

巴林特小组对改善临床实习护生职业倦怠的干预研究

王宏梅

湖北医药学院护理学院, 湖北 十堰

收稿日期: 2024年8月24日; 录用日期: 2024年9月28日; 发布日期: 2024年10月9日

摘要

目的: 研究巴林特小组对改善临床实习护生职业倦怠的干预效果。方法: 选取十堰市某高校本科临床实习护生140名, 按照随机数字表法将其分为干预组($n = 70$)和对照组($n = 70$), 对照组不进行特殊干预, 给予空白对照, 干预组采用巴林特小组心理干预。采用职业倦怠量表(Maslach Burnout Inventory, MBI)评估两组护生的职业倦怠情况; 采用实习护生压力源量表比较两组护生干预前及干预后的压力情况; 采用护士职业认同感量表(Nurse Professional Identity Scale, NPIQ)比较两组护生干预前及干预后的职业认同感。结果: 干预前, 两组护生的情绪衰竭、去个性化、个人成就感和压力源量表评分无显著差异($P > 0.05$); 干预后, 干预组护生的情绪衰竭、去个性化、个人成就感和压力源量表评分均较干预前显著下降, 且干预组显著低于对照组, 两组比较具有统计学意义($P < 0.05$)。干预前, 两组护生的NPIQ评分无显著差异($P > 0.05$); 干预后, 干预组护生的NPIQ评分较干预前显著上升, 且干预组显著高于对照组, 两组比较有统计学意义($P < 0.05$)。结论: 巴林特小组活动可有效降低临床实习护生的职业倦怠情况, 缓解其精神压力, 并有效提高其职业认同感, 可推广使用。

关键词

巴林特小组, 临床实习护生, 职业倦怠, 职业认同感

Balint Group's Intervention Study on Improving Occupational Burnout of Nursing Students in Clinical Practice

Hongmei Wang

School of Nursing, Hubei University of Medicine, Shiyan Hubei

Received: Aug. 24th, 2024; accepted: Sep. 28th, 2024; published: Oct. 9th, 2024

Abstract

Objective: To study the intervention effect of Balint group intervention on improving occupational burnout of nursing students in clinical practice. **Methods:** A total of 140 undergraduate nursing students in clinical practice from a university in Shiyuan City were selected and divided into intervention group ($n = 70$) and control group ($n = 70$) according to random number table method. The control group was given blank control without special intervention, and the intervention group was given Balint group psychological intervention. The Maslach Burnout Inventory (MBI) was used to evaluate the occupational burnout of nursing students in the two groups. The stress of nursing students before and after intervention was compared by using the stress source scale of nursing students in the two groups. The Nurse Professional Identity Scale (NPIQ) was used to compare the professional identity of the two groups of nursing students before and after intervention. **Results:** Before intervention, there were no significant differences in emotional exhaustion, deindividuation, personal achievement and stressors scale scores between the two groups of nursing students ($P > 0.05$). After intervention, the scores of emotional exhaustion, deindividuation, personal achievement and stressors scale of nursing students in the intervention group were significantly lower than those before intervention, and the intervention group was significantly lower than the control group, and the comparison between the two groups was statistically significant ($P < 0.05$). Before intervention, there was no significant difference in NPIQ scores between the two groups of nursing students ($P > 0.05$). After intervention, the NPIQ score of nursing students in the intervention group was significantly higher than that before intervention, and the intervention group was significantly higher than the control group, with statistical significance between the two groups ($P < 0.05$). **Conclusion:** Balint group activities can effectively reduce the occupational burnout of nursing students in clinical practice, relieve their mental pressure, and effectively improve their professional identity, so it can be widely used.

Keywords

Balint Group, Nursing Students in Clinical Practice, Occupational Burnout, Professional Identity

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

随着我国社会经济的持续增长、科学技术的发展及人民文化素质的提升，人们对自身的身心健康问题越来越关注，并对医疗服务的质量要求越来越高。这不仅要求医护人员要拥有精湛的诊疗、护理技术，还要注重追求诊疗、护理技术的人性化，要将专业技术知识、职业道德和人文素养融为一体，成为一名高素质的专业工作者[1]。护士被社会赞誉为白衣天使，因为其在患者的健康照护中扮演着重要的身份，是医疗、健康、护理等方面服务的主要供给者，同时其也是陪伴患者及家属时间最长的医务工作者。护士的服务能力和水平直接影响到患者的疾病愈合和生命安全。同时，随着生物-心理-社会医学模式的转变和推进，要求护理工作必须从生物、心理、社会等多方面把握健康，而不能仅仅局限于患者生物、躯体性方面。护理的指导思想也从以疾病为中心转向以病人为中心，更要重视患者社会心理的需求和满足[2]。由此可见，护士的工作内涵和外延都在不断扩展，护士的工作量不断增加，这对护士的工作责任提出了更高的要求。

与此同时，我国临床一线护理人力缺乏、人力资源配置不足，我国已迈入深度老龄化社会，临床一

线的护理工作者的工作压力和负荷加剧,对其生理、心理和社会产生各种负性影响[3]。此外,随着人们法律意识的增强,人们越来越注重自身权益的维护,护士也常常因为应对和处理各种医疗纠纷,产生了更多的精神心理压力,这要求医学院校要培养更多专业素养较高的护理人才,为未来的护理队伍储备人才。但研究发现,作为未来护理职业主力军的实习护生的职业认同感较低、专业思想不稳定,有很多实习护生在实习期间或实习结束后选择终止护理职业[4]。

临床实习护生在工作期间不仅需要处理大量的护理工作,还需要承受临床环境、带教老师、患者及家属等方面的压力,对护理职业工作压力的耐受性更低,极易产生对护理职业的厌烦心理。他们因临床经验不足,专业知识技能掌握尚未熟练,易引起焦虑、抑郁、工作倦怠、共情疲劳、创伤后应激障碍等不良情绪和心理,越来越多的实习护士觉得工作压力较大,身心疲惫,产生职业倦怠情绪反应,表现出对工作缺乏动力和成就感。当发生职业倦怠时,实习护生不仅容易产生各种影响身心健康的问题,其还会发生医疗差错事故,严重威胁着患者的生命健康[5][6]。此外,这种身心倦怠会导致其离职意愿强烈,不愿从事医疗护理工作,在一定程度上也会影响到其他医务人员的工作稳定性,还会影响到科室及医院的医疗护理质量,甚至会增加患者的疾病恶化及死亡的风险。但通过文献回顾,发现国内目前关于护理人员职业倦怠的研究多局限于临床专科护士,我国本科实习护士的职业倦怠研究仍有巨大的研究空间,应给予高度关注。实习护士是临床一线的未来工作者,关注和解决其职业倦怠问题,对于提高职业认同和增强心理韧性方面有着很大的作用,也适应了现代医疗护理实践发展的需要,同时对护生们日后维护及促进心理健康和建设社会主义精神文明也有着重要意义[7]。

职业倦怠是指个体在不能顺利应对工作重压的一种极端反应,是个体伴随长时期压力体验下而产生的情感、态度和行为的衰竭状态[8]。个体因对自己所从事工作的期望值较高,加之无法合理缓解工作压力,其易产生负性情绪发展蔓延,并导致其人际关系压力[9]。关于职业倦怠理论研究,诸多学者展开了广泛的研究。其中,以 Maslach 的职业倦怠定义和三维度理论模型较为经典。Maslach 强调以人为服务对象的工作者因长期遭受高负荷工作而出现身心俱疲状态,呈现出情感衰竭(Emotional Exhaustion, EE)、去人格化(Depersonalization, DP)和低个人成就感(Diminished Personal Accomplishment, PA)三维度负性问题。职业倦怠最突出的指标是情感衰竭维度,缺乏活力和工作热情,具体表现为工作者情感方面资源消耗殆尽,对工作缺乏热情和动力,挫折感和紧张感反复出现,严重者会出现工作厌恶现象。去人格化是个体职业倦怠人际关系问题维度,工作者对自己的工作及与其工作相关的人,呈现出冷漠、易愤怒、缺乏同情等态度反应。职业倦怠的最后一个维度是自我评价,也是职业倦怠的结果指标,特点是工作者消极评价自己的工作价值以及其对工作的成就感下降,具体表现为工作者对工作产生无法胜任感和否定负性态度,自我效能感被弱化[10]。

巴林特小组(Balint Group)是通过讲述和共情的方式,宣泄工作压力带来的烦躁、失望等负性情绪,其是由著名精神病学家 Michael Balint 和社会工作者 Enid Balint 于 20 世纪 50 年代在英国伦敦为全科医生培训创建的方法。小组由经过专业培训的 1~2 名组长带领 8~12 名组员,聚焦于医患关系的定期病例会议讨论[11]。医务工作者通过参与小组活动,通过案例分析、团体心理辅导等方式,结合叙事医学、自我反思、换位思考等内容,促进其职业认同感提升,可缓解职业焦虑、职业倦怠等问题[12]。鉴此,本研究通过分析巴林特小组心理干预对临床实习护生职业倦怠的影响,探讨针对实习护生职业倦怠合理的解决方案,采取有效的干预措施,解决实习护生的心理健康问题,有助于改善临床实习护生的职业倦怠情况。

2. 对象与方法

2.1. 研究对象

选取十堰市某医学院校于 2021 年 7 月~2022 年 3 月进行临床实习的本科护生作为本次干预实验的研究

对象, 纳入标准: 1) 年龄 ≥ 18 岁; 2) 临床实习时间 ≥ 10 个月; 3) 均遵循自愿原则参加本次研究。排除标准: 1) 存在精神病史的护生; 2) 存在严重器官疾病者; 3) 因病假、事假等原因暂时中断实习 1 个月以上的实习护生。最终筛选出 140 名实习护生, 按照随机数字表法将其分为干预组($n = 70$)和对照组($n = 70$)。

2.2. 干预方法

干预组采用巴林特小组心理干预, 干预方法如下: 建立巴林特小组, 每个小组 8~12 名成员, 组长是能够经过培训并能胜任巴林特督导工作的老师, 小组每周活动一次, 每次至少 1.5 h, 共进行 8 次干预。每次活动前一天由组长进行通知, 并于活动开始前介绍活动的方法、流程、目的和意义, 活动过程中主要讨论在工作中遇到的问题和案例。活动流程: 1) 分享案例并提出问题: 由护生提供临床工作中印象最深的案例, 提供案例的护生先讲述其与患者之间发生的事情经过, 表达自己的感受并提出问题; 2) 提问阶段: 针对案例的细节问题进行提问, 提出案例的组员根据实际情况对案例进行细节补充; 3) 发表个人观点: 小组内其他护生根据各自对该案例的认知、情感、身体感受等自由发言, 表达她们对该案例的看法, 期间组长可对组员进行鼓励, 并帮助组员更好地理解案例本身; 4) 案例再现: 小组成员根据案例的情景, 自愿担任案例中的各种角色, 再现案例当时的情景, 或再进行角色互换, 在案例再现结束后, 小组成员们再次提出自己的感受, 并提出相应建议; 5) 总结: 案例报告者总结发言, 根据所有成员的发言重新梳理之前未发现的问题, 对自己触动最大的发言进行总结; 6) 观察员发言: 总结在整个过程中观察到各个成员的情况, 包括发言内容及情绪变化等, 活动结束后与不良情绪的护生进行沟通交流; 7) 组长对本次活动进行总结并表达感谢。对照组在干预组结束干预后按照自身意愿给予补充干预[13]。

2.3. 观察指标

采用职业倦怠量表(Maslach Burnout Inventory, MBI)评估两组护生的职业倦怠情况, MBI 主要分为情绪衰竭、去个性化、个人成就感 3 个维度, 一共 15 个条目, 其中情绪衰竭 5 个条目、去个性化 4 个条目、个人成就感 6 个条目, 每个条目按照 0~6 分进行评级, 总分在 50 分以下表示工作状态良好, 51~75 分表示存在一定程度的职业倦怠, 需要进行自我心理调节, 76 分以上存在严重的职业倦怠, 建议离开岗位进行调整[14]。

采用实习护生压力源量表(张桂霞等人编制)比较两组护生干预前及干预后的压力情况, 量表主要有护理工作的性质与内容、自身知识与技能、临床环境与人际关系、心理落差、患者态度与评价、临床对实习护生的角色定位、临床考核与评价、就业与考试、带教 9 个维度, 一共 34 个条目, 每个条目按照 1~5 分进行评级, 1 分表示没有压力, 2 分表示轻度压力, 3 分表示中度压力, 4 分表示中重度压力, 5 分表示重度压力。总分范围 34~170 分, 总分越高表示压力越大[15]。

采用护士职业认同感量表(Nurse Professional Identity Scale, NPIQ)比较两组护生干预前及干预后的职业认同, NPIQ 一共有 30 个条目, 每个条目按照 1~5 分进行评分, 1 分表示非常不符合, 2 分表示不符合, 3 分表示有时符合, 4 分表示符合, 5 分表示非常符合。总分范围 30~150 分, 分数越高表示职业认同感越高[16]。

2.4. 统计学方法

采用 SPSS 26.0 软件进行数据分析, 定量数据用($\bar{x} \pm s$)表示, 组间差异采用 t 检验; 定性数据用例数、百分率(%)表示, 组间差异采用 χ^2 检验, 均以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

3. 结果

3.1. 一般资料比较

两组临床实习护生的一般资料均无显著统计学意义($P > 0.05$), 可进行比较, 见表 1。

Table 1. General information of respondents (case (%), $\bar{x} \pm s$)**表 1.** 调查对象一般资料(例(%), $\bar{x} \pm s$)

项目	干预组(n = 70)	对照组(n = 70)	χ^2/t	P 值	
性别	男	2	3	0.207	0.648
	女	68	67		
年龄(岁)	22.85 \pm 1.67	23.04 \pm 11.76	0.655	0.513	
实习科室	呼吸内科	8 (11.43%)	7 (10.00%)	1.398	0.994
	心内科	7 (10.00%)	6 (8.57%)		
	消化内科	7 (10.00%)	8 (11.43%)		
	神经内科	8 (11.43%)	9 (12.86%)		
	普外科	7 (10.00%)	10 (14.28%)		
	神经外科	7 (10.00%)	8 (11.43%)		
	急诊科	11 (15.71%)	8 (11.43%)		
	儿科	9 (12.86%)	8 (11.43%)		
妇产科	6 (8.57%)	6 (8.57%)			

3.2. 职业倦怠情况比较

干预前, 两组护生的情绪衰竭、去个性化和个人成就感评分无显著差异($P > 0.05$); 干预后, 干预组护生的情绪衰竭、去个性化和个人成就感评分均较干预前显著下降, 且干预组显著低于对照组, 两组评分比较具有统计学意义($P < 0.05$), 见表 2。

Table 2. Comparison of MBI scores between the two groups of nursing students ($\bar{x} \pm s$)**表 2.** 两组护生 MBI 评分比较($\bar{x} \pm s$)

组别	情绪衰竭		去个性化		个人成就感	
	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
干预组(n = 70)	21.01 \pm 3.65	15.27 \pm 3.57	18.01 \pm 3.42	13.25 \pm 3.23	22.97 \pm 2.63	14.37 \pm 3.95
对照组(n = 70)	20.17 \pm 3.29	17.27 \pm 4.02	17.54 \pm 3.11	15.01 \pm 3.09	22.55 \pm 2.78	16.38 \pm 4.14
<i>t</i>	1.430	3.532	0.851	3.294	0.918	2.938
<i>P</i> 值	0.154	<0.001	0.396	0.001	0.036	0.003

3.3. 压力情况比较

干预前, 两组护生的压力源量表得分无显著差异($P > 0.05$), 干预后, 干预组护生的压力源量表得分均较干预前显著下降, 且干预组显著低于对照组($P < 0.05$), 见表 3。

Table 3. Comparison of stressor scales between the two groups of nursing students ($\bar{x} \pm s$)**表 3.** 两组护生压力源量表比较($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	干预前	干预后	<i>t</i>	<i>P</i> 值
干预组(n = 70)	70	127.28 ± 17.62	106.07 ± 22.33	6.238	<0.001
对照组(n = 70)	70	124.61 ± 16.95	115.61 ± 20.19	2.856	0.004
<i>t</i>		0.913	2.651		
<i>P</i> 值		0.362	0.008		

3.4. 职业认同感比较

干预前, 两组护生的职业认同 NPIQ 评分无显著差异($P > 0.05$), 干预后, 干预组护生的职业认同 NPIQ 得分均较干预前显著上升, 且干预组职业认同 NPIQ 得分显著高于对照组($P < 0.05$), 见表 4。

Table 4. Comparison of NPIQ scores between the two groups of nursing students ($\bar{x} \pm s$)**表 4.** 两组护生 NPIQ 评分比较($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	干预前	干预后	<i>t</i>	<i>P</i> 值
干预组(n = 70)	70	67.55 ± 18.32	97.63 ± 17.44	9.949	<0.001
对照组(n = 70)	70	70.41 ± 18.67	82.63 ± 19.51	3.786	<0.001
<i>t</i>		0.914	4.795		
<i>P</i> 值		0.361	<0.001		

4. 讨论

4.1. 巴林特小组活动干预对缓解实习护生职业倦怠的积极作用

临床实习护生是从学生转变成医疗工作者的重要阶段, 在此期间, 护生需要同时承受多方面的压力, 初入医院进行实习的护生对此难以适应, 极易产生职业倦怠, 职业倦怠不仅会影响临床实习护生职业角色的转变, 甚至会造成大量的人才流失, 已经成为临床实习护生面临的一大难题[17][18]。巴林特小组活动能缓解临床实习护生的职业倦怠情况, 通过讲述和共情的方式, 宣泄工作压力带来的烦躁、失望等负面情绪, 有效提高临床实习护生的心理健康水平[19]。本次实验观察到, 干预后, 干预组护生的情绪衰竭、去个性化和个人成就感均较干预前显著下降, 且干预组显著低于对照组, 这说明巴林特小组能有效帮助临床实习护生缓解职业倦怠情况。分析其原因: 1) 巴林特小组干预活动, 不仅是针对临床工作问题的沟通、交流和讨论, 还结合了叙事医学理念, 能有效提升临床实习护生的认知共情能力和人文关怀精神, 使临床实习护生在照顾患者时, 能够有效保持情感的中立和客观, 同时也能为患者提供人性化护理服务, 从而避免其发生情感衰竭; 2) 通过巴林特小组干预活动可与小组成员之间互相交流学习, 不仅可以使组员之间互相取长补短, 弥补自己工作中的不足, 也能提升临床实习护生在团队组织中的适应性, 还有利于增强其在临床工作中的组织归属感, 从而可以有效避免去个性化的发生; 3) 巴林特小组干预活动通过营造轻松、友好、开放的组织氛围环境, 可帮助临床实习护生克服心理障碍, 并引导实习护生以乐观积极的心态克服工作中的困难[20], 此外小组导师积极引导实习护生进行反思, 鼓励其对自身负面情绪的察觉、控制和表达, 同时保持对患者、家属、同事、领导和其他人员的好奇, 并引导实习护生认识、理解和

分析他人的处境、观点和做法，帮助实习护生增强自我意识和自我认知能力，提升实习护生在照护困难情景中的管理和稳定情绪的能力[21]，此外还可以监测自身和涉事人员的情感和业务需求，这有利于提升临床护理服务质量、患者满意度、实习护生自我效能感和构建和谐护患关系。

4.2. 巴林特小组活动干预对临床实习护生压力情况的影响

发生职业倦怠的临床实习护生可表现出情绪烦躁、易怒、对周围事物和人漠不关心等症状，且内心具有极大压力，对自己的工作价值进行否定，长期的消极会降低临床实习护生的心理健康水平。本次实验观察到，干预后，干预组护生的压力源量表得分均较干预前显著下降，且干预组显著低于对照组，这说明巴林特小组能有效缓解临床实习护生的心理压力，究其原因：1) 巴林特活动可提供有指导的社会学习情况，在活动中，临床实习护生可随意宣泄自己的负性情绪，并能够充分同伴进行交流、沟通和讨论，这能有效减少他们内心的压力；2) 巴林特小组活动可为临床实习护生提供精神上的支持，通过同伴和老师的支持、理解、安慰和指导，其能认识和梳理负性事件对身心的危害，从而调动护生积极主动进行情绪调节，可有效缓解其精神紧张状态，并可降低其在工作中的压力情况[22]；3) 实习护生在临床工作中因人际关系紧张而倍感压力和沮丧，通过参与巴林特小组头脑风暴活动，可以使临床实习护生有新的视觉、换位思考和感受，积极维护自身身心健康[23]。4) 实习护生在临床工作中，常因工作中的困难和问题感受到无助、伤心、焦虑等[24]，通过小组讨论，使实习护生感受到组织环境的影响，例如实习护生通过从病人、护士、实习护士、医生及管理者的视角进行角色体验，并进行讨论和交流，从而对职业有了更深入的了解，能够更客观、冷静、全面地看待工作中遇到的问题，并能积极探索问题的解决办法。

4.3. 巴林特小组活动干预对提升临床实习护生职业认同的作用

职业认同感是指个体对所从事的职业目标、社会价值及其他因素的看法，当职业认同感高的时候，对所从事的工作能更全身心地投入。本次实验观察到，干预后，两组护生的 NPIQ 评分均较干预前显著上升，且干预组显著高于对照组。巴林特小组提升实习护生职业认同的具体措施：1) 巴林特小组活动能为组员提供安全的活动环境，为实习护生提供复述自身经历的临床工作实践的机会，通过与其他成员的沟通交流，他们能认识到自己没有发现的问题，并能根据盲点，结合同事的建议、想法等进行积极思考和心态调整，可有效帮助护生解决工作中遇到的问题，可调动护生的工作积极性，增加其在工作中的职业认同感[25]，坚定职业信念；2) 巴林特小组在组员们沟通交流的过程中可增强护生的组织能力与协调能力，并且能获得组织的支持和鼓励，能引导实习护生关注自己未来的职业发展，有效提高临床实习护生的职业认同感[26]；3) 巴林特小组干预活动通过案例讨论，并鼓励积极进行反思，不仅可以帮助实习护生释放负性情绪压力[27]，也可以引导实习护生认识到扎实的专业知识、过硬的技能和人文素养精神的重要性，其不仅是专业能力和水平的体现，更是获取患者、家属、同事和领导信任和欣赏的法宝，从而能激发其职业发展的信心；4) 通过巴林特小组干预活动，实习护生通过交流、讨论和分享，能认识到护理工作对患者的作用，给患者家属及家庭的帮助，对同事工作的支持，对医院、社会等的重要性，可使实习护生感受到工作价值，提升职业满意度、认同感和成就感[28]，从而保障护理人才队伍的稳定性和持续发展。

综上所述，巴林特小组干预活动可以给临床实习护生创造和谐友好的工作环境，通过案例分享展示、头脑风暴讨论交流、换位思考、叙事共情、情绪管理、自我认知、自我反思、同伴支持、压力认知和应对等，可帮助临床实习护生改善情绪衰竭、去个性化和低个人成就感等情况，从而帮助缓解其压力水平，提高其职业认同感，可有效避免护理人才流失和保障队伍稳定。

基金项目

湖北医药学院药护学院教学研究项目，项目编号：YHJ2020010。

参考文献

- [1] 韦捷, 徐玉涵, 龚玉婷, 等. 健康公平视域下护士角色及现状分析[J]. 全科护理, 2023, 21(36): 5080-5083.
- [2] 康天翼. 临床护士工作压力与职业倦怠的关系——一个有调节的中介[D]: [硕士学位论文]. 聊城: 聊城大学, 2023.
- [3] 娄倩倩. 护士工作压力、职业认同与护理缺失的关系研究[D]: [硕士学位论文]. 蚌埠: 蚌埠医学院, 2020.
- [4] 卢志芬, 黄碧灵, 黄敏清, 等. 护士实习生工作压力源调查及相关因素分析[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2019, 4(14): 184-185.
- [5] 沈木子, 彭静, 李贝, 等. 临床实习环境及压力源对护理实习生职业认同的影响[J]. 中国高等医学教育, 2024(3): 10-12.
- [6] 韦悦敏. 护理实习生职业倦怠现状的调查分析[J]. 循证护理, 2022, 8(6): 847-849.
- [7] 王旭美. 实习护生心理弹性在情绪智力与职业倦怠间的中介效应研究[J]. 蚌埠医学院学报, 2023, 48(4): 512-515.
- [8] 刘芳, 唐大龙, 刘伟楠, 等. 全科专业住院医师规范化培训学员职业倦怠及其影响因素研究[J]. 中国全科医学, 2020, 23(9): 1151-1157.
- [9] Poncet, M.C., Toullic, P., Papazian, L., Kentish-Barnes, N., Timsit, J., Pochard, F., et al. (2007) Burnout Syndrome in Critical Care Nursing Staff. *American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine*, **175**, 698-704. <https://doi.org/10.1164/rccm.200606-806oc>
- [10] Luban-Plozza, B. (1995) Empowerment Techniques: From Doctor-Centered (Balint Approach) to Patient-Centred Discussion Groups. *Patient Education and Counseling*, **26**, 257-263. [https://doi.org/10.1016/0738-3991\(95\)00756-p](https://doi.org/10.1016/0738-3991(95)00756-p)
- [11] Olthuis, J.V., Watt, M.C., Bailey, K., Hayden, J.A. and Stewart, S.H. (2016) Therapist-Supported Internet Cognitive Behavioural Therapy for Anxiety Disorders in Adults. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, **2016**, Article No. CD011565. <https://doi.org/10.1002/14651858.cd011565.pub2>
- [12] Carroll, K.M. and Rounsaville, B.J. (2010) Computer-Assisted Therapy in Psychiatry: Be Brave—It's a New World. *Current Psychiatry Reports*, **12**, 426-432. <https://doi.org/10.1007/s11920-010-0146-2>
- [13] Kjeldmand, D., Holmström, I. and Rosenqvist, U. (2004) Balint Training Makes GPs Thrive Better in Their Job. *Patient Education and Counseling*, **55**, 230-235. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2003.09.009>
- [14] Embriaco, N., Papazian, L., Kentish-Barnes, N., Pochard, F. and Azoulay, E. (2007) Burnout Syndrome among Critical Care Healthcare Workers. *Current Opinion in Critical Care*, **13**, 482-488. <https://doi.org/10.1097/mcc.0b013e3282efd28a>
- [15] 张桂霞, 高姗, 黄海燕. 实习护生压力源问卷的编制及结构分析[J]. 护理学杂志, 2014(12): 60-62.
- [16] 刘玲, 郝玉芳, 刘晓虹. 护士职业认同评定量表的研制[J]. 解放军护理杂, 2011, 28(3): 18-20.
- [17] 王君, 陈天勇. 职业压力源量表的编制及信效度检验[J]. 中国健康心理学杂志, 2022, 30(5): 693-698.
- [18] 邓开琴, 王成瑶. 心理护理干预联合巴特林小组模式在焦虑患者健康教育的应用[J]. 当代护士(中旬刊), 2021, 28(5): 118-120.
- [19] 徐浩岚. 本科实习护生专业承诺和职业倦怠的状况及其关系分析[J]. 重庆医学, 2016, 45(32): 4566-4569.
- [20] 黄丽, 肖吉芳, 黄兰香, 等. 巴林特小组活动对高职实习护生职业成熟度的国内外研究现状[J]. 中国卫生产业, 2022, 19(5): 253-256.
- [21] Shorer, Y., Rabin, S., Zlotnik, M., Cohen, N., Nadav, M. and Shiber, A. (2016) Balint Group as a Means for Burnout Prevention and Improvement of Therapist-Patient Relationship in a General Hospital—The Soroka Experience. *Harefuah*, **155**, 115-118.
- [22] 张倩, 张秀军, 胡成洋, 等. 护士职业倦怠现状及其影响因素分析[J]. 蚌埠医学院学报, 2021, 46(2): 232-236.
- [23] Wang, T., Abrantes, A.C.M. and Liu, Y. (2022) Intensive Care Units Nurses' Burnout, Organizational Commitment, Turnover Intention and Hospital Workplace Violence: A Cross-Sectional Study. *Nursing Open*, **10**, 1102-1115. <https://doi.org/10.1002/nop2.1378>
- [24] 王冬华, 袁爱华, 邓雪英. 本科护生实习中后期职业倦怠的调查研究[J]. 护理实践与研究, 2015, 12(1): 5-7.
- [25] 徐敏, 陈勤, 刘晓虹, 等. 护理本科实习生职业认同感的认知干预研究[J]. 中华护理杂志, 2019, 54(5): 709-714.
- [26] 杨燕青, 郑宏, 王慧燕, 等. 医护人员压力源与应对策略现状分析[J]. 中华全科医学, 2018, 16(6): 983-988.

-
- [27] 王雨琴, 李育玲. 团体心理辅导联合巴林特小组活动对新入职护士职业认同感的影响[J]. 护理研究, 2022, 36(9): 1676-1680.
- [28] Chen, J., Li, J., Cao, B., Wang, F., Luo, L. and Xu, J. (2019) Mediating Effects of Self-Efficacy, Coping, Burnout, and Social Support between Job Stress and Mental Health among Young Chinese Nurses. *Journal of Advanced Nursing*, **76**, 163-173. <https://doi.org/10.1111/jan.14208>