

某護專日夜二專學生實習壓力探討

吳翠娥

摘 要

本研究旨在比較護理科日夜間部二專學生臨床實習時之壓力大小及壓力源之異同，並分析護生個人特性及實習環境與壓力大小之差異關係，其結果可作為課室教學與臨床實習教學設計之參考。

本研究以某護專日夜二專一年級實習過護理學(一)之學生為研究對象，以許淑蓮等(民 86)發展，含 29 題、六項因素，採 0-4 分計分法之「護生實習壓力量表」作為收集資料之工具，共得 427 份有效問卷 (佔全數之 79%，日間部 208 份，夜間部 219 份)，再以 SPSS 作資料統計分析。結果顯示日夜間部學生雖於單項壓力源之排名不一，但其壓力源六項因素之排名一致，以作業及工作量之壓力最高，專業知識及技能之壓力次之；而日間部學生之實習壓力顯著大於夜間部學生；年齡大小、臨床工作經驗長短、婚姻狀態、目前工作與否、及實習場所皆明顯影響臨床實習壓力之大小。

關鍵字：護生(nursing student)、實習(clinical practice)、壓力(pressure)

前言

護理工作一直被認為是一種高壓力的工作，因為其工作中必須面對個案的生死別離，而學者也發現護生在其學習過程中壓力程度較一般同年之學生高，尤以臨床實習時的壓力最為明顯。于漱及馬鳳岐(民 82)兩人在其比較不同學制應屆畢業護生護理能力中之研究亦發現對實習壓力調適愈好，「臨床照顧病人」、「領導」、「專業發展」、與「整體護理能力」也愈好，所以教師們應瞭解實習壓力對護生會造成很大的影響。

近年來已有許多學者在探討護生臨床實習的壓力源及其因應調適方法，學者們大多針對其研究對象自己製作評量的問卷，多數問卷都有其一定的信度及效度，可惜未有一問卷用於不同學校或不同學制，以比較其差異性。由於國內護理教育之層級較複雜，各學制學生的背景差異性大，可能在實習壓力的感受程度及來源會有差異。以二專學生而言，日夜間部學生在其背景資料上有許多不同，可能會有不同的壓力源，且他們並不是第一次實習，其對壓力之感受會受其以前實習經驗及工作經驗之影響。

另一方面，有別於以病人之疾病基本照護為主之職校實習，二專第一次的實習--護理學(一)實習著重於護理過程的完整運用，尤其強調學生能運用所學之評估技巧，收集個案相關之資料，作出適當之護理診斷，並依診斷設定適當的目標及執行個別性的措施，此無論對於學生及帶領實習之教師皆是一項考驗。但目前未有研究探討日夜二專護生的實習壓力，故此研究旨在瞭解日夜間部學生實習壓力的大小及壓力源是否有差異，並分析其可能之影響因素，希望藉此研究結果作為課堂教學方法及帶領臨床實習方法之改善依據。

研究目的

本研究的目的有三：

- 1.瞭解日夜間部護理科二專學生臨床實習時之壓力程度及壓力源。
- 1.比較日夜間部護理科二專學生臨床實習時之壓力程度及壓力源之異同。
- 2.分析護生個人特性及實習環境與實習壓力大小之差異關係。

文獻查證

一、壓力

一般認為壓力是指在某種情境下，使個人覺得好像受到威脅(生理、心理、或自我概念的威脅)，而感到必須付出額外的精力以保持其身心的平衡，在此過程中個體會感到身心不適，其不適的程度會因個人的特質、健康狀況、文化背景、社會價值觀與社會規範而有差異。(陳美燕，民 85)。

壓力大師席爾(Selye, 1976)則認為壓力來自於外界的干擾或壓迫力(pressure)，是個體為滿足需要而產生之系統變化，共分三期：警戒期(alarm stage)、抗拒期(resistance stage)、及衰竭期(exhaust stage)，當壓力超過個人的忍耐程度時，終將導致疲潰。壓力存在於我們的日常生活中，任何會干擾個體恆定狀態的體內或體外的刺激，都是壓力源，而摩瑞斯(Morris, 1992)認為壓力可能來自於外在的環境，或是個人自我引發的壓力，他認為壓力來源可歸納為六種：生活改變、焦慮、挫折、衝突、痛和不舒服、及 A 型行為。

一個人對壓力源是否有反應(是否形成真正的壓力)，與個人的人格、行為特徵及其壓力源的本質(強度、範圍、持續時間、是否同時存在其他壓力源)有關(陳美燕，民 85)。所以即使是有相同的壓力源，也會因個人的認知及評估而感受到不同程度的壓力。有些壓力雖存在，但只要個體能調適，其並不會造成真正的影響；但當個體感到無法去應付環境的需求，卻仍必需去應付時，就會產生真正的壓力，這些真正的壓力會造成個人在生理或心理上的反應，所以對於個人而言，壓力可能是一種挑戰、或是威脅，亦可能是傷害(Lazarus & Folkman, 1984)。

有學者認為壓力的反應是非獨特性的，亦即它會造成人相同的生理或心理反應(Selye, 1976)；而有學者則認為壓力對不同的人會產生不同的影響，壓力集中情形、個人對壓力因應的內在潛能及獲得之能力、壓力持續的時間、及知覺到的壓力緩和的可能性等因素皆會使壓力影響力的大小有所改變(Belkin & Nass, 1984)。

壓力一般區為輕度、中度、與重度，輕度壓力可導致正向的行為適應，中度壓力則會造成個體出現重複、刻板的動作及無法調和環境的要求，重度壓力會禁制及壓抑行為、破壞生理、心理及社會的恆定狀態，甚而造成疾病的發生(游恆山，民 77)。在學習方面，輕度的壓力會有助於學習，但高壓力卻會影響學習結果，甚至造成學習失敗(Heinrich & Spielberg, 1982)。

二、護生實習壓力

護理是一實際操作的工作，因此要訓練護生成為一個好護士，臨床實習是非常

必要的。一般認為護生的學習壓力較一般學生來的高，尤其是實習時的壓力更較一般課程高。國外一研究以 Beck-Srivastava Stress Inventory 測量就讀與健康相關科系學生的壓力大小，結果發現不論是那一年級，兩校的護理系學生的壓力程度皆比其他系(醫學系、藥學系、及社工系)學生之壓力程度來的高，尤以藥學系及社工系的差異性較大；且護理系學生亦呈現較多的生理及心理的壓力症狀(Beck, Hackett, Srivastava, McKim, & Rockwell, 1997)。

為何護生實習會造成高壓力？其壓力源為何？Pagana(1988)認為當護生在臨床上實習時，別人常忘了他們只是正在學習，而不是真正的護理人員，他們必須承擔一些額外的責任。有研究結果顯示與許多特定的害怕有關：害怕不通過、害怕教師的評量、害怕傷害病人、害怕和病人、家屬、教師、及其他醫療人員互動(Mahat, 1996)。另一以大學護理系學生為研究對象之研究也發現護生初次實習的壓力會引起高程度的焦慮，學生主要害怕犯錯，教師的觀察及評量也是壓力源；不過，隨著年級的升高，焦慮程度也會降低(Kleehammer, Hart, Keck, 1990)。

Pagana(1988)在其對大學護生外科實習壓力研究中，以 0-4 分(0 分代表無壓力；4 分代表壓力很大)之間卷調查護生初次實習的壓力程度，結果平均值為 2.7；護生感受到的威脅有：擔心自己能力不足(77.1%)、擔心犯錯(34%)、不確定感(28.6%)、臨床指導教師(26%)、害怕(19.5%)、及不通過(failure)(14.1%)。不過，資料分析後發現這些壓力對學生而言是「挑戰(challenge)」多於「威脅(threat)」。

國內有關護生實習壓力研究不少，約開始於二十年前，大多屬於探討性質。簡淑珍等人(民 80)探討護生實習情境內的壓力源與支持系統，其結果顯示護生於實習情境中面臨的壓力來自於實習情境的硬體設備(設備老舊簡陋、取用不便、用物供給短缺)，及實習情境的組織氣氛(含整體氣氛的冷漠、溝通欠佳、組織理念以工作為導向、講究績效、對待護生的方式是當成人力使用、制度死板官僚、講求服從、無安排指導老師在場、實習成效差)。而學生面臨壓力時，其最大的支持來源為臨床實習指導教師及病房之護理人員，但只有 26.1%的護生感覺到所得到的支持性高，而有 43.5%覺得支持性差。

蘇麗智(民 82)調查某醫專五專部四年級護生實習壓力，她先以開放性問卷收集護生實習中產生壓力情境，結果再經內容分析而得五項特質：人際關係欠佳、學習能力不足、訊息反應能力欠佳、工作環境之壓力、及教師要求之壓力。這五項特質發生的頻率與困擾程度在排名上一致，其中以學習能力不足之壓力最大。另外，值得注意的是，焦慮反應程度越高者，其壓力源之發生頻率及困擾程度皆越大；而在此研究中，約有 54%的護生呈現中等以上的焦慮程度。

同樣以五專護生為研究對象，蘇惠珍(民 86)則將實習壓力之重點放在人際壓力上，她發現因護生除扮演學習者之外，還扮演護理人員及社會青年角色，複雜的實習環境有著不同的權利和責任，其感受到人際壓力是很普遍的。又因真實的醫療場所與示教室不同，護生們卻被要求一樣擁有良好的表現，這些正式與非正式的人際溝通都造成了護生的壓力。研究者發現針對此種壓力的性質，壓力程度常與學生的自我肯定程度有關，因此進一步以自我肯定訓練來輔導學生，以期降低其臨床實習之壓力，但尚未有結果之報告。

許淑蓮等(民 86)有鑑於國內許多研究護生實習壓力之問卷都是研究者自己編定測量工具，故發展一完整、有信度效度的臨床實習壓力量表，希望能被廣泛的應用。其先從某大學護理系三年級學生及某專科學校五專三年級學生隨機抽樣 100 位學生，以面對面訪談之方式瞭解其實習時感受到的壓力事件，資料整理後得一含 33 項壓力事件、0-4 分五等級之量表，再將此量表用來測量 580 位某專科五專部學生(曾至醫院實習過四週者)這些實習壓力事件之發生頻率與困擾程度。結果再經 t 檢定分析後認為以壓力頻率作為測定依據較為適切，且題目刪為 30 題。又因在進行因素分析時，發現其中有一因素只含 27 題一題，故將此題再刪除。其結果各項目壓力程度平均為 1.43，專業知識與技能之壓力及實際護理病人之壓力兩項之平均得分較高。

上述研究皆只針對所有的或單一的實習經驗作調查，未探討不同學科或學制實習是否會有不同的壓力程度及來源。事實上，這兩個因素也會對實習壓力大小造成影響。Oermann 及 Standfest (1997)兩人使用 Pagana Clinical Stress Questionnaire (0-4 五等級)比較來自十個不同專科與大學護生之實習壓力，其壓力、挑戰、威脅之平均值分別為 2.34, 2.66, 0.98。他們亦發現學生的壓力程度與課程有關，小兒科實習學生顯示有較高的壓力(M=2.9)、較高的挑戰性(M=2.9)、及較高的威脅(M=1.81)，而基本護理實習的壓力較低(M=1.33)、挑戰性較低(M=1.82)、威脅亦較少(M=0.35)。

針對不同學制之探討則僅見於 O'Connor & Bevil 兩人於 1996 之研究，但其研究並非針對實習之壓力，而是所有學習之壓力。其結果發現學期初日夜間部學生的焦慮程度是一樣的，但學期中時，夜間部學生的焦慮程度呈現增加。分析發現年齡及其家中之依賴人口數是影響其焦慮程度的重要因素。對於日間部學生，年輕的學生呈現較高的焦慮；家中依賴人口數多的其焦慮程度較低。對夜間部學生而言，工作時數少者其焦慮程度高。

綜合上述的資料，發現對於五專及大學生而言，臨床實習的確帶給護生許多壓力，而其壓力源可能來自於個人(能力或自我期望)、他人(教師、臨床護理人員、病人、家屬、醫師...等人的態度)、環境(醫院、學校、家庭、社會)。而個體對壓力源

的反應與其個人特性及所屬年級有關。但未有針對二專學生實習壓力之研究，亦無研究比較日夜間部學生之差異。

研究方法

一、研究過程

本研究為非實驗性之探討研究，以問卷調查方式收集資料，著重在探討日夜二專護生實習壓力來源的事實，並不作任何假設的驗證。經過文獻的查證及比較後選擇許淑蓮等(民 86)發展之「護生實習壓力量表」作為主要問卷。將此問卷加上第一部份之基本資料並附上一填寫問卷之說明，以班級為單位分發至各班，再以班級為單位收回。經研究者整理後做統計及分析。

二、研究對象

本研究以某護專民國八十五學年度日夜二專一年級學生為研究對象，共計日間部 290 人，夜間部 244 人，皆為女性；在學生完成第一次實習(144 小時之護理學(一)實習)後給與問卷調查。其中，夜間部學生為在職學生，大多數學生白天有工作(但不一定是臨床護理工作)，學生平時每週上課四天(每天上課四節，6:15-9:50PM)；為配合其工作時間，其實習大多安排於暑假中(有部份同學在課程快結束時先實習)，且學生可依其時間選擇每週實習 2-4 天；其實習場所主要為 A 醫院。日間部學生則統一於課程結束後在學期中實習，每週四天，其場所主要在各市立醫院。實習中，依學校規定至少需完成一份個案護理過程作業。問卷收回經整理後共得 427 份有效問卷(日間部 208 份，72%；夜間部 219 份，89%)。

三、研究工具

本研究所採取之工具共分為兩個部份，第一部份為學生基本資料，含學制、年齡、婚姻、子女、家庭型態、目前有無工作、護理臨床工作經驗、實習場所、實習單位等項；第二部份則採用許淑蓮等(民 86)所發展之護生實習壓力量表為測量工具。此量表包含六個壓力源因素(實際護理病人之壓力、教師及護理人員之壓力、作業及工作量之壓力、同學及生活之壓力、專業知識及技能之壓力、及實習環境之壓力)，共有 29 個題目，以五等級(0-4 分)計分法測量學生實習壓力發生的頻率及困惱程度，分數愈高代表壓力發生愈頻繁或所造成的困惱愈大。

此量表的因素分類與其他國內外研究相進近；另外，此量表也經過五位具有臨床教學經驗的教師作內容效度，其指標為 0.94、經分析後此量表各項目與分量表之總分的相關係數 r 值介於 0.292 及 0.601 之間，均達顯著水準($p < 0.001$)，且六個因素可

解釋總變異量的 50.75%，代表此量表具有建構效度。在其研究中並測試六個壓力源因素與實習身心反應之相關性，結果均達顯著相關，故此量表亦具有效標效度。在信度方面，此量表之 Cronbach's α 值總表為 0.891，六個分量表為 0.589-0.805 之間，大多高於其他量表。

四、資料分析

問卷收集後，以 Excel 7.0 版進行資料分析，統計方法包含平均數、百分比、變異數、標準差、ANOVA 單因子變異數分析整理分析資料。

研究結果

一、研究對象基本資料

本研究最後共有日間部 208 及夜間部 219 份有效問卷，其資本資料呈現於表一。此結果顯示日夜間部學生之背景資料有很大的差異。日間部之年齡分佈在 15-20(57%) 及 21-25 (43%) 之間；全部未婚；72%沒有臨床工作經驗；94%目前沒有工作；實習場所主要為內外科病房(87%)；實習單位平均分佈於十家醫院。而夜間部學生年齡層以 21-25 最多(佔 53%)，其餘約平均分佈，其中 73%未婚，87%目前有工作，臨床工作經驗則以超過四年者佔最多(36%)，實習單位亦以內外科為主(92%)，在 A 醫院實習者佔最多(75%)。

二、實習壓力程度

1. 單項壓力源

首先，本研究以 29 項單項壓力源之分數來看日夜間部學生之實習壓力，其結果顯示兩者之主要壓力源略有不同(見表二)。以壓力發生頻率來看，日夜間部同學各項平均分數較高之前五項依序分別為：(1)日間部：對病情的判斷與處理能力與經驗不足、不知如何處理病人心理社會問題、擔心實習成績不好、病歷內容及醫學用詞不熟悉、實習作業性質、份量、或種類造成壓力；(2)夜間部：實習作業性質、份量、或種類造成壓力、擔心實習成績不好、實習時間長又缺乏彈性影響日常作息及家庭社交生活、課室教學內容與臨床實習現況有差距、對病情的判斷與處理能力與經驗不足。

若以困擾程度來看，日夜間部同學各項平均分數較高之前五項依序分別為：(1)日間部：實習作業性質、份量、或種類造成壓力、對病情的判斷與處理能力與經驗不足、擔心實習成績不好、不知如何處理病人心理社會問題、；(2)夜間部：實習作業性質、份量、或種類造成壓力、實習時間長又缺乏彈

性影響日常作息及家庭社交生活、對病情的判斷與處理能力與經驗不足、病歷內容及醫學用詞不熟悉、課室教學內容與臨床實習現況有差距。

雖然發生頻率及困擾程度之排名前五項略有不同，但無論是日間部或夜間部，發生頻率與困擾程度之前十項事實上大致相同。另外，除第 1(課室教學內容與臨床實習現況有差距)，5(臨床實習影響社團活動參與)，9(學生與護生角色轉換有困難)，17(實習作業性質份量或種類造成壓力)，19(實習時間長又缺乏彈性影響日常作息及家庭社交生活)，及第 28(實習病房設施不熟悉)等題未達顯著差異外，其餘各項在發生頻率及困擾程度上日夜間部學生之壓力皆呈現顯著之差異。

2. 壓力源六項因素分析

表三則呈現護生實習壓力源六項因素之發生頻率與困擾程度之分析結果，顯示不論是發生頻率或困擾程度日夜間部壓力源因素之排名並無太大的差異，日夜間部學生都認為作業及工作量之壓力最大(日間部平均值為發生頻率:1.86, 困擾程度:1.85; 夜間部則為 1.37, 1.41); 之後依序為專業知識與技能之壓力、實際護理病人之壓力、教師及護理人員之壓力、實習環境之壓力(夜間部之實習環境之壓力於困擾程度上大於教師及護理人員之壓力)、同學及生活之壓力。另一方面，從表二可明顯看出日間部學生之實習壓力無論是六項因素或總平均皆比夜間部學生大，皆達統計上的明顯差異($p<0.05$)。

三、個人特性及實習環境與壓力程度之差異關係

表四呈現的是學生個人特性及實習環境(含年齡、婚姻、臨床工作經驗、目前有無工作、實習單位、實習場所等)與實習六項壓力因素的關係。其中只有實習單位未達顯著相關，其他皆顯著影響各項分數。在個人特性上，大致而言，年齡越大，各項壓力因素之平均值幾乎都越高(31-35, 36-40, 及 >41 這三族群之平均值較無規律性); 未婚者之壓力(總平均值=1.38, 1.36)大於已婚者(總平均值= 1.01, 1.02); 臨床工作經驗越多，實習壓力越小; 目前有工作者壓力較小(總平均值: 1.51, 1.49 vs 1.12, 1.11)。

至於在實習環境上，在內外科實習之壓力大於婦產科(但未達顯著差異); 而在不同醫院實習也造成壓力程度上之顯著差異，尤其是在 D 與 F 醫院實習者，其壓力在許多項目上顯著大於其他醫院。

討論

此份問卷設計時，學者認為「發生頻率」是影響護生實習壓力大小的重要關鍵，因為一個人可能可以順利應付一個種嚴重程度的壓力，但是卻不能適應同時發生的多種輕微的壓力(許淑蓮等，民 86)。但亦有不少學者認為壓力源對個人形成壓力的大小與兩者皆有關(陳美燕，民 85; 蘇麗智、郭憲文，民 82)。有鑑於大部份文獻是以壓力「程度」或「程度與頻率」來測量壓力，故本研究仍以「發生頻率」及「困擾程度」兩者一起來看學生之實習壓力，亦想藉此探討於此樣本群中兩者是否有差異。

本研究結果發現，雖在 29 題壓力源發生頻率及困擾程度之得分上略有不同，但在各項平均值及總平均值上之差異並不大，且兩者六項壓力因素之排名完全相同。但有一半以上的學生給予兩者一樣的分數，這可能是學生於填寫問卷時未仔細思考這兩者之不同，或兩者在其感受上是一樣的，需再深入探討。

本研究是以 0-4 五等計分法來計分，在發生頻率中，日間部最高分 2.12(對病情的判斷與處理能力與經驗不足)，最低分 0.72(同組同學相處不融洽)，平均得分為 1.53，夜間部最高分為 2.42(實習作業性質、份量、或種類造成壓力)，最低分 0.28(同組同學相處不融洽)，平均得分為 1.13。若在困擾程度上，「實習作業性質、份量、或種類造成壓力」對日夜間部學生造成的困擾最大。許淑蓮等以同一問卷調查五專護生，並建立一常模，其平均得分為 1.43 (表五)；而其他學者用不同問卷，同樣以 0-4 分五等級計分，其平均得分結果如下：介於 0.55 至 1.61 之間(蘇麗智、郭憲文，民 82)；介於 0.79 至 1.35 之間(蘇麗智，民 82)；最高分 2.84，最低分 0.9(王美綺，民 82)。

表五：本研究結果與常模之比較

壓力因素	常模之平均數	本研究(日間部)	本研究(夜間部)
*實際護理病人之壓力	2.15	1.62	1.19
*教師及護理人員之壓力	1.52	1.39	1.02
*作業及工作量之壓力	1.94	1.86	1.37
*同學及生活之壓力	1.01	1.18	0.76
*專業知識與技能之壓力	2.35	1.66	1.27
*實習環境之壓力	1.39	1.35	1.14
總平均	1.43	1.53	1.13

上述結果顯示本研究結果護生實習之壓力大小與其他研究結果相近，但在壓力源因素排名上有不同，本研究以「實習作業性質、份量、或種類造成壓力」排名第一；許淑蓮等(民 86)研究發現六項因素中以實際護理病人之壓力最大，專業知識與技能之壓力次之；其他相關研究皆未提及作業引起之壓力。實習應以熟悉臨床情境並應用所學為重點，作業應只是達此目標之工具，為何會造成實習中最高的壓力，可能與課堂教學中未作練習，學生於實習前未能熟悉作業格式，及學生於職校學習經驗中沒有良好的護理過程概念有關，需再多加瞭解。

另外，雖然六項因素之排名日夜間部並無不同(作業及工作量之壓力最高，專業知識與技能之壓力次之)，但若由單項壓力源排名之前五名來看，日夜間部主要之壓力源不同。日間部學生在照顧病人上感受到較高的壓力，其「對病情的判斷與處理能力與經驗不足」及「不知如何處理病人心理社會問題」為排名之第一及第二位；夜間部學生則對於第 16 題作業及第 1 題課室與臨床差異感受到較高的壓力。可能與夜間部學生較有臨床工作經驗，對於病人問題之處理較熟悉，但脫離學校較久，對於應付學業較感困難有關。

陽琪(民 82)在其研究中提到在職婦女的壓力源有下列三種：角色衝突、工作與家庭負荷過重、工作與家庭之相互干擾。因此，對於夜二專在職學生而言，其承受的壓力可能來自多方面，由表二亦可看出「實習時間長又缺乏彈性，影響日常作息及家庭社交生活」此項目在夜間部居排名之第三名，而在日間部則居第八名。可能因為夜間部學生於實習期間仍常需工作八小時，再加上交通時間，並無多餘的時間可給家人或作休閒社交活動。

本研究另一重要發現為日間部壓力明顯大於夜間部，其可能原因由其基本資料中可看出：夜間部學生年齡較長、臨床工作經驗較多，可能對臨床情境較熟悉，或其較有能力分析問題，承受及調適壓力能力較佳，所以本研究之個人特質與壓力大小之分析中亦顯示年齡大小、臨床工作經驗之時間長短與壓力大小有關。此結果與一些調查護理人員壓力之研究結果相似，陳鳳櫻、程子芸、及陳蕙玲(民 86)與蘇慧琮(民 82)之研究都發現不同的年齡在工作壓力感受程度不同。McMaster(1979)亦提出護生實習之壓力大小與其年級及本身之生活有關，另一研究也發現高年級學生的實習焦慮比低年級的低(Kleehammer, Hart, & Keck, 1990)。

限制與與建議

一、研究方面之限制與建議：

本研究採立意取樣，且未作隨機抽樣，又只限於某護專，範圍不夠廣汎，宜同時擴及其他學校、或比較各學制及學科實習之壓力，可使研究結果更具可靠性。

本研究統一時間發給問卷，其回答問卷之時間與實習時間若間隔過久，學生需靠記憶回答問題，可能造成誤差。對於二專生而言，他們並非第一次實習，實習壓力可能與其實習經驗有很大的關係，可對其以前的實習經驗(畢業學校或實習場所)多作了瞭解，或測量學生實習前、中、後(實習結束馬上作)的壓力程度，方能看出當次臨床實習教學之壓力改變。另外，壓力與調適及適應是相對的，若要瞭解學生為何有高壓力的感市受，應同時瞭解其調適的方法，如此會使結果更有意義。

二、對應用於護理教育之建議

瞭解學生的實習壓力後，重要的是如何減輕學生的壓力，在 Sawatzky (1998)的文章中提及研究者雖已指出護生的壓力，卻沒有努力設法去降低壓力，或協助學生去調適。這必須由教育作起，以下是針對本研究之結果對二專護理教育的建議：

從本研究的結果得知，課室教學與臨床實習情境的配合，及教師對學生的關懷、評量、指導皆會影響學生的實習壓力，教師必須能覺察到其本身是學生壓力很重要的因素，若教師能建立一較無壓力的學習環境，便能促進學習(Sawatzky, 1998)。例如：本研究結果亦顯示學生的背景資料(年齡、臨床工作經驗、目前工作情形、婚姻狀態、學制)，及實習環境(實習場所及科別)皆會影響學生的壓力程度，教師們應先瞭解學生的特質與背景，方能針對所需，使用適當的教學方法、選擇適當的實習場所，或提供適當心理輔導、支持。另外，與學生建立一良好的關係，並協助學生與實習單位之人員作溝通，亦是降低學生實習壓力很重要的措施。

「實習作業性質份量及工作量之壓力」在本研究中高居日夜間部學生實習壓力之第一位，除教學者應對作業的份量與性質再作思考外，於課室教學中應先讓學生熟悉作業格式及書寫方式，實習指導教師也應配合課室教學給與實際、明確的指導。

參考資料

- 于漱、馬鳳岐(民 82). 不同學制應屆畢業護生護理能力之比較與相關因素分析之研究.護理研究,1(1),35-47。
- 王美綺(民 82). 護生面對實習的壓力感受. 輔英學報, 13, 91-102。
- 吳盈江(民 82). 臨床護士的工作壓力頻率與感受量表之編修. 護理研究, 1(2), 113-125。
- 陳美燕(民 85). 壓力與適應. 於顧乃平, 護理專業導論. pp.441-503.台北: 華杏。
- 陳鳳櫻、程子芸、陳蕙玲(民 86). 臺灣地區居家護理人員工作壓力源及其相關因素之探討.護理研究,5(3), 223-231.
- 游恆山(民 77). 心理學. pp. 765-766. 台北:五南。
- 陽琪(民 82). 在職進修女性護士生活適應之相關研究.國立臺北護專學報, 10, 219-268。
- 蘇惠珍(民 86). 護生臨床實習自我肯定量量表之初步編製, 弘光醫專學報, 29, 195-203。
- 蘇麗智、郭憲文(民 82). 某醫專護生實習壓力之評估--初期階段實習. 護理研究, 1(2), 166-173。
- 蘇麗智(民 82). 中部某醫專護生實習壓力之評估--後期階段實習. 弘光護專學報, 22, 125-148。
- 蘇慧瑤(民 82).臨床護理人員壓力源與壓力反應的探討.護理研究,1(1), 83-93。
- Beck, D.L., Hackett, M.B., Srivastava, R., McKim, E.,& Rockwell, B. (1997). Perceived level and sources of stress in university professional schools. Journal of Nursing Education, 36(4), 180-186.
- Belkin, G.S., & Nass, N. (1984). Psychology of Adjustment. Massachusetts: Allyn and Bacon.
- Heinerich, D.L., & Spielberger, C.D. (1982). Anxiety and Complex Learning. In H.W. Krohne & L. Laux (Eds.). Achievement, Stress and Anxiety, pp. 145-165. London: Hemisphere.
- Kleehammer, K, Hart, A.L., & Keck, J.F. (1990). Nursing students; perceptions of anxiety-producing situations in the clinical setting. Journal of Nursing Education, 29(4), 183-187.
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). Stress, Appraisal , and Coping. New York:

Springer.

- Mahat, G. (1996). Stress and coping: first-year Nepalese nursing students in clinical settings. Journal of Nursing Education, 35(4), 163-169 .
- McMaster, E. (1979). Sources of stress in university nursing students. Nursing Paper, 11(3), 87-96.
- Morris, C.G. (1992). Contemporary Psychology and Effect Behavior (7th Ed.). New York: Harper Collings.
- O'Connor, P.C., & Bevil, C.A. (1996). Academic outcomes and stress in full-time day and part-time evening baccalaureate nursing students. Journal of Nursing Education, 35(6), 244-251.
- Oerman, M.H., & Standfest, K. M. (1997). Differences in stress and challenge in clinical practice among AND and BSN students in varying clinical courses. Journal of Nursing Education, 36(5), 228-233.
- Pagana, K.D. (1988). Stressses and threats reported by baccalaureate students in relation to an initial clinical experience. Journal of Nursing Education, 27, 518-424.
- Selye, H. (1967). The Stress of Life. New York: McGraw-Hill.

表一 研究對象基本資料

			日間部 (n = 208)		夜間部 (n = 219)	
			人數	百分比	人數	百分比
年齡	15-20	138	118	57%	20	9%
	21-25	207	90	43%	117	53%
	26-30	20	0	0%	20	9%
	31-35	26	0	0%	26	12%
	36-40	19	0	0%	19	9%
	>41	17	0	0%	17	8%
婚姻	未婚	367	208	100%	159	73%
	已婚	60	0	0%	60	27%
臨床工作經驗	無	168	149	72%	19	9%
	<1年	58	41	20%	17	8%
	1-2 年	53	15	7%	38	17%
	2-3 年	45	3	1%	42	19%
	3-4 年	24	0	0%	24	11%
	>4 年	79	0	0%	79	36%
目前工作	無	223	195	94%	28	13%
	有	204	13	6%	191	87%
實習單位	內外科	381	180	87%	201	92%
	婦產科	46	28	13%	18	8%
實習場所	A 醫院	181	16	8%	165	75%
	B 醫院	42	14	7%	28	13%
	C 醫院	24	24	12%	0	0%
	D 醫院	23	23	11%	0	0%
	E 醫院	54	44	21%	10	5%
	F 醫院	20	20	10%	0	0%
	G 醫院	28	20	10%	8	4%
	H 醫院	22	22	11%	0	0%
	I 醫院	19	11	5%	8	4%
	J 醫院	14	14	7%	0	0%

表三 護生實習壓力源六項因素之發生頻率與困擾程度之分析

	發生頻率				F值	困擾程度							
	日間部 (n = 208)		夜間部 (n = 219)			日間部 (n = 208)		夜間部 (n = 219)					
	平均值	標準差	排名	標準差		平均值	標準差	排名	標準差				
實際護理病人之壓力 教師及護理人員之壓力 作業及工作量之壓力 同學及生活之壓力 專業知識與技能之壓力	1.62	0.60	3	1.19	0.64	3	1.58	0.62	3	1.18	0.69	3	39.82 *
	1.39	0.69	4	1.02	0.60	5	1.37	0.74	4	1.00	0.64	5	30.87 *
	1.86	0.80	1	1.37	0.79	1	1.85	0.79	1	1.41	0.96	1	26.40 *
	1.18	0.73	6	0.76	0.69	6	1.16	0.73	6	0.77	0.71	6	31.47 *
	1.66	0.66	2	1.27	0.77	2	1.64	0.72	2	1.23	0.80	2	30.33 *
實習環境之壓力	1.35	0.68	5	1.14	0.79	4	1.30	0.70	5	1.10	0.81	4	7.53
平均	1.53	0.56		1.13	0.54		1.50	0.59		1.12	0.59		44.48 *

*表示 $P < 0.05$

表四 日間部個人特性及實習環境與壓力程度之關係 (n = 208)

(* 表示 P<0.05 ** 表示 P<0.001)

		實際護理病人之壓力				教師及護理人員之壓力				作業及工作量之壓力			
		發生頻率		困擾程度		發生頻率		困擾程度		發生頻率		困擾程度	
	人數	平均值	標準差	F值	平均值	標準差	F值	平均值	標準差	平均值	標準差	平均值	標準差
年齡	15-20	1.71	0.59	6.46 *	1.71	0.59	9.72 *	1.47	0.70	4.33 *	1.43	0.80	1.79
	21-25	1.50	0.60		1.50	0.60		1.28	0.66		1.29	0.64	
	26-30	0											
	31-35	0											
	36-40	0											
婚姻	>41	0											
	未婚	208											
	已婚	0											
臨床工作經驗	無	149	1.70	0.61	4.03 *	1.64	0.63	2.42	1.44	0.69	1.51	1.42	0.75
	<1年	41	1.46	0.54		1.50	0.57		1.29	0.72		1.26	0.71
	1-3年	18	1.40	0.55		1.33	0.60		1.19	0.58		1.14	0.60
目前工作	無	195	1.62	0.61	0.01	1.59	0.63	0.44	1.39	0.68	0.07	1.37	0.73
	有	13	1.61	0.48		1.47	0.51		1.44	0.88		1.32	0.91
實習單位	內外科	180	1.63	0.60	0.04	1.58	0.63	0.01	1.39	0.69	0.00	1.38	0.75
	婦產科	28	1.60	0.63		1.57	0.61		1.39	0.71		1.29	0.68
實習場所	A	16	1.56	0.65	1.02	1.44	0.66	0.72	1.07	0.49	2.70 *	1.05	0.52
	B	14	1.71	0.57		1.65	0.69		1.05	0.47		1.11	0.58
	C	24	1.59	0.59		1.54	0.55		1.17	0.68		1.26	0.68
	D	23	1.82	0.64		1.78	0.66		1.46	0.71		1.41	0.84
	E	44	1.54	0.57		1.56	0.62		1.29	0.64		1.25	0.61
	F	20	1.79	0.64		1.66	0.72		1.88	0.58		1.92	0.86
	G	20	1.68	0.53		1.66	0.60		1.54	0.69		1.56	0.76
	H	22	1.38	0.61		1.38	0.58		1.54	0.81		1.51	0.88
	I	11	1.64	0.67		1.57	0.50		1.39	0.70		1.14	0.43
	J	14	1.64	0.59		1.63	0.70		1.49	0.76		1.38	0.77

表五 夜間部個人特性及實習環境與壓力程度之關係 (n = 219)

(*表示 P<0.05 **表示 P<0.001)

	實際護理病人之壓力						教師及護理人員之壓力						作業及工作量之壓力					
	發生頻率			困擾程度			發生頻率			困擾程度			發生頻率			困擾程度		
	人數	平均值	標準差	F值	平均值	標準差	F值	平均值	標準差	F值	平均值	標準差	F值	平均值	標準差	F值	平均值	標準差
年齡	15-20	20	1.22	0.46	4.58	1.22	0.50	3.13	0.68	0.13	2.46	0.68	0.39	2.16	1.03	0.72	1.72	1.06
	21-25	117	1.36	0.66	*	1.33	0.74	*	1.13	0.40	*	1.11	0.67		1.48	0.81		1.48
	26-30	20	0.91	0.52		0.98	0.65		1.01	0.33		1.00	0.65		1.46	0.78		1.53
	31-35	26	0.93	0.58		0.97	0.57		0.92	0.34		0.88	0.55		1.31	0.74		1.34
	36-40	19	0.99	0.61		0.98	0.64		0.97	0.26		0.93	0.56		1.16	0.77		1.14
	>41	17	0.92	0.55		0.88	0.56		0.89	0.44		0.86	0.72		1.22	0.72		1.21
婚姻	未婚	159	1.29	0.65	16.30	1.28	0.72	13.29	1.04	0.36	0.71	1.02	0.64	0.56	1.40	0.81	0.99	1.41
	已婚	60	0.91	0.52	**	0.91	0.52	*	0.96	0.38		0.94	0.63		1.28	0.73		1.30
臨床工作經驗	無	19	1.27	0.66	5.49	1.24	0.69	4.49	0.74	0.13	1.77	0.73	0.38	1.75	1.17	0.86	1.33	1.23
	<1年	17	1.54	0.74	**	1.58	0.83	**	0.99	0.37		0.96	0.57		1.56	0.90		1.64
	1-2年	38	1.51	0.65		1.50	0.70		1.22	0.43		1.22	0.71		1.60	0.82		1.51
	2-3年	42	1.16	0.64		1.10	0.69		1.04	0.37		1.00	0.65		1.30	0.78		1.35
	3-4年	24	1.09	0.56		1.08	0.60		0.97	0.38		0.92	0.68		1.24	0.69		1.23
	>4年	79	0.97	0.54		1.00	0.59		1.01	0.36		0.98	0.63		1.34	0.76		1.36
目前工作	無	28	1.71	0.70	24.25	1.65	0.85	16.08	1.14	0.41	1.22	1.05	0.73	0.25	1.529	0.94	1.298	1.53
	有	191	1.11	0.59	**	1.11	0.63	**	1.00	0.36		0.99	0.63		1.347	0.77		1.36
實習單位	內外科	201	1.21	0.65	3.55	1.20	0.70	2.92	1.04	0.38	2.72	1.02	0.65	2.33	1.39	0.81	1.03	1.39
	婦產科	18	0.92	0.41		0.92	0.41		0.80	0.17		0.78	0.41		1.19	0.56		1.22
實習場所	A	165	1.24	0.64	2.45	1.23	0.70	2.08	1.05	0.36	1.05	1.01	0.61	0.26	1.41	0.77	1.35	1.41
	B	28	0.99	0.49		0.98	0.56		0.92	0.32		0.92	0.71		1.14	0.72		1.186
	C-J	26	1.06	0.71		1.07	0.71		0.91	0.44		0.97	0.73		1.38	0.96		1.38

表五 夜間部個人特性及實習環境與壓力程度之關係 (n = 219) (續)

同學及生活之壓力				專業知識與技能之壓力				實習環境之壓力				平均											
發生頻率		困擾程度		發生頻率		困擾程度		發生頻率		困擾程度		發生頻率		困擾程度									
平均值	標準差	F值	平均值	標準差	F值	平均值	標準差	F值	平均值	標準差	F值	平均值	標準差	F值									
0.53	0.53	1.44	0.54	0.59	1.56	1.37	0.63	2.52	1.38	0.60	2.40	0.98	0.78	0.76	1.05	0.95	0.38	0.97	0.16	2.18	0.98	0.20	1.66
0.78	0.68		0.80	0.69		1.37	0.77	*	1.34	0.85	*	1.21	0.65		1.13	0.81		1.24	0.32		1.22	0.38	
1.01	0.82		1.06	0.83		0.90	0.79		0.83	0.62		1.02	0.92		1.08	1.04		1.05	0.36		1.08	0.45	
0.85	0.86		0.84	0.94		0.94	0.67		0.92	0.65		1.15	0.42		1.12	0.64		1.01	0.20		1.01	0.20	
0.67	0.50		0.63	0.52		1.30	0.94		1.25	0.94		1.23	0.61		1.18	0.78		1.03	0.26		1.00	0.29	
0.57	0.53		0.59	0.52		1.37	0.64		1.25	0.69		0.90	0.36		0.86	0.64		0.96	0.21		0.93	0.24	
0.74	0.66	0.42	0.76	0.68	0.17	1.35	0.78	5.87	1.32	0.83	6.48	1.16	0.66	0.34	1.11	0.83	0.11	1.17	0.31	4.30	1.16	0.37	3.62
0.81	0.76		0.80	0.79		1.07	0.71	*	1.01	0.68	*	1.09	0.55		1.07	0.75		1.01	0.22	*	1.00	0.23	
0.49	0.50	1.05	0.53	0.53	0.81	1.60	0.90	3.99	1.60	0.93	4.97	1.05	0.65	0.13	1.04	0.81	0.44	1.05	0.25	2.22	1.05	0.28	1.96
0.84	0.77		0.88	0.84		1.67	0.85	*	1.76	0.96	*	1.18	0.47		1.33	0.81		1.31	0.42		1.36	0.51	
0.84	0.71		0.86	0.75		1.51	0.69		1.48	0.78		1.18	0.65		1.08	0.84		1.34	0.29		1.31	0.34	
0.73	0.68		0.71	0.68		1.21	0.83		1.13	0.88		1.16	0.81		1.04	0.83		1.10	0.34		1.07	0.41	
0.64	0.52		0.70	0.45		1.18	0.65		1.11	0.63		1.06	0.52		1.01	0.76		1.03	0.20		1.02	0.22	
0.82	0.73		0.82	0.79		1.05	0.68		1.00	0.64		1.15	0.61		1.14	0.81		1.05	0.25		1.05	0.29	
0.84	0.86	0.44	0.83	0.94	0.22	1.631	0.85	7.30	1.63	1.00	8.17	1.321	0.811	1.691	1.31	1.05	2.12	1.393	0.407	8.023	1.36	0.61	1.36
0.75	0.66		0.76	0.68		1.216	0.74	*	1.17	0.75	*	1.113	0.598		1.07	0.77		1.090	0.262	*	1.08	0.29	*
0.77	0.70	1.10	0.79	0.73	0.99	1.30	0.77	3.15	1.26	0.81	2.90	1.17	0.63	3.74	1.13	0.81	2.48	1.15	0.30	4.02	1.14	0.35	3.08
0.60	0.47		0.61	0.50		0.96	0.66		0.93	0.62		0.80	0.46		0.81	0.76		0.89	0.15		0.89	0.15	
0.82	0.72	2.66	0.80	0.74	0.71	1.32	0.79	1.53	1.27	0.81	0.96	1.23	0.63	4.95	1.19	0.83	4.86	1.18	0.30	3.12	1.16	0.34	1.77
0.63	0.51		0.68	0.56		1.11	0.64		1.07	0.69	*	0.93	0.46	*	0.94	0.67	*	0.96	0.16	*	0.97	0.23	
0.53	0.56		0.66	0.66		1.12	0.75		1.14	0.86		0.78	0.62		0.71	0.69		0.99	0.33		1.02	0.40	

The Pressure Full-time and Part-time Two-year Nursing Program Students Experienced during their Clinical Practice

Tsui-Er Wu

ABSTRACT

The goal of this study is to discover and compare the pressure of full-time and part-time two-years program nursing students experienced during their clinical practice. The relationship of students' characteristics, clinical practice environment, and perceived pressure level is discussed also. The result can be the basic data for planning classroom instruction and clinical education.

The subjects of this study are students who just finished their Nursing I clinical practice. The questionnaire of "Nursing Students' Clinical Practice Pressure Scale" which includes 29 items grouped into six factors is used for data collection. Then, data are analyzed by using SPSS. The result indicates that these two groups students' pressure source is the same although there are some differences between their single items score. The factor of "Loading of Paper Work and Clinical Work" is the major pressure source and "Pressure of Professional Knowledge and Skill" is the second source. On the other hand, the pressure of full-time students is higher than part-time students (who may have job and take the class at night). Age, clinical working experience, marriage, having a job, and clinical practice hospital can affect pressure level significantly.

Key word: nursing student, clinical practice, pressure.

