·住院医师规范化培训·

# 住院医师规范化培训协同基地学员心理压力现状分析

刘晓鹏

南方医科大学附属佛山医院/佛山市第二人民医院科教科　528000

Email:869429433@qq.com

**【摘要】 目的**　分析市级住院医师规范化培训协同基地培训学员心理压力现状,探讨其心理健康问题。**方法**　运用整群方便抽样法, 选取某地市级协同基地在培的住院医师规范化培训学员(108人)为研究对象,采用自制心理压力量表进行测评,分为心理压力、情绪两维度,其中心理压力按压力强度分别给予 1~7 分,分值越高压力越大;情绪维度分别给予 1~10 分。运用 SPSS 19.0 进行描述性统计和方差分析测评住院医师规范化培训学员的一般情况和压力现状。**结果**　学员心理压力问题突出,就业压力成为最大压力来源(4.583 ± 2.939);其次分别为工作压力(4.269 ± 2.791)、学习压力(3.398 ± 2.782)、经济压力(3.167 ± 2.715)、人际关系压力(1.222 ± 2.088)、环境压力(1.065 ± 1.906)、情感压力(0.824 ± 1.723);各类压力之间差异有统计学意义($F$=44.68,$P$=0.000)。学员心理健康问题较为严峻,59.26%的规培学员偶尔感到压力,经常感到压力的人员比例占 35.19%,一直有压力问题的学员占 4.63%;学员焦虑情绪检出率为 64%,抑郁情绪检出率为 26%,自卑情绪检出率为 26%,各类情绪平均得分之间的差异有统计学意义($F$=24.19,$P$=0.000)。**结论**　规培学员心理压力和心理健康问题突出,准医生群体转型发展阶段应采取积极措施应对心理健康问题。

**【关键词】** 规培学员;　心理压力;　影响因素

**【中图分类号】** R197.3

**基金项目:**佛山市卫生和计划生育局医学科研课题(20170103)

DOI:10.3760/cma.j.issn.2095-1485.2019.07.019

**Analysis on the current situation of psychological stress of residents in the standardized training base**

*Liu Xiaopeng*

*Department of Science and Teaching, the Affiliated Hospital of Southern Medical University / The Second People's Hospital of Foshan, Foshan 528000, China*

**【Abstract】 Objective**　To analyze the status of psychological stress of trainees in the standardized cooperation training base for municipal hospital residents, and to discuss their mental health problems. **Methods**　Cluster random sampling method was used to select the standardized training trainees of resident physicians in a municipal cooperative base as the research object. Self-made psychological stress evaluation scale was divided into two dimensions: psychological stress and emotion. The emotional dimension was given 1 to 10 points respectively. Descriptive statistics and analysis of variance were used to evaluate the general situation and stress status of residents in standardized training. **Results**　The psychological stress of trainees is prominent, and the employment pressure is the biggest source of stress (4.583 ± 2.939). Other source are work pressure (4.269 ± 2.791), study pressure (3.398 ± 2.782), economic pressure (3.167 ± 2.715), interpersonal pressure (1.222 ± 2.088), environmental pressure (1.065 ± 1.906), and emotional pressure (0.824 ± 1.723). There are significant differences between different types of stress ($F$=44.68, $P$=0.000). Trainees' mental health problems are quite serious. 59.26% of the standardized

training students occasionally feel pressure, 35.19% often feel pressure, and 4.63% always feel pressure. The detection rate of anxiety, depression and inferiority is 64%, 26% and 26%, respectively. There are significant differences in the average scores of various emotions ($F$=24.19, $P$=0.000). **Conclusion** The psychological stress and mental health problems of residents in standardized training are prominent. Positive measures should be taken to deal with the mental health problems in prospective doctors groups in their transformation stage of development.

【**Key words**】 Standardized training residents;　Psychological pressure;　Affecting factors

**Fund program:** Medical Scientific Research Project of Foshan Health and Family Planning Bureau (20170103)

DOI:10.3760/cma.j.issn.2095-1485.2019.07.019

心理压力是在内外部环境共同作用下产生的一种顺应环境的紧张状态和身心健康问题[1]。住院医师规范化培训是我国毕业后继续医学教育的重要组成部分。作为医疗卫生事业的后备力量和新医改背景下的特殊医疗执业群体,其心理状况如何,是否适应目前规培的任务,应该引起整个社会关注。本研究通过对地市级协同基地学员的压力状况进行现状调查,旨在了解培训现状与心理健康状况的关系,以采取措施,提高心理应对能力,稳定医学人才队伍。

## 1　对象与方法

### 1.1　研究对象

本研究采用整群方便抽样法,抽取某地市级住院医师规范化培训协同基地在培的学员(以下简称“规培学员”)108 人为研究对象进行问卷调查。参照《住院医师规范化培训内容与标准(试行)》标准,结合基地实际情况设计调查问卷。所有研究对象对本研究相关内容均知情同意。研究对象采取匿名方式在网络平台资源填写问卷调查表。

### 1.2　研究方法

#### 1.2.1　基本情况调查

了解学员基本情况,包括性别、年龄、培训时间、专业、是否独生、收入情况、工作时长等。

#### 1.2.2　学员压力调查

查阅相关文献并咨询专家、规培学员,自行编制规培学员压力量表开展调查研究,经专家访谈对问卷条目和表达进行修改和确定,分为心理压力、情绪两维度。心理压力维度分为就业压力、工作压力、学习压力、情感压力、人际关系压力、经济压力、环境压力 7 个条目,按压力强度进行量化给分,分为 1~7 分;情绪维度包括积极情绪和消极情绪、平静等 3 个分维度,其中消极情绪分为抑郁、焦虑、自卑、郁闷、恐惧 5 个条目,积极情绪分为几乎没有感到愉快、偶尔愉快、经常愉快、一直感到愉快 4 个条目。情绪维度按照分值进行计分,分为 1~10 分。该压力量表的信度和效度已得到验证,重测其内部一致性系数和分半信度为 0.89 和 0.92, 表明量表内部一致性较高,性能稳定。

### 1.3　统计学方法

对调查问卷进行人工筛查,利用 Excel 建立数据库,运用 SPSS 19.0 软件进行数据处理与分析,定量资料均以均数±标准差表示,采取 ANOVA 分析和多元回归方法,两两比较采用 *SNK* 检验。检验水准 $\alpha$=0.05。

## 2　结果

本次研究共发放调查问卷 108 分,收回有效问卷 108 分,有效应答率为 100%。研究对象基本情况见表 1。

### 2.1　规培学员压力状况统计

规培学员中,一直感到存在压力的学员人数为 5 名(4.63%),经常感到压力的人数为 38 名(35.19%),偶尔感到压力者 64 名(59.26%),几乎没有感觉压力的学员仅 1 名(0.93%)。

### 2.2　规培学员压力源现状分析

就业压力成为最大压力来源;其次分别为工作

压力、学习压力、经济压力、人际关系压力、环境压力、情感压力。各类压力之间得分差异有统计学意义（$F$=44.68，$P$=0.000）（表 2）。

**表 1**　协同基地 108 名学员的基本情况[$n$（%）]

| 类别 | 分类 | 例数 |
|---|---|---|
| 性别 | 男 | 42（38.89） |
| | 女 | 66（61.11） |
| 学员属性 | 社会人 | 86（79.63） |
| | 单位人 | 5（4.63） |
| | 在读硕士 | 17（15.74） |
| 执业资质 | 是 | 74（68.52） |
| | 否 | 34（31.48） |
| 规培年限 | 第一年 | 42（38.89） |
| | 第二年 | 28（25.93） |
| | 第三年 | 38（35.18） |
| 是否独生子女 | 是 | 27（25.00） |
| | 否 | 81（75.00） |
| 婚恋状态 | 单身 | 50（46.30） |
| | 已婚未育 | 15（13.89） |
| | 未婚有恋人 | 31（28.70） |
| | 已婚已育 | 12（11.11） |
| 学历 | 硕士研究生（专硕） | 26（24.07） |
| | 硕士研究生（科硕） | 15（13.89） |
| | 本科 | 67（62.04） |
| 每周工作时间（h） | 40~50 | 35（32.41） |
| | 50~60 | 42（38.89） |
| | 60~70 | 22（20.37） |
| | 70 以上 | 9（8.33） |
| 每月经济收入（元） | 5 000~6 000 | 67（62.04） |
| | 6 000~7 000 | 22（20.37） |
| | 7 000~8 000 | 14（12.96） |
| | 8 000~9 000 | 3（2.78） |
| | 9 000~10 000 | 1（0.93） |
| | 10 000 以上 | 1（0.93） |

**表 2**　规培学员压力得分

| 压力源 | 压力得分 | $F$值 | $P$值 |
|---|---|---|---|
| 就业压力 | 4.583 ± 2.939 | | |
| 工作压力 | 4.269 ± 2.791 | | |
| 学习压力 | 3.398 ± 2.782 | | |
| 经济压力 | 3.167 ± 2.715 | 44.68 | 0.000 |
| 人际压力 | 1.222 ± 2.088 | | |
| 环境压力 | 1.065 ± 1.906 | | |
| 情感压力 | 0.824 ± 1.723 | | |

### 2.3　规培学员不同培训状态的压力源分析

不同性别的规培学员在工作压力、情感压力和经济压力上，差异有统计学意义（$P$<0.05）。学员属性方面，并轨专业型硕士比社会学员、单位学员在就业方面的压力更大；而社会学员的工作压力比单位学员、并轨培养的专业型硕士更大；有无执业资格对学员的影响主要是就业压力、人际压力和环境压力；培训时间方面，培训第二年的学员就业压力大于第三年和第一年的学员，而第一年的学员比第二年和第三年的学员人际压力更大；未婚学员比已婚学员承受更大的情感压力。学历方面，本科学历的学员比硕士学历的学员承受更大的工作压力和就业压力。工作时间方面，每周工作 70 h 以上的学员比其余工作时长的学员承受更大的工作压力（表 3）。

**表 3**　不同压力源之间的 *SNK* 检验

| 类别 | 分类 | 均值差 | 标准误 | 显著性 | 95%*CI* | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | 下限 | 上限 |
| 就业压力 | 工作压力 | 0.315 | 0.335 | 0.348 | −0.34 | 0.97 |
| | 学习压力 | 1.185[a] | 0.335 | 0.000[a] | 0.53 | 1.84 |
| | 经济压力 | 3.759[a] | 0.335 | 0.000[a] | 3.10 | 4.42 |
| | 人际压力 | 3.361[a] | 0.335 | 0.000[a] | 2.70 | 4.02 |
| | 环境压力 | 1.417[a] | 0.335 | 0.000[a] | 0.76 | 2.07 |
| | 情感压力 | 3.519[a] | 0.335 | 0.000[a] | 2.86 | 4.18 |
| 工作压力 | 学习压力 | 0.870[a] | 0.335 | 0.010[b] | 0.21 | 1.53 |
| | 经济压力 | 3.444[a] | 0.335 | 0.000[a] | 2.79 | 4.10 |
| | 人际压力 | 3.046[a] | 0.335 | 0.000[a] | 2.39 | 3.70 |
| | 环境压力 | 1.102[a] | 0.335 | 0.001[a] | 0.44 | 1.76 |
| | 情感压力 | 3.204[a] | 0.335 | 0.000[a] | 2.55 | 3.86 |
| 学习压力 | 经济压力 | 2.574[a] | 0.335 | 0.000[a] | 1.92 | 3.23 |
| | 人际压力 | 2.176[a] | 0.335 | 0.000[a] | 1.52 | 2.83 |
| | 环境压力 | 0.231 | 0.335 | 0.490 | −0.43 | 0.89 |
| | 情感压力 | 2.333[a] | 0.335 | 0.000[a] | 1.68 | 2.99 |
| 经济压力 | 人际压力 | −0.398 | 0.335 | 0.235 | −1.06 | 0.26 |
| | 环境压力 | −2.343[a] | 0.335 | 0.000[a] | −3.00 | −1.68 |
| | 情感压力 | −0.241 | 0.335 | 0.473 | −0.90 | 0.42 |
| 人际压力 | 环境压力 | −1.944[a] | 0.335 | 0.000[a] | −2.60 | −1.29 |
| | 情感压力 | 0.157 | 0.335 | 0.639 | −0.50 | 0.82 |
| 环境压力 | 情感压力 | 2.102[a] | 0.335 | 0.000 | 1.44 | 2.76 |

注：a，$P$ < 0.001；b，$P$ < 0.05

### 2.4　规培学员的情绪状况分析

住院医师学员情绪得分平均为（2.409 ± 1.917）；其中，消极情绪中，焦虑成为学员第一消极情绪（5.861 ± 4.521），其次为郁闷、抑郁、自卑、恐惧；平静情绪的平均得分为（3.648 ± 2.481）；积极情绪、消极情绪、平静情绪三类的差别有统计学意义（$F$=24.19，$P$=0.000）（表 4）。

**表 4**　不同类别的规培学员压力源分析（$\bar{x} \pm s$）

| 类别 | 就业压力 | 工作压力 | 学习压力 | 情感压力 | 人际压力 | 经济压力 | 环境压力 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 性别 | | | | | | | |
| 男（*n*=42） | 5.071 ± 2.718 | 3.810 ± 2.087 | 3.429 ± 2.724 | 1.143 ± 1.267 | 2.429 ± 1.199 | 3.643 ± 1.793 | 1.238 ± 1.085 |
| 女（*n*=66） | 4.272 ± 3.051 | 4.561 ± 2.174 | 3.379 ± 2.838 | 0.621 ± 0.244 | 2.091 ± 1.021 | 2.864 ± 2.057 | 0.955 ± 0.860 |
| *t* 值 | 1.383 | 1.989 | 0.091 | 3.262 | 1.566 | 2.015 | 1.504 |
| *P* 值 | 0.170 | 0.049 | 0.928 | 0.002 | 0.120 | 0.047 | 0.136 |
| 学员属性 | | | | | | | |
| 社会人（*n*=86） | 4.593 ± 2.888 | 4.581 ± 2.672 | 3.314 ± 2.817 | 0.965 ± 1.888 | 1.140 ± 1.953 | 3.081 ± 2.693 | 1.105 ± 1.088 |
| 单位人（*n*=5） | 1.600 ± 1.342 | 4.00 ± 3.674 | 3.6 ± 3.362 | 0.200 ± 0.447 | 0.400 ± 0.894 | 4 ± 3.674 | 0.800 ± 0.289 |
| 并轨专硕（*n*=17） | 5.706 ± 2.592 | 2.765 ± 1.796 | 3.765 ± 2.562 | 0.594 ± 0.288 | 1.882 ± 0.826 | 3.353 ± 2.668 | 0.941 ± 0.560 |
| *F* 值 | 4.190 | 3.480 | 0.200 | 0.740 | 1.760 | 0.310 | 0.370 |
| *P* 值 | 0.018 | 0.035 | 0.821 | 0.478 | 0.177 | 0.731 | 0.689 |
| 有无执业资格 | | | | | | | |
| 有（*n*=74） | 4.932 ± 2.815 | 4.189 ± 2.758 | 3.297 ± 2.808 | 1.770 ± 0.717 | 0.770 ± 0.575 | 3.243 ± 2.788 | 0.846 ± 1.082 |
| 无（*n*=34） | 3.824 ± 2.099 | 4.441 ± 2.894 | 3.618 ± 2.753 | 1.941 ± 0.757 | 2.206 ± 1.683 | 3.000 ± 2.582 | 1.324 ± 1.056 |
| *t* 值 | 2.047 | 0.434 | 0.555 | 1.131 | 6.580 | 0.430 | 2.148 |
| *P* 值 | 0.043 | 0.665 | 0.580 | 0.261 | 0.000 | 0.668 | 0.034 |
| 规培时间 | | | | | | | |
| 第一年（*n*=42） | 3.262 ± 3.108 | 4.310 ± 2.926 | 3.595 ± 2.905 | 0.976 ± 0.801 | 1.643 ± 0.336 | 3.381 ± 2.731 | 1.357 ± 1.151 |
| 第二年（*n*=28） | 5.464 ± 2.487 | 4.000 ± 2.762 | 3.286 ± 2.692 | 0.750 ± 0.669 | 1.536 ± 1.380 | 3.214 ± 2.740 | 0.714 ± 0.357 |
| 第三年（*n*=38） | 5.495 ± 2.553 | 4.421 ± 2.718 | 3.263 ± 2.767 | 0.711 ± 0.700 | 0.526 ± 0.289 | 2.895 ± 2.729 | 1.000 ± 0.559 |
| *F* 值 | 2.850 | 0.330 | 0.170 | 1.770 | 25.720 | 0.320 | 3.010 |
| *P* 值 | 0.000 | 0.723 | 0.844 | 0.175 | 0.000 | 0.726 | 0.054 |
| 是否独生子女 | | | | | | | |
| 是（*n*=27） | 4.222 ± 2.991 | 4.481 ± 2.723 | 2.889 ± 2.113 | 0.889 ± 0.739 | 1.370 ± 1.221 | 3.222 ± 2.966 | 1.148 ± 0.975 |
| 否（*n*=81） | 4.704 ± 2.930 | 4.198 ± 2.826 | 3.569 ± 2.734 | 0.802 ± 0.728 | 1.173 ± 1.054 | 3.148 ± 2.646 | 1.037 ± 0.894 |
| *t* 值 | 0.737 | 0.455 | 1.162 | 1.030 | 0.808 | 0.122 | 0.547 |
| *P* 值 | 0.463 | 0.650 | 0.248 | 0.882 | 0.421 | 0.903 | 0.586 |
| 婚恋状态 | | | | | | | |
| 未婚（*n*=81） | 4.778 ± 2.815 | 4.272 ± 2.752 | 3.383 ± 2.777 | 1.025 ± 0.923 | 1.183 ± 0.177 | 3.383 ± 2.601 | 1.074 ± 1.922 |
| 已婚（*n*=27） | 4.000 ± 3.270 | 4.259 ± 2.956 | 3.444 ± 2.847 | 0.222 ± 0.177 | 0.941 ± 0.745 | 2.519 ± 2.992 | 1.037 ± 1.891 |
| *t* 值 | 1.194 | 0.021 | 0.098 | 4.493 | 1.667 | 1.439 | 0.087 |
| *P* 值 | 0.235 | 0.983 | 0.922 | 0.000 | 0.098 | 0.153 | 0.931 |
| 学员学历 | | | | | | | |
| 专业型硕士（*n*=26） | 4.352 ± 1.269 | 3.000 ± 2.939 | 3.385 ± 2.815 | 0.862 ± 0.340 | 1.385 ± 0.434 | 3.115 ± 2.747 | 1.000 ± 0.789 |
| 科研型硕士（*n*=15） | 4.167 ± 1.137 | 3.600 ± 3.180 | 2.933 ± 2.039 | 1.000 ± 0.804 | 0.800 ± 0.699 | 3.733 ± 2.987 | 1.000 ± 0.813 |
| 本科（*n*=67） | 4.871 ± 1.046 | 4.910 ± 2.460 | 3.507 ± 2.765 | 0.925 ± 0.695 | 1.254 ± 1.040 | 3.060 ± 2.668 | 1.104 ± 0.993 |
| *F* 值 | 3.650 | 5.280 | 0.280 | 0.220 | 2.170 | 0.380 | 0.160 |
| *P* 值 | 0.029 | 0.006 | 0.757 | 0.801 | 0.119 | 0.686 | 0.852 |
| 每周工作时长（h） | | | | | | | |
| >40~50（*n*=35） | 4.371 ± 3.059 | 4.714 ± 1.826 | 3.257 ± 2.964 | 0.743 ± 0.482 | 0.971 ± 0.902 | 2.314 ± 2.118 | 0.929 ± 0.757 |
| >50~60（*n*=42） | 5.024 ± 2.850 | 3.929 ± 1.420 | 3.071 ± 2.726 | 1.027 ± 0.981 | 1.310 ± 0.342 | 3.476 ± 2.770 | 1.167 ± 1.099 |
| >60~70（*n*=22） | 4.409 ± 2.906 | 3.773 ± 2.218 | 3.864 ± 2.660 | 0.682 ± 0.493 | 1.409 ± 1.062 | 3.909 ± 2.724 | 1.636 ± 1.361 |
| >70 以上（*n*=9） | 3.778 ± 3.153 | 5.333 ± 2.140 | 4.333 ± 2.693 | 1.333 ± 1.162 | 1.333 ± 1.103 | 3.222 ± 2.774 | 0.989 ± 0.616 |
| *F* 值 | 0.620 | 3.510 | 0.760 | 2.270 | 1.790 | 2.110 | 2.220 |
| *P* 值 | 0.604 | 0.018 | 0.517 | 0.085 | 0.153 | 0.104 | 0.090 |

## 3　讨论

当前，我国的住院医师规范化培训制度尚处于不断完善阶段。有研究表明，与其他职业从业人员相比，住院医师的心理问题更加突出[2]。作为新生执业群体，他们在三年内要完成多个临床、辅助科室的轮转和培训，承担临床工作的同时不断参加各类别考试。根据国家住院医师规范化培训细则的要求，规培

**表 4**　规培学员的情绪状况分析

| 情绪 | 检出率[$n$(%)] | 得分($\bar{x} \pm s$) | $F$ 值 | $P$ 值 |
|---|---|---|---|---|
| 焦虑 | 69(64) | 5.861 ± 4.521 | 24.19 | 0.000 |
| 平静 | 46(43) | 3.648 ± 2.481 | | |
| 偶尔愉快 | 43(40) | 3.213 ± 2.086 | | |
| 郁闷 | 40(37) | 3.046 ± 2.100 | | |
| 经常愉快 | 34(31) | 2.769 ± 2.255 | | |
| 抑郁 | 28(26) | 2.083 ± 2.636 | | |
| 自卑 | 23(22) | 1.694 ± 1.350 | | |
| 恐惧 | 19(18) | 1.306 ± 1.981 | | |
| 一直愉快 | 7(6) | 0.241 ± 1.373 | | |
| 几乎没有感到愉快 | 7(6) | 0.231 ± 1.099 | | |

学员每个月平均要接受 4 次小讲课、2 次学查房、2 次疑难病例讨论、2 次操作示范的培训，繁重的学习压力和快节奏的工作状态以及面临的国家结业考核都给规培学员的心理带来影响。

本研究结果显示，规培学员面临工作、学习、考试、就业、经济收入、人际关系、内外部环境、情感等多重压力，身心疲惫，心理压力较为严峻，消极情绪凸显。99%的规培学员因压力导致消极情绪突出，焦虑情绪检出率为 64%，抑郁情绪检出率为 26%，自卑情绪检出率为 26%，与朱晓凤等[6-8]研究结果相近。

**3.1**　就业压力成为规培学员最大的压力来源

规培学员从医学院校毕业后，首先接受三年的规范化培训，在结束培训、考核合格后，还要面临就业。因临床医学本科专业不断扩招，应届毕业生进入规培队伍的人数逐渐增加，而各级医疗单位的就业岗位幅度不断收紧，部分单位甚至不再接收本科学历的医生，求职竞争激烈，导致本科学历的规培学员承受的就业压力大于硕士学历的规培学员和单位已确定的学员。此外，随着培训时间的推移和结业考核的临近，学员的就业压力增大，培训第三年的学员压力明显大于第一年和第二年的学员。

**3.2**　规培学员工作压力大

工作压力是规培学员承受的第二大压力。规培学员在培训期间，以“学生”身份接受培训和学习，同时以住院医师身份从事临床诊疗工作。目前，在大部分地市级医疗机构，均存在住院医师数量不足的现象，导致规培学员承担着高强度的工作。本研究结果显示，该基地学员平均每周工作时间 50~60 h，参加每日查房、每周业务学习、日常诊疗工作等，与国内的研究一致[3]。在取得执业医师资格证书后，规培学员还将参加独立值班等住院医师工作。加班在规培学员中成为普遍现象，工作量大而节假日匮乏，繁重的工作任务和培训，加上当前医疗环境紧张的现状，导致规培学员工作压力明显，精神焦虑紧张，身心疲惫，这在女性规培学员和本科学历的学员中表现尤其明显。

**3.3**　规培学员的学习压力

学习压力方面，医学知识的复杂性、综合性、更新快等特点，决定了规培学员在应对临床的同时，需要投入精力刻苦学习和锻炼。国家对规培的考核要求高，从日常考核、出科考核、年度考核，到结业考核，学习和考核过程贯穿整个培训过程，部分规培学员由于不适应繁重的学习任务，产生较大的心理压力无处释放，容易出现抑郁、焦虑等情绪问题[4]。

**3.4**　规培学员的经济压力和人际关系压力

本研究显示，经济收入是导致规培学员尤其是男性规培学员心理压力的重要因素。经济收入越高，规培学员心理压力越小。规培学员从学校毕业后，在传统成家立业的年纪进入基地参加培训，受中国传统文化的影响，男性在承担高负荷工作的同时，面临着买房、结婚、生子等一系列问题，个人生活问题、家庭问题压力重[5]。

中国是群体文化浓厚的国家，通过人际关系可以更好地促进积极情感的产生。由于规培学员三年时间要完成多个临床科室的轮转，意味着他们在短时间内需要快速建立新的人际关系，以快速应对科室的工作关系和同事关系带来的压力。此外，规培学员大部分为刚毕业不久的医学院校毕业生，临床经验少、业务能力较低，在医患关系紧张的大环境下，与患者如何建立信任、健康的医患沟通，成为规培学员面临的新挑战。在上述两方面压力下，规培学员的人际交往成为不容忽视的问题。研究结果显示人际交往的压力随着培训时间的推移逐渐减轻。

## 4　对策

为缓解规培学员压力带来的心理健康问题，协同基地积极采取措施，关注规培学员心理问题，积极采取措施。首先，医院放宽对规培学员就业的学历要求，对优秀的本科规培学员与硕士一起纳入招聘范畴。对未进入本协同基地工作的规培学员，给予试工假并积极向兄弟单位推荐，拓宽就业渠道。为

缓冲规培学员的工作压力，医院采取措施，一方面通过不断招聘新的员工充实医务人员队伍环节工作压力过大的矛盾；另一方面，医务科、科教科等多部门联合，积极出台相关措施，要求规培学员取得独立执业资格后，应在二线和住院总医师的指导下开展独立临床诊疗工作，科室主任、教学秘书、责任导师等日常给予协助和支持，并及时跟进规培学员的日常工作。为了缓解规培学员的经济压力，该协同基地不断提高规培学员的经济收入，在国家、省、市补贴的基础上，医院按 1:2 配套发放院级补助；将规培学员纳入绩效分配，不断增加经济收入。同时，定期召开规培学员座谈会、科室座谈会、定期交流规培学员现状，倾听规培学员心声，成立规培学员班级委员会，发挥规培学员参与各项工作的积极性和能动性，开展积极心理调适培训和拓展，缓冲人际关系、环境、情感等带来的压力和消极情绪[9-10]。

**利益冲突**　作者声明不存在利益冲突

**参考文献**

[1] 刘萌，刘明婷，廖淑梅. 医学硕士研究生心理压力源及应对方式调查[J]. 中国公共卫生，2010，26(6)：766-767.
Liu M, Liu MT, Liao SM. Investigation on psychological pressure source and coping styles of medical postgraduate students [J]. Chinese Journal of Public Health, 2010, 26(6): 766-767.

[2] 陈艾艾，刘仕方，郑华，等. 贵州省住院医师规范化培养现状调查与分析[J]. 辽宁医学院学报(社会科学版)，2016，14(3)：62-65. DOI: 10.3969/j.issn.1674-0416.2016.03.019.
Chen AA, Liu SF, Zheng H, et al. Study on the status of the standardized residents training in Guizhou Province [J]. Journal of Liaoning Medical University (Social Science Edition), 2016, 14(3): 62-65. DOI: 10.3969/j.issn.1674-0416.2016.03.019.

[3] 文进，郝天佑，胡秀英. 中国医生工作负荷的现况研究[J]. 中国循证医学杂志，2015，15(2)：133-136.
Wen J, Hao TY, Hu XY. Doctors' workload in China: a statusquo study [J]. Chin J Evid-based Med, 2015, 15(2): 133-136.

[4] 郝雁，闫琼. 某高校大学生心理压力与应对方式的实证研究[J]. 中国医学伦理学，2016，29(3)：404-407. DOI: 10.12026/j.issn.1001-8565.2016.03.12.
Hao Y, Yan Q. Empirical study on undergraduate students' psychological stress and coping styles [J]. Chinese Medical Ethics, 2016, 29(3): 404-407. DOI: 10.12026/j.issn.1001-8565.2016.03.12.

[5] 孙惠莲，夏俊杰，王昆，等. 深圳市住院医师规范化培训学员自评效果与满意度调查分析[J]. 中国卫生政策研究，2015(6)：68-73. DOI: 10.3969/j.issn.1674-2982.2015.06.012.
Sun HL, Xia JJ Wang K. Satisfaction and self-assessment effect of clinical resident standard training in Shenzhen city [J]. Chinese Journal of Health Policy, 2015(6): 68-73. DOI: 10.3969/j.issn.1674-2982.2015.06.012.

[6] 朱小凤，何玉霞，梁春蕾，等. 住院医师规范化培训学员的培训状况与心理健康的关系[J]. 重庆医学，2017，46(14)：2006-2007，2016. DOI: 10.3969/j.issn.1671-8348.2017.14.047.
Zhu XF, He YX, Liang CL, et al. The relationship between the training status and mental health of residents' standardized trainees [J]. Chongqing Medicine, 2017, 46(14): 2006-2007, 2016. DOI: 10.3969/j.issn.1671-8348.2017.14.047.

[7] 肖铮，张水华，杨滨滨，等. 住院医师规范化培训学员的心理压力分析及心理干预[J].中国继续医学教育杂志，2018，18(10)：3-5. DOI: 10.3969/j.issn.1674-9308.2018.18.002.
Xiao Z, Zhang SH, Yang BB, et al. Analysis of psychological stress and psychological intervention of standardized training students for resident doctors [J]. China Continuing Medical Education, 2018, 18(10): 3-5. DOI: 10.3969/j.issn.1674-9308.2018.18.002.

[8] 郭武华，王文英，杨人强，等. 住院医师规范化培训的现状调查与分析[J]. 科教文汇，2015(29)：155-157. DOI: 10.3969/j.issn.1672-7894.2015.29.075.
Guo WH, Wang WY, Yang RQ, et al. Questionnaire survey of standardized training of residents in Jiangxi Province [J]. The Science Education Article Cultures, 2015 (29): 155-157. DOI: 10.3969/j.issn.1672-7894.2015.29.075.

[9] 史光远，崔丽霞，雷雳，等. 大学生的压力、情绪与心理弹性[J]. 中国心理卫生杂志，2013，27(9)：703-708. DOI: 10.3969/j.issn.1000.6729.2013.09.013.
Shi GY, Cui LX, Lei L, et al. Stress, affect and resilience in college students [J]. Chinese Mental Health Journal, 2013, 27(9): 703-708. DOI: 10.3969/j.issn.1000.6729.2013.09.013.

[10] 刘志军，孙文彦，李现群，等. 工作压力对医学规培生主观幸福感的影响：心理资本的中介作用[J]. 遵义医学院学报，2018，41(5)：635-638. DOI: 10.14169/j.cnki.zunyixuebao.2018.0130.
Liu ZJ, Sun WY, Li XQ, et al. Influence of work stress on subjective well-being in interns: mediating effect of psychological capital [J]. Journal of Zunyi Medical University, 2018, 41(5): 635-638. DOI: 10.14169/j.cnki.zunyixuebao.2018.0130.

（收稿日期：2019-02-04）
（本文编辑：唐宗顺）