

护理专业本科生实习期间同伴支持体验的质性研究

焦杰¹, 赫珊¹, 张方圆², 罗志芹¹

(1.天津医科大学肿瘤医院 中西医结合科,天津 300060;2.天津医科大学肿瘤医院 肺部肿瘤科)

【摘要】 目的 了解护理专业本科生实习期间提供和接受同伴支持中的体验。方法 2023年1—5月,采用目的抽样法对20名本科实习护生进行半结构式深入访谈,了解其在提供和接受同伴支持中的体验,采用Colaizzi 7步分析法分析访谈资料并提炼主题。结果 共提炼3个主题及11个亚主题:(1)同伴支持的内容多样,包括经验交流、信息支持、情感支持、团结协作、生活照顾;(2)同伴支持的益处,包括减轻不良情绪、促进彼此成长、增进同学情谊;(3)提升同伴支持的方法,包括自己选择同伴、多交流多沟通,主动分担任务、积极培养感情;明确职责分工、营造良好氛围。结论 同伴是本科实习护生社会支持的重要组成部分,应重视同伴支持在促进其角色转型和职业成长中的独特作用。

【关键词】 护生;同伴支持;体验;质性研究

doi:10.3969/j.issn.2097-1826.2024.11.014

【中图分类号】 R471 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 2097-1826(2024)11-0057-04

Peer Support Experiences Among Undergraduate Nursing Students During Their Internship: A Qualitative Study

JIAO Jie¹, HE Shan¹, ZHANG Fangyuan², LUO Zhiqin¹ (1. Department of Integrated Chinese and Western Medicine, Tianjin Medical University Cancer Institute & Hospital, Tianjin 300060, China; 2. Department of Pulmonary Oncology, Tianjin Medical University Cancer Institute & Hospital)

Corresponding author: LUO Zhiqin, Tel: 022-23340123

【Abstract】 Objective To explore the peer support experiences among undergraduate nursing students during their internship. **Methods** Purposeful sampling was employed to conduct semi-structured, in-depth interviews with 20 nursing interns who had provided and received peer support, from January to May 2023. Colaizzi seven-steps analysis method was used to analyze the interview data and extract themes. **Results** Three main themes and eleven sub-themes were extracted: (1) Diverse contents of peer support, including experience sharing, informational support, emotional support, solidarity and cooperation, and life care; (2) Benefits of peer support, including alleviating negative emotions, promoting mutual growth, and enhancing camaraderie among classmates; (3) Methods to enhance peer support, including choosing peers independently, enhancing communication, actively sharing tasks, actively cultivating relationships, clarifying responsibility divisions, and creating a pleasant atmosphere. **Conclusions** Peers are an important component of social support for nursing interns. The unique role of peer support in promoting the role transition and professional growth of nursing students should be emphasized.

【Key words】 nursing students; peer support; experience; qualitative research

[Mil Nurs, 2024, 41(11): 57-60]

护理专业本科实习生(以下简称实习护生)是我国未来护理事业发展的中坚力量,临床实习是其完成角色转变、提升操作技能、形成职业认同并提升综合能力的重要阶段^[1]。实习护生在该阶段面临角色转变、操作技能不熟练、沟通技能欠缺等多重压力

源,心理健康状况不容乐观^[2-3],容易引发转型冲击或动摇职业信念^[4]。研究^[5]指出,同伴间的关爱支持对个体积极心理品质具有显著的正向预测作用。同伴支持是指具有相同经验或体验,并有相似人口学特征如年龄、性别、生活环境、社会地位、文化背景等的个体,为实现共同目标而在一起分享信息、情感、观念或行为技能^[6-7]。已有研究^[8-9]证实,同伴支持教育有助于缓解实习护生实习压力,提高临床适应能力,但鲜少从实习护生的角度探究提供和接受同伴支持的收获、感受及需求,以便进一步促进同伴

【收稿日期】 2024-02-29 **【修回日期】** 2024-10-28

【基金项目】 天津市医学重点学科(专科)建设项目(TJYX-ZDXK-011A)

【作者简介】 焦杰,硕士,主管护师,电话:022-23340123

【通信作者】 罗志芹,电话:022-23340123

支持的有效开展。因此,本研究采用质性研究方法,深入了解护生实习期间同伴支持的切身感受,为最大程度地发挥同伴支持的作用提供指导依据。

1 对象与方法

1.1 研究对象 采用目的抽样法选取2023年1—5月在天津市某三级甲等医院实习的本科护生为研究对象。纳入标准:(1)全日制统招本科护理学专业,处于实习期的学生;(2)实习时间 ≥ 5 个月;(3)具有良好的交流沟通能力;(4)知情同意且自愿参加;(5)以小组为单位开展实习。排除标准:因病假、事假等超过1个月不在岗的护生。样本量以信息资料饱和为准,即资料分析过程中没有新的主题出现为止^[10]。最终纳入20名实习护生,均为女生,年龄22~23岁,独生子女7名,少数民族3名。本研究获得医院医学伦理委员会批准(bc20240037)。

1.2 方法

1.2.1 制订访谈提纲 采用质性研究中的描述性研究方法,基于国内外相关文献拟定初步访谈提纲,再由3名具有本科及以上学历、参与护生临床教学 ≥ 5 年的资深临床护士讨论修订,预访谈2名实习护生,根据预访谈结果调整完善访谈提纲,形成最终访谈提纲,内容包括:(1)实习期间,你遇到过哪些方面的挑战?(2)实习期间,你给予过同伴哪些方面的支持/帮助?感受如何?(3)实习期间,你会向同伴寻求哪些支持/帮助?感受如何?(4)你是怎样理解同伴支持的?评价一下你接受/给予的同伴支持的质量?(5)你认为有哪些方法可以提高同伴支持的质量?(6)关于上述问题,你还有什么需要补充的吗?

1.2.2 资料收集 采用面对面半结构式深入访谈法收集资料。访谈地点为安静、私密的会议室,确保访谈全程不被他人干扰。访谈前向受访者说明本研究的目的、方法及内容,承诺严格遵守匿名及隐私保护原则,征得受访者知情同意后现场录音。研究团队成员均接受过系统的质性研究培训,熟练掌握相关的方法和技巧。访谈过程中围绕访谈提纲,酌情调整提问方式和顺序,访谈中不暗示、不评判,适时运用倾听、提问、澄清等访谈技巧,鼓励受访者表达自己真实的感受和想法,同时注意对其观点及时进行确认。访谈时间为20~30 min,访谈过程中研究者仔细倾听,并注意观察及详细记录受访者的语气语调、面部表情、肢体动作等非语言行为,尽可能多地收集信息,当访谈中无新内容出现时停止本次访谈。

1.2.3 资料分析 访谈完成后24 h内将访谈录音逐字、逐句转化为文字稿件,并返回受访者处进行再次核实。为提高研究的可信度,资料编码和主题提炼等分析过程均由研究团队内2名成员共同参与,

并对有异议之处进行讨论,确定最终编码及主题。为保护受访者的隐私,依次以S1~S20为每位访谈对象编号,采用Colaizzi 7步分析法^[11]对访谈资料进行分析。

2 结果

2.1 主题1:同伴支持的内容多样

2.1.1 经验交流 临床实践经验的不足可能使护生面对某项操作时有恐惧心理,“我很害怕肌肉注射,因为进针很快,我很害怕都给它扎进去”(S14);在实习期间借鉴他人的操作经验,“同伴做肌肉注射时,我发现她就用手指头垫着,然后针头就进的刚刚好”(S14);或主动无私分享经验,“我们平常聊天也会说自己今天干什么了,哪些没做好,每个人每天学到的东西是不一样的,大家聊天的时候就会分享,我就能知道一些我没有学到、没有接触到的东西”(S10)。

2.1.2 信息支持 实习护生均有较强的学习动力和实践意愿,但理论知识在特定情境下可能不能及时忆起,“第1次静脉取血时,一拿上针,脑子是空白的”(S4);此时同伴补充的知识信息,会保证操作的顺利进行,且能够推己及人,给予对方支持,“她提醒我下一步该干什么,她操作的时候,我也能给她提供指导或帮助”(S4)。同时,为适应新的轮转科室,“就会问(下一个)科室的工作量、下班时间、老师好不好相处之类的”(S1);此外,还会多渠道收集就业单位信息,“每个人搜集的信息肯定不一样,也可以从其他同学的嘴里听到这个单位到底怎么样”;通过对比信息,“增加对其他单位的了解,可能会影响到后边的择业”(S17)。

2.1.3 情感支持 临床实习的多重压力,比如,“上班时我被针头扎到了”(S13),“当时所在科室有一个梅毒患者要抽血”(S19)等,可能会让当事护生紧张,产生精神压力,“一天下来肯定有心情不太好的时候”(S12),此时护生会选择报团取暖,“同伴会站在你的角度安慰你”(S1),相互借力,“是彼此的情绪垃圾桶”(S12),给对方提供一定的精神安慰,“旁边有这个人我会安心很多”(S5),和情感支持“下班之后她们一直在安慰我,然后晚上回去专门来我宿舍安慰我”(S13),不良心理反应得以疏导,“跟她们说完就舒服多了”(S12)。

2.1.4 团结协作 临床实习工作繁杂琐碎,虽然各自都有任务,但护生并非独善其身,“平常互相帮忙”(S10),“不是只做自己老师派的活”(S8),在完成各自工作的基础上,“自己闲着没事儿的时候,就会跟老师说一声”(S8),在能力范围内主动协助其他同伴,“(我)忙的时候,她不怎么忙(的话),就会跑过来问我”(S12),分担额外的工作,“有时候忙不过来或

者是怎样,比如自己状态比较差的时候,她也会过来说我帮你干”(S10),在协作的过程中,提升了工作效率,“我们俩一起干,干得可快了”(S12)。

2.1.5 生活照顾 实习护生进入临床后,来自于同伴的暖心瞬间,如生活中陪伴,“有同伴可以一起上下班,然后平时也可以交流一下,最主要的是可以一起吃饭什么的”(S16),或主动照顾,“如果她连班我正常班,她下去时会主动问我要不要带东西上来,这样就减少了上下楼的时间,休息时间就能多一些”(S12),会让其感受到支持并为之感动,“在一些小的事情上互相帮助一下,有时候觉得这种小细节挺温暖的”(S9)。

2.2 主题 2:同伴支持的益处

2.2.1 减轻不良情绪 由于社会经验不足、各专科疾病知识掌握不充分、临床操作不熟练、沟通交流能力欠佳等,实习护生在语言表达、行为表现等方面常有欠缺,缺少同伴时,会有不同的不良情绪体验,如“觉得很不自在,没有事情的时候不知道该站在哪儿,做些什么才比较合适”(S1),“好无聊好压抑”(S15),“有点孤单”(S12),“会非常紧张,每天都处在一个高压的状态”(S20),同伴支持可减轻不良情绪,“有她在我会放松很多,而且碰到什么不开心的时候,跟她说之后我就会舒缓很多”(S20),促进良好适应,“有同伴的话,安全感更强一些”(S6)。

2.2.2 促进彼此成长 实习护生希望在临床将理论与实践有机结合,并获得娴熟的护理技能,“我们会相互说操作技巧方面的东西,然后下次再尝试”(S18),因此,其会发掘自身和同伴的优势资源,“就是看到有人比自己好的时候吧”(S2),充分发挥主观能动性,“互相监督,互相纠正”(S7),通过参考同伴优点,“他们做的好的地方可以学习借鉴”(S5),提醒同伴不足,“比如我感觉她某个操作不太好,我会直接跟她说”(S7),或者警示自己,“不好的地方就引以为戒”(S5),促进彼此成长,甚至“还能激励自己的信心”(S2)。

2.2.3 增进同学情谊 受新冠疫情影响,受访护生在校期间的理论学习以线上为主,彼此间缺乏深入的了解和沟通,“我们俩上学的时候没有很多的交集,只是知道有这个人”(S6),临床实习期间的朝夕相处拉近了彼此的距离,“天天一块上班、下班、聊天,俩人就变得很熟了”(S11),在相互陪伴和支持的过程中,感情得到了升温,“我俩之间的感情比之前深了很多,基本上我遇到什么不开心的事,我就立马去找她”(S20),进而收获了友谊,“好多朋友都是实习的时候认识的,她为我考虑我也为她考虑”(S11)。

2.3 主题 3:提升同伴支持的方法

2.3.1 自己选择同伴,多交流多沟通 在校期间的理论学习为实习护生创造了基本的社交圈,“大学三年了,我们在学校玩的就是那一小堆人”(S11),因此,与被动分组相比,实习护生倾向于自己选择同伴,“如果实习能自己选同伴就好了”(S9),且更倾向于有感情基础的同伴,“我觉得分组时按原来自己的宿舍分会好一点”(S11),此外,受访护生认识到在相处过程中要多沟通交流,“如果实习一天你们什么都不说,互相什么都不知道,对方肯定没有办法了解你,你也没有办法了解对方”(S20),才能有助于“磨合期会短一点,也有可能提高支持质量”(S9)。

2.3.2 主动分担任务,积极培养感情 紧张而忙碌的临床实习容易使护生感知关怀氛围缺失,通过主动分担任务,“你的工作忙完了,人家没忙完,你可以过去,在旁边搭一点或者是稍微帮忙一些”(S6),找到共同性和被人接纳的感觉,“她知道有你在,而且你也关心她”(S6),减少心理防卫,提升归属感和支持力度。鉴于充分的情感和信任是护生寻求同伴支持的基石,“她得有我信任的基础在,那我无论干什么事,她在旁边我都会觉得很安心很靠谱,没有那个基础在的话,我会很烦她跟我一起”(S3),因此,大部分护生表示,提升同伴支持的基础在于积极“培养感情或者是提高默契”(S7)。

2.3.3 明确职责分工,营造良好氛围 “不患寡而患不均”,明确的职责分工可避免打消实习护生的积极性,“如果分配的不明确,有的人会抱怨,为什么她跟我同样是实习生,我干的活多”(S19),同时,尊重、包容、轻松的氛围有助于护生愉快度过实习期,因此需“去发现让她觉得舒服的一些方式,但是也不要委屈自己”(S6),主动创造与他人合作、学习的机会,“多相处或者是放假的时候约着一块玩”(S12),在与其他人交流、合作、相处的过程中,“积极的面对我们实习过程的交往”(S20),学会聆听、包容、理解他人。

3 讨论

3.1 实习护生同伴支持的内容多样化 高一雯^[12]指出,新护士规范化培训期间同伴支持需求包括科室相关信息需求、知识和技能经验需求、情感交流需求、职业成长支持需求。本研究结果显示,实习护生同伴支持的内容呈多样化,包括经验交流、信息支持、情感支持、团结协作、生活照顾,贴合近同类人(新护士)的同伴支持需求。因为彼此具有“相似的经历和感受”,实习护生会优先选择同伴作为倾诉和分享的对象,而同伴会通过不同方式进行适应性引导。提示学校及实习医院的护理教育管理者要高度

重视并充分发挥同伴支持在护生从“学生”到“护士”角色转变中的重要作用,帮助实习护生积极面对不同实习阶段的压力源^[2],适应自身角色的转变,减少负性情绪的产生,保持健康心理状态。

3.2 实习护生同伴支持的体验积极 本研究结果显示,实习护生间的同伴支持在减轻不良情绪、促进彼此成长、增进同学情谊等方面起到了积极作用,与既往研究结果^[9,13]一致。Moore等^[13]研究结果指出,同伴支持能缓解第2年住院医师的孤独感和不确定感;刘蔚等^[9]研究结果提示,近同伴(护理硕士在读研究生和新入职护士)教育提高了实习护生的心理弹性。原因可能如下:首先,频繁轮转实习科室导致护生对科室的归属感不强^[9],同伴使得他们更容易产生共情和互相理解,有助于减轻不良情绪;其次,同伴间互惠性指导及协作性支持促进了社会化学习,提升了实践技能,增强了自我调试能力,有助于共同进步^[14];再次,实习期间护生在工作 and 生活中互动较多,本着真诚、助人的原则,更容易觉察到同伴带给自己的关怀和温暖,从而收获了友谊^[15]。

3.3 促进实习护生同伴支持的建议 在个人成长过程中社会支持发挥了极其重要的作用^[16],对于实习护生来说,同伴支持是社会支持系统中必不可少的一部分,因为实习护生更容易与同伴建立情感和社会认知的一致性^[17]。为了更好地提升实习护生间的同伴支持,除满足其基于自身视角提出的改善措施外,还可从以下几个方面着手:护生进入临床实习前,接受情绪管理和压力应对等相关培训,培养逆商能力,即面对挫折、摆脱困境和超越困难的能力,以便更好地面对临床实习中的困境^[1];基于实习护生需求制订涵盖临床实践技能、心理健康、角色认知、职业素养等多方面的同伴支持教育方案^[18];根据实习阶段,临床护理教育管理者通过不同形式获取实习护生的真实感受与需求类型,选择相应的支持主题,定期组织小组讨论、在线支持、个体化私人辅导等形式,实施系统化同伴支持^[12]。

【参考文献】

[1] 于燕燕,张大鹏,何洁,等.临床实习护生对新型冠状病毒肺炎知信行现状调查[J].中华护理杂志,2020,55(S1):706-709.

- [2] 陈维芳,吴彬,蓝红霞,等.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[J].军事护理,2024,41(6):35-38.
- [3] 姚大志,姜文龙,霍淑慧,等.本科护生问题性网络使用演变及其与非自杀性自伤行为的关联[J].军事护理,2024,41(4):1-6.
- [4] 黄雨萱,牟绍玉,朱佳露,等.心理弹性在护生临床实习环境和转型冲击间的中介效应[J].解放军护理杂志,2021,38(11):8-11.
- [5] 杨菊丽,李玉华,李从红.同伴支持在精神障碍患者复元中的研究进展[J].军事护理,2024,41(7):90-92,96.
- [6] 朱飘飘,谭惠仪.同伴支持在烧伤患者康复中的应用进展[J].中华护理杂志,2019,54(9):1410-1414.
- [7] DENNIS C L. Peer support within a health care context: a concept analysis[J]. Int J Nurs Stud, 2003, 40(3): 321-332.
- [8] 颜余竹.同伴教育对缓解实习中期护生压力的效果研究[D].重庆:重庆医科大学,2012.
- [9] 刘蔚,李育玲,韩清华,等.近同伴支持教育提升护理本科实习生心理弹性的效果评价[J].中华护理教育,2023,20(5):559-563.
- [10] SAUNDERS B, SIM J, KINGSTONE T, et al. Saturation in qualitative research: exploring its conceptualization and operationalization[J]. Qual Quant, 2018, 52(5): 1893-1907.
- [11] ENGLANDER M. The phenomenological method in qualitative psychology and psychiatry[J]. Int J Qual Stud Health Well-being, 2016(11): 30682-30717.
- [12] 高一雯.新护士同伴支持干预方案的构建及其对角色转型的影响研究[D].扬州:扬州大学,2021.
- [13] MOORE K A, O'BRIEN B C, THOMAS L R. "I wish they had asked": a qualitative study of emotional distress and peer support during internship[J]. J Gen Intern Med, 2020, 35(12): 3443-3448.
- [14] GREEN J L. Peer support systems and professional identity of student nurses undertaking a UK learning disability nursing programme[J]. Nurse Educ Pract, 2018(30): 56-61.
- [15] 张倩,郭星凤,刘英芹.山东半岛地区三级甲等医院实习护生关怀行为现状及其影响因素[J].解放军护理杂志,2021,38(9):16-19.
- [16] 周婷婷,毛佳伊,谢莉玲,等.改善社区多重用药慢性病患者服药依从性的最佳证据总结[J].军事护理,2022,39(9):85-89.
- [17] VAN DE MORTEL T F, NEEDHAM J, HENDERSON S. Facilitating learning on clinical placement using near-peer supervision: a mixed methods study[J]. Nurse Educ Today, 2021(102): 104921-104956.
- [18] 刘蔚,李育玲,韩清华,等.基于社会学习理论实习护生同伴支持教育方案的构建[J].护理学报,2023,30(3):16-19.

(本文编辑:沈园园)

欢迎登陆《军事护理》投稿平台

<http://jfhhlzz.smmu.edu.cn>