

مقایسه عوامل استرس‌زا در دانشجویان سال آخر پرستاری و مامایی دانشگاه‌های منتخب علوم پزشکی شهر تهران

دکتر ترانه تقوی لاریجانی*، فرهاد رضانی‌بدر**، علی‌رضا خاتونی***، زهرا منجمد****

چکیده

زمینه و هدف: دانشجویان پرستاری و مامایی، عوامل استرس‌زای متعددی را تجربه می‌کنند. به منظور کاهش استرس‌ها و پیشگیری از عواقب آن‌ها باید تدابیری اتخاذ گردد. هدف از این مطالعه مقایسه عوامل استرس‌زا بین دانشجویان سال آخر پرستاری و مامایی در دانشگاه‌های علوم پزشکی منتخب شهر تهران است. مقایسه عوامل استرس‌زا در دانشجویان پرستاری و مامایی می‌تواند شرایط زمینه‌ای کنترل‌کننده این عوامل را تا حدود زیادی مشخص کند.

روش بررسی: پژوهش حاضر از نوع توصیفی-تحلیلی و مقطعی است. نمونه‌های پژوهش شامل کلیه دانشجویان کارشناسی دختر سال آخر پرستاری و مامایی دانشگاه‌های علوم پزشکی تهران، ایران و شهید بهشتی در سال تحصیلی ۸۴-۸۳ بودند، که به روش سرشماری انتخاب شدند. از ۲۸۰ نفر دانشجویان سال آخر، تعداد ۳۶۳ نفر در پژوهش شرکت کردند. برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه استفاده شد که شامل متغیرهای فردی (۱۵ سؤال) و عوامل استرس‌زا (۵۴ سؤال) در سه حیطه محیط دانشگاه، محیط بالین و مسایل شخصی-اجتماعی می‌باشد. پس از تعیین اهم عوامل استرس‌زا توسط دانشجویان پرستاری و مامایی، کلیه عوامل استرس‌زا بین دانشجویان پرستاری و مامایی مورد مقایسه قرار گرفت. داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی نظیر شاخص‌های مرکزی (میانگین)، و آمار استنباطی نظیر آزمون χ^2 ، توسط نرم‌افزار SPSS تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که تعدادی از عوامل استرس‌زا نظیر مبهم بودن آینده شغلی، عدم کفایت حرفه‌ای هنگام فارغ التحصیلی، مراقبت از افراد در حال مرگ، فقدان هماهنگی بین آموزش و بالین، نگرانی در زمینه اشتغال و کاریابی و... به طور مشترک توسط دانشجویان پرستاری و مامایی عنوان شده است. همچنین بین برخی از عوامل استرس‌زا در حیطه تحصیل در دانشگاه (نظیر نارضایتی از رشته تحصیلی)، حیطه بالین (نظیر دانش بالینی ناکافی)، و حیطه شخصی-اجتماعی (نداشتن اعتماد به نفس) با رشته تحصیلی ارتباط آماری معناداری مشاهده می‌شود.

نتیجه‌گیری: دانشجویان پرستاری و مامایی در حیطه‌های تحصیل در دانشگاه، محیط بالین و شخصی-اجتماعی با استرس‌ورهای متعددی روبرو هستند که برخی از آن‌ها اهمیت بالایی دارد. همچنین در مواردی دانشجویان پرستاری و مامایی استرس‌های متفاوتی را تحمل می‌کنند که مقایسه آن‌ها زمینه‌ساز راهکارهای مؤثرتر در کاهش عوامل استرس‌زا فراهم می‌کند. لذا لازم است که مسئولین دانشکده‌ها برای کاهش عوامل استرس‌زا برنامه‌ریزی نموده و راهکارهای بهینه را به کار گیرند.

واژه‌های کلیدی: عوامل استرس‌زا، دانشجویان، پرستاری، مامایی

نویسنده مسؤول: دکتر
ترانه تقوی لاریجانی؛
دانشکده پرستاری و
مامایی دانشگاه علوم
پزشکی تهران

e-mail:
taghavi@sina.ac.ir

- دریافت مقاله: بهمن ماه ۱۳۸۵ - پذیرش مقاله: تیر ماه ۱۳۸۶

مقدمه

استرس یک پدیده چند بعدی پیچیده است که بر ارتباط پویای بین شخص و محیط متمرکز

می‌باشد. Admi به نقل از Lazarus می‌نویسد که استرس به وسیله ادراکات ذهنی شخص و تفسیر وی از موقعیتی که خارج از توانایی‌هایش بوده و می‌تواند باعث اختلال در سلامتی وی شود تعریف می‌گردد. همچنین استرس به عنوان

* استادیار گروه آموزشی روان‌پرستاری دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران
** مربی گروه آموزشی پرستاری داخلی جراحی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی زنجان
*** مربی گروه آموزشی پرستاری داخلی جراحی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه
**** مربی گروه آموزشی پرستاری داخلی جراحی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران

عامل تنش‌زا، پاسخ فرد به محرک و تعامل بین شخص و محیط نیز تعریف می‌شود (۱). به طور کلی استرس توسط همه افراد تجربه می‌شود و باید توجه نمود که درجاتی از استرس می‌تواند در افزایش و بهبود عملکرد افراد مؤثر باشد. شواهد نشان می‌دهد که اغلب موفقیت‌های انسان در شرایط پر استرس ایجاد می‌شود؛ اما درجات بالای استرس عواقب متعددی را در پی دارد که از آن جمله می‌توان به بیماری‌های جسمی و روانی، اضطراب، افسردگی، اختلالات خواب، بی‌قراری، تحریک‌پذیری، فراموشی، خستگی غیر عادی، کاهش مقاومت فرد و ابتلا به عفونت‌های مکرر، سر درد، کاهش تمرکز، اختلال در حافظه و کاهش توانایی حل مسأله اشاره نمود (۲ و ۳). تحقیقات نشان می‌دهد که دانشجویان علوم پزشکی از جمله دانشجویان پرستاری و مامایی در طول تحصیل خود عوامل استرس‌زای متعددی را تجربه می‌کنند (۴). Timmins و Kaliszer در مورد عوامل استرس‌زا در دانشجویان به عواملی نظیر ارتباط نامناسب بین مربی و دانشجویان و ترس از آسیب رساندن به بیمار اشاره می‌کنند (۵). به طور کلی این عوامل استرس‌زا را می‌توان به سه دسته عوامل مربوط به تحصیل در دانشگاه، عوامل بالینی و شخصی - اجتماعی تقسیم نمود (۶). در تحقیقی که توسط Jones در آمریکا در مورد دانشجویان پرستاری انجام شده، استرس‌های مربوط به تحصیل در دانشگاه شامل عدم رضایت از رشته تحصیلی، عدم هماهنگی آموزش نظری و بالینی، امتحانات، نامناسب بودن روش مطالعه، حجم زیاد تکالیف، کمبود وقت، و ترس از ناکامی در گذراندن واحد درسی و غیره می‌باشد (۷). همچنین مطالعه

Mahat در آمریکا نشان می‌دهد که دانشجویان پرستاری عوامل استرس‌زای متعددی را در محیط بالینی و مراکز درمانی تجربه می‌کنند که شامل ناکافی بودن دانش بالینی و تجربه انجام وظایف مراقبتی، عدم توانایی در استفاده از تجهیزات، عدم توانایی در مسئولیت‌پذیری، ترس از اشتباه در ارزیابی مراقبت و دارو درمانی، مراقبت از افراد در حال مرگ، فوت بیمار، ترس از موارد ناشناخته، ترس از آسیب زدن به بیمار، ترس از عدم برقراری ارتباط با بیمار، ترس از ابتلا به بیماری‌های عفونی نظیر ایدز، فقدان هماهنگی بین یادگیری‌های آموزشی و بالینی، و ارزشیابی عملکرد بالینی دانشجویان توسط مدرسان می‌باشد (۸). در مورد عوامل استرس‌زای شخصی و اجتماعی نیز Omigbodun و همکاران طی تحقیقی در نیجریه به این نتیجه رسیده‌اند که استرس‌های فراوانی دانشجویان را تهدید می‌کند. از جمله این استرس‌ها می‌توان ابتلا به بیماری جسمی یا روانی، نداشتن اعتماد به نفس، مشکلات مالی، مشکلات خانوادگی، مشکلات رفت و آمد، ناکافی بودن تسهیلات تفریحی، ازدحام محل زندگی، روابط بین فردی نامناسب، نگرانی در زمینه اشتغال و کاریابی، مشکلات در زمینه ازدواج و تشکیل خانواده را نام برد (۹).

در ایران نیز تحقیقات انجام شده در خرم‌آباد، یزد و یاسوج در مورد عوامل استرس‌زا بیانگر آن است که دانشجویان پرستاری تحت تأثیر عوامل استرس‌زای متعددی قرار دارند. از جمله این عوامل تنش‌زا عبارت‌اند از: تعداد زیاد دانشجویان در بخش، وجود ارتباطات غیر مؤثر بین مربی و دانشجو،

دانشگاه‌های منتخب علوم پزشکی شهر تهران طراحی و انجام گردید.

روش بررسی

واحدهای مورد پژوهش، کلیه دانشجویان کارشناسی دختر سال آخر پرستاری و مامایی دانشگاه‌های علوم پزشکی تهران، ایران و شهید بهشتی در سال تحصیلی ۸۴-۸۳ بودند، که به روش سرشماری انتخاب شدند. از ۲۸۰ نفر دانشجویان دختر سال آخر پرستاری و مامایی، تعداد ۳۶۳ نفر در پژوهش شرکت کردند. علت انتخاب دانشجویان سال آخر پرستاری و مامایی برای مطالعه، درگیری طولانی مدت آن‌ها با تحصیل در محیط دانشگاه و محیط‌های بالینی، و همچنین آشنایی بیشتر آن‌ها با امکانات و تجهیزات موجود برای انطباق با عوامل تنش‌زای احتمالی بود. همچنین با توجه به این که همه دانشجویان مامایی دختر هستند، برای مقایسه دانشجویان پرستاری و مامایی و به منظور کنترل مخدوش‌کنندگی متغیر جنس، فقط دانشجویان پرستاری دختر انتخاب شدند. قبل از شروع مطالعه رضایت دانشجویان کسب گردید و به آن‌ها اطمینان داده شد که هویت‌شان محرمانه خواهد ماند.

ابزار جمع‌آوری اطلاعات پرسشنامه‌ای مشتمل بر دو بخش بود. بخش اول شامل ۱۵ سؤال در مورد متغیرهای فردی (سن، رشته تحصیلی، ترم تحصیلی، محل سکونت، وضعیت تأهل، وضعیت اقتصادی، در قید حیات بودن والدین، اشتغال در حین تحصیل، میزان تحصیلات والدین، وضعیت تحصیلی در یک سال گذشته)، و بخش دوم شامل ۵۴ سؤال پیرامون عوامل استرس‌زا بود که توسط محققان با استفاده از اطلاعات سایر پژوهش‌ها در ۳ حیطه مربوط به

روشن نبودن اهداف کارآموزی، فقدان مربی ثابت در بخش‌ها، فقدان آمادگی لازم دانشجویان هنگام حضور بر بالین بیمار، ترس از ابتلا به بیماری‌های عفونی، در دسترس نبودن وسایل مراقبت از بیمار، انجام مراقبت‌های اولیه از بیمار در حضور دیگران، عدم دسترسی به مربی در مواقع اورژانس، کمبود امکانات دانشگاه، حجم زیاد درس‌ها، دوری از خانواده، و عدم رضایت از رشته تحصیلی (۱۰-۱۲).

هر فردی در زندگی خود استرس را تجربه می‌کند به طوری که محیط اجتماعی (کار - محل تحصیل) به تنهایی بزرگ‌ترین منبع استرس به شمار می‌رود، زیرا مسایل و موضوعات پیچیده، ساعات طولانی فعالیت و غیره از جمله عوامل عمومی در ایجاد استرس هستند.

با توجه به این که هدف از آموزش فراهم کردن تجربیات آکادمیک و بالینی در محیطی است که یادگیری دانشجویان و پیشرفت وی را به عنوان یک فرد آرایه‌کننده مراقبت تسهیل کند (۶) و با عنایت به وجود عوامل استرس‌زای متعدد در دانشجویان، باید تدابیری اتخاذ گردد تا استرس‌های فردی و محیطی دانشجویان شناسایی شده و در صورت امکان کاهش یابد و از عواقب آن پیشگیری شود (۱۳). مسلماً درک عوامل مهم استرس‌زا در دانشجویان و شناسایی تفاوت‌های موجود احتمالی در رشته‌های تحصیلی پرستاری و مامایی مسئولین دانشکده‌ها را قادر می‌سازد تا برای کاهش این عوامل استرس‌زا برنامه‌ریزی نموده و اقدامات لازم را انجام دهند. لذا این مطالعه با هدف مقایسه عوامل استرس‌زا در دانشجویان دختر سال آخر رشته‌های پرستاری و مامایی

تحصیل در دانشگاه، محیط بالین و مسایل شخصی-اجتماعی تدوین گردید. در مورد سؤالات مربوط به عوامل استرس‌زا از پاسخ بلی - خیر برای تعیین عوامل مهم استرس‌زا استفاده شد. همچنین ملاک مورد استفاده برای تعیین عوامل مهم استرس‌زا بر اساس دیدگاه دانشجویان مورد پژوهش، بدین نحو بود که حداقل ۹۰٪ دانشجویان پرستاری یا مامایی به آن جواب بلی داده باشند.

برای تعیین روایی پرسشنامه از روش روایی محتوای استفاده گردید و از اعضای هیأت علمی دانشکده‌های پرستاری تهران، ایران و شهید بهشتی نظرخواهی شد. جهت کسب پایایی پرسشنامه، از روش بازآزمایی (test-retest) استفاده شد که ضریب همبستگی آن ۰/۸۳ بود. برای انجام مطالعه ابتدا پژوهشگران به بیمارستان‌های محل کارآموزی دانشجویان مورد پژوهش مراجعه نمودند و پس از کسب رضایت، پرسشنامه در اختیار آن‌ها قرار گرفت تا تکمیل نمایند. متغیرهای این مطالعه از نوع کمی و کیفی هستند که با استفاده از آمار توصیفی نظیر شاخص‌های مرکزی (میانگین)، جداول توزیع فراوانی، شاخص‌های پراکندگی (انحراف معیار) و آمار استنباطی نظیر آزمون χ^2 ، توسط نرم‌افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار سن دانشجویان پرستاری $28 \pm 1/23$ و دانشجویان مامایی $22 \pm 1/10$ بود. اکثر دانشجویان پرستاری (۷۵/۹٪) و مامایی (۸۲/۶٪) مجرد بودند و بیشتر آن‌ها (۳۸/۱٪ پرستاری و

۴۴/۲٪ مامایی) در دانشگاه علوم پزشکی تهران تحصیل می‌کردند. اکثر دانشجویان پرستاری (۵۳/۴٪) در ترم هفتم و اکثر دانشجویان مامایی (۵۶/۸٪) در ترم هشتم مشغول به تحصیل بودند و معدل ترم قبل اکثر دانشجویان پرستاری (۶۱/۲٪) و مامایی (۷۷/۹٪) به ترتیب ب و الف بود. اکثر دانشجویان پرستاری (۶۱/۶٪) و مامایی (۵۰/۵٪) نزد خانواده زندگی می‌کردند. بخش عمده‌ای از دانشجویان پرستاری (۶۰٪) ساکن در خوابگاه شرایط آن را متوسط و اکثر دانشجویان مامایی (۵۲/۴٪)، ضعیف ارزیابی نمودند. اکثر دانشجویان پرستاری (۸۴/۳٪) و مامایی (۸۸/۴٪) وضعیت اقتصادی خود را متوسط ارزیابی کردند و اکثریت دانشجویان پرستاری (۹۵/۹٪) و مامایی (۹۱/۶٪) اشتغال در حین تحصیل نداشتند.

در مورد اهمیت برخی عوامل استرس‌زا از دیدگاه دانشجویان پرستاری و مامایی یافته‌ها حاکی از آن است که چندین عامل (۲۸ عامل از ۵۴ عامل استرس‌زا) در حیطه‌های مختلف تحصیل در دانشگاه، محیط بالین، و شخصی-اجتماعی از نظر اکثر دانشجویان مورد پژوهش (حداقل ۹۰٪) مهم تلقی شده و برای آن‌ها استرس‌زا بوده است. از بین ۲۸ عامل استرس‌زای مهم ۱۵ مورد از آن‌ها در بیش از ۹۰٪ از هر دو گروه دانشجویان پرستاری و مامایی به طور مشترک به عنوان عامل استرس‌زا مطرح بوده است (جدول شماره ۱)، از ۱۳ مورد باقیمانده، ۱۱ مورد شامل عدم رضایت از رشته تحصیلی، مشخص نبودن نقش حرفه‌ای در دوران تحصیل، نگرش نامناسب جامعه به رشته تحصیلی، ناکافی بودن دانش بالینی، عدم توانایی استفاده از تجهیزات، ترس از اشتباه در مراقبت از بیمار، جو

غیر دوستانه در بخش‌ها، تعامل نامناسب با تیم درمان، نداشتن اعتماد به نفس، مشکلات ایاب و ذهاب به بیمارستان و مشکلات در زمینه ازدواج و تشکیل خانواده فقط در دانشجویان پرستاری به عنوان عوامل استرس‌زای مهم مطرح شده و دو مورد دیگر شامل حجم زیاد تکالیف و ارایه تکالیف دروس بالینی فقط در دانشجویان مامایی به عنوان عوامل استرس‌زای مهم مطرح شده است.

در مقایسه عوامل استرس‌زای مهم بین دو گروه دانشجویان پرستاری و مامایی، آزمون آماری χ^2 نشان داد بین متغیر رشته تحصیلی (پرستاری و مامایی) با عوامل استرس‌زای تحصیل در دانشگاه شامل عدم رضایت از رشته تحصیلی، مشخص نبودن نقش حرفه‌ای در دوران

تحصیل و نگرش نامناسب جامعه به رشته تحصیلی ارتباط معناداری وجود دارد و در سایر موارد ارتباط معنادار آماری یافت نشد. همچنین بین متغیر رشته تحصیلی با عوامل استرس‌زای محیط بالین شامل ناکافی بودن دانش بالینی، عدم توانایی استفاده از تجهیزات، ترس از اشتباه در مراقبت از بیمار، جو غیر دوستانه در بخش‌ها، ارایه تکالیف دروس بالینی و تعامل نامناسب با تیم درمان ارتباط معناداری وجود دارد. همچنین بین متغیر رشته تحصیلی با عوامل استرس‌زای شخصی - اجتماعی شامل نداشتن اعتماد به نفس، مشکلات رفت و آمد به بیمارستان و مشکلات در زمینه ازدواج و تشکیل خانواده ارتباط معناداری وجود دارد (جدول شماره ۲).

جدول ۱: عوامل استرس‌زای مشترک در بین دانشجویان پرستاری و مامایی دانشگاه‌های علوم پزشکی منتخب شهر تهران در سه حیطه تحصیل در دانشگاه، محیط‌های بالینی و عوامل شخصی - اجتماعی در سال ۱۳۸۴

عوامل استرس‌زا*	حیطه
مبهم بودن آینده شغلی	حیطه تحصیل در دانشگاه
کمبود وقت جهت مطالعه و انجام تکالیف	
نامناسب بودن روش تدریس توسط اساتید	
فشرده بودن برنامه‌های درسی	
عدم کفایت حرفه‌ای هنگام فارغ التحصیلی	
طولانی بودن ساعت کلاس‌ها	
مراقبت از افراد در حال مرگ	حیطه محیط‌های بالینی
فوت بیمار	
ترس از موارد ناشناخته	
ترس از آسیب زدن به بیمار	
فقدان هماهنگی بین آموزش و بالین	
ارزشیابی عملکرد بالینی توسط مربی	
نگرانی در زمینه اشتغال و کاریابی	حیطه عوامل شخصی - اجتماعی
ناکافی بودن تسهیلات رفاهی جامعه	

* بیش از ۹۰٪ از هر دو گروه دانشجویان مورد بررسی (پرستاری و مامایی) این عوامل را به عنوان عوامل استرس‌زا مطرح کرده‌اند.

جدول ۲: مقایسه عوامل استرس‌زای غیر مشترک در بین دانشجویان پرستاری و مامایی دانشگاه‌های علوم پزشکی منتخب

شهر تهران در سه حیطه تحصیل در دانشگاه، محیط‌های بالینی و عوامل شخصی - اجتماعی در سال ۱۳۸۴

نتیجه آزمون	مامایی						پرستاری						رشته پاسخ فراوانی عوامل استرس‌زا	
	جمع		خیر		بلی		جمع		خیر		بلی			
	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد		
$p < .001$	۱۰۰	۹۵	۴۹/۵	۴۷	۵۰/۵	۴۸	۱۰۰	۲۶۸	۳/۷	۱۰	۹۶/۳	۲۵۸	عدم رضایت از رشته تحصیلی	حیطه تحصیل در دانشگاه
$p < .001$	۱۰۰	۹۵	۲۰	۱۹	۸۰	۷۶	۱۰۰	۲۶۸	۲/۲	۶	۹۷/۸	۲۶۲	مشخص نبودن نقش حرفه‌ای در دوران تحصیل	
$p < .001$	۱۰۰	۹۵	۶۹/۵	۶۶	۳۰/۵	۲۹	۱۰۰	۲۶۸	۵/۶	۱۵	۹۴/۴	۲۵۳	نگرش نامناسب جامعه به رشته تحصیلی	
$p = .02$	۱۰۰	۹۵	۳/۲	۳	۹۶/۸	۹۲	۱۰۰	۲۶۸	۱۱/۲	۳۰	۸۸/۸	۲۳۸	حجم زیاد تکالیف	
$p = .002$	۱۰۰	۹۵	۱۲/۶	۱۲	۸۷/۴	۸۳	۱۰۰	۲۶۸	۳/۷	۱۰	۹۶/۳	۲۵۸	ناکافی بودن دانش بالینی	حیطه محیط‌های بالینی
$p < .001$	۱۰۰	۹۵	۲۲/۱	۲۱	۷۷/۹	۷۴	۱۰۰	۲۶۸	۶/۷	۱۸	۹۳/۳	۲۵۰	عدم توانایی استفاده از تجهیزات	
$p < .001$	۱۰۰	۹۵	۶۴/۲	۶۱	۳۵/۸	۳۴	۱۰۰	۲۶۸	۳/۷	۱۰	۹۶/۳	۲۵۸	ترس از اشتباه در مراقبت از بیمار	
$p < .001$	۱۰۰	۹۵	۵۰/۵	۴۸	۴۹/۵	۴۷	۱۰۰	۲۶۸	۳/۷	۱۰	۹۶/۳	۲۵۸	جو غیر دوستانه در بخش‌ها	
$p < .001$	۱۰۰	۹۵	۵۷/۹	۵۵	۴۲/۱	۴۰	۱۰۰	۲۶۸	۵/۶	۱۵	۹۴/۴	۲۵۳	تعامل نامناسب با تیم درمان	
$p < .001$	۱۰۰	۹۵	۲/۱	۲	۹۷/۹	۹۳	۱۰۰	۲۶۸	۱۴/۶	۳۹	۸۵/۴	۲۲۹	ارایه تکالیف دروس بالینی	
$p < .001$	۱۰۰	۹۵	۶۷/۴	۶۴	۳۲/۶	۳۱	۱۰۰	۲۶۸	۸/۶	۲۳	۹۱/۴	۲۴۵	نداشتن اعتماد به نفس	حیطه عوامل شخصی - اجتماعی
$p < .001$	۱۰۰	۹۵	۴۰	۳۸	۶۰	۵۷	۱۰۰	۲۶۸	۶	۱۶	۹۴	۲۵۲	مشکلات ایاب و زهاب به بیمارستان	
$p < .001$	۱۰۰	۹۵	۲۲/۱	۲۱	۷۷/۹	۷۴	۱۰۰	۲۶۸	۳/۴	۹	۹۶/۶	۲۵۹	مشکلات در زمینه ازدواج و تشکیل خانواده	

بحث

یافته‌های پژوهش نشان داد که دانشجویان پرستاری و مامایی مورد مطالعه در معرض عوامل استرس‌زای متعددی قرار دارند. در تحقیقاتی که توسط Omigbodun و همکاران، Mahat،

Jones و Standfest، Oermann انجام شده نتایج مشابهی به دست آمده است. بنابراین با توجه به تعدد عوامل استرس‌زا، علاوه بر این که مسئولین و مدیران باید راهکارهای مناسب برای کنترل این عوامل را طراحی و اجرا نمایند، به نظر می‌رسد

آموزش شیوه‌های مقابله با استرس می‌تواند کمک قابل توجهی به دانشجویان نماید. سلمانی باروق و همکاران به نقل از Phipps و همکاران می‌نویسند: شیوه‌های مقابله با استرس شامل مجموعه فعالیت‌هایی نظیر کمک گرفتن از اطرافیان جهت انجام کارها، استقبال از حمایت و پشتیبانی دیگران، واقع بین بودن، ورزش، تغذیه مناسب، خواب و استراحت، نوشتن افکار و احساسات خود، قبول خود و غیره می‌باشد (۱۴).

با توجه به این که مقایسه عوامل استرس‌زا در دانشجویان پرستاری و مامایی و کشف تفاوت‌های موجود در آن‌ها می‌تواند شرایط زمینه‌ای کنترل‌کننده این عوامل را تا حدود زیادی مشخص کند، لذا محور اصلی بحث در این مقاله آن دسته از عوامل استرس‌زای مهمی است که در دو گروه دانشجویان پرستاری و مامایی تفاوت‌های آماری معنادار داشته‌اند. البته عوامل استرس‌زای مهمی که در دو گروه دانشجویان پرستاری و مامایی مشترک بوده و تفاوت آن‌ها از نظر آماری معنادار نیست، در جای خود به عنوان عوامل استرس‌زای مهم قابل تأمل می‌باشند.

نتایج پژوهش حاکی از آن است که در حیطه تحصیل در دانشگاه بین رشته تحصیلی (پرستاری و مامایی) و استرس‌زا بودن عواملی نظیر عدم رضایت از رشته تحصیلی، مشخص نبودن نقش حرفه‌ای در دوران تحصیل، نگرش نامناسب جامعه به رشته تحصیلی ارتباط معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، استرس‌زا بودن عدم رضایت از رشته تحصیلی، مشخص نبودن نقش حرفه‌ای در دوران تحصیل، و نگرش نامناسب جامعه به رشته تحصیلی از نظر

دانشجویان پرستاری بیش از دانشجویان مامایی است. به نظر پژوهشگران مشخص نبودن نقش حرفه‌ای در دوران تحصیل، و نگرش نامناسب جامعه به رشته تحصیلی نیز به نوبه خود می‌تواند باعث نارضایتی از رشته تحصیلی شود. از علل مشخص نبودن نقش حرفه‌ای در دوران تحصیل می‌توان به عدم توجه کافی به این مقوله در رسالت و دیدگاه دانشکده‌های پرستاری اشاره نمود. به طور یقین، در این مورد کسب نظر از صاحب‌نظران حرفه پرستاری، گنجانیدن واحد درسی پیرامون مسؤولیت‌ها و ارزش‌های حرفه‌ای در برنامه آموزشی دانشجویان و رایحه مشاوره به آنان می‌تواند راه‌گشا باشد. در مورد نگرش نامناسب جامعه به رشته تحصیلی، ممکن است که عواملی نظیر پایین بودن کیفیت خدمات پرستاری، پایین بودن درآمد، سختی کار، و مسایل فرهنگی-اجتماعی مرتبط با حضور فعال زنان در جامعه نقش داشته باشد.

در حیطه عوامل مربوط به محیط بالین یافته‌ها حاکی از آن است که بین رشته تحصیلی (پرستاری و مامایی) و استرس‌زا بودن عواملی چون ناکافی بودن دانش بالینی، عدم توانایی استفاده از تجهیزات، ترس از ارتکاب اشتباه در مراقبت از بیمار، جو غیردوستانه در بخش‌ها، تعامل نامناسب با تیم درمان و رایحه تکالیف دروس بالینی ارتباط معناداری وجود دارد. با توجه به این که دانشجویان پرستاری در مقایسه با دانشجویان مامایی، با طیف بیشتری از بیماران و مددجویان در ارتباط هستند و در محیط‌های بالینی گوناگون قرار می‌گیرند، لذا در اثر عوامل

استرس‌زای مختلف نظیر عدم کفایت دانش بالینی، ناتوانی در استفاده از تجهیزات و ترس از ارتکاب اشتباه در مراقبت از بیمار بیشتر دچار تنش می‌شوند. در مورد تعامل نامناسب با تیم درمان، به نظر می‌رسد که مبهم بودن نقش و جایگاه حرفه‌ای پرستاران در این خصوص نقش قابل توجهی داشته باشد. در این مورد رژه به نقل از Burnard بیان می‌دارد که فقدان ارتباط صحیح بین تیم درمان، به ویژه بین پرستار و پزشک، از جمله عوامل استرس‌زای شاخص در بین پرستاران می‌باشد (۲). در خصوص ارایه تکالیف دروس بالینی می‌توان به عواملی نظیر تفاوت در شیوه ارزشیابی مربیان و احتمالاً مشخص نبودن کامل اهداف و تکالیف دانشجویان در دوره‌های بالینی اشاره نمود. در این مورد فرنیسا در پژوهش خود تحت عنوان بهره‌وری در آموزش بالینی از دیدگاه دانشجویان پرستاری و مامایی می‌نویسد، بیش از نیمی از دانشجویان مورد مطالعه معتقد بودند که اهداف کارآموزی و وظایف آن‌ها در محیط بالینی برایشان مشخص نیست (۱۵). همچنین تعامل نامناسب بین دانشجو و مربی و عدم ارتباط مناسب بین آن‌ها نیز احتمالاً می‌تواند بر روی کلیه عوامل استرس‌زا در محیط بالین از جمله ارایه تکالیف بالینی مؤثر باشد. در تحقیقی که توسط ساکی و همکاران انجام شد، یکی از استرس‌های مهم در محیط بالین ارتباط نامناسب بین مربی و دانشجویان مطرح شده است. Timmins و Kaliszer نیز در تحقیق خود تحت عنوان «عوامل مؤثر بر استرس دانشجویان پرستاری در برنامه آموزش پرستاری»، ارتباط نامناسب

بین مربی و دانشجویان را از عوامل مؤثر در استرس دانشجویان بیان نموده‌اند (۵). در حیطه شخصی - اجتماعی، یافته‌ها مبین آن است که بین رشته تحصیلی (پرستاری و مامایی) و استرس‌زا بودن عواملی نظیر عدم اعتماد به نفس، مشکلات رفت و آمد به بیمارستان و مشکلات در زمینه ازدواج و تشکیل خانواده ارتباط معناداری وجود دارد. به نظر می‌رسد که عواملی نظیر نامشخص بودن جایگاه حرفه‌ای و نگرش نامناسب جامعه نسبت به رشته پرستاری، باعث تشدید کاهش اعتماد به نفس و همچنین مشکلات در زمینه ازدواج و تشکیل خانواده در بین دانشجویان پرستاری در مقایسه با دانشجویان مامایی می‌شود.

با توجه به این که عوامل استرس‌زای زیادی توسط دانشجویان مورد پژوهش به عنوان عوامل استرس‌زای مهم مطرح شده‌اند، توصیه می‌شود که علاوه بر تعیین این عوامل در دانشجویان با روش‌های پژوهشی مناسب، علل زمینه‌ای ایجادکننده استرس نیز تعیین گردد تا با شناخت آن‌ها تصمیمات مناسبی برای مقابله و کنترل استرس‌ها اتخاذ گردند.

البته مقایسه عوامل استرس‌زا در دانشجویان پرستاری و مامایی و کشف تفاوت‌های موجود در تحقیق حاضر می‌تواند احتمالاً شرایط زمینه‌ای کنترل‌کننده این عوامل را تا حدود زیادی مشخص کند.

نتیجه‌گیری

دانشجویان پرستاری و مامایی در حیطه‌های تحصیل در دانشگاه، محیط بالین و شخصی - اجتماعی با استرس‌ورهای متعددی

و مامایی می‌تواند زمینه مناسبی برای آرایه راه‌کارهای مؤثرتر در کاهش عوامل استرس‌زا فراهم کند.

تشریح و قدردانی

این مقاله نتیجه طرح تحقیقاتی مصوب دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران به شماره قرارداد ۲۴۹۷ مورخ ۸۴/۸/۲۹ می‌باشد که با حمایت مالی معاونت محترم پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی تهران در دانشکده‌های پرستاری و مامایی تهران، ایران، و شهید بهشتی به اجرا در آمده است. در پایان از کلیه دانشجویان عزیز که با جدیت تمام به سؤالات پاسخ داده و مساعدت لازم را جهت انجام این مطالعه فراهم نمودند، تشکر و سپاسگزاری می‌نماییم.

روبرو هستند. تعدادی از عوامل، از قبیل مبهم بودن آینده شغلی، کمبود وقت جهت مطالعه و انجام تکالیف، نامناسب بودن روش تدریس توسط اساتید، فشرده بودن برنامه‌های درسی، عدم کفایت حرفه‌ای هنگام فارغ‌التحصیلی، طولانی بودن ساعت کلاس‌ها، نگرانی در زمینه اشتغال و کاریابی و ناکافی بودن تسهیلات رفاهی جامعه به طور مشترک هم از سوی دانشجویان پرستاری و هم مامایی به عنوان عوامل استرس‌زا اعلام شده‌اند. در عین حال در هر سه حیطه یاد شده عوامل استرس‌زایی ذکر گردیده است که ارتباط معنادار آماری با رشته تحصیلی دانشجویان دارد، مثل عدم رضایت از رشته تحصیلی، ناکافی بودن دانش بالینی، مشکلات در زمینه ازدواج و تشکیل خانواده و ... ضمن توجه به عوامل استرس‌زای مشترک، مقایسه عوامل استرس‌زای رشته‌های پرستاری

منابع

- 1 - Admi H. Nursing students' stress during the initial clinical experience. *J Nurs Educ.* 1997; 36(7): 323-7.
- ۲ - رژه ناهید، فقیه‌زاده سقراط. بررسی عوامل استرس‌زا و شیوه‌های مقابله با آن‌ها در پرستاران. دوماهنامه دانشور رفتار دانشگاه شاهد. اردیبهشت ۱۳۸۱؛ ۹(۳۸): ۱۵.
- 3 - Beddoe AE, Murphy SO. Does mindfulness decrease stress and foster empathy among nursing students?. *J Nurs Educ.* 2004; 43(7): 305-12.
- 4 - Oermann MH, Standfest KM. Differences in stress and challenge in clinical practice among ADN and BSN students in varying clinical courses. *J Nurs Educ.* 1997; 36(5): 228-33.
- 5 - Timmins F, Kaliszer M. Aspects of nurse education programmes that frequently cause stress to nursing students -- fact-finding sample survey. *Nurse Educ Today.* 2002; 22(3): 203-11.
- 6 - Shipton SP. The process of seeking stress-care: coping as experienced by senior baccalaureate nursing students in response to appraised clinical stress. *J Nurs Educ.* 2002; 41(6): 243-56.
- 7 - Jones MC, Johnston DW. Distress, stress and coping in first-year student nurses. *J Adv Nurs.* 1997; 26(3): 475-82.
- 8 - Mahat G. Stress and coping: junior baccalaureate nursing students in clinical settings. *Nurs Forum.* 1998; 33(1): 11-9.
- 9 - Omigbodun OO, Onibokun AC, Yusuf BO, Odugogbe AA, Omigbodun AO. Stressors and counseling needs of undergraduate nursing students in Ibadan, Nigeria. *J Nurs Educ.* 2004; 43(9): 412-5.
- ۱۰- ساکی ماندانا. بررسی عوامل استرس‌زای آموزش بالینی پرستاری از دیدگاه دانشجویان. خلاصه مقالات هفتمین همایش کشوری آموزش پزشکی تبریز، سال ۱۳۸۴؛ صفحات ۱۷۰-۱۶۹.

- ۱۱- سلیمی طاهره، شهبازی لیلی، کریمی حسین. موقعیت‌های استرس‌زا در آموزش بالینی. مجله دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد. سال ۱۳۷۹؛ ۸(۲): صفحات ۶۷-۶۵.
- ۱۲- خرامین شیر علی، غفاریان حمیدرضا. بررسی عوامل استرس‌زا در دانشجویان دختر دانشگاه یاسوج. خلاصه مقالات هفتمین همایش کشوری آموزش پزشکی تبریز، ۱۳۸۴؛ صفحات ۱۷۷-۱۷۶.
- 13- Gwele NS, Uys LR. Levels of stress and academic performance in baccalaureate nursing students. J Nurs Educ. 1998; 37(9): 404-7.
- ۱۴- سلمانی باروق نسرین، تقوی لاریجانی ترانه، منجمد زهرا، شریفی ناهید، بحرانی ناصر. شیوه‌های مقابله با استرس. «حیات» مجله دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران. سال ۱۳۸۳؛ ۱۰(۲۳): صفحات ۲۷-۲۱.
- ۱۵- فرنیا فرحناز. بهره‌وری در آموزش بالینی از دیدگاه دانشجویان پرستاری و مامایی. مجله دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی-درمانی شهید صدوقی یزد. سال ۱۳۷۹؛ ۸(۲): صفحات ۷۲-۶۸.