

# 医务人员工作压力与主观幸福感的相关性研究：心理弹性的中介效应

陈艳宁<sup>1</sup>, 梁小露<sup>2</sup>, 陆增辉<sup>1</sup>

(1. 右江民族医学院, 广西 百色 533000; 2. 防城港市妇幼保健院, 广西 防城港 538000)

**摘要:** 为探讨工作压力、心理弹性如何影响医务人员主观幸福感, 采用工作压力与心理弹性量表对广西3所公立医院的212名医务人员进行问卷调研。以主观幸福感为因变量, 选择年龄、性别、教育背景、从事医疗服务工作的时长、职位、职称及平均月薪作为主要控制变量, 以工作压力为自变量, 以心理弹性为中介变量进行回归分析。结果表明, 工作压力与主观幸福感存在反向关联, 心理弹性与主观幸福感呈正相关关系, 心理弹性在工作压力与主观幸福感间起到一定程度的中介作用, 主观幸福感在年龄、从事医务工作时长方面的差异具有统计学意义。工作压力通过心理弹性负向影响医务人员主观幸福感, 建议医疗机构采取相关措施, 不断提升医务人员的主观幸福感。

**关键词:** 心理弹性; 工作压力; 主观幸福感; 医务人员

中图分类号: R192 文献标志码: A 文章编号: 1674-8646(2024)15-0022-04

## Relationship Between Work Stress and Subjective well-being of Medical Staff: The Mediating Effect of Resilience

Chen Yanning<sup>1</sup>, Liang Xiaolu<sup>2</sup>, Lu Zenghui<sup>1</sup>

(1. Youjiang Medical University for Nationalities, Baise 533000, China;  
2. Fangchenggang Maternal and Child Health Hospital, Fangchenggang 538000, China)

**Abstract:** In order to explore the effects of work stress and resilience on the subjective well-being of medical staff, the study conducts questionnaire survey on 212 medical staffs from 3 public hospital in Guangxi with work stress and resilience scale. With subjective well-being as the dependent variable, age, gender, educational background, length of working in medical service, position, title and average monthly salary as the main control factors, work pressure as the independent variable, and psychological resilience as the mediating variable, the study conducts regression analysis. The results show that there is reverse correlation between work pressure and subjective well-being, and positive correlation between mental resilience and subjective well-being. Mental resilience plays a mediating role between work pressure and subjective well-being to a certain extent, and the differences of subjective well-being in age and duration of medical work are statistically significant. Work stress negatively influences the subjective well-being of medical staff through mental resilience. It is suggested that medical institutions should take relevant measures to continuously improve the subjective well-being of medical staff.

**Key words:** Mental resilience; Work stress; Subjective well-being; Medical staff

收稿日期: 2024-03-17

**基金项目:** 国家卫计委课题“PCIC结构下基层卫生人员的综合激励体系研究”; 2022年广西学位与研究生教育改革课题“基于教育过程观的研究生创新创业能力培养路径设计与实践”(JGY2022279); 2023年度广西高等教育本科教学改革课程项目“核心素养视域的医学生专创融合教学模式研究与实践”(2023JGB323); 右江民族医学院2022年度创新创业教育教学改革及实践研究课题“医学生创业意愿影响因素实证研究”(YYCXCX202219Y)

**作者简介:** 陈艳宁(1979-), 女, 博士, 副研究员。研究方向: 教育管理、创新创业教育。

**通讯作者:** 陆增辉(1974-), 男, 博士, 教授。研究方向: 领导力管理、创新创业教育。

随着社会的发展进步, 人们日益关注生活品质与个人健康, 对医疗服务的需求在数量与质量方面都有了显著提升, 给医务工作者带来一定的压力。研究表明, 大部分医务工作者的工作压力是一种健康危险性压力状态<sup>[1]</sup>。护士的工作压力水平对其心理健康水平有预测作用<sup>[2]</sup>, 工作压力过大会对心理健康造成影响。要保证医务人员的服务质量与水平, 必须关注医务人员的心理健康。

主观幸福感可作为衡量个体心理健康的关键指标, 是个体对自身生活总体状况的评估<sup>[3]</sup>。Ritchie等

指出,长期压力对个体主观幸福感水平具有显著影响,可能进一步导致更多心理问题的出现<sup>[3]</sup>。李玲等研究发现,护士的工作压力与主观幸福感呈负相关关系,压力可通过某些变量影响主观幸福感,如自我感知、应对模式等<sup>[4]</sup>。周丽丽等研究发现,心理弹性在压力与主观幸福感间起调节作用,心理弹性与工作压力呈负相关关系<sup>[5]</sup>。心理弹性是指个体在遭遇逆境或压力事件时表现出来的优越的适应能力<sup>[6]</sup>。Friborg 等的研究证实,具备心理弹性的个体在面对压力与困境时能够显著减少心理痛苦与压力困扰,保持更高的心理健康水平<sup>[7]</sup>。心理弹性也是决定主观幸福感的关键因素之一<sup>[8]</sup>。谢熙阳等研究发现,心理弹性是影响应激感知与主观幸福感的部分因素<sup>[9]</sup>。

已有的心理弹性在压力与主观幸福感相关性方面的研究大多针对青年学生群体,对医务人员的研究较少。针对医务人员压力大的特点,以工作压力为自变量,以主观幸福感为因变量,以心理弹性为调节变量,采用问卷调查法、统计分析法探讨在工作压力下心理弹性能否对医务人员的主观幸福感起保护作用,以为提升医务人员主观幸福感提供理论支撑,切实提升医护人员的工作绩效与医疗服务品质。

针对广西三所公立医院的医务人员通过网络问卷调研,共回收 225 份问卷,剔除无效问卷,得到有效问卷 212 份,问卷有效率为 94.2%。运用 SPSS 23.0 软件对数据进行统计性描述、Pearson 相关性分析及多元回归分析, $P < 0.05$  表示差异有统计学意义。变量涵

盖职场工作压力、心理弹性、主观幸福感,具体测量方法如下:

1)工作压力:采用舒向荣开发的针对医药研发外包组织员工的工作力量表,共有 9 个题项,采用五点计分标准<sup>[10]</sup>,量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.840。

2)心理弹性:使用 Connor 等设计的心理弹性量表(CD-RISC),包含 25 个题项,采用五点计分标准,量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.938。

3)主观幸福感:采用邢占军设计的量表,包含 20 个题项,采用五点计分标准<sup>[11]</sup>,量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.709。

4)控制变量:选择年龄、性别、教育背景、从事医疗服务的时长、职位、职称及平均月薪为主要控制变量。

## 1 研究结果

### 1.1 医务人员主观幸福感的描述性统计及单因素分析结果

如表 1 所示,研究对象的主观幸福感得分集中在 3.5~4.0。男医务人员得分高于女医务人员,年龄越大、学历越高、从事医务工作时间越长、职称越高、平均月工资越高的医务人员得分越高,不同岗位的医务人员得分相差不大。通过方差分析可知,医务人员主观幸福感在年龄、从事医务工作时长方面的差异有统计学意义( $P < 0.05$ ),年龄越大主观幸福感越高,从事医务工作时间越长主观幸福感越高。

表 1 医务人员主观幸福感的描述性统计及单因素分析结果

Tab. 1 Descriptive statistics and univariate analysis of subjective well-being of medical staff

$n = 212$

人口学特征	人数	百分比	主观幸福感/分	<i>F</i>	<i>P</i>	
年龄/岁	<25	89	42.0	3.36 ± 0.539	5.415	0.001
	25~35	80	37.7	3.58 ± 0.570		
	35~45	26	12.3	3.78 ± 0.489		
	≥45	17	8.0	3.65 ± 0.386		
性别	男	67	31.6	3.52 ± 0.585	1.477	0.918
	女	145	68.4	3.51 ± 0.539		
最高学历	初中及以下	2	0.9	3.12 ± 0.177	1.406	0.242
	高中或中专	20	9.4	3.68 ± 0.542		
	本科	178	84.0	3.49 ± 0.552		
	研究生	12	5.7	3.69 ± 0.559		
	<0.5	40	18.9	3.26 ± 0.542		
	0.5~1	35	16.5	3.35 ± 0.523		

续表 1

人口学特征	人数	百分比	主观幸福感/分	<i>F</i>	<i>P</i>	
从事医务工作时长/年	1~3	33	15.6	3.58 ± 0.511	4.929	0.001
	3~5	24	11.3	3.71 ± 0.633		
	≥5	80	37.7	3.63 ± 0.508		
职位	医生	50	23.6	3.50 ± 0.537	0.219	0.954
	护士	58	27.4	3.47 ± 0.610		
	医技	25	11.8	3.56 ± 0.450		
	行政	56	26.4	3.55 ± 0.545		
	后勤	13	6.1	3.48 ± 0.593		
	其它	10	4.7	3.57 ± 0.592		
职称	初级	95	44.8	3.49 ± 0.599	2.575	0.055
	中级	42	19.8	3.60 ± 0.479		
	高级	17	8.0	3.78 ± 0.467		
	其它	58	27.4	3.40 ± 0.518		
	平均月工资/元	<2000	42	19.8		
	2000~3000	71	33.5	3.58 ± 0.568		
	3000~4000	35	16.5	3.57 ± 0.560		
	4000~5000	30	14.2	3.51 ± 0.659		
	5000~6000	17	8.0	3.59 ± 0.541		
	6000~7000	10	4.7	3.51 ± 0.452		
	7000~8000	2	0.9	3.60 ± 0.424		
	≥8000	5	2.4	3.70 ± 0.464		

### 1.2 相关性分析结果

如表 2 所示,工作压力与医务人员主观幸福感呈显著负相关关系( $r = -0.334, P < 0.01$ ),医务人员工

作压力与心理弹性呈显著负相关关系( $r = -0.230, P < 0.01$ ),医务人员心理弹性与主观幸福感呈显著正相关关系( $r = 0.609, P < 0.01$ )。

表 2 相关性分析结果

Tab. 2 Results of correlation analysis

 $n = 212$ 

变量	M	SD	1	2	3	4	5	6	7	8	9
年龄	1.860	0.921									
性别	1.680	0.466	0.009								
最高学历	2.940	0.432	-0.091	-0.089							
从事时长	3.330	1.565	0.712***	-0.073	-0.113						
岗位	2.780	1.454	-0.033	-0.116	-0.088	-0.133					
职称	2.180	1.264	-0.028	0.016	0.019	-0.207***	0.256***				
平均月工资	2.870	1.658	0.453***	-0.263***	0.036	0.431***	0.157**	-0.090			
工作压力	2.690	0.777	-0.005	-0.021	0.031	-0.030	0.039	0.016	0.000		
心理弹性	3.510	0.611	0.165**	-0.071	0.085	0.223***	0.046	0.002	0.082	-0.230***	
主观幸福感	3.510	0.552	0.238***	-0.007	0.013	0.270***	0.045	-0.045	0.107	-0.334***	0.609***

注:\*\*、\*\*\* 分别代表 0.05、0.01 的显著性水平。

### 1.3 多元回归分析结果

如表 3 所示,由模型 4 可知工作强度会明显削弱个体的生活幸福感水平( $\beta = -0.333, P < 0.01$ )。为确定心理弹性在工作压力与主观幸福感间的中介作用,采用 Wen Zhonglin 提出的方法进行检验<sup>[12]</sup>,由模型 2 可知工作压力与心理弹性存在显著负相关关系

( $\beta = -0.232, P < 0.01$ ),由模型 5 可知心理弹性与主观幸福感存在显著正相关关系( $\beta = 0.578, P < 0.01$ )。引入心理弹性后,模型 6 中工作压力对基层工作意愿的影响减小,即心理弹性在某种程度上干预了工作压力与主观幸福感的关系,并起到部分中介作用。

表3 多元回归分析结果

Tab. 3 Results of multivariate regression analysis

n = 212

	心理弹性			主观幸福感		
	模型 1	模型 2	模型 3	模型 4	模型 5	模型 6
控制变量						
年龄	0.025	0.033	0.105	0.117	0.091	0.099
性别	-0.050	-0.054	0.011	0.005	0.040	0.033
最高学历	0.123	0.130	0.062	0.073	-0.009	0.004
从事时长	0.265 **	0.254 **	0.237 **	0.222 **	0.084	0.089
岗位	0.092	0.100	0.103	0.115	0.050	0.063
职称	0.026	0.026	-0.026	-0.027	-0.041	-0.041
平均月工资	-0.073	-0.075	-0.060	-0.063	-0.018	-0.024
自变量						
工作压力		-0.232 ***		-0.333 ***		-0.211 ***
中介变量						
心理弹性					0.578 ***	0.525 ***
R <sup>2</sup>	0.075 **	0.129 ***	0.089 ***	0.200 ***	0.398 ***	0.440 ***
ΔR <sup>2</sup>	0.075 **	0.054 ***	0.089 ***	0.110 ***	0.309 ***	0.042 ***
F	2.376 **	3.755 ***	2.851 ***	6.325 ***	16.775 ***	17.624 ***
ΔF	2.376 **	12.468 ***	2.851 ***	28.005 ***	104.153 ***	15.100 ***

注: \*\*、\*\*\* 分别表示 0.05、0.01 的显著性水平。

## 2 结论与建议

研究表明,心理弹性在医务人员应对工作压力时发挥着至关重要的积极作用,能够对其主观幸福感水平产生深远影响,提升医务人员的心理弹性应被视为维护其身心健康的重要策略之一。医务人员的工作压力与其主观幸福感存在显著负相关关系。医务人员要找到适合自己的解压方法,减轻自身压力。为使工作有序进行,提升工作效率,减轻因工作失误带来的心理压力,医务人员应清楚自己的工作职责。具有较好心理弹性的医务人员在应对工作压力时可更好地适应与处理,进而保持高水平的主观幸福感。工龄与年龄较大的医务人员一般具有更高水平的心理弹性与主观幸福感,这可能是因为他们经历了更多的工作挑战,积累了更多的经验与技能,能够更好地应对工作压力。对此,可实行导师制,鼓励老职工多向新职工传授经验,分享成果,互帮互助,减轻新职工因缺少工作经验而产生的压力,帮助新职工增强心理弹性。医疗机构可为医务人员提供个体心理咨询服务,开辟心理咨询快捷专线,或利用网站进行咨询。还可针对医务人员定期开展心理健康教育讲座,把心理弹性纳入心理健康教育内容。可开展团体素质拓展训练,提升医务人员克服困难和解决问题的能力,有意识地培养医务人员的心理弹性。医务人员自身也要坦然面对压力,积极解决问题,可深入挖掘自身具备的积极人格、社会支

持与正能量,有效提升自身心理弹性。

## 参考文献:

- [1] 李能江,李豫川,周皓岚,等. 医务人员工作压力现状的调研分析及应对措施[J]. 医学理论与实践,2014,27(16):2126-2128.
- [2] 赵然,方晓义. 护士工作压力、应对方式与心理健康水平的关系[J]. 中国心理卫生杂志,2005,19(09):607-610.
- [3] Vaillant GE. Positive mental health: is there a cross-cultural definition? [J]. World Psychiatry, 2012, 11(02): 93-99.
- [4] 李玲,沈勤. 护士工作压力、A型行为类型与主观幸福感的关系[J]. 中国心理卫生杂志,2009,23(04):255-258.
- [5] 周丽丽,徐红红,谢中焱,等. 公务员的心理弹性对压力与主观幸福感关系的调节效应[J]. 中国健康心理学杂志,2015,23(09):1341-1346.
- [6] 赵晶,罗峥,王雪. 大学毕业生的心理弹性、积极情绪与心理健康的关系[J]. 中国健康心理学杂志,2010,18(09):1078-1080.
- [7] Friberg O, Hjerdal O, Rosenvinge JH, et al. Resilience as a moderator of pain and stress[J]. Journal of Psychosomatic Research, 2006, 61(02): 9-213.
- [8] 崔红霞,张英俊. 心理弹性对家庭支持与主观幸福感的中介作用[J]. 中国健康心理学杂志,2013,21(06):869-872.
- [9] 谢阳熙,范小庆. 大学生的压力知觉、情绪智力、心理弹性对生活满意度的影响[J]. 中国健康心理学杂志,2014,22(05):697-699.
- [10] 舒向荣. 医药研发外包组织员工工作满意度、工作压力与工作绩效的关系[D]. 天津:天津大学,2015.
- [11] 邢占军. 中国城市居民主观幸福感量表的编制研究[D]. 上海:华东师范大学,2003.
- [12] 温忠麟,张雷,侯杰泰,等. 中介效应检验程序及其应用[J]. 心理学报,2004,36(05):614-620.