

• 论 著 •

实习护生工作准备度现状及影响因素分析

董翠萍, 蔡纯, 潜艳, 李先萍, 胡娜, 王玮荻, 王君慧

摘要:目的 了解实习护生工作准备度现状并分析影响因素,为临床实施针对性干预改善其工作准备度水平提供参考。方法 采用便利抽样法,于2024年3—6月选取武汉市3所三级甲等医院574名实习护生为调查对象,采用一般资料调查表、毕业护士工作准备度量表及新护士转型冲击评价量表进行调查。结果 实习护生工作准备度量表得分为(255.98±38.80)分。多元线性回归分析结果显示,性格类型、是否本人决定从事护理工作及转型冲击是实习护生工作准备度的影响因素,共同解释总变异的55.7%。结论 实习护生工作准备度处于中等水平,主要受性格类型、职业决策明确度及转型冲击的共同影响。建议护理教育者采取分层干预策略,针对不同性格特质实施个性化带教策略,加强职业规划教育以提升职业认同,有效提升护生工作准备度。

关键词:实习护生; 工作准备度; 转型冲击; 职业决策; 职业规划; 过渡理论框架; 护理教育

中图分类号:R47;G444 **DOI:**10.3870/j.issn.1001-4152.2026.10.082

Current status and influencing factors analysis of work readiness among nursing in-

terns Dong Cuiping, Cai Chun, Qian Yan, Li Xianping, Hu Na, Wang Weidi, Wang Junhui, Department of Nursing, Tongji Hospital, Tongji Medical College, Huazhong University of Science and Technology, Wuhan 430030, China

Abstract:Objective To investigate the current status of work readiness among nursing interns and analyze its influencing factors, so as to provide a scientific basis for improving their work readiness through targeted intervention. **Methods** A convenience sampling method was used to select 574 nursing interns from three tertiary grade A hospitals in Wuhan between March and June 2024. The survey was conducted using a general information questionnaire, the Work Readiness Scale for Graduate Nurses, and the Transition Shock Scale for New Nurses. **Results** The total score of the Work Readiness Scale for nursing interns was (255.98±38.80) points. Multiple linear regression analysis showed that personality traits, making own decision on pursuing clinical nursing work, and transition shock were influencing factors of work readiness among nursing interns, collectively explaining 55.7% of the total variance. **Conclusion** The work readiness of nursing interns is at a moderate level, mainly influenced by personality traits, career decision clarity, and transition shock. It is recommended that nursing educators adopt stratified intervention strategies, implement personalized teaching according to different personality characteristics, strengthen career planning education to enhance professional identity, thereby effectively improving the work readiness of nursing interns.

Keywords:nursing intern; work readiness; transition shock; career decision-making; career planning; transition theoretical framework; nursing education

临床实习是护理教育体系中的关键环节,直接影响护生向临床护士角色的顺利转变。然而,实习护生在从学习环境过渡到真实临床环境的过程中,普遍面临角色适应、技能操作与沟通协调等多重挑战,部分护生甚至出现职业倦怠与离职倾向,对护理队伍的稳定性构成潜在威胁^[1]。工作准备度是评估护生是否具备进入临床工作所需知识、技能与心理准备的核心指标,高水平的工作准备度有助于提升其岗位胜任力与职业认同感^[2-3]。转型冲击作为护生在角色转换阶段常见的心理适应现象,表现为自我怀疑、角色模糊

与环境不适等^[4],已有研究表明其对工作准备度有负面影响^[5]。然而,在实习护生群体中,关于转型冲击与工作准备度之间的关系尚缺乏系统探讨,且不同背景特征如学历、性格、实践经验等对其影响路径亦不明确。基于过渡理论框架^[5],本研究假设转型冲击是影响实习护生工作准备度的关键因素,且人口学与社会学特征可能在此过程中发挥重要作用,拟通过横断面调查,系统评估实习护生的工作准备度现状,并重点分析转型冲击、个人特征与社会实践等对其影响机制,以期优化临床带教方案,为开展针对性实习辅导、提升护生职业适应能力提供实证依据。

1 对象与方法

1.1 对象 采用便利抽样法,于2024年3—6月,选取武汉市3所三级甲等医院实习护生作为调查对象。纳入标准:①护理本科或研究生在读;②进入临床实习时间≥3个月。③知情同意并愿意参加本研究。排除标准:因病事假等原因未参与实习,或已有工作

作者单位:华中科技大学同济医学院附属同济医院护理部(湖北 武汉, 430030)

通信作者:蔡纯,caichun1216@163.com

董翠萍:女,本科,主任护师,护士长,5453695842@qq.com

科研项目:华中科技大学护理学院自主创新基金项目(ZZCX2023T203);华中科技大学第二临床学院教学研究基金项目(TJJXYJ2023027,TJJXYJ2023029)

收稿:2025-11-30;修回:2026-01-23

经验(如专升本且工作过)的护生。依据多元线性回归分析样本量要求,样本量按自变量数的 20 倍估算,本研究自变量 11 个(一般资料 10 项和转型冲击),考虑 20% 的无效率,计算得出样本量为 275。

1.2 调查工具

1.2.1 一般资料调查表 由研究者自行设计,主要包括年龄、性别、学历、自评性格类型、是否为独生子女、户口所在地、是否担任过学生干部、是否获得过奖学金、是否有过兼职经历、家人是否支持从事护理工作、本人是否决定从事护理工作。

1.2.2 毕业护士工作准备度量表 该量表由 Walker 等^[6]编制,李佳颖^[7]汉化。包括社交能力(9 个条目)、工作竞争力(8 个条目)、组织敏锐度(7 个条目)、个人工作特质(4 个条目)、职业发展(9 个条目)5 个维度共 37 个条目。各条目采用 10 级评分,1 分代表“完全不赞同”,10 分代表“完全赞同”,条目 34~37 为反向计分,总分 37~370 分,得分越高代表护士的工作准备度越高。该量表总的 Cronbach's α 系数为 0.960,本研究中为 0.972。

1.2.3 新护士转型冲击评价量表 该量表由薛友儒等^[8]编制,用于评价新护士职业生涯初期的角色转型冲击状况。包括身体(6 个条目)、心理(8 个条目)、知识与技能(5 个条目)、社会文化与发展(8 个条目)4 个维度共 27 个条目。各条目采用 Likert 5 级评分法,1 分表示“完全不符合”,5 分表示“完全符合”,总分 27~135 分,得分越高代表护士的转型冲击程度越重。该量表总的 Cronbach's α 系数为 0.920,本研究中为 0.908。

1.3 资料收集方法 本研究采用“问卷星”平台进行调查。研究团队与各参与医院的护理部主任及规范化培训管理负责人共同组建微信群,用于协调调研事宜。由各医院护理部将包含研究目的、内容、填写说明及问卷二维码的通知下发至临床科室,邀请符合纳入标准的调查对象自愿参与。调查开始前,页面设置知情同意选项,并获得参与者勾选同意后正式填写,设定每个 IP 地址仅能提交 1 次问卷,所有题目为必答,否则无法提交。剔除答案呈规律性波浪形填写或实际答题时间不足 5 min。共收回问卷 590 份,经 2 名研究人员独立核对与筛选后,获得有效问卷 574 份,有效回收率为 97.29%。

1.4 统计学方法 采用 SPSS25.0 软件进行数据分析。计数资料以频数描述,服从正态分布的计量资料以($\bar{x} \pm s$)描述;采用独立样本 t 检验或单因素方差分析、Pearson 相关性分析及多元线性回归分析。检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 实习护生工作准备度及转型冲击得分 见表 1。

表 1 实习护生工作准备度及转型冲击得分($n=574$)

项目	$\bar{x} \pm s$	
	总分	条目均分
工作准备度	255.98±38.80	6.92±1.05
社交能力	56.16±14.37	6.24±1.60
工作竞争力	54.48±10.75	6.81±1.34
组织敏锐度	53.85±10.02	7.69±1.43
个人工作特质	24.71±7.77	6.18±1.84
职业发展	66.77±11.49	7.42±1.28
转型冲击得分	93.15±17.81	3.45±0.66
身体	20.16±4.04	3.36±0.67
心理	30.01±4.15	3.75±0.52
知识与技能	17.29±2.33	3.46±0.47
社会文化与发展	25.69±7.78	3.21±0.91

2.2 实习护生工作准备度影响因素的单因素分析

实习护生年龄 21~26(22.52±0.84)岁,年龄与工作准备度的相关系数为 0.040($P=0.340$)。其他人口学资料与工作准备度的单因素分析结果,见表 2。

表 2 实习护生工作准备度影响因素的单因素分析

项目	人数	工作准备度总分 (分, $\bar{x} \pm s$)	t/F	P
性别			1.488	1.137
男	80	261.96±40.78		
女	494	255.01±38.42		
学历			3.498	0.032
专科	67	260.81±43.84		
本科	487	254.50±37.78		
硕士	20	275.75±40.67		
自评性格类型			31.204	<0.001
内向	22	223.00±35.58		
较为内向	165	241.39±33.86		
中间型性格	162	248.91±37.15		
较为外向	185	272.49±32.03		
外向	40	286.63±45.78		
担任过学生干部			0.510	0.610
是	113	254.31±39.76		
否	461	256.39±38.59		
获得过奖学金			0.384	0.701
是	142	257.06±36.85		
否	432	255.62±39.45		
有过兼职经历			0.173	0.862
是	150	255.51±41.63		
否	424	256.15±37.80		
本人决定从事护理工作			4.317	<0.001
是	478	259.06±37.26		
否	96	240.61±42.66		
家人支持从事护理工作			2.162	0.030
是	458	257.74±38.96		
否	116	249.04±37.52		
独生子女			0.068	0.946
是	388	256.06±33.88		
否	186	255.80±47.56		
户口所在地			3.487	0.031
农村	187	259.25±44.75		
乡镇	252	257.61±34.03		
城市	135	248.41±37.56		

2.3 实习护生工作准备度与转型冲击的相关性分析

见表 3。

表 3 实习护生工作准备度与转型冲击的相关系数(n=574)

项目	准备度总分	社交能力	工作竞争力	组织敏锐度	个人工作特质	职业发展
转型冲击	-0.697	-0.497	-0.458	-0.774	-0.171	-0.576
身体	-0.673	-0.501	-0.442	-0.759	-0.161	-0.528
心理	-0.680	-0.476	-0.452	-0.771	-0.159	-0.570
知识与技能	-0.642	-0.461	-0.416	-0.725	-0.157	-0.530
社会文化与发展	-0.681	-0.496	-0.435	-0.752	-0.179	-0.571

注:均 $P < 0.05$ 。

2.4 实习护生工作准备度的多因素分析结果 以实习护生工作准备度总分作为因变量,将单因素分析及相关性分析中差异有统计学意义的变量作为自变量。自变量 VIF 值为 1.011~1.457,无多重共线性问题。线性回归分析结果显示,性格类型(以内向为参照设置哑变量)、是否本人决定从事护理工作(是=1,否=2)以及转型冲击得分(原值输入)是实习护生工作准备度的独立影响因素(均 $P < 0.05$),见表 4。

表 4 实习护生工作准备度的多元线性回归分析(n=574)

项目	β	SE	β'	t	P
常量	401.279	7.677		52.271	<0.001
性格类型					
中间型性格	5.854	2.778	0.068	2.107	0.036
比较外向	16.294	2.784	0.196	5.853	<0.001
外向	19.915	4.663	0.131	4.271	<0.001
本人决定从事护理工作	-19.809	2.904	-0.191	6.822	<0.001
转型冲击	-1.401	0.064	-0.643	21.739	<0.001

注: $R^2=0.561$,调整 $R^2=0.557$; $F=145.065$, $P < 0.001$ 。

3 讨论

3.1 实习护生工作准备度现状分析 本研究结果显示,实习护生工作准备度得分为(255.98±38.80)分,低于廖芳等^[9]报告的规培护士得分(265.72±47.79)。该差异可能源于实习护生仍处于学生与职业人员的过渡阶段,其身份认同尚不稳定,可能限制其对职业角色的充分准备。同时,与已定岗位的规培护士相比,实习护生面临着学业考核与临床实习的双重压力,分散了其专注于职业准备的精力。各维度评分中,个人工作特质得分最低(6.18±1.84),这与规培护士群体研究结果^[9]一致,揭示护生在应变能力、自我效能感及抗压管理等方面普遍不足。除临床经验缺乏外,当前就业压力亦是重要原因。在当前医疗行业竞争日益激烈的背景下,实习护生对应聘成功的期望、对带教评价的重视及面试可能遇到的挫折,都加剧其心理负担,影响其处理临床情境的信心和灵活性^[10]。因此,建议护理教育者关注实习护生的工作准备度情况,将实习期从单纯的“技能准备期”拓展为“职业心理与综合能力的准备期”。一方面,培训中增设求职

技能培养内容,如结构化面试、无领导小组讨论、职业规划和高韧性沟通训练;另一方面,加强心理支持,通过应聘场景抗压训练、求职心理辅导热线和支持性实习氛围建设,提升护生心理韧性,助力其更好的应对未来职业挑战。

3.2 实习护生工作准备度受多因素的影响

3.2.1 外向型性格有利于实习护生工作准备度提升

本研究显示,性格类型是实习护生工作准备度的重要预测因素。与内向型性格护生相比,比较外向和外向的护生工作准备度相对较好。与相关研究^[11]中关于护理人员性格特质与职业适应性关系的研究结论相符合。首先,外向型护生通常具备较强的人际交往能力和情绪表达能力,有助于其在临床实习中快速建立良好的护患关系和团队协作关系。护理工作本质上是一项需要高度人际互动的职业,良好的人际互动能力能够显著降低临床环境适应难度。其次,外向型性格个体往往表现出更佳的压力应对能力和情绪调节能力,在面对临床工作中的挑战和挫折时,能够更积极地寻求社会支持并采取有效的问题解决策略^[12]。再者,外向型护生在陌生环境中表现出更快的适应性和灵活性,有利于其在频繁的科室轮转过程中更快地适应新带教老师和专业环境。护理教育者需识别和关注性格内向护生,通过角色扮演、情景模拟等教学方式,有针对性地提升其沟通表达能力和社交自信心;同时根据护生性格特点实施个性化指导,如为内向型护生提供更多的示范机会和渐进式的实践任务。积极营造支持性的实习氛围,鼓励不同性格特质的护生在团队中发挥各自优势,促进性格特质与临床环境的良性互动。本研究的性格类型源于被调查者自评,其结果可能受到社会期望或自我认知偏差的影响,因此,性格对工作准备度的影响及其机制尚需采用更客观的评估工具(如标准化人格量表、行为观察)进一步探讨。

3.2.2 职业决策明确有利于实习护生工作准备度提升

本研究显示,本人决定从事护理工作的护生工作准备度相对较好,与李蓉等^[13]关于职业认同与专业发展关系的研究结论相互印证。职业决策明确的护生通常具有更高的职业认同感和专业承诺,这种内在动

机能够促使他们更主动地投入临床学习和技能训练^[14]。而且,明确的职业决策有助于护生建立清晰的职业目标和规划,从而在实习过程中更有针对性地发展相关能力。研究显示,职业目标明确的护生更能有效利用临床学习机会,主动寻求符合职业发展需求的学习体验^[15]。再者,职业决策明确还能缓解实习期间的职业认同冲突,减少因职业怀疑而产生的心理内耗,使护生能够将更多心理资源集中于专业能力的提升。而职业决策不明确的护生面临着更大的职业发展风险,他们往往表现出较低的工作投入度和职业信心,在面临临床压力时更容易产生离职倾向。因此,建议护理教育者可通过系统化干预策略,如职业规划前移、临床导师制、支持性实习环境及榜样学习等,构建全方位职业发展支持体系,从而有效提高实习护生的工作准备度。

3.2.3 转型冲击不利于实习护生工作准备度 本研究显示,转型冲击是工作准备度的负向预测因素。转型期适应困难是护理毕业生面临的核心挑战^[16],转型冲击对工作准备度的负面影响体现在多个层面。在心理层面,实习护生从相对单纯的学校环境过渡到复杂多变的临床环境,面临着角色定位模糊和职业认同危机,这种心理落差直接削弱其专业自信和自我效能感^[17]。在技能应用层面,护生在校期间掌握的理论知识往往难以直接应对临床实践中的复杂情况,这种知行脱节的现象容易引发能力焦虑和决策困境。在社会文化层面,不熟悉的组织文化、复杂的人际关系以及高强度的工作节奏等因素共同加剧了护生不适应感,进而影响其工作准备水平。建议护理教育者通过采取实习初期的固定带教、高仿真模拟训练及定期团体复盘等措施,为护生提供持续的专业指导与心理支持,帮助其弥合理论与实践差距,有效管理转型压力,促进护生顺利完成从学生到护士的角色转变。

4 结论

实习护生工作准备度处于中等水平,主要受性格特质、职业决策明确度和转型冲击的共同影响。建议护理教育者建立个性化职业发展支持体系,开展差异化培训,并将职业规划教育提前至实习前,通过导师指导和榜样学习增强职业认同。同时,构建包括临床导师制和同伴支持在内的转型支持机制,帮助护生应对角色转变挑战。本研究存在一定局限,样本仅来自武汉市 3 所三级甲等医院。后续研究可扩大调查范围,纳入不同等级医院和地区的护生群体,以提高结果的代表性。此外,开展纵向研究有助于深入探讨工作准备度的动态变化过程,为护理教育改革提供更充分的实证依据。

参考文献:

- [1] 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.
- [2] Brahim R K, Safi M, Darwish A, et al. From student to nurse: exploring transition shock through stress, locus of control, and coping strategies in newly graduated nurses [J]. BMC Psychol, 2025, 13(1): 957.
- [3] Ma F, Zhu Y, Liu L, et al. Mediating effects of core competence between the transition shock and work readiness of newly graduated nurses in cancer hospitals: a cross-sectional study [J]. Nurse Educ Today, 2023, 125: 105793.
- [4] 于明峰, 刘于, 汪晖. 新护士转型冲击与应对方式及社会支持的相关性研究[J]. 护理学杂志, 2018, 33(10): 83-85.
- [5] Meleis A I, Sawyer L M, Im E O, et al. Experiencing transitions: an emerging middle-range theory [J]. ANS Advances in Nursing Science, 2000, 23(1): 12-28.
- [6] Walker A, Storey K M, Costa B M, et al. Refinement and validation of the Work Readiness Scale for Graduate Nurses [J]. Nurs Outlook, 2015, 63(6): 632-638.
- [7] 李佳颖. 《毕业护士工作准备度》量表的汉化及应用研究[D]. 广州: 广州中医药大学, 2019.
- [8] 薛友儒, 林平, 高雪琴, 等. 新护士转型冲击评价量表的编制及信效度检验 [J]. 中华护理杂志, 2015, 50(6): 674-678.
- [9] 廖芳, 陶秀秀, 黄艳丽, 等. 新疆维吾尔自治区规范化培训护士工作准备度现状及影响因素分析 [J]. 中华护理杂志, 2023, 58(8): 929-935.
- [10] 连颖, 张彩梅. 实习护生转型冲击与反馈寻求行为的相关性研究 [J]. 护理学杂志, 2020, 35(14): 68-71.
- [11] 陈娟, 田密, 李叶. 以性格类型为基础的情景模拟教学对儿科门诊护士人文关怀能力及岗位胜任力的影响 [J]. 护理实践与研究, 2023, 20(6): 938-942.
- [12] 郝丽丽, 班俊坤, 法天锴, 等. 护士主观幸福感与焦虑、性格特征现状及关系的研究 [J]. 天津护理, 2023, 31(4): 424-427.
- [13] 李蓉, 陈秋琳, 李海燕, 等. 护理实习生职业认同感与工作投入的相关性 [J]. 军事护理, 2024, 41(7): 64-67.
- [14] Molaei Tavani F, Behshid M, Rahmani A, et al. Relationships between ethical decision-making and professional behavior in Iranian nursing students [J]. J Med Ethics Hist Med, 2022, 15(4): 1-15.
- [15] Jia X L, Ren S S, Huang Y Y, et al. Transition shock among nursing students during clinical practice: a scoping review protocol [J]. BMJ Open, 2025, 15(3): e098112.
- [16] 黄雨莹. 护理本科实习生转型冲击程度及其影响因素研究[D]. 重庆: 重庆医科大学, 2022.
- [17] Jiao Y, Li L, Yang L, Lei J, et al. Relationship of transition shock, adversity quotient, and work engagement: a structural equation modeling approach [J]. Nurse Educ Today, 2025, 148: 106641.