

# 精神科护理人员焦虑和抑郁情绪与工作压力的关系

罗芙蓉

重庆市精神卫生中心 重庆 401147

**摘要:**目的:探讨分析精神科护理人员焦虑、抑郁负性情绪与工作压力的关系。方法:选取医院精神科护理人员20名作为研究对象,对其负性情绪进行调查,对比有负性情绪者与无负性情绪者各方面工作压力源量表评分差异,并分析负性情绪与工作压力的相关性。结果:本组受试者中,分别有12例、8例有焦虑和抑郁情绪,有焦虑情绪者各方面工作压力源量表评分均明显高于无焦虑情绪者( $P < 0.05$ ),有抑郁情绪者各方面工作压力源量表评分均明显高于无抑郁情绪者( $P < 0.05$ );焦虑、抑郁与工作压力评分均呈正相关性。结论:精神科护理人员工作压力大,焦虑和抑郁情绪严重,负性情绪与工作压力呈正相关性。

**关键词:**精神科;护理人员;负性情绪;工作压力

## 引言

护理人员的心理健康状况和护理工作的顺利进行有着密切的关系,在良好的心理状态下进行护理工作有利于提高护理的质量,因此护理人员的心理健康问题应当引起社会的重视<sup>[1]</sup>。精神科护理人员是护理工作者的特殊群体,精神科患者的治疗依从性较差,同时大脑功能失调,无法控制自己的言行,甚至部分患者十分抗拒治疗,护理人员在与精神科患者接触的过程中,容易产生较大的心理压力,极易出现抑郁、焦虑等不良情绪,因而精神科护理人员的心理健康问题更应该被关注<sup>[2]</sup>。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选取医院精神科正式编制的护理人员20名作为研究对象,均为女性,年龄22~40岁,平均( $26.7 \pm 3.5$ )岁,工龄1~10年,平均( $3.6 \pm 1.4$ )年,职称:护士长2名,主管护师3名,责任护士7名,普通护士8名。

### 1.2 方法

对精神科护理人员的焦虑情绪、抑郁情绪和工作压力进行调查分析,由专门的调查员在现场进行解说,采取不记名的问卷调查方式,由护理人员独立、匿名完成问卷。其中焦虑情绪采用焦虑自评量表分析,抑郁情绪采用抑郁自评量表分析,工作压力采用工作压力源量表分析<sup>[3]</sup>。①焦虑自评量表采用4级评分,共有20个题项,将每一个题项的得分相加得到总分,总分 $\times 1.25$ 得到标准

分,其中标准分 $\geq 50$ 分者认为存在焦虑症状,否则无焦虑症状。②抑郁自评量表采用4级评分,共有20个题项,将每一个题项的得分相加得到总分,总分 $\times 1.25$ 得到标准分,其中标准分 $\geq 53$ 分者认为存在抑郁症状,否则无抑郁症状。③工作压力源量表共有7个维度,分别为职业兴趣、职业发展、工作负荷、医患关系、人际关系、组织管理和外部环境,采用4级评分,共有38个题项,分值为38~152分,分数越高说明工作压力越大<sup>[4]</sup>。

### 1.3 观察指标

对护理人员焦虑或者抑郁情绪发生情况进行统计,对比有焦虑情绪或者抑郁情绪人员和无焦虑和抑郁情绪人员的工作压力评分,并进行负性情绪和岗位工作压力相关性的分析。

### 1.4 统计学方法

采用SPSS 20.0统计学软件对数据进行分析。计量资料采用( $\bar{x} \pm s$ )表示,组间比较行 $t$ 检验;计数资料采用 $[n(\%)]$ 表示,组间比较行 $\chi^2$ 检验; $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

## 2 结果

2.1 本组焦虑、抑郁的发生情况本组20名护理人员存在抑郁情绪的有12名,抑郁检出率为60.00%,存在焦虑情绪的有8名,焦虑检出率为40.00%。具体见下表1。

2.2 焦虑情绪和工作压力的关系分析本组有焦虑负面情绪的护理人员工作压力评分为( $115.76 \pm 9.15$ )分,无焦虑负面情绪的护理人员工作压力评分为( $96.69 \pm 7.35$ )分,有焦虑情绪的护理人员工作压力明显高于无焦虑情绪的工作人员,组间比较差异具有统计学意义( $P < 0.05$ )。具体见下表2。

**作者信息:**罗芙蓉,女,汉,1986.07.15籍贯:四川,学历:本科,职称:主管护师,单位:重庆市精神卫生中心,研究方向:精神科护理,心理护理,邮箱:283606957@qq.com

表1 有/无负性情绪者工作压力评分比较 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

负性情绪	n	护理专业及工作	时间分配及工作质量	环境及仪器设备	患者护理	管理及人际关系
有焦虑	12	18.9 ± 2.1	17.6 ± 2.3	15.4 ± 3.1	20.1 ± 2.0	12.4 ± 2.3
无焦虑	8	7.1 ± 2.0①	5.4 ± 1.7①	6.2 ± 1.2①	8.4 ± 2.1①	7.2 ± 1.6①
有抑郁	8	19.2 ± 2.2	16.5 ± 2.1	15.4 ± 3.1	19.1 ± 2.0	14.0 ± 2.2
无抑郁	8	10.7 ± 1.9②	10.6 ± 1.5②	9.3 ± 1.0②	13.3 ± 1.9②	7.3 ± 1.4②

表2 焦虑情绪和工作压力的关系分析 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

负性情绪	例数	工作压力评分
有焦虑	12	115.76 ± 9.15
无焦虑	8	96.69 ± 7.35
P值	-	< 0.05

2.3 负性情绪与工作压力的相关性焦虑与护理专业及工作、时间分配及工作、时间分配及工作质量、环境及仪器设备、患者护理、管理及人际关系的评分均呈现正向相关性 ( $r = 0.841、0.732、0.518、0.859、0.496, P < 0.05$ ), 且抑郁与上述各方面评分也均呈现正向相关性 ( $r = 0.652、0.503、0.421、0.661、0.587, P < 0.05$ )。具体见下表3。

表3 抑郁情绪和工作压力的关系分析 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

负性情绪	例数	工作压力评分
有抑郁	10	121.54 ± 10.13
无抑郁	8	101.35 ± 8.46
P值	-	< 0.05

### 3 讨论

从心理学的角度讲, 工作压力是指和工作相关的不利刺激对工作个体所产生的负面心理体验和主观感受、生理反应。而对于精神科康复护理而言, 他们日常工作过程中的各种不良体验, 是导致工作压力产生的主要原因<sup>[5]</sup>。而护理人员带有焦虑、抑郁等情绪, 很有可能影响到身边的患者, 影响到患者的最终治疗效果, 所以, 找出护理人员出现工作压力和不良情绪的原因, 进行有效的疏解和规避, 是十分重要的。造成精神科护理人员出现焦虑、抑郁等不良情绪的因素较多, 最主要的原因来自于其所护理的患者, 精神科患者自制力较差, 随时都可以出现自我伤害、自杀、伤人、出走等不良行为, 给护理人员造成了较大的心理压力, 与此同时, 神经科的工作环境较为封闭, 使得护理人员极易出现压抑、紧张等情绪<sup>[6]</sup>。另一方面, 随着社会的不断进步以及医疗管理条例的日益完善, 患者的维权意识不断提高, 医患纠纷的发生率也有所增长, 在一定程度上也造成了护理人员心理负担的增加。护理人员的工作面临着巨大的挑战, 护理人员在工作过程中精神需要高度紧张, 情绪很容易

受到压制, 长期在这种环境下工作就容易引起抑郁和焦虑的不良情绪。另外, 现阶段人们对医疗服务水平提出了更高的要求, 并且人们的维权意识在不断增强。而精神科患者由于比较特殊, 在院期间容易发生意外, 一旦发生意外将会导致医患纠纷出现, 这就让护理人员的身心都面临着巨大的压力, 最终发展为护理人员的焦虑、抑郁情绪, 不仅影响护理人员的工作效率, 还对护理人员的身心健康非常不利。因此, 人们应该加强对精神科护理人员的心理健康疏导, 采取有效的措施来缓解护理人员的工作压力。护理人员的工作要合理安排, 并做好职业防护, 加强对护理人员的人文关怀, 减轻护理人员的工作压力。

### 结束语

综上所述, 精神科护理人员在日常工作中面临着较大的工作压力和精神压力, 如果不能正确排解这些压力, 那么就很容易导致护理人员出现焦虑和抑郁的不良情绪。所以人们一定要加强对精神科护理人员工作压力的关注, 采取有效的措施来缓解护理人员的工作压力, 促进其心理健康发展。

### 参考文献:

- [1]冯志远,夏梅,谢焱,等.南宁市精神科护士工作压力、心理资本和工作倦怠的关系[J].环境与职业医学,2020,33(11):1069-1075.
- [2]于静,齐桂花.精神科护理人员负性情绪与工作压力的关系探讨[J].实用临床护理学电子杂志,2020,2(43):214-215.
- [3]曹香,金全香,苏静予.精神科护士职业压力和情绪状态的调查研究[J].中国卫生标准管理,2020,7(16):7-9.
- [4]李艳.精神科护理人员焦虑抑郁情绪与工作压力的关系研究[J].中国现代药物应用,2021,22(14):259-260.
- [5]文超,蒋春雷,谭莉娜,等.精神科医护人员心理韧性、工作压力与焦虑抑郁情绪关系[J].中国职业医学,2020,15(6):697-700.
- [6]李华芳,刘春琴,厉萍.积极情绪在精神科护士心理弹性与职业倦怠关系中的中介作用[J].中华护理杂志,2020,50(9):1083-1086.