

77 名護士學生臨床實習壓力狀況的調查

王麗英 姚翠明* 陳長銀** 袁露比** 梁淑敏***

摘要 目的：調查護士學生在臨床實習時所感受的壓力情況。方法：以澳門高等衛生學校的 77 名護生為研究對象，採用“護生臨床實習壓力量表”收集資料。結果：整體壓力平均分為 2.00，六項因素以專業知識與技能之壓力居首位(2.51)，作業及工作量之壓力次之(2.15)，實習環境之壓力最少(1.71)。根據方差檢驗結果，二、三年級護生所感受到的壓力頻率顯著高於一年級護生。結論：護生在臨床實習時會感受到一定的壓力，感受最高的為專業知識與技能方面的壓力，而且年級越高，其感受到的壓力頻率越多。

關鍵詞 護士學生 臨床實習壓力

臨床實習是護生從理論聯繫實際，走向獨立工作的第一步(劉芳娥, 1999)。但對護理知識與經驗尚淺的護生來說，要面對與課室學習不同的情境，除實際接觸與護理病人外，還須應付臨床作業報告、考核。當護生發現現實環境與理想有出入時，就會引起內心各種矛盾與衝突，形成各種不同程度的不安與壓力感。如果護生在實習情境內遭遇太大的壓力，可能會產生較多嚴重的焦慮反應，如無法集中注意力並減低認知能力，造成學習障礙，使實習意願降低，從事護理工作的興趣減少(蘇麗智、郭憲文, 1993)。臨床實習產生壓力的因素有那些？這是一個值得探討的問題。希望透過是次的調查，了解護生臨床實習的壓力狀況，以作為臨床教學輔導的參考。

方法

採用非實驗性的描述性研究。研究對象為澳門理工學院高等衛生學校全科護理專科學位課程之一、二、三年級共 77 名護生進行調查，採用問卷調查方式收集資料，問卷內容分兩部份：(1)個人資料；(2)許淑蓮(1997)的“護生臨床實習壓力量表”，共 29 小題。根據壓力因素的特質歸納成六大類，包括：專業知識與技能之壓力、作業及工作量之壓力、實際護理之壓力、教師及護理人員之壓力、同學及生活之壓力、實習環境之壓力，以 0~4 分計分，得分越高，表示壓力狀況發生頻率越多。收集所得資料，應用 SPSS 9.0 統計軟件，以均數及標準差對各項壓力得分進行統計，並以方差檢驗三個年級護生臨床實習壓力得分作差異分析。

作者工作單位：澳門衛生局結核病防治中心

* 澳門衛生中心

** 澳門仁伯爵綜合醫院

*** 指導老師

結果

1. 基本資料

77 名護生中男生有 12 名，女生有 65 名，平均年齡 20.2 歲，入讀前均具有高中學歷。兄弟姊妹人數以 2 個或以上居多佔 89.7%，沒有宗教信仰佔 79.2%，入讀前有工作經驗者佔 48.1%，個人對專業的態度、志願和有興趣者各佔 42.9%，家人對專業的態度贊成居多，佔 77.9%。

2. 臨床實習之壓力狀況

從表 1 可見護生整體臨床實習壓力狀況平均得分為 2.00，六項因素以專業知識與技能之壓力平均得分最高(2.51)，其次為作業及工作量之壓力(2.15)、實際護理病人的壓力(2.01)，平均得分最低是實習環境之壓力(1.71)。29 題中平均得分的前五項分別是病歷內容及醫學用詞不熟悉(2.95)、對病情的判斷與處理能力及經驗不足(2.73)、擔心實習成績不好(2.69)、不知如何處理病人心理社會問題(2.53)、實習作業性質份量與種類造成壓力(2.48)。壓力狀況發生頻率最少的是同組同學相處不融洽(1.38)，依次為學生與護生角色轉換有困難(1.39)，醫護人員態度冷漠，不會主動協助(1.57)。由此可知學生能適應臨床角色，與組內及臨床同事合作較好。

3. 三個年級護生之間臨床實習壓力狀況之比較

表 2 結果顯示三年級整體臨床實習壓力狀況平均得分為 2.25，二年級得分為 2.19，一年級得分為 1.58，方差檢驗結果，LSD 兩兩比較發現二、三年級顯著高於一年級($P < 0.05$)。三年級以作業及工作量之壓力得分最高(2.46)，其次是專業知識與技能之壓力(2.43)；二年級護生在專業知識與技能之壓力得分最高(2.68)，其次是作業及工作量之壓力(2.43)；一年級護生在專業知識與技能之壓力得分最高(2.36)，其次是實際護理病人的壓力(1.71)。

表 1 77 名護生臨床實習之壓力狀況分析

壓力因素	平均數	標準差	排序
專業知識與技能之壓力	2.51	0.46	
病歷內容及醫學用詞不熟悉	2.95	0.58	1
對病人疾病診斷治療不熟悉	2.40	0.67	6
護理技術不熟練	2.17	0.71	9
作業及工作量之壓力	2.15	0.68	
擔心實習成績不好	2.69	0.91	3
實習作業性質份量與種類造成壓力	2.48	0.06	5
實習表現不乎合教師要求	1.92	0.77	14
實習時間長又缺乏彈性，影響日常	1.91	1.05	16
作息及家庭社交生活			
臨床實習的性質與活動量超過自己身心所能負荷	1.75	0.83	21
實際護理病人的壓力	2.01	0.47	
對病情的判斷與處理能力及經驗不足	2.73	0.68	2
不知如何處理病人心理社會問題	2.53	0.62	4
醫生、老師或病人問問題時，無法給予適切的回答	2.19	0.61	8
臨床表現與自我期望有差距	2.04	0.98	11
不知如何與病人溝通	1.83	0.62	18
擔心不被病人或家屬接受或信任	1.75	0.91	22
不知如何提供病人身體上的護理	1.62	0.69	26
學生與護生角色轉換有困難	1.39	0.91	28
教師及護理人員之壓力	1.88	0.67	
課室教學內容與臨床實習現況有差距	2.26	0.64	7
老師對學生評價不公平	1.95	1.12	13
教師臨床指導方式與內容，與自我需求有差距	1.91	0.78	16
教師對學生關懷度不夠	1.90	1.11	17
不知如何與老師或醫護人員討論病情	1.68	0.87	24
醫護人員態度冷漠，不會主動協助	1.57	0.89	27
同學及生活之壓力	1.83	0.64	
同學間有課業及實習競爭壓力	2.13	0.91	10
老師將同學與同學間做一比較	2.04	1.01	12
臨床實習影響社團活動參與	1.79	0.94	19
同組同學相處不融洽	1.38	0.97	29
實習環境之壓力	1.71	0.68	
醫院的環境或氣氛有壓力	1.77	0.90	20
實習病房設施不熟悉	1.71	0.86	23
病人病情變化太快	1.66	0.79	25
整體臨床實習壓力狀況	2.00	0.47	

表 2 三個年級之間臨床實習壓力狀況的比較

壓力因素	均數值			F	P
	一年級	二年級	三年級		
專業知識與技能之壓力	2.36	2.68	2.43	3.735	0.028
作業及工作量之壓力	1.51	2.43	2.46	25.902	0.000
實際護理病人的壓力	1.71	2.25	2.01	10.833	0.000
教師及護理人員之壓力	1.38	1.87	2.41	21.055	0.000
同學及生活之壓力	1.29	1.98	2.22	20.002	0.000
實習環境之壓力	1.24	1.92	1.94	10.994	0.000
整體臨床實習壓力狀況	1.58	2.19	2.25	23.810	0.000

討論

1. 整體臨床實習之壓力狀況

研究結果顯示，整體臨床實習壓力狀況發生頻率平均分為 2.00，護生對臨床實習均存在有壓力感受。護理已被確認為具有壓力的工作(Antonovsky,1989)，是一個充滿挑戰的專業。而護生現正處於青少年期，此階段是護

生知識、興趣、態度、理想、品德的培養，價值觀與人生觀的形成時期，青春期的少年發展任務為尋求認同感與發現新的自我，同時情緒衝突在此時也是需要克服的問題之一，因此在生理及人格發展上皆尚未成熟之下而需要在多變的動態環境中學習，常因接觸面擴展而個人的知識與能力有限及經驗不足時，就會面臨到輕重不等的壓力。護生面對多元的實習壓力狀況均有一定程度的壓力感受，其結果與蘇麗智(1993)、許淑蓮等(1997)的研究相似。六項因素中以專業知識與技能之壓力佔首位均分為 2.51，其次為作業及工作量之壓力(2.15)及實際護理病人的壓力(2.01)，其結果與蘇麗智等(1993)的研究結果相似。其壓力較大的可能原因為護生臨床經驗不足，在學理知識方面掌握不足夠，操作技巧不夠純熟，每日除了常規的護理工作外，還要向病人施行衛教及向其家人解釋病情，在這繁多工作下難於分配先後次序，對病室運作情況不熟悉，臨床情境應變能力弱，而顯得不知所措，所以在護理病人時顯得生硬，得不到滿足感，繼而產生焦慮感。陳惠敏等(1999)研究中指出，由於護生經驗不足及專業知識的缺乏而易引起他們內心各種程度的不安及壓力，甚至影響其學習與成長。29 題中以病歷內容及醫學用詞不熟悉居最高得分(2.95)，由於護生所實習的場地，每學年固定在政府醫院各部門進行臨床實習，醫生一般習慣以葡文或英文書寫病歷，部份醫護人員會以葡、英文作為交談或記錄，而學校課程以中文母語教學，少有醫用英語或醫用葡語教授，但病人資料搜集來源最重要的步驟是閱讀病歷，對本來已是知識不足、經驗淺及少用外語的護生來說更覺困難。其次是對病情的判斷與處理能力及經驗不足(2.73)，對最重要的病情的監察及評估，很多時臨床帶教導師忽略向學生解釋病人病情變化及護理重點，只集中在操作演練純熟度的要求，少有注意到學理在臨床上運用的訓練，所以護生覺得沒有經驗判斷病人的病情及沒有能力處理之。第三位是擔心實習成績不好(2.69)，因為臨床實習表現的評核及實習成績直接影響升級及畢業，和對將來是否能入職的先決指標。護生感覺壓力較少的是與同學相處及醫護人員的態度，與蘇麗智、郭憲文(1993)研究結果一致，可能原因是護校老師與醫院臨床帶教導師之間關係聯繫緊密，而且每科室護長均委派 2 至 3 名經驗護士來負責臨床帶教的工作，每當護生需要尋求協助時都會適時得到指引。同時，同學之間都會經常提出問題互相討論、互相幫助，故此這方面的壓力感受較小。Marshall (1974)提出要有良好的學習效果，建立良好的人際關係至為重要。因此，導師以正向態度教育學生、接納護生，讓學生處於一個充滿關懷的環境，感受到教師的關

懷，可以幫助學生建立自信心，使護生自信有能力成為一位護士。

2. 三個年級護生之間壓力狀況之比較

表2顯示了不同年級的實習階段其感受壓力發生的事項與頻率有所差異。一、二、三年級的整體壓力平均分為1.58、2.19和2.25，年級越高其感受壓力發生頻率越高。整體壓力狀況及六類壓力因素得分均是二、三年級顯著高於一年級；二、三年級之間沒有顯著的差異。可能原因是不同年級的護生每學年都根據學習進度進行不同的臨床實習，隨著知識的提升，年級越高臨床實習時間越長、實踐護理工作越多責任越重。根據蘇麗智(1993)引述Hergenhahe (1986)指出：由於學習會受經驗的累積產生知識，理解力及精熟度等行為的改變，使不同實習階段其實習壓力源、壓力大小及焦慮程度可能有差異。此外隨著個人年齡、成熟度增長，師長的期望與個人的自我期望、價值觀等而承受較多的壓力(陳威麗,1992)。

三年級護生以作業及工作量之壓力平均分最高(2.46)，可能原因是三年級學生在各學理及技能上已較純熟，累積了二年的實習及工作經驗，思考能力及理解能力皆增加，所以在專業知識與技能方面之壓力感受沒有二年級般強，與蘇麗智(1993)研究相似。實習過程中，須進行團體衛教、家庭訪視等護理活動，並要將這些護理活動撰寫成報告，他們在日間除要應付病室工作外，還要抽時間到圖書館搜查資料書寫作業報告，所以作業及工作量是其最大的壓力。同時，由於是畢業班，對自我要求與評價都較高，加上老師、醫生和臨床帶教老師對其有較高的期望，因而感受較大的壓力，此結果與洪白瑾(1992)、蘇麗智(1993)研究一致。而二年級護生以專業知識與技能的壓力得分最高(2.68)，可能原因是二年級護生在此階段實習是對產科、精神科、急症與成人內外科提供護理照顧，雖然護生已在課堂上學習了基本的護理操作與專科的理論知識，但實際上未有機會實踐。剛完成理論課後，在學理知識程度上準備度還不足夠之下，有很多護技操作從未在臨床上施行過，而帶教老師可能已要求護生獨自執行護理操作及全面性照顧病人，因此二年級護生會感到困難而產生壓力。一年級護生同樣以專業知識與技能之壓力得分較高(2.36)，可能由於一年級學生剛剛完成三個月的理論課，而且是次調查是一年級護生第一次出病室，所以對專業知識和技能方面的認識感到不足而產生壓力。

結論

護生在臨床實習時所面對的壓力因素是多元的，六類

因素中發生頻率最多的是專業知識與技能之壓力，並以病歷內容及醫學用詞不熟悉壓力感受最大，最少發生頻率的是實習環境之壓力。年級越高面對壓力情境發生頻率越多，壓力感受也較大。因此建議學校在課程設置中加強醫用英語詞彙訓練，培養護生閱讀病歷的能力，此外，學校加強周圍的支持系統，並授以護生壓力調適技巧，導師亦應針對不同年級護生的壓力因素來提供輔導，以協助護生臨床實習。

參考文獻

- 洪白瑾(1992). 開刀房護生實習前、後壓力、焦慮、調適方法及其生理指標相關性之研究. 中台醫專學報, 7, 117-144.
- 許淑蓮、林惠賢、黃秀梨、于博芮、胡文郁、羅美芳(1997). 護生實習壓力量表.
- 蘇麗智、郭憲文(1993). 某醫專護生實習壓力之評估——初期階段實習. 護理研究, 1(2), 166-175.
- 蘇麗智(1993). 中部某醫專護生實習壓力之評估——後期階段實習. 弘光護專學報, 22, 125-148.
- 劉芳娥、化前珍、尼春萍、寶偉霞(1999). 教學雙方對實習護生需求認知的調查研究. 中華護理雜誌, 34(12), 717-719.
- Antonovsky, A. (1989). Occupational Stress in nursing. International Journal of Nursing Studies, 26(4), 343-358.
- Marshall, J.A. (1974). Creating an environment for learning. Nursing Outlook, 22(12), 773-775.

Nursing students' clinical practice stress

Vong Lai Ying, Lu Choi Meng*, Chan Cheong Yin**

Un Lu Bi** Leong Sok Man***

Abstract Objective: To investigate the clinical practice stress for nursing students from Year 1 to Year 3 of School of Health of Macau. Method: "Measure scale of stress of nursing students during their clinical practice" was adopted and data was collected from 77 nursing students of School of Health of Macau. Result: The average score for 77 nursing students was 2.00, professional knowledge and skills ranked the first(2.51) among 6 factors. Clinical practice and workload came second(2.15), working environment stress held the last(1.71). Chi-square statistic showed that Year 2 and 3 nursing students had significantly higher score than those in Year 1. Conclusion: All nursing students feel some stress in clinical practice. The most stressful items for them are professional knowledge and skills, the higher the year, the more it appears.

Key words Nursing student Stress of clinical practice