

· 护理教育 ·

挫折能力培训在提高新毕业护士逆境商中的作用

刘乾惠,刁晓兰,龚嘉惠

(泸州医学院附属医院心血管内科,四川泸州,646000)

[摘要] 目的 探讨挫折能力培训在提高新毕业护士逆境商(adversity quotient,AQ)中的作用。方法 对150名新毕业护士进行挫折能力的培训,在培训前后采用AQ量表对护士进行调查。结果 培训后新毕业护士AQ各因子和总分较培训前高,培训前后比较,均 $P < 0.01$,差异具有统计学意义。结论 挫折能力的培训能有效提高新毕业护士的AQ。

[关键词] 新毕业;护士;挫折能力;逆境商

[中图分类号] R47 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1671-8283(2013)03-0057-03 **[DOI]** 10.3969/j.issn.1671-8283.2013.03.019

Effect of frustration-confronting ability training on adversity quotient of nursing graduates

Liu Qianhui, Diao Xiaolan, Gong Jiahui // Modern Clinical Nursing, -2013, 12(3):57.

[Abstract] **Objective** To investigate the frustration-confronting ability training on adversity quotient (AQ) of nursing graduates. **Methods** One hundred and fifty nursing graduates were received the frustration-confronting ability training. The adversity quotient scale was used in the investigation before and after the training. **Result** The total scores of AQ and other scores on all factors in AQ after training were significantly higher than before the training (all $P < 0.01$). **Conclusion** The frustration-confronting ability training may be effective for the improvement of nursing graduates' AQ.

[Key words] nursing graduates; nurses; frustration-confronting ability; adversity quotient

逆境商(adversity quotient,AQ)是指人们面对逆境、摆脱逆境和超越逆境的心理能力。刚进入临床工作的新毕业护士,在理想与现实,独立与依附,个人意愿与职业要求等诸多矛盾与冲突面前,表现出种种心理问题,抵抗逆境的心理素质较差。因此,如何提高新毕业护士AQ,消除其挫折感,使

其正确看待挫折,优化心理品质,为将来护理职业生涯打下良好的基础具有重要意义。笔者自2009年7月~2011年6月对150名新毕业护士进行挫折能力的培训,取得较好的效果,现将方法和结果报道如下。

1 对象与方法

1.1 对象

采用方便抽样的方法,2009年7月~2011年6

[收稿日期] 2012-08-15

[作者简介] 刘乾惠(1963-),女,四川人,副主任护师,本科,主要从事临床护理工作。

有新型的无菌材料和物品被广泛投入临床使用。将PDCA循环融入一次性物品管理中,根据存在问题,加强护士业务培训及查对制度落实,实施专科物品专人管理,有效医护沟通,强化护士节约意识等,能有效提高一次性无菌物品使用率,减轻手术患者的经济负担,提高手术医生对手术室护士的满意度,提高护理质量,推进优质护理。

参考文献:

[1] 钟宝英.9S管理化在手术室无菌间无菌物品管理中

的应用[J].解放军护理杂志,2012,29(1A):58-59.

[2] 李翠媚,彭金来,丁爱玲,等.手术室专科无菌物品的专人管理体会[J].南方护理学报,2006,13(6):79.

[3] 上官志毅,陈冬梅,黄婷婷.PDCA循环在国内护理领域应用的新进展[J].护理管理杂志,2009,9(2):26.

[4] 金彦,李艳军,赵怡,等.PDCA循环在手术室中的应用[J].实用医技杂志,2008,15(7):896-897.

[5] 江燕琼,郑少麟,凌碧娟.PDCA循环在手术室临床带教中的应用[J].当代医学,2010,16(25):162.

[6] 陈文专,陈巧惠,郭泽雯,等.PDCA循环全程糖尿病健康教育[J].中华护理杂志,2010,45(4):362-364.

[本文编辑:刘晓华]

月选择本院新毕业护士 150 名,男 1 名,女 149 名,年龄 17~23 岁,平均 (18.40 ± 4.25) 岁。学历:本科 10 名,大专 80 名,中专 60 名。居住地:城镇 118 名,农村 32 名。独生子女 96 名,非独生子女 54 名。

1.2 方法

①采用情景教学模式。以小组为单位,每个小组 5~8 名护士,分别扮演护士、病人、陪护、医生等角色,虚拟临床护理工作中可能遇到的各种挫折,体验不同的角色所面对的具体场景和心理

状态,并相互协调配合,不断交流讨论,探讨如何才能以积极向上的心理状态面对困难与挫折。②对于 AQ 低者,聘请心理学专家作定期心理干预,疏导不良心理反应,使其树立战胜挫折的信心,并对其效果进行全程跟踪评价。③巩固护理专业思想教育,通过评选“星级护士”,增强其职业自豪感。帮助她们做好职业规划,设置科学、合理的阶段目标,教育其自信、坚定地追求梦想,提高成就动机以增进 AQ。

表 1 培训前后新毕业护士 AQ 得分比较 (分, $\bar{x} \pm s$)

项目	培训前 ($n = 150$)	培训后 ($n = 150$)	t	P
控制	30.11 ± 6.74	36.58 ± 5.45	-4.311	0.001
延伸	28.15 ± 6.55	38.96 ± 4.27	-7.020	0.003
忍耐	32.52 ± 8.71	36.08 ± 9.34	-3.229	< 0.01
归因	31.70 ± 7.56	35.66 ± 7.01	-10.455	< 0.01
总分	121.33 ± 12.96	145.67 ± 17.02	-2.647	0.002

1.3 调查工具和方法

AQ 量表由保罗·史托兹^[1]编制,主要以 20 个逆境事件共 40 个条目测量个体对逆境的控制、归因以及逆境对个体影响范围和时间,其中包括控制、归因、延伸、忍耐 4 个因子各 10 个条目。量表总评分如下:很低(40~分)、低(60~分)、中等(95~分)、高(135~分)、很高(166~200 分);量表内各因子评分为:低(10~分)、中(24~分)、高(38~50 分)。经李炳权等^[2]研究,该量表总分及 4 个因子的 Cronbach's α 均达 0.70 以上,其重测信度系数 0.72~0.79。培训前后各发放调查问卷 150 份,各回收有效问卷 150 份,有效回收率为 100.00%。

1.4 统计学方法

数据采用 SPSS 13.0 统计软件进行统计学分析。培训前后护士 AQ 得分比较采用 t 检验。

2 结果

培训前后新毕业护士 AQ 得分比较见表 1。从表 1 可见,培训后新毕业护士 AQ 各因子和总分较培训前高,培训前后比较,均 $P < 0.01$,差异具有统计学意义。

3 讨论

3.1 新毕业护士 AQ 水平分析

本结果显示,培训前护士 AQ 总分以及个体

对逆境的控制、归因、延伸、忍耐方面均处于中等水平,结果与田茜等^[3]研究结果相似。究其原因可能与以下因素有关,①本调查中的独生子女占了 64.00% 及居住地为城镇的占了 78.67%。他们生活条件较优越,独立性较差,缺乏艰苦生活的锻炼和考验,当需要自己面对一切时,就常常不知所措,遇到一点小小的挫折就会出现强烈的反应。汪琼^[4]调查发现,护生在实习过程中遭遇到不愉快的事情后,采用原因调节多于反应调节,这与本研究结果一致。②调查中还发现,多数护士由于高考成绩不理想,仅为谋求出路不得已选择职校类院校就读护理专业,本身对于护理专业的兴趣就缺乏,加之社会和自身对于护理职业评价不高以及自我要求低等因素影响,从而导致护士对职业追求缺乏希望和信心。③单位对于护士的工作限制,如临时合同聘用制、职称评定、岗位分配等,无疑会增加其学习及就业压力,导致其对未来充满怀疑,认识模糊,不看好自身未来的就业形势,产生心灰意冷、自暴自弃等不良心理反应。

3.2 挫折能力培训可提高新毕业护士 AQ 水平

研究发现^[1],个人成功因素中 80% 的作用在于情商(EQ),情商中 50% 是 AQ,而只有 20% 的成功因素是智商(IQ)。AQ 衡量的就是一个人应对挫折、逆境的能力。低 AQ 者在碰到挫折时,往

往无法振兴起来;而高 AQ 者的反应则完全不同,他们会充分吸取失败的经验,继续往前。正如古希腊哲学家伊壁鸠鲁所说:“人们不是被问题本身困扰,倒是被看待问题的方式困扰^[5]。”在生活条件不断改善,社会竞争加剧,心理问题日趋增多的社会背景下,重视 AQ 教育,对于推动人们身心健康,提高生存质量,具有特别重要的意义。美国心理学家保罗·斯托茨 (Stoltz PG) 认为,面对挫折的能力是可以通过练习而增加的^[1]。文献报道^[6],护生的需求不但追求获取知识,更追求爱与归属、尊重及自我实现需要的满足,提出带教老师要充分重视护生的需求,使护生在获取知识和技能的同时,得到爱护、尊重和理解。我们在培训过程中,针对新毕业护士的特点,采用情景教学模式,组织学习 AQ 知识,使她们明白,在遇到挫折不要去寻找理由进行逃避或怨天尤人,而是要相信自己,以最积极的态度去勇敢面对困难和挫折。同时给予 AQ 低者更多人文关怀,并通过定期心理干预来疏导不良心理反应,使其树立战胜挫折的信心;通过巩固护理专业知识,提升专业兴趣,使新毕业护士对未来有积极的期望,并为其设立科学合理的学习目标,因亲身参与护理工作,了解护理临床工作路径、强度,认识到护理工作不仅仅是“低技术含量”、“高强度”的工作,而是一份神圣、高尚的职业,因此更加明确自己的职业理想、职业目标,

提高对护理专业的认同感、归属感,从而提高 AQ。本调查结果显示,培训后护士 AQ 得分较培训前高,培训前后比较,均 $P < 0.01$,差异具有统计学意义。

4 结论

本结果显示,经过挫折能力培训后,新毕业护士 AQ 由中等水平 (121.33 ± 12.96) 分上升到较高水平 (145.67 ± 17.02) 分,说明对新毕业护士进行应对挫折能力培训是非常有必要的,能有效提高新毕业护士的 AQ。

参考文献:

- [1] 保罗·斯托茨. 逆境智商[M]. 北京: 经济日报出版社, 2003: 155-158.
- [2] 李炳全, 陈灿锐. 逆境商量表在中国606名学生中的信效度检验[J]. 中国心理卫生杂志, 2008, 22(8): 605-607.
- [3] 田茜, 范秀珍, 吕菲, 等. 大专护生逆境商与未来时间洞察力及成就动机的关系研究[J]. 护理学杂志, 2011, 26(5): 7-10.
- [4] 汪琼. 实习护生情绪调节与自我和谐的相关性研究[J]. 现代临床护理, 2012, 11(10): 52-54.
- [5] 于桂峰. 当代大学生逆境情商培养对策研究[J]. 航海教育研究, 2009, 25(2): 116-118.
- [6] 严丽华, 叶桂香, 梁燕嫦, 等. 实习早期教学双方对护生需求认知的调查研究[J]. 现代临床护理, 2003, 2(3): 15-18.

[本文编辑: 郑志惠]

欢迎订阅《现代临床护理》杂志!