境里,超负荷工作,易导致疲劳和加重心理负荷,护士群体中焦虑情绪的发生率达 25%^[4]。心理韧性是指应对逆境、创伤、悲剧或威胁甚至重大压力的良好适应过程^[5]。本文调查护士工作压力、心理韧性、广泛性焦虑现状,分析其心理韧性与工作压力、广泛性焦虑的相关性及中介效应,探讨控制工作压力源和改变应对方式的策略,为缓解护士焦虑情绪、提升身心健康提供科学依据。

1 对象与方法

1.1 研究对象

2020 年 12 月至 2021 年 3 月采用便利抽样法选择潍坊市和济宁市若干医院的 310 名护士为研究对象。纳入标准:从事护理工作,知情同意并自愿参与。排除标准:非本院护士,包括下派、进修、实习生等;因病、事、产假或因进修学习等不在岗者;不愿参与本次调查者。征得研究对象知情同意后,采用统一指导语,说明调查目的、填写方式、填写注意事项,采用问卷星发送电子问卷。本次调查共发放问卷 312 份,收回 310 份,有效回收率为 99.36%。此研究经过济宁医学院医学伦理委员会审查通过。

1.2 方法

1)一般资料调查问卷。由研究者自行设计,包括性别、年龄、婚姻状况、生育情况、学历、所在科室、职称、护龄、收入及工作压力等基本信息。

2)中文版心理韧性量表(CD-RISC-c)^[6-7]。问卷共 3 个维度 25 个条目,包括坚韧(13 个条目)、自强(8 个条目)和乐观(4 个条目)。量表采用李克特 5 级评分法,每道题目 0~4 分。0~4 分依次代表从不、很少、有时、经常、一直如此,总分 0~100 分,得分越高代表心理韧性水平越佳。本研究总量表 Cronbach's α 为 0.958。

3)护士工作压力源量表(NJSI)。此量表共 5 个维度 35 个条目,包括护理工作及专业方面的问题(7 个条目)、工作量及时间分配问题(5 个条目)、工作环境及仪器设备问题(3 个条目)、患者护理方面的问题(11 个条目)、管理及人际关系方面的问题(9 个条目)。采用 Likert 4 级评分,1 分为没有压力,2 分为有些压力,3 分为较大压力,4 分为很大压力,得分越高表明压力的程度越大。本研究量表 Cronbach's α 为 0.957。

4)广泛性焦虑量表(GAD-7)^[8-9]。回答“完全不会”“几天”“一半以上的日子”和“几乎每天”分别相对应 0、1、2、3 分。GAD-7 总分范围为 0~21 分。分值 5、10、15 分别对应代表“轻度”“中度”“重度”焦虑程度分界值。本研究量表 Cronbach's α 为 0.958。

1.3 统计学方法

使用 SPSS 24.0 软件对数据进行整理与分析,护士基本资料利用百分比等进行描述性分析,使用 Pearson 相关分析,使用线性回归和 PROCESS 程序分析工作压力与焦虑中介效应。以 $P < 0.05$ 为有统计学意义。

2 结果

2.1 护士工作压力源、心理韧性和广泛性焦虑情况

310 名护士广泛性焦虑得分正常为 114 人,占 36.78%;轻度焦虑 133 人,占 42.90%;中度焦虑为 47 人,占 15.16%;重度焦虑为 16 人,占 5.16%。广泛性焦虑总发生率为 63.22%。工作压力源总分为(103.19±22.31)分,护士心理韧性总分为(58.59±15.75)分,广泛性焦虑总分为(6.58±4.90)分。见表 1。

表 1 护理人员工作压力源、心理韧性及各维度和广泛性焦虑现状(分, $\bar{x} \pm s$)

维度	条目平均分
护士压力源总分	103.19±22.31
护理专业及工作方面的问题	22.19±5.09
时间分配及工作量问题	17.28±4.19
工作环境及仪器设备问题	8.53±2.90
病人护理方面的问题	32.11±7.37
管理及人际关系方面的问题	23.09±7.26
心理韧性总分	58.59±15.75
坚韧	29.58±8.58
自强	20.15±5.58
乐观	8.87±2.67
广泛性焦虑总分	6.58±4.90

2.2 护士心理韧性、工作压力源和广泛性焦虑的相关性分析

护士工作压力源总分与心理韧性总分及其各维度间均呈负相关,与广泛性焦虑得分呈正相关。心理韧性及其各维度与广泛性焦虑得分呈负相关。见表 2。

2.3 心理韧性的中介作用

中介效应检验依据温忠麟等^[10]推荐的方法进行分析。模型一:护士工作压力能正向预测广泛性焦虑($\beta=0.108, t=9.906, P<0.001$);模型二:护士工作压力负向预测心理韧性($\beta=-0.205, t=-5.332, P<0.001$);模型三:当护士工作压力和心理韧性同时进入回归方程时,都对广泛性焦虑有预测作用,心理韧性($\beta=-0.083, t=-5.378, P<0.001$)负向预测广泛性焦虑,护士工作压力($\beta=0.091, t=8.335, P<0.001$)正向预测广泛性焦虑。见表 3。

对中介效应进一步检验(表 4),心理韧性在护士工作压力与广泛性焦虑中起到部分中介作用(84.2%),中介效应占总效应的 15.8%。

表 2 变量间相关性分析结果(r)

项目	1	2	3	4	5	6
1 护士压力源总分	1					
2 心理韧性总分	-0.29*	1				
3 坚韧	-0.27*	0.97*	1			
4 自强	-0.30*	0.94*	0.85*	1		
5 乐观	-0.23*	0.82*	0.71*	0.75*	1	
6 广泛性焦虑总分	0.49*	-0.39*	-0.35*	-0.40*	-0.32*	1

注: * $P<0.05$

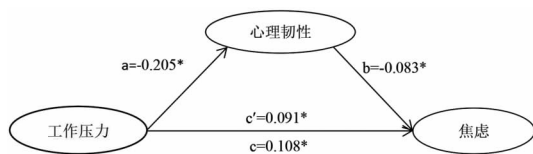
表 3 分层回归分析

模型	结果变量	预测变量	R	R^2	β	BootLLCI	BootULCI	t
模型一	焦虑	工作压力	0.492	0.242	0.108	0.087	0.129	9.906*
模型二	韧性	工作压力	0.291	0.085	-0.205	-0.281	-0.130	-5.332*
模型三	焦虑	心理韧性	0.554	0.307	-0.083	-0.114	-0.053	-5.378*
		工作压力			0.091	0.069	0.112	8.335*

注: * $P<0.05$

表 4 相对中介效应量

	效应值	Bootstrap SE	BootLLCI	BootULCI	相对中介效应
总效应	0.108	0.011	0.087	0.129	
直接效应	0.091	0.011	0.069	0.112	84.2%
中介效应	0.017	0.006	0.007	0.030	15.8%



注: * $P<0.05$

图 1 护士工作压力源影响广泛性焦虑的路径图

3 讨论

本文结果显示,护士的焦虑水平与工作压力源

和应对方式有密切关系。提示当护士在工作中遇到问题产生压力时,如能采取积极应对方式,避免消极应对方式,则会减轻焦虑程度,维持身心健康。护理管理者应重视发掘护士的积极心理力量,减少其心理压力,促进和提高护理人员的职业发展^[11]。

本研究发现护士压力源各维度及总分与心理韧性总分及各维度之间呈负相关关系,即护士需要承受的压力主要来自工作环境、工作强度、专业要求、人际关系和社会地位方面,将导致心理韧性的降低。而适当的工作压力可能有利于护士自身发展,然而如果工作压力过大,则可能会造成一种心理负担,不利于自身的发展,同时还会降低工作的质量和效率^[12]。护士工作压力及其各维度与广泛性焦虑呈正相关。护士作为健康照顾的提供者,其工作性质决定必须经常面对患者、患者家属、医生,承受着巨大的工作压力,同时她们又承担着重要的家庭和复杂的社会角色。特殊性和多样性的角色决定了她们承受着巨大的工作和社会压力^[13]。护士群体较一般人群有更高的紧张体验,因此,易出现各种各样的心理问题,而护士的心理健康状况直接关系到护理质量^[14]。心理韧性总分及其各维度与广泛性焦虑呈负相关,当个体拥有高心理韧性水平是往往会产生较低的广泛性焦虑,这有利于个体保持身心健康。因此,注重培养和增强个体的心理韧性,有利于个体应对工作中的压力,提高处理突发事件的能力。

心理韧性作为中介因素,对护士工作压力和广泛性焦虑产生影响。护士工作压力能正向预测广泛性焦虑,相对中介效应值为 84.2%。工作压力较高的护士往往处于繁重的工作和不良的情绪中,进而影响身体健康^[15]。因此,护士应具备良好的心理状态,能及时调整和释放不良情绪,不断学习和积累应对各种挫折的经验,以提高心理承受能力^[16]。护士工作压力以心理韧性作为中介因素预测广泛性焦虑的相对中介效应可达到 15.8%,起到部分中介效应。护士工作压力对广泛性焦虑的影响:一方面是通过直接途径实现的,另一方面是通过心理韧性的间接途径实现。心理韧性得分较高的护士心理复原能力更强,更容易摆脱不良情绪,恢复正常的心理水平^[17],可减少焦虑情况的发生。心理韧性作为中介变量间接影响护士工作压力与广泛性焦虑,下调工作压力的不良影响,降低广泛性焦虑的发生。因此,自我的心理调节就显得

格外重要,护士在具备一定的心理韧性下,能在护理工作中更好地适应生理压力和心理压力,达到身体和心理平衡的最佳状态,以更有助于自我身心健康状态的维持,有利于推动护理行业的长期稳定发展^[18]。心理韧性的提升对工作压力和广泛性焦虑的影响起到一定的缓解作用,原因可能与心理韧性较高的护士能够更加从容地面对护理工作中出现的压力及焦虑问题,积极应对压力与压力源,进而从压力事件中迅速恢复,因此出现较少的广泛性焦虑情绪^[19-20]。

综上所述,护士工作压力源、心理韧性、广泛性焦虑之间存在相关性。我们要对护理人员身心健康予以重视,增强社会支持。本研究存在不足之处,即本研究的研究对象仅限于潍坊市和济宁市若干所医院护士,代表性不足。并且所有数据均来自被试的自我评价,可能存在一定的记忆偏差和主观态度造成的错误,具有一定的片面性。

利益冲突:所有作者均申明不存在利益冲突。

参考文献:

- [1] 赵丽俊,许冬梅,赵志耘.精神科护士应对方式与工作倦怠、焦虑相关性的研究[J].中华护理杂志,2009,44(11):1013-1015.
- [2] 王好.中国护士工作压力源量表的初步修订[D].广州:暨南大学,2006.
- [3] 姜乾金.《医学心理学-理论、方法与临床》出版[J].中国心理卫生杂志,2012,26(8):576.
- [4] 高淑琴.人文关怀有利于护理人员的身心健康[J].中国保健营养,2013,23(8):1963-1964.
- [5] 许珂.护士心理弹性状况特点及影响因素的量性与质性研究[D].重庆:第三军医大学,2017.
- [6] Connor KM, Davidson JR. Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) [J]. *Depress Anxiety*, 2003, 18(2): 76-82. DOI: 10.1002/da.10113.
- [7] Yu X, Zhang J. Factor analysis and psychometric evaluation of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) with Chinese people [J]. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 2007, 35(1): 19-30.
- [8] Spitzer RL, Kroenke K, Williams JB, et al. A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7 [J]. *Arch Intern Med*, 2006, 166(10): 1092-1097. DOI: 10.1001/archinte.166.10.1092.
- [9] 何筱衍,李春波,钱洁,等.广泛性焦虑量表在综合性医院的信度和效度研究[J].上海精神医学,2010,22(4):200-203.
- [10] 温忠麟,叶宝娟.中介效应分析:方法和模型发展[J].心理科学进展,2014,22(5):731-745.
- [11] 林丽红,徐勤容,张丽萍,等.感染科护理人员工作压力源及应对方式与焦虑的关系研究[J].护理管理杂志,2018,18(4):282-285.
- [12] 方静芝.南昌市三甲综合医院产科护士工作压力源、睡眠质量与疲劳的关系研究[D].南昌:南昌大学,2019.
- [13] 李涵,高显妮,刘婷,等.西安市综合医院护士工作压力源的现状调查及原因分析[J].当代护士(学术版),2019,26(1):106-108.
- [14] 李海春.护士工作中的焦虑心理及相应对策研究[J].宿州教育学院学报,2013,16(1):80-82.
- [15] 陈偶英,焦娜,彭芳,等.临床护士工作应激及焦虑抑郁对血清总皮质醇的影响[J].护理学杂志,2011,26(9):66-68.
- [16] 郑庆青.外科临床护士工作压力指数与焦虑相关因素分析[J].中医药管理杂志,2015,23(4):8-9.
- [17] 马静,朱爱玉,李丽,等.共情疲劳在军队护理人员心理韧性与职业认同之间的中介效应分析[J].山西医药杂志,2020,49(18):2448-2451.
- [18] Cusack L, Smith M, Hegney D, et al. Exploring environmental factors in nursing workplaces that promote psychological resilience: constructing a unified theoretical model [J]. *Front Psychol*, 2016, 7: 600. DOI: 10.3389/fpsyg.2016.00600.
- [19] 崔晟,张丽君,杨洪智,等.临床护士心理弹性在感知压力与职业倦怠间的中介作用[J].护理研究,2019,33(7):1244-1247.
- [20] Guo YF, Luo YH, Lam L, et al. Burnout and its association with resilience in nurses: A cross-sectional study [J]. *J Clin Nurs*, 2018, 27(1-2): 441-449. DOI: 10.1111/jocn.13952.

(收稿日期 2021-09-22)

(本文编辑:甘慧敏)