

护理专业学生自我能力否定倾向研究进展

张艳,王花芹

(中南大学湘雅二医院 临床护理教研室,湖南 长沙 410000)

自我能力否定倾向是一种非常真实而具体的自我怀疑形式^[1]。近年来,自我能力否定倾向已被作为一种亚临床认知特征受到广泛关注^[2-3]。有研究^[4-5]发现,它会导致心理困扰、幸福感降低、自信心下降、焦虑和抑郁等。自我能力否定倾向者还存在自我破坏和自我挫败行为,存在自我能力否定倾向的人也会影响其他人,比如患者,这会增加临床工作中护理缺陷和不良事件的发生^[1,6]。此外,自我能力否定倾向已被证实会对职业规划、职业奋斗和职业决策产生负面影响^[2-3,7]。自我能力否定倾向会导致护理人员在工作上不敢表达自己的想法或害怕做出改变,影响一个人对自身的正确认知,从而限制他们发挥最大潜能^[8]。学生群体正处于身心发展的关键时期,他们的心理健康关系到临床患者的安全和自身未来的职业规划。有证据^[9]表明,护理专业的学生比其他专业的学生表现出更高水平的消极心理问题。尽管消极的心理问题与许多因素有关,但研究^[6,10]表明,自我能力否定倾向是影响其心理健康的危险因素,因此重视护理专业学生的自我能力否定倾向问题是十分重要的。因此,本文对护理专业学生自我能力否定倾向的相关研究进行综述,以期为我国今后开展护理专业学生自我能力否定倾向的干预研究提供一定的参考。

1 自我能力否定倾向的概念和特征

自我能力否定倾向又称冒充者综合症,最早出现于20世纪70年代末,1978年由Clance等^[11]在成就卓越的女性群体中发现,被定义为“一种智力虚假的内在体验,那些尽管有杰出的学术或专业成就却感到欺诈和毫无价值的人”,是指个体获得成功,倾向于把成功归因为一些外在原因(如运气、个人魅力、他人帮助等),而不是因为自己本身的实力。这些人不能内化他们的成功,认为自己没有足够的力量,并因此经历普遍的自我怀疑、焦虑、抑郁,感觉在欺骗他人,并且害怕被他人发现自己的欺骗行为的一种心理特征。自我能力否定倾向具有以下特

征:(1)周期性自我能力否定;(2)完美主义;(3)超级英雄主义;(4)失败恐惧症;(5)否认个人能力;(6)成就恐惧症^[12]。

2 自我能力否定倾向的测量工具

2.1 Harvey自我能力否定倾向量表(Harvey impostor phenomenon scale, HIPS) 由Harvey^[13]以本科生和研究生为样本在1981年编制的,用于测量自我能力否定倾向的心理结构的量表。该量表为单维度自陈式量表,包括14个条目;采用7点评分法,从“完全不正确”到“完全正确”依次计1~7分。Harvey通过对74名大学生样本的测验结果分析得该量表的Cronbach's α 系数为0.85。Hellman等^[14]在136名青少年中对该量表进行了项目分析、内部一致性信度检验和主成分分析,结果显示该量表Cronbach's α 系数为0.70,项目分析显示至少有3个条目的内容存在同质性问题。因此,不加选择地使用HIPS进行心理问题测量是不严谨的,目前该量表已较少使用。

2.2 感知欺诈量表(perceived fraudulence scale, PFS) 由Kolligian等^[15]于1991年编制,用于青少年自我能力否定倾向的评估。该量表包含51个项目,回答格式为7分制,从“非常不同意”到“非常同意”依次计1~7分。通过对耶鲁大学的学生进行验证,结果表明该量表的Cronbach's α 系数为0.94。该量表为普适性测量工具,尚未在护理专业学生群体中进行验证,缺乏对医院背景下护理群体的针对性,还需要进一步推广和验证。

2.3 Clance自我能力否定倾向量表(Clance impostor phenomenon scale, CIPS) 由Clance等^[11]于1978年编制,用于测量自我能力否定倾向水平及归因的自评量表。量表共20个条目,采用Likert 5级评分法,从“完全不符合”到“完全符合”依次计1~5分,总分20~100分,得分越高表明自我能力否定倾向越严重,<40分为没有或轻度,41~60分为中度,61~80分为重度,>80分为极重度。该量表Cronbach's α 系数在0.85~0.96之间。目前该量表已被转译成德文版^[16],该研究显示,3因子模型拟合度优于2因子模型或1因子模型,各维度内容可以很好地代表自我能力否定倾向的核心特征,但其对外部

【收稿日期】 2023-12-04 【修回日期】 2024-03-10
【基金项目】 中南大学湘雅二医院临床护理科研基金重点课题(2022-HLKY-01)
【作者简介】 张艳,硕士,护师,0731-85295114
【通信作者】 王花芹,0731-85295170

测量的区别性不明显,故建议使用总分对量表进行评价。蒋露苗等^[17]于2022年对该量表进行了汉化和修订,修订后的量表包含3个维度,即自我怀疑(8个条目)、外界归因(6个条目)、被动伪装(4个条目),共18个条目;并在临床护士中进行了信效度检验,结果显示中文版CIPS的Cronbach's α 系数为0.930,折半信度为0.859,信效度良好。此外,彭莹等^[18]于2023年也对该量表进行了汉化并在医院护理管理者中进行了验证,修订后的量表包含虚假(5个条目)和自我否定(3个条目)2个维度,修订后量表的Cronbach's α 系数为0.837,信效度良好,可用于护理管理者自我能力否定倾向水平的评估。

2.4 Leary自我能力否定倾向量表(Leary impostor phenomenon scale, LIPS) 由Leary等^[19]于2000年编制,用来衡量一个人作为自我能力否定倾向者的感觉。Leary等^[19]从Harvey自我能力否定倾向量表、Clance自我能力否定倾向量表和感知欺诈量表中的条目中抽取了7个条目,构建了一个单维度的Leary自我能力否定倾向量表,并在95名本科生中进行了验证,量表具有较高的项目间信度,Cronbach's α 系数为0.87。该量表的优点是条目数较少,测量花费时间短,便于推广和使用;但该量表在护理领域中使用较少,国内尚无学者引进,还需进一步评价该量表在护士群体中的适用性。

综上,目前,国外应用较多的是Clance自我能力否定倾向量表。国内外尚未有针对护理专业学生自我能力否定倾向的特异性测评工具,且国内关于自我能力否定倾向的评估工具较为缺乏。建议我国学者针对护理专业学生的专业特征研制特异性量表,以及早识别护理专业学生自我能力否定倾向心理问题。

3 护理专业学生自我能力否定倾向的发生现状

国外学者已相继对临床医生、专科护士、医学生等的自我能力否定倾向进行研究,并表示其自我能力否定倾向水平较高^[6,8,20-21]。2016年以来,关于护理专业学生自我能力否定倾向的研究有所增加。2023年Edwards-maddox^[20]的一项范围综述显示,护理领域关于自我能力否定倾向的研究仅限于护理专业学生和临床护理专家。在这些人群中,自我能力否定倾向的发生率为36%至75%。Aubeeluck等^[22]对尚未入学的护理研究生进行调查显示,70%的学生存在自我能力否定倾向。Haney等^[1]对来自8个不同专业的学生进行研究发现,58%的护理学生存在自我能力否定倾向,且新护士更容易存在自我能力否定倾向。Henning等^[23]对医学、牙科、护理和药学专业的学生进行了抽样调查,发现护理专

业学生的自我能力否定倾向得分处于第二高。Jacobs等^[21]研究显示,本科护生的自我能力否定倾向平均得分为60.13分,护生存在不同程度的自我能力否定倾向,表明本科护生普遍有对个人能力产生怀疑的经历,存在焦虑和缺乏自信等负面情绪。我国对自我能力否定倾向的研究较少,夏雨等^[24]研究发现,本科护生自我能力否定倾向得分为65.50(54.00,71.00)分,处于中等偏上水平。由此可见,自我能力否定倾向在护理专业学生中普遍存在,得到研究者的广泛关注,是急需管理和解决的问题,未来还需进一步深入调查。提示护理教育者应积极主动地制定措施,以缓冲学生因为自我能力否定倾向给自身带来的影响。

4 护理专业学生自我能力否定倾向的影响因素

4.1 人口社会学因素 人口学因素对护理专业学生自我能力否定倾向的影响尚存在争议,主要包括性别、年龄、种族、年级、生活经历、教育水平等。王华栋等^[25]研究表明,少数民族学生的自我能力否定倾向在性别上存在显著差异。女生在自我怀疑及外向归因方面的平均分显著高于男生,与Henning等^[23]的研究结果一致。这可能是因为男性倾向于将成功归因于自身固有的品质;而女性更倾向于将成功的来源向外投射,要么是外部原因(如运气),要么是暂时的内在品质(如努力),而不是与本身的实力等同起来。Aubeeluck等^[22]研究显示,护理研究生的自我能力否定倾向与年龄、既往的生活经历和教育水平相关。而Jacobs等^[21]对本科护生的研究发现,自我能力否定倾向与性别、教育水平或种族身份无关。原因可能是调查的群体存在差异所致。由此可见,人口学因素对护理专业学生自我能力否定倾向的影响尚存在争议,未来应积极探索人口学因素对护理专业学生自我能力否定倾向的影响。

4.2 转型冲击 转型冲击是指个体由已知角色转型为陌生角色时,从熟悉的环境过渡到新环境时,受责任、人际关系、个人知识和技能等影响而产生的一种困惑、自我怀疑及定位不明的感受^[26]。Christensen等^[6]对护生的研究发现,自我能力否定倾向与转型冲击之间存在弱正相关关系。即护生感知到的转型冲击越强烈,其自我能力否定倾向水平就越高,这与夏雨等^[24]对护生的研究结果一致。原因可能是两者的调查对象均是护生,处于实习阶段,经历着从学校走向临床的过渡。依据转型冲击理论,自我能力否定倾向容易发生在个人角色或经历发生转变时^[26]。研究^[27]表明,护理专业学生在他们课程最后一年经历的情绪压力往往会导致其产生自卑和被遗弃的感觉。应届毕业生需要为毕业和真正成为一

名临床护士做准备,加上学校所教授的知识与临床实际工作需要存在差距,过渡到工作环境可能会加剧自我怀疑和不足的感觉,这一阶段容易表现出缺乏自信,对自我认知产生偏差^[28],从而产生自我能力否定倾向。建议高校关注护理实习生,设置教育方案,为护生过渡到临床护士做好充分的准备。

4.3 社会支持 社会支持是个体在面对应激事件时,从家庭、亲戚、朋友和(或)同事等方面获得的精神或物质上的帮助^[29]。Vance^[30]研究显示,实习护士的自我能力否定倾向与家族支持呈负相关,即家庭支持水平越高的实习护士,其自我能力否定倾向水平越低。原因可能是该研究调查的是临床实习护士,实习是护生从学校过渡到临床实践的重要环节,护生需要在陌生的工作环境中面对各种各样的患者和棘手的临床护理操作。良好的家庭和社会支持可以缓解护生因工作产生的心理压力,从而采取积极的应对方式。因此,建议高校加强对护理专业学生的家庭支持系统评估,指导学生家长关心学生,给予正面鼓励,认同其专业价值,增强其专业自信。

5 护理专业学生自我能力否定倾向的应对策略

5.1 个体层面 Noskeau 等^[31]指出,自我能力否定倾向与成长心态有关。正念练习作为一种干预方法,可以让人们意识到自我能力否定的感受,并通过行为修正来创造一种应对机制,降低与持续和普遍的自我能力否定相关的心理压力^[32]。Pastan 等^[32]应用正念冥想技术对牙科医生自我能力否定倾向进行干预研究,该干预方法被证实对降低自我能力否定倾向有效。因此,建议加强对存在自我能力否定倾向的护理专业学生的正念冥想训练干预。培养自己的成长心态,避免过度自我反思,可与身边的朋友交流,了解不同视角的观点和看法。Zanchetta 等^[2]研究显示,培养成长型思维模式是一种有效的心态干预方法,目的是增加学生接受挑战的意愿,并增强他们的毅力,可持续改善自我能力否定倾向水平。此外,培养成长型思维模式能够提高自我增强归因和自我效能,减少了掩盖错误的倾向和对负面评价的恐惧。因此,护理专业学生应正确的看待负面评价,培养自己的成长心态,减少对负面评价的恐惧,从而减轻自我能力否定倾向。

5.2 学校层面 自我能力否定倾向现象在护理专业学生中普遍存在。首先,学校应开设相关专业课程,将自我能力否定倾向纳入心理护理课程,引导护生重视自身心理健康。继往研究^[1]建议,开设临床护理课程的教育机构应将自我能力否定倾向内容纳入现有课程,对学生进行自我能力否定倾向的心理

教育,并帮助学生建立导师制关系,为其提供有效的心理指导,有助于降低其自我能力否定倾向水平。其次,学校应从护生角度出发,重视综合能力和素质的培养,设置与临床实际需要相结合的护理课程内容,降低护生从学校走向临床的转型冲击感,从而有助于缓解护生的自我能力否定倾向水平;同时,依据教育归因理论^[33],当护生犯错误时,教育工作者应对学生进行高质量的反馈和指导,帮助学生对他们的行为和看法进行反思,从而减轻自我能力否定倾向。

5.3 家庭社会层面 良好的家庭氛围和社会支持可以使护生感觉到被爱和尊重,缓解心理方面的压力,增进自我认同感^[34]。护理本科生正处于自我认同感形成的关键时期,家庭和社会需要为护理专业学生提供更多的同行支持和指导,这将有助于促进个人和专业发展。这种支持可以通过非正式或正式的形式开展,如心理支持小组、同伴网络支持等。同时,护理专业学生应与家人和朋友们积极沟通交流,鼓励分享特定情境的恐惧和担忧,提高预防和管理心理疾病的能力,分享自己的心理问题,获得情感支持。此外,家长要主动关心孩子的心理健康问题,认同其专业价值,提高其自尊水平,使其对抗自我能力否定倾向的信念增强。

6 小结

自我能力否定倾向成为当前心理护理的重要命题。目前对护理专业学生自我能力否定倾向的研究侧重于横断面调查,评价方式较为单一,针对自我能力否定倾向影响因素的相关研究结果尚存在争议,今后还需要结合质性研究进一步探讨;虽然自我能力否定倾向的测量工具较为多样化,但尚未见到关于护理专业学生自我能力否定倾向的特异性量表,有待于进一步修订和完善;此外,自我能力否定倾向对心理健康有负面影响,而自我能力否定倾向的积极影响却很少受到关注,这可能是另一个研究方向;同时,相关教育工作者应集思广益,针对自我能力否定倾向的程度制定针对性的干预措施,以减轻护理专业学生自我能力否定倾向,培养护理专业学生良好的心理品质,促进其职业成长,优化护理队伍,保障患者安全。

【关键词】 护理专业学生;自我能力否定倾向

doi: 10.3969/j.issn.2097-1826.2024.04.022

【中图分类号】 R47-05 【文献标识码】 A

【文章编号】 2097-1826(2024)04-0091-04

【参考文献】

- [1] HANEY T S, BIRKHOLZ L, RUTLEDGE C. A workshop for addressing the impact of the imposter syndrome on clinical nurse specialists[J]. Clin Nurse Spec, 2018, 32(4): 189-194.

- [2] ZANCHETTA M, JUNKER S, WOLF A M, et al. "Overcoming the fear that haunts your success"—The effectiveness of interventions for reducing the impostor phenomenon [2023-11-10]. [J/OL]. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7242655/>. DOI:10.3389/fpsyg.2020.00405.
- [3] VERGAUWE J, WILLE B, FEYS M, et al. Fear of being exposed; the trait-relatedness of the impostor phenomenon and its relevance in the work context [J]. *J Consult Clin Psychol*, 2015(30):565-581.
- [4] FEIGOFISKY S. Imposter syndrome [J]. *Heart Rhythm Case Rep*, 2022, 8(12): 861-862.
- [5] BRAVATA D M, WATTS S A, KEEFER A L, et al. Prevalence, predictors, and treatment of impostor syndrome: a systematic review [J]. *J Gen Intern Med*, 2020, 35(4):1252-1275.
- [6] CHRISTENSEN M, AUBEELUCK A, FERGUSON D, et al. Do student nurses experience imposter phenomenon? An international comparison of final year undergraduate nursing students readiness for registration [J]. *J Adv Nurs*, 2016, 72(11): 2784-2793.
- [7] 于潇, 毛旭, 马艳梅. 临床护士自我能力否定倾向与职业倦怠的相关性研究 [J]. *军事护理*, 2023, 40(9):18-21.
- [8] GOTTLIEB M, CHUNG A, BATTAGLIOLI N, et al. Impostor syndrome among physicians and physicians in training: a scoping review [J]. *Med Educ*, 2020, 54(2):116-124.
- [9] BARTLETT M L, TAYLOR H, NELSON J D. Comparison of mental health characteristics and stress between baccalaureate nursing students and non-nursing students [J]. *J Nurs Educ*, 2016, 55(2):87-90.
- [10] NEUREITER M, TRAUT-MATTAUSCH E. Traut-mattausch, inspecting the dangers of feeling like a fake: an empirical investigation of the impostor phenomenon in the world of work [J/OL]. [2023-11-10]. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5037221/>. DOI:10.3389/fpsyg.2016.01445.
- [11] CLANCE P R, IMES S A. The impostor phenomenon in high achieving women: dynamics and therapeutic intervention [J]. *Psychother Theory Res Pract*, 1978, 15(3):241-247.
- [12] HUECKER M R, SHREFFLER J, MCKENY P T, et al. Imposter phenomenon [M/OL]. [2023-11-10]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing, 2023. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK585058/>.
- [13] HARVEY J C. The impostor phenomenon and achievement: failure to internalize success [D]. US: ProQuest Information & Learning: Temple University, 1981.
- [14] HELLMAN C M, CASELMAN T D. A psychometric evaluation of the Harvey impostor phenomenon scale [J]. *J Pers Assess*, 2004, 83(2):161-166.
- [15] KOLLIGIAN J JR, STERNBERG R J. Perceived fraudulence in young adults: is there an "imposter syndrome"? [J]. *J Pers Assess*, 1991, 56(2):308-326.
- [16] BRAUER K, WOLF A. Validation of the German-language Clance impostor phenomenon scale (GCIPS) [J]. *Pers Individ Dif*, 2016(102):153-158.
- [17] 蒋露苗, 徐玉林, 刘晓琴, 等. Clance自我能力否定倾向量表的汉化及在护士群体中的信效度检验 [J]. *护理研究*, 2022, 36(14):2486-2490.
- [18] 彭莹, 涂惠, 马兆佳, 等. 自我能力否定倾向量表的汉化及在医院护理管理者中的信度效度检验 [J]. *中国护理管理*, 2023, 23(6):823-828.
- [19] LEARY M R, PATTON K M, ORLANDO A E, et al. The impostor phenomenon; self-perceptions, reflected appraisals, and interpersonal strategies [J]. *J Pers*, 2000, 68(4):725-56.
- [20] EDWARDS-MADDOX S. Burnout and impostor phenomenon in nursing and newly licensed registered nurses: a scoping review [J]. *J Clin Nurs*, 2023, 32(5-6):653-665.
- [21] JACOBS M D, SASSER J T. Impostor phenomenon in undergraduate nursing students: a pilot study of prevalence and patterns [J]. *J Nurs Educ*, 2021, 60(6):329-332.
- [22] AUBEELUCK A, STACEY G, STUPPLE E J. Do graduate entry nursing student's experience 'imposter phenomenon'? an issue for debate [J]. *Nurse Educ Pract*, 2016(19):104-106.
- [23] HENNING K, EY S, SHAW D. Perfectionism, the impostor phenomenon and psychological adjustment in medical, dental, nursing and pharmacy students [J]. *Med Educ*, 2010, 32(5):456-464.
- [24] 夏雨, 杨莎, 安晓, 等. 本科护生自我能力否定倾向现状及影响因素分析 [J]. *护理学杂志*, 2023, 38(20):76-79.
- [25] 王华栋, 王卉, 廖巧毅. 卫生类高职院校少数民族学生自我能力否定倾向的初步研究 [J]. *现代职业教育*, 2022(18):31-33.
- [26] DUCHSCHER J E. Transition shock: the initial stage of role adaptation for newly graduated registered nurses [J]. *J Adv Nurs*, 2009, 65(5):1103-1113.
- [27] KO Y J, KIM S Y. Transition shock experience of nursing students in clinical practice: a phenomenological approach [J/OL]. [2023-11-10]. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9029544/>. DOI:10.3390/healthcare10040613.
- [28] 潘倩文, 许栋, 王茜. 本科实习护生转型冲击现状及其影响因素分析 [J]. *中华全科医学*, 2024, 1(22):140-143.
- [29] 郭谊楠, 许乐, 谢娜娜, 等. 低年资护士心理韧性和社会支持现状及其相关性 [J]. *解放军护理杂志*, 2017, 34(13):26-29.
- [30] VANCE S K. Incidence of the impostor phenomenon among nurse practitioner students [D]. WA: Gonzaga University, 2002.
- [31] NOSKEAU R, SANTOS A, WANG W. Connecting the dots between mindset and impostor phenomenon, via fear of failure and goal orientation, in working adults [J/OL]. [2023-11-10]. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8636168/>. DOI:10.3389/fpsyg.2021.588438.
- [32] PASTAN C D, MC DONOUGH A L, FINKELMAN M, et al. Evaluation of mindfulness practice in mitigating impostor feelings in dental students [J]. *J Dent Educ*, 2022, 86(11):1513-1520.
- [33] MAK K K L, KLEITMAN S, ABBOTT M J. Impostor phenomenon measurement scales: a systematic review [J/OL]. [2023-11-10]. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6463809/>. DOI:10.3389/fpsyg.2019.00671.
- [34] 潘云波. 中职护生领悟社会支持、一般自我效能感与心理韧性的关系 [J]. *中国健康心理学杂志*, 2018, 26(12):1871-1876.

(本文编辑:王园园)