

负性心理状况对护生学业倦怠的影响分析:领悟社会支持的中介作用

陈维芳, 吴彬, 蓝红霞, 黄振鹏, 黎剑云, 温彬斌, 蒋菲菲, 易娜

(广西中医药大学 护理学院, 广西 南宁 530020)

【摘要】 目的 探究领悟社会支持在护理学本科生(以下简称护生)负性心理状况与学业倦怠间的中介作用,为解决护生学业倦怠、促进心理健康的干预提供参考依据。**方法** 2022年12月至2023年3月,采用便利抽样法选取广西壮族自治区4所大学的931名护生为研究对象,采用大学生学业倦怠量表、焦虑自评量表、抑郁自评量表、压力知觉量表和领悟社会支持量表等对其进行横断面调查。**结果** 护生学业倦怠、焦虑、抑郁、压力和领悟社会支持得分分别为 (57.86 ± 8.56) 分、 (44.18 ± 9.20) 分、 (49.49 ± 9.83) 分、 (38.72 ± 7.50) 分、 (57.05 ± 14.23) 分。学业倦怠与焦虑($r=0.374$)、抑郁($r=0.499$)、压力知觉($r=0.529$)呈正相关;与领悟社会支持呈负相关($r=-0.370$,均 $P<0.01$)。领悟社会支持在护生负性心理状况与学业倦怠间起部分中介作用,中介效应占12.79%。**结论** 负性心理状况可以通过领悟社会支持影响学业倦怠的发生,护理教育者应采取积极措施提升护生领悟社会支持水平、缓解负性心理状况,从而有效解决学业倦怠情况。

【关键词】 护理学本科生;学业倦怠;负性心理状况;领悟社会支持;中介作用

doi:10.3969/j.issn.2097-1826.2024.06.009

【中图分类号】 R471 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 2097-1826(2024)06-0035-04

Analysis of the Influence of Negative Psychological Status on Academic Burnout in Nursing Undergraduates: A Mediating Effect of Perceived Social Support

CHEN Weifang, WU Bin, LAN Hongxia, HUANG Zhenpeng, LI Jianyun, WEN Binbin, JIANG Feifei, YI Na (Faculty of Nursing, Guangxi University of Chinese Medicine, Nanning 530020, Guangxi Zhuang Autonomous Region, China)

Corresponding author: WU Bin, Tel: 0771-5613565

【Abstract】 Objective To explore the mediating effect of perceived social support on negative psychological status and academic burnout of nursing undergraduates, so as to provide reference for interventions to address their academic burnout and promote mental health. **Methods** From December 2022 to March 2023, 931 nursing undergraduates from 4 universities in Guangxi Zhuang Autonomous Region were selected as the research subjects by the convenience sampling method. A cross-sectional survey was conducted using Academic Burnout Scale, Self-rating Anxiety Scale, Self-rating Depression Scale, Perceived Stress Scale and Perceived Social Support Scale. **Results** The total scores of academic burnout, anxiety, depression, stress and perceived social support among nursing undergraduates were (57.86 ± 8.56) , (44.18 ± 9.20) , (49.49 ± 9.83) , (38.72 ± 7.50) and (57.05 ± 14.23) , respectively. Academic burnout was positively correlated with anxiety ($r=0.374$), depression ($r=0.499$) and stress perception ($r=0.529$). It was negatively correlated with perceived social support ($r=-0.370$, all $P<0.01$). Perceived social support plays a partial mediating role between negative psychological status and academic burnout of nursing undergraduates, with a mediating effect accounting for 12.79%. **Conclusion** Negative psychological status can affect the occurrence of academic burnout through perceived social support. Nursing educators should take active measures to improve the level of perceived social support and alleviate negative psychological status of nursing undergraduates, so as to effectively solve the situation of academic burnout.

【Key words】 nursing undergraduate; academic burnout; negative psychological status; perceived social support; mediating effect

[Mil Nurs, 2024, 41(06): 35-38]

护理行业的高质量发展离不开对护理学专业本科生(简称护生)的高质量培养。学业倦怠指学生在学习中所产生身心俱疲的心理状态和消极对待学习的行为状态^[1]。学业倦怠在一定程度上影响护生培养,会引发其睡眠障碍等^[2]。而焦虑、抑郁和压力是

常见的负性心理^[3],会加重学业倦怠情况^[4]。领悟社会支持指个体主观感受到被尊重、被理解的情绪体验^[5],作为社会支持的重要部分,在调适个体学业倦怠与负性心理方面有良好作用,且发挥的影响高于实际社会支持^[6]。本研究假设领悟社会支持在护生负性心理状况与学业倦怠间起中介作用,探讨三者间的路径关系,以期为解决护生学业倦怠提供参考。

1 对象与方法

1.1 研究对象 2022年12月至2023年3月,采用

【收稿日期】 2023-06-17 **【修回日期】** 2024-03-02

【基金项目】 广西高等教育本科教学改革工程重点项目(2021JGZ130);
广西高等教育本科教学改革工程一般项目 A类(2022JGA225)

【作者简介】 陈维芳,硕士在读,护师,电话:0771-5613565

【通信作者】 吴彬,电话:0771-5613565

便利抽样法选取广西壮族自治区南宁、桂林、柳州、百色四地市开展护理学本科教育院校中的931名护生为研究对象。纳入标准:(1)在读全日制四年制本科生;(2)入学时间 ≥ 3 个月;(3)自愿参与本研究并签署知情同意书者。排除标准:(1)调查时因请假、休学等不在校学生;(2)明确有心理疾病者。研究未对研究对象造成伤害,符合伦理原则。根据杨黎等^[7]的对学业倦怠的相关研究结果,护生学业倦怠发生率约为45%,利用PASS软件进行样本量计算,并考虑10%无效问卷,最少需要样本量893例。

1.2 方法

1.2.1 调查工具

1.2.1.1 一般资料调查表 自行设计,包括性别、年龄、年级、民族、学校、家庭居住地等。

1.2.1.2 大学生学业倦怠量表(academic burnout scale,ABS) 该量表由连榕等^[8]编制,是国内用于测量大学生学业倦怠情况的权威量表之一。ABS包括行为不当(6个条目)、成就感薄弱(6个条目)、情绪低沉(8个条目)3个维度。采用Likert 5级评分,从“完全不符合”到“完全符合”分别计1~5分,部分题目反向计分。量表得分为各条目分数之和,得分20~100分,得分越高表明学业倦怠情况越严重, ≥ 60 分存在学业倦怠。量表的Cronbach's α 系数为0.93。该量表在本研究中的Cronbach's α 系数为0.76。

1.2.1.3 焦虑自评量表(self-rating anxiety scale, SAS) 该量表由王征宇等^[9]于1984年引入汉化,用于评估有焦虑症状个体的主观感受。SAS为单维度量表,共20个条目。采用Likert 4级评分法,从“没有或很少时间”到“绝大部分或所有时间”分别计1~4分,部分条目反向计分。将20个条目的得分相加即得到粗分,标准分为粗分乘以1.25,结果取整数,标准得分范围为25~100分,得分越高表示焦虑程度越重,量表的Cronbach's α 系数为0.76。该量表在本研究中的Cronbach's α 系数为0.84。

1.2.1.4 抑郁自评量表(self-rating depression scale,SDS) 该量表由王征宇等^[10]于1984年引入汉化,用于反映学生抑郁的主观感受。SDS为单维度量表,共20个条目。采用Likert 4级评分法,从“没有或很少时间”到“绝大部分或所有时间”分别计1~4分,部分条目反向计分。将20个条目得分相加即得粗分,标准分为粗分乘以1.25,结果取整,标准得分范围为25~100分,得分越高表示抑郁程度越重,量表的Cronbach's α 系数为0.82。该量表在本研究中的Cronbach's α 系数为0.78。

1.2.1.5 压力知觉量表(perceived stress scale,PSS-14) 该量表由杨延忠等^[11]汉化,用于测量个体在一个

月内普遍存在的压力,为单维度量表,共14个条目。采用Likert 5级评分,从“从不”到“总是”分别计1~5分,量表得分为各条目分数之和,得分范围14~70分,得分越高说明被试者心理压力越明显,量表的Cronbach's α 系数为0.78。该量表在本研究中的Cronbach's α 系数为0.81。

1.2.1.6 领悟社会支持量表(perceived social support scale,PSSS) 该量表由姜乾金^[12]翻译和修订,包括家庭支持(4个条目)、朋友支持(4个条目)、其他(老师或亲戚等)支持(4个条目)3个维度。采用Likert 7级评分法,从“非常不符合”到“非常符合”分别计1~7分,各条目分数之和为量表总分,范围为12~84分,分数越高表明感知到社会支持水平越高。量表的Cronbach's α 系数为0.84。该量表在本研究中的Cronbach's α 系数为0.95。

1.2.2 调查方法 采用现场面对面调查的方法,使用统一指导语向受访者说明研究目的和内容,取得同意后由调查者发放纸质问卷进行现场调查,问卷匿名填写。问卷剔除标准:(1)问卷填写缺项、漏项 >2 条;(2)问卷答案具有一致性。本研究共发放和回收问卷947份,有效问卷931份,有效回收率为98.31%。

1.2.3 统计学处理 使用SPSS 26.0统计软件。符合正态分布的计量资料采用 $\bar{x} \pm s$ 描述,计数资料使用频数、构成比描述。运用Pearson相关性分析负性心理状况、领悟社会支持与学业倦怠的相关性。采用Harman单因素检验进行共同方法偏差检验^[13]。使用Amos 24.0软件,采用最大似然比法构建结构方程模型并探究负性心理状况、领悟社会支持与学业倦怠的作用路径,利用Bootstrap进行中介效应检验(抽样5000次),检验水准为 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 研究对象的一般资料 未旋转的探索性因子分析结果提取出特征根大于1的因子共4个,最大公因子方差解释率为16.30%($<40\%$),故不存在共同方法偏差。护生年龄17~24岁,平均(20.02 ± 1.40)岁,以女性为主(86.3%),详见表1。

2.2 护生学业倦怠、负性心理状况与领悟社会支持的现状 478名(51.3%)护生发生学业倦怠,学业倦怠、负性心理状况与领悟社会支持得分及其各维度得分见表2。

2.3 护生学业倦怠、负性心理状况与领悟社会支持的相关性分析 Pearson相关性分析显示,护生学业倦怠与焦虑($r=0.374$)、抑郁($r=0.499$)、压力知觉($r=0.529$)呈正相关;与领悟社会支持呈负相关($r=-0.370$,均 $P<0.01$),见表3。

表1 研究对象的一般资料[$N=931, n(\%)$]

类别	人数	类别	人数
性别 男	128(13.7)	家庭居住地 村镇	727(78.1)
女	803(86.3)	城市	204(21.9)
年级 大一	267(28.7)	独生子女 是	115(12.4)
大二	281(30.2)	否	816(87.6)
大三	203(21.8)	自愿选择护理学专业 是	605(65.0)
大四	180(19.3)	否	326(35.0)
民族 汉族	521(56.0)	学生干部经历 有	422(45.3)
其他少数民族	410(44.0)	无	509(54.7)
学校所在地区 南宁	243(26.1)	锻炼频率	
柳州	191(20.5)	无(0次/周)	157(16.8)
桂林	250(26.9)	偶尔(1~4次/周)	631(67.8)
百色	247(26.5)	经常(≥ 5 次/周)	143(15.4)

表2 护生学业倦怠、负性心理状况
及领悟社会支持的得分情况($n=931$, 分, $\bar{x} \pm s$)

项目	得分	条目均分
学业倦怠 总分	57.86 $\pm$ 8.56	2.89 $\pm$ 0.43
行为不当	17.37 $\pm$ 3.14	2.90 $\pm$ 0.52
成就感薄弱	17.37 $\pm$ 3.13	2.90 $\pm$ 0.52
情绪低沉	23.12 $\pm$ 4.77	2.89 $\pm$ 0.60
焦虑	44.18 $\pm$ 9.20	2.21 $\pm$ 0.46
抑郁	49.49 $\pm$ 9.83	2.47 $\pm$ 0.49
压力知觉	38.72 $\pm$ 7.50	2.77 $\pm$ 0.54
领悟社会支持 总分	57.05 $\pm$ 14.23	4.75 $\pm$ 1.19
家庭支持	18.62 $\pm$ 5.45	4.66 $\pm$ 1.36
朋友支持	19.51 $\pm$ 5.33	4.88 $\pm$ 1.33
其他支持	18.92 $\pm$ 4.91	4.73 $\pm$ 1.23

表3 护生学业倦怠、负性心理状况与领悟社会支持的相关性分析($r, n=931$)

变量	倦怠总分	行为不当	成就感薄弱	情绪低沉	焦虑	抑郁	压力知觉	领悟社会支持总分	家庭支持	朋友支持	其他支持
倦怠总分	1.000	0.796 ^a	0.644 ^a	0.847 ^a	0.374 ^a	0.499 ^a	0.529 ^a	-0.370 ^a	-0.367 ^a	-0.292 ^a	-0.350 ^a
行为不当	0.796 ^a	1	0.365 ^a	0.531 ^a	0.531 ^a	0.531 ^a	0.531 ^a	0.531 ^a	0.531 ^a	0.531 ^a	0.531 ^a
成就感薄弱	0.644 ^a	0.365 ^a	1	0.260 ^a	0.260 ^a	0.260 ^a	0.260 ^a	0.260 ^a	0.260 ^a	0.260 ^a	0.260 ^a
情绪低沉	0.847 ^a	0.531 ^a	0.260 ^a	1	0.345 ^a	0.345 ^a	0.345 ^a	0.345 ^a	0.345 ^a	0.345 ^a	0.345 ^a
焦虑	0.374 ^a	0.218 ^a	0.279 ^a	0.345 ^a	1	0.707 ^a	0.707 ^a	0.707 ^a	0.707 ^a	0.707 ^a	0.707 ^a
抑郁	0.499 ^a	0.321 ^a	0.377 ^a	0.437 ^a	0.707 ^a	1	0.734 ^a	0.734 ^a	0.734 ^a	0.734 ^a	0.734 ^a
压力知觉	0.529 ^a	0.405 ^a	0.390 ^a	0.426 ^a	0.538 ^a	0.734 ^a	1	-0.371 ^a	-0.371 ^a	-0.371 ^a	-0.371 ^a
领悟社会支持总分	-0.370 ^a	-0.295 ^a	-0.272 ^a	-0.292 ^a	-0.281 ^a	-0.339 ^a	-0.371 ^a	1	0.890 ^a	0.890 ^a	0.890 ^a
家庭支持	-0.367 ^a	-0.312 ^a	-0.238 ^a	-0.298 ^a	-0.276 ^a	-0.333 ^a	-0.376 ^a	0.890 ^a	1	0.684 ^a	0.684 ^a
朋友支持	-0.292 ^a	-0.213 ^a	-0.236 ^a	-0.228 ^a	-0.227 ^a	-0.284 ^a	-0.302 ^a	0.911 ^a	0.684 ^a	1	0.798 ^a
其他支持	-0.350 ^a	-0.277 ^a	-0.268 ^a	-0.269 ^a	-0.261 ^a	-0.306 ^a	-0.331 ^a	0.922 ^a	0.727 ^a	0.798 ^a	1

a: $P < 0.01$

2.4 护生领悟社会支持在负性心理状况与学业倦怠间的中介作用 采用 Amos24.0 以负性心理状况为自变量,以领悟社会支持为中介变量,以学业倦怠为因变量建立结构方程模型,探讨护生领悟社会支持在负性心理状况与学业倦怠之间的作用机制,见图1。采用极大似然法对模型进行拟合,模型拟合效果显示:卡方/自由度(chi-square/degree of freedom, χ^2/df)为4.574,适配度指数(goodness-of-fit index, GFI)为0.977,规范适配度指数(normed fit index, NFI)为0.976,比较适配指数(comparative fit index, CFI)为0.981,近似均方根误差(root mean square error of approximation, RMSEA)为0.062,模型拟合较好。

采用 Bootstrap($n=5000$)计算中介效应置信区间,显示护生领悟社会支持的中介效应的95%置信区间为不包括0,差异有统计学意义($P < 0.001$),表明领悟社会支持的中介效应成立,该模型属于部分中介模型,中介效应占比为12.79%,见表4。

3 讨论

3.1 护生学业倦怠现状分析 本研究显示,护生学业倦怠得分与饶玉莲等^[2]研究结果类似,学业倦怠发生率为51.3%,处于中等水平;其中,行为不当、成

就感薄弱维度得分最高。由于护理专业学习年限短,加之快速发展的医疗行业对护生各方面提出了更高的要求^[14],因此护生在面对枯燥的学习任务时,无法长时间保持学业热情,容易陷入麻木与被动学习状态,从而产生厌烦、逃避等学业行为。此外,不当的学业行为导致学习态度更加消极从而形成恶性循环,学生体验不到学习带来的成就感,更会加重倦怠现象。这提示可在采用基于导学互动的教学模式,以多途径、多模式的学习方法与媒介,调动护生探索、解决问题的热情,激发学习主动性和成就感,从而减弱护生学业倦怠感。

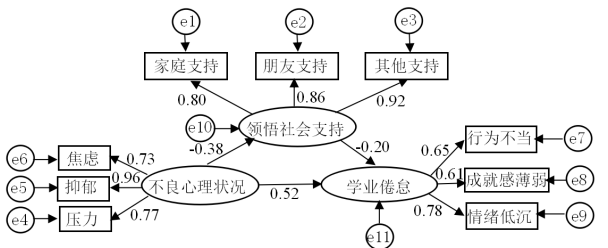


图1 负性心理状况、领悟社会支持
与学业倦怠的路径分析模型图

表 4 领悟社会支持在护生负性心理状况影响学业倦怠的中介效应分析($n=931$)

效应	路径	标化路径系数	标准误	P	95%CI	相对效应占比(%)
直接效应	负性心理状况→学业倦怠	0.518	0.015	<0.001	0.154~0.213	87.21
中介效应	负性心理状况→领悟社会支持→学业倦怠	0.076	0.011	<0.001	0.018~0.039	12.79
总效应	负性心理状况→学业倦怠	0.594	0.037	<0.001	0.181~0.241	—

3.2 护生负性心理状况、领悟社会支持与学业倦怠的相关性分析 本研究显示,焦虑、抑郁和压力等与学业倦怠呈正相关,说明负性心理越严重,其学业倦怠也越明显。当护生出现焦虑状况后,可能会产生懈怠、厌学等,导致学习效能降低,诱发倦怠。此外,护生面对科研课题、社会实践、学生干部任职等任务时,可能会出现压力加大的情况。有研究^[15]指出,倦怠是对压力认知-情感反应,长期处于超负荷、多方面的压力之下,个体不仅在学业上产生情绪低落体验,还会减少其抵御新压力资源的资源,诱发抑郁,导致对学业失去兴趣,加重学业倦怠,提示护生可采取积极策略管理情绪,以减少消极情绪对学业倦怠影响。本研究还证实,领悟社会支持与学业倦怠呈负相关,说明护生感知到的社会支持水平越高,学业倦怠水平越低,可能原因:一是当护生领悟社会支持高时,有信心与热情,学习目标明确,能优化学习过程,从而有效改进学业行为;二是领悟社会支持能帮助护生构建良好人际关系,在遇到学业倦怠时护生会积极寻求外界支持与帮助,从而缓解倦怠感。

3.3 领悟社会支持在护生负性心理状况与学业倦怠之间起部分中介作用 本研究证实,负性心理状况不仅可直接影响学业倦怠,也可以通过领悟社会支持间接影响学业倦怠,分析其原因,可从主效应模型和缓冲器模型解释^[16]。主效应模型^[17]认为,领悟社会支持对心理状况具有普遍增益作用,帮助个体储备足够的积极心理资本。当护生感知到高质量社会支持时,能有效激发个人积极情绪并调动内在资源,提高应对学业倦怠的能力,减少学业倦怠的不良影响。而缓冲器模型认为,领悟社会支持可以帮助个体缓冲负性心理诱发学业倦怠的影响^[18]。当护生在遇到学业困难或不良生活事后产生负性心理时,能得到教师或朋辈切实的帮助与情感支持,缓解负性心理状况、减少专业学习中的阻力与挫折。因此,应加强护生社会支持系统的构建,提高社会支持利用度;还应考虑不同护生人格特征与心理健康水平差异,丰富社会支持网络。学校和教师应营造互帮互助的学习氛围,鼓励护生在遇到困难时积极寻求外界帮助,让其感受到来自外界的支持。此外,护生家庭应关注其情绪变化,给予更多心理关怀。

4 小结

领悟社会支持在负性心理状况与学业倦怠间起

部分中介作用。护理教育者应立足“学生-教师-学校-家庭”四位一体,建立稳定社会支持系统,重视并培养护生领悟社会支持水平,以降低学业倦怠发生,提高我国护理人才培养质量。但本研究样本均来自广西,研究结果在全国外推性如何尚不能确定,未来可扩大不同地区样本量,以验证结论普遍性和科学性。

【参考文献】

- [1] 陈姝含, 姜欣然, 尹洁, 等. 医学生情绪调节自我效能感对学业倦怠的影响[J]. 职业与健康, 2022, 38(16): 2255-2259.
- [2] 饶玉莲, 郑丽维, 方晓鸿, 等. 新冠肺炎疫情下本科护生学习倦怠现状及影响因素分析[J]. 心理月刊, 2022, 17(18): 8-10, 17.
- [3] HUANG J, NIGATU Y T, SMAIL-CREVIER R, et al. Interventions for common mental health problems among university and college students: a systematic review and Meta-analysis of randomized controlled trials[J]. J Psychiatr Res, 2018, 107: 1-10.
- [4] 杨月乔, 乐虹. 湖北省医学专科生焦虑、抑郁对学习倦怠的影响[J]. 职业与健康, 2020, 36(19): 2698-2701.
- [5] 王丹, 张振香, 林蓓蕾, 等. 反刍性沉思在中青年脑卒中患者领悟社会支持与创伤后成长间的中介效应分析及性别差异[J]. 军事护理, 2022, 39(11): 48-52.
- [6] 王冬, 史卢少博. 重大公共卫生事件下付出一回报失衡对基层医务人员韧性的影响研究[J]. 暨南学报: 哲学社会科学版, 2023, 45(5): 99-114.
- [7] 杨黎, 罗胜荣, 苏爱华. 在校本科护生学业倦怠现状及影响因素的调查研究[J]. 中国高等医学教育, 2014(1): 5-6.
- [8] 连榕, 杨丽娟, 吴兰花. 大学生的专业承诺、学习倦怠的关系与量表编制[J]. 心理学报, 2005, 37(5): 632-636.
- [9] 王征宇, 迟玉芬. 焦虑自评量表(SAS)[J]. 上海精神医学, 1984(2): 73-74.
- [10] 王征宇, 迟玉芬. 抑郁自评量表(SDS)[J]. 上海精神医学, 1984(2): 71-72.
- [11] 杨延忠, 黄汉腾. 社会转型中城市居民心理压力的流行病学研究[J]. 中华流行病学杂志, 2003, 24(9): 760-764.
- [12] 姜乾金. 领悟社会支持量表[J]. 中国行为医学科学, 2001(10): 41-43.
- [13] 周浩, 龙立荣. 共同方法偏差的统计检验与控制方法[J]. 心理科学进展, 2004, 12(6): 942-950.
- [14] 任雁北, 陈园园, 崔伟伟. 新冠肺炎疫情下实习护生心理健康状况及影响因素分析[J]. 齐鲁护理杂志, 2020, 26(11): 8-11.
- [15] 徐霞, 袁媛, 徐铭, 等. 军医大学护理双师职业倦怠特点及其与压力、应对方式、社会支持的相关性研究[J]. 解放军护理杂志, 2019, 36(3): 37-41.
- [16] 田波琼, 申仁洪, 黄儒军. 家庭社会经济地位对特殊儿童家庭抗逆力的影响: 社会支持的中介作用[J]. 中国特殊教育, 2023(2): 25-34.
- [17] 孙中良, 来丽丽. 社会支持对流动老人健康促进行为的影响研究——自我效能的中介作用[J]. 卫生软科学, 2023, 37(10): 37-42.
- [18] 付利婷, 张兴海, 孙萱. 知觉压力和领悟社会支持在养老机构老年人感知年龄歧视与自杀意念间的中介效应研究[J]. 护理学报, 2023, 30(20): 1-5.

(本文编辑: 郁晓路)