

· 综述 ·

精神科医护人员职业倦怠国内外研究进展

黄晓霞 杜向东

215000 苏州市民康医院精神科(黄晓霞);215137 苏州大学附属广济医院精神科(杜向东)

通信作者:杜向东, Email: xiangdong-du@163.com

DOI: 10.3969/j.issn.1009-6574.2020.03.010

【摘要】精神科医护人员的职业倦怠程度与职业素养、工作态度、医疗行为紧密关联,直接影响精神卫生工作的开展。现对近10余年来国内外精神科医护人员职业倦怠的研究进行综述,结果显示精神科医护人员职业倦怠整体情况不容乐观;现有研究多集中在不同人口学因素和组织因素对职业倦怠的影响,今后应编制针对性更强的调查量表,探索减轻职业倦怠的具体策略及其转归。

【关键词】精神科; 医院; 医护人员; 职业倦怠; 综述

基金项目: 苏州市精神疾病临床医学中心项目(Szzx201509); 苏州市临床医学专家团队引进项目(SZYJTD201715)

Research progress on job burnout of psychiatric medical staff in China and abroad Huang Xiaoxia, Du Xiangdong

Psychiatry Department, Suzhou Minkang Hospital, Suzhou 215000, China (Huang XX); Psychiatry Department, Guangji Hospital Affiliated to Soochow University, Suzhou 215137, China (Du XD)

Corresponding author: Du Xiangdong, Email: xiangdong-du@163.com

【Abstract】The degree of job burnout of psychiatric medical staff is closely related to professional quality, working attitude and medical behavior, which directly affects the development of mental health work. This paper reviews the research on job burnout of psychiatric medical staff in China and abroad in recent 10 years. It is shown that the overall situation of job burnout in psychiatric medical staff is not optimistic. Most of the studies focus on the influence of different demographic factors and organizational factors on job burnout. In the future, a targeted survey scale can be developed to study specific strategies and outcomes for reducing job burnout.

【Key words】Psychiatric department, hospital; Medical staff; Job burnout; Review

Fund Programs: Suzhou Mental Illness Clinical Medical Center (Szzx201509); Introduction Project of Suzhou Clinical Medicine Expert Team (SZYJTD201715)

国内外已有较多研究显示,医护人员存在不同程度的职业倦怠。职业倦怠会给个体、家庭、组织,甚至整个社会带来严重的负面影响,就个体而言,职业倦怠会影响个体的身心健康、人际关系、工作效率等^[1-2]。经历职业倦怠的护士更容易请病假并离开工作岗位^[3]。在临床医疗工作中,医护人员的职业倦怠会明显影响医疗工作质量,诱发医疗差错甚至医疗事故的产生,给医疗安全带来隐患^[4]。精神卫生与人民群众的健康福祉息息相关。而精神科医护人员的职业倦怠程度与职业素养、工作态度、医疗行为紧密关联,直接影响着精神卫生工作开展。本文对近十余年来国内外影响精神科医护人员职业倦怠的相关因素、预测因子进行综述,为提出有针

对性的对策,有效落实相关预防和干预措施减轻职业倦怠提供参考。

一、职业倦怠概述

1. 概念: 1974年,美国心理学家Freudenberger首次定义了职业倦怠,指从事助人行业的工作者因工作的持续情感付出及在与他人互动过程中最终导致的一种疲惫不堪的负性情绪状态。但迄今为止,研究中被引用最多的是Maslach等^[5]对职业倦怠的界定,她认为职业倦怠是对工作上长期的情绪及人际应激源做出反应而产生的心理综合征,包含情感衰竭(emotional exhaustion, EE)、去人格化(depersionalization)与个人成就感降低(personal accomplishment, PA)3个维度。

2. 评估工具: MBI(Maslach Burnout Inventory) 职业倦怠量表由 Maslach 和 Jackson 于 1981 年首先提出, 影响最大、应用最多^[6], 共有 3 个版本, 即职业倦怠量表-人类服务工作者版(MBI-Human Services Survey, MBI-HSS)、职业倦怠量表-教育工作者版(MBI-Educators Survey, MBI-ES) 与职业倦怠量表-通用版本(MBI-General Survey, MBI-GS)。Schaufeli 和 Enzmann^[7] 在已发表的有关职业倦怠的研究中统计显示, 90% 以上的研究报告和论文均采用 MBI 系列量表作为测量工具。除此之外, 还有 BM(Burnout Measure) 职业倦怠量表^[8]、SMBM(Burnout Measure made by Shirom and Melamed)^[9] 和 Oldenburg 倦怠量表^[10](Oldenburg Burnout Inventory, OLB), 与 MBI 相比, 这些量表的实证研究较少。在我国, 职业倦怠的相关研究起步较晚, 倦怠量表修订与编制在 2003 年开始陆续出现^[11-13]。

二、精神科医护人员职业倦怠的国内外研究现状及分析

(一) 总体情况

精神科因其服务群体、工作环境及社会文化对其态度的特殊性^[14], 医护人员的职业倦怠高、工作满意度低^[15]。周莉等^[16] 研究显示, 精神专科医院医护人员的职业倦怠发生率高达 91.2%, 姜世霞等^[17] 对山东省 170 名精神科护士研究显示职业倦怠发生率达 85.3%。Konstantinou 等^[18] 研究表明, 希腊精神科护士中, 53.8% 存在高情感衰竭, 个人成就感较高的人群只占 25.6%。而国内石锦娟等^[19] 对 347 名西安市精神专科医院医护人员研究显示, 轻度倦怠占 46.69%, 中度倦怠占 37.75%, 重度倦怠占 12.10%。总体来说, 精神科医护人员职业倦怠整体情况不容乐观。

(二) 不同科室职业倦怠的对比

我国对医生职业倦怠的研究于 2003 年开始出现, 李于林^[20] 与班春霞等^[21] 研究表明, 精神科医生职业倦怠显著高于其他科室的医生, 这和国外 Bovier 和 Perneger^[22] 研究一致, 外科、精神科、口腔科医生的倦怠情况都比较突出。但随着时代的进步, 国内外精神科医护人员的倦怠程度较其他科室有所降低, 如王惠和张宁^[23] 对无锡、南京两个城市的三家精神专科医院的医生进行研究显示, 内外科医生情感衰竭较精神科严重, 精神科职业成就感较其他科室低。而 2016 年 Medscape 网站调查了 25 个专业的 15 800 名医生职业倦怠情况, 报告显示, 倦怠情况最严重的是重症监护室、泌尿科和急诊科医生,

而精神科医护人员职业倦怠感最轻^[24]。黄晓霞等^[25] 通过文献复习和横断历史的元分析显示, 精神科医生的情绪衰竭程度和个人成就感与年代呈显著的相关性; 情感衰竭随年代有所改善, 去人格化保持稳定, 个人成就感随年代有所降低。分析可能的原因有: (1) 情绪衰竭水平反映的是精神科医生情绪自我调节的能力, 说明十多年来精神科医生的情绪调节和管理能力得到了提升; (2) 精神疾病较其他科室疾病有较高的复发率和致残率, 精神病患者及家属的合作性相对较差, 缺乏积极的反馈, 低工资和高应激的工作环境, 导致精神科医护人员对自己的工作难以有较高的成就感和认同感。

(三) 不同人口学因素间职业倦怠的差异

精神科医护人员的职业倦怠在不同人口学因素(如性别、职称、收入、婚姻状况、年龄等)间存在较大差异。王惠和张宁^[23] 对无锡、南京两个城市的三家精神专科医院的医生进行研究显示, 在情感衰竭和去人格化维度方面, 男医生比女医生更严重, 但成就感更高; 李波和杨平^[26] 研究显示, 男性、初级职称、经济负担大的医护人员职业倦怠相对较重。精神科医护人员中男性及初级职称者更容易出现成就感低落, 初级职称者更容易发生工作倦怠; 未婚者得到的社会支持较少, 更容易发生倦怠^[27]。黄晓霞等^[25] 对江苏省 12 家精神专科医院医护人员的职业倦怠调查表明, 倦怠防治工作需重点关注 30~39 岁这个年龄段、初中级职称、离异或丧偶的、高学历的、身体健康状况较差的医护人员。

国外 Schadenhofer 等^[28] 研究表明, 女性比男性更容易出现情绪衰竭, 45 岁以上的男性职业倦怠易感性显著降低, 较低的教育水平对男女的去人格化都有显著影响。Singh 等^[29] 对澳大利亚农村和城市的精神科医护人员研究显示, 性别、资质等级和年龄是影响职业倦怠的 3 个主要因素。男性的去人格化更严重, 护士比医生经历更大的去人格化, 年龄较小的医护人员(30 岁以下)的情感衰竭程度更高。低龄的男性精神科护士经历了更高层次的去人格化。性别、资质等级和年龄对感知职业倦怠有不同的影响, 表明需要针对不同人口学因素制定预防策略。

(四) 不同岗位不同级别医院职业倦怠差异

国内专门对精神专科医院医护人员研究的文献本身较少, 黄晓霞等^[25] 对比了不同级别医院的精神科医护人员的职业倦怠, 显示省级精神专科医院的医护人员情感衰竭和去人格化维度较县市级的严重, 但个人成就感较高。由于省级医院指导下级

医院进行日常工作,在医疗条件和资源等方面均有优势,很多医生都有自己的科研成果,加上带教和授课培训的工作,诸多因素导致他们成就感来源较多,因此成就感较高。但正因为平日承担的事物比较多,导致需要处理的问题更多。在分配时间、个人精力、工作和生活平衡等方面处理不好易导致压力大,情感易疲惫。因此,在情感衰竭和去人格化维度更严重。

McTiernan和McDonald^[30]研究显示医院和社区精神科护士在去人格化和个人成就方面存在显著差异。医院护士的去人格化得分更高,社区的个人成就感更强。分析原因可能为去人格化是职业倦怠的人际关系维度,是人与人之间相互作用的成分,指在与他人互动的过程中,个人以不带感情和消极悲观的态度回应周围的人和工作。医院的护士面对的大多是精神科急性期的患者,无自知力或自知力不全,难以建立有效的医患关系,更容易去人格化。社区护士面对的大多是精神科稳定期的患者,基本能维持正常的工作和生活,也能得到一定程度的积极反馈,所以职业成就感相对较高。

(五)影响职业倦怠的相关因素

1. 个体因素: (1) 焦虑抑郁患者: Papataniasiou等^[31]研究表明,情绪耗竭和去人格化与焦虑和抑郁量表具有相关性。在希腊各地的精神卫生部门工作的员工中,工作倦怠对他们的焦虑和抑郁程度起着重要的作用。(2) 睡眠: 李波和杨平^[26]研究显示,有效的睡眠、社会支持多、生活满意度高是职业倦怠的保护因素。黎玮琴等^[32]研究显示,精神科护理人员的睡眠质量和职业倦怠密切相关。Stewart等^[33]研究显示,虽然睡眠不足与临床倦怠相关,但缺乏直接研究表明睡眠延长可改善倦怠恢复。早期发现和早期干预,以改善睡眠剥夺和倦怠是必要的。(3) 积极的应对方式: 彭燕等^[34-36]多项研究均表明,积极的应对方式是有职业倦怠的保护因素。当精神科医护人员面对工作压力时采用积极的应对方式,调整个体的主观认识,改善情绪,接受并面对问题,可缓解情感的衰竭和工作的冷漠感,有利于提高心理适应能力。除此之外,影响职业倦怠的个体因素还有自身健康状况、职业兴趣等。

2. 组织社会因素: 个体的睡眠质量、应对方式对职业倦怠有较大影响,个体所处的环境因素对职业倦怠的影响也不容忽视。Sherring和Knight^[3]研究表明,职业倦怠的程度与临床监护的频率、对工作的支持感和被重视感以及对决策和变化的参与感显著相关。

而国内黄晓霞等^[25]对江苏省12家精神专科医院医护人员的研究表明,薪酬、自我价值体现程度、工作晋升空间是影响精神科医护人员职业倦怠的重要因素。不论是物质及精神的奖励对提高一个从业人员的自尊心及专业自豪感具有非常重要的作用。医院提供给精神科医护人员的发展平台越广阔,工作晋升空间就越大;精神科受重视程度越来越高,受到更多人们的尊重,自我工作价值体现程度就会越来越高。无论是和期望值趋近的过程还是目标实现的过程,必然伴随着成功的满足感,它会使人们更加丰富与自信,建立起强大的自我效能感,从而减轻职业倦怠。

(六)职业倦怠的预测因子及预防

迄今为止,有关职业倦怠预测的研究为数不多。Konstantinou等^[37]研究表明,职业倦怠的最佳预测因子为角色冲突、工作量满意度、角色模糊度、薪酬满意度和严重家庭问题的存在。这些发现对组织和个人干预都有一定的启示,说明医护人员心理健康的倦怠可以通过团队建设策略、培训、操作管理的应用、明确的指导和心理支持来降低甚至预防。

巴林特小组是专门针对缓解医护人员职业压力培训的研讨小组。研究显示,巴林特小组应用在改善精神科医护人员职业压力与职业倦怠中有显著效果^[38-39]。

在研究精神科职业倦怠特点及相关因素的基础上,相比于国内,国外对于如何避免职业倦怠以及干预措施方面研究较多, Brower^[40]提出了医生自我治疗的方案;美国匹兹堡大学医学院Szigethy^[41]针对精神科医师提出了6个预防医生职业耗竭的策略: (1) 评价工作内容: 减少或排除任何不必要的任务,将剩余的工作列为可执行的表格,提前识别耗竭及相关的风险因素; (2) 评估工作状态: 由于特殊的工作性质及服务对象,精神科医生成为一个特别容易出现职业耗竭的群体,治疗存在创伤史、自杀/杀人观念、敌意或不认可的痛苦患者,往往使临床医生感到无助、无能为力与精疲力尽; (3) 保证睡眠: 充足有效的睡眠能够改善职业倦怠,所以需将获得充足睡眠及定期锻炼真正列入日程安排。(4) 每天进行愉快的“休息”,如瑜伽、兴趣爱好、冥想等,帮助医生获取能量、放松身心; (5) 寻求支持: 建立一个专业化与个性化的支持系统,如专门的家庭时间,不定期与导师讨论对职业满意度的管理及出现的障碍; (6) 利用假期: 利用假期来调整自己的目标与期望,以应对情感耗竭。

一项有关职业倦怠的系统综述及荟萃分析中,美国梅奥诊所的West等^[42]评估了现有干预手段,强调组织及个人层面干预措施对预防及减轻医师职业耗竭的有效性。组织层面包括缩短主治医师的轮转时长,针对临床工作流程进行各种优化,缩短住院医师的值班时长;个人层面主要包括正念治疗、压力管理及小组课程。研究并未发现某种干预手段显著优于其他手段。

三、展望

WHO对全球疾病负担的研究提升了人们对精神健康的重视,并提出“没有精神健康就没有健康”的指导^[43],现阶段要加强心理健康服务、健全社会心理服务体系,而精神科医护人员作为心理健康服务的重要人才,他们的工作满意度、职业倦怠程度与职业素养、工作态度、医疗行为紧密关联,直接影响着心理健康服务工作的开展。

未来应研制专门针对精神科医护职业倦怠筛查和评估的量表,并开展相应的职业倦怠防治策略研究,以促进精神卫生专业人员的心理健康,为更好地为开展心理健康服务工作。

利益冲突 文章所有作者共同认可文章无相关利益冲突

作者贡献声明 研究设计及文章撰写为黄晓霞,论文修改和获取资助为杜向东

参 考 文 献

- [1] Ahola K, Pulkki-Råback L, Kouvonen A, et al. Burnout and behavior-related health risk factors: results from the population-based Finnish Health 2000 study[J]. *J Occup Environ Med*, 2012, 54(1): 17-22. DOI: 10.1097/jom.0b013e31823ea9d9.
- [2] Huibers MJ, Beurskens AJ, Prins JB, et al. Fatigue, burnout, and chronic fatigue syndrome among employees on sick leave: do attributions make the difference[J]. *Occup Environ Med*, 2003, 60 Suppl 1: i26-i31. DOI: 10.1136/oem.60.suppl_1.i26.
- [3] Sherring S, Knight D. An exploration of burnout among city mental health nurses[J]. *Br J Nurs*, 2009, 18(20): 1234-1240. DOI: 10.12968/bjon.2009.18.20.45114.
- [4] Kang EK, Lihm HS, Kong EH. Association of intern and resident burnout with self-reported medical errors[J]. *Korean J Fam Med*, 2013, 34(1): 36-42. DOI: 10.4082/kjfm.2013.34.1.36.
- [5] Maslach C, Jackson SE. The measurement of experienced burnout[J]. *J Occupat Behav*, 1981, 2(2): 99-113. DOI: 10.1002/job.4030020205.
- [6] Maslach C, Schaufeli WB, Leiter MP. Job burnout[J]. *Annu Rev Psychol*, 2001, 52: 397-422. DOI: 10.1146/annurev.psych.52.1.397.
- [7] Wilmar Schaufeli, D. Enzmann. The Burnout Companion to Study and Practice: A Critical Analysis[M]. Washington: CRC Press, 1988: 42-47.
- [8] Pines AM. The Burnout Measure, Short Version[J]. *Int J Stress Manage*, 2005, 12(1): 78-88. DOI: 10.1037/1072-5245.12.1.78.
- [9] Shirom A, Melamed S. A comparison of the construct validity of two Burnout measures in two groups of professionals[J]. *Int J Stress Manage*, 2006, 13(2): 176-200. DOI: 10.1037/1072-5245.13.2.176.
- [10] Demerouti E, Bakker AB, Nachreiner F, et al. The job demands-resources model of burnout[J]. *J Appl Psychol*, 2001, 86(3): 499-512. DOI: 10.1037/0021-9010.86.3.499.
- [11] 朱伟, 娄小平, 王治明. Maslach工作倦怠量表通用版在护理人员中应用的信度与效度评价[J]. *中华行为医学与脑科学杂志*, 2007, 16(9): 849-851. DOI: 10.3760/ema.j.issn.1674-6554.2007.09.031.
- [12] 廖庆兰, 韦波, 张作记, 等. 医护群体职业枯竭量表编制及信度效度分析[J]. *中华行为医学与脑科学杂志*, 2008, 17(4): 332-334. DOI: 10.3760/ema.j.issn.1674-6554.2008.04.017.
- [13] 骆宏, 陈康, 土晓东. 倦怠综合征简易筛查量表编制及初步应用[J]. *全科医学临床与教育*, 2009, 7(4): 377-378. DOI: 10.3969/j.issn.1672-3686.2009.04.019.
- [14] Rössler W. Stress, burnout, and job dissatisfaction in mental health workers[J]. *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci*, 2012, 262(2): S65-S69. DOI: 10.1007/s00406-012-0353-4.
- [15] Jiang F, Hu L, Rakofsky J, et al. Sociodemographic Characteristics and Job Satisfaction of Psychiatrists in China: Results From the First Nationwide Survey[J]. *Psychiatr Serv*, 2018, 69(12): 1245-1251. DOI: 10.1176/appi.ps.201800197.
- [16] 周莉, 张炳奎, 康建华. 精神病专科医院临床一线医护人员职业倦怠状况[J]. *中国健康心理学杂志*, 2019, 27(10): 1529-1531. DOI: 10.13342/j.cnki.cjhp.2019.10.003.
- [17] 姜世霞, 李华芳, 梁鑫浩, 等. 山东省某精神科护士职业倦怠相关因素调查[J]. *齐鲁护理杂志*, 2017, 23(15): 37-38. DOI: 10.3969/j.issn.1006-7256.2017.15.014.
- [18] Konstantinou AK, Bonotis K, Sokratous M, et al. Burnout Evaluation and Potential Predictors in a Greek Cohort of Mental Health Nurses[J]. *Arch Psychiatr Nurs*, 2018, 32(3): 449-456. DOI: 10.1016/j.apnu.2018.01.002.
- [19] 石锦娟, 吴强驹, 张超, 等. 精神病专科医院医务人员职业倦怠现状调查[J]. *中国健康心理学杂志*, 2016, 24(5): 689-692. DOI: 10.13342/j.cnki.cjhp.2016.05.013.
- [20] 李于林. 精神病医生职业倦怠及相关因素分析[J]. *中国实用神经疾病杂志*, 2013, 16(8): 34, 61. DOI: 10.3969/j.issn.1673-5110.2013.08.016.
- [21] 班春霞, 戴秋华, 李学晋, 等. 精神科医护人员职业倦怠状况及其相关因素[J]. *中国健康心理学杂志*, 2014, 22(6): 853-855. DOI: 10.13342/j.cnki.cjhp.2014.06.021.

- Ban CX, Dai QH, Li XJ, et al. Psychiatric Staff' Occupational Burnout and Its Related Factors[J]. China Journal of Health Psychology, 2014, 22(6): 853-855.
- [22] Bovier PA, Perneger TV. Stress from uncertainty from graduation to retirement: a population-based study of Swiss physicians[J]. J Gen Intern Med, 2007, 22(5): 632-638. DOI: 10.1007/s11606-007-0159-7.
- [23] 王惠, 张宁. 医生职业倦怠的现状与分析[J]. 中国健康心理学杂志, 2008, 16(4): 397-399. DOI: 10.3969/j.issn.1005-1252.2008.04.015.
- Wang H, Zhang N. Analysis on the Status of Occupational Burnout among Doctors [J]. China Journal of Health Psychology, 2008, 16(4): 397-399.
- [24] Peckham. Medscape Cardiologist Lifestyle Report 2017: Race and Ethnicity, Bias and Burnout [EB/OL]. (2017-01-11) [2019-08-21]. <http://www.medscape.com/features/slideshow/lifestyle/2017/overview?faf=1>.
- [25] 黄晓霞, 朱锦俊, 杜向东. 江苏省12家精神专科医院医护人员职业倦怠调查[J]. 临床心身疾病杂志, 2017, 23(3): 94-97. DOI: 10.3969/j.issn.1672-187X.2017.03.032-0094-04.
- Huang XX, Zhu JJ, Du XD. Surveys of job burnout among medical staffs of 12 psychiatric hospitals in Jiangsu[J]. Journal of Clinical Psychosomatic Diseases, 2017, 23(3): 94-97.
- [26] 李波, 杨平. 某省级精神专科医院医护人员职业倦怠及相关因素研究[D]. 济南: 山东大学, 2014.
- [27] 薛欣杰, 廖湘交, 孙洪波, 等. 精神科医护人员职业倦怠、社会支持及抑郁情绪调查[J]. 四川医学, 2015, 36(12): 1688-1691. DOI: 10.16252/j.cnki.issn1004-0501-2015.12.023.
- Xue XJ, Liao XJ, Sun HB, et al. The Survey of Psychiatric Medical Staff' Burnout, Social Support and Depression[J]. Sichuan Medical Journal, 2015, 36, (12): 1688-1691.
- [28] Schadenhofer P, Kundi M, Abrahamian H, et al. Influence of gender, working field and psychosocial factors on the vulnerability for burnout in mental hospital staff: results of an Austrian cross-sectional study[J]. Scand J Caring Sci, 2018, 32(1): 335-345. DOI: 10.1111/scs.12467.
- [29] Singh C, Cross W, Jackson D. Staff Burnout: a Comparative Study of Metropolitan and Rural Mental Health Nurses within Australia[J]. Issues Ment Health Nurs, 2015, 36(7): 528-537. DOI: 10.3109/01612840.2014.996838.
- [30] McTiernan K, McDonald N. Occupational stressors, burnout and coping strategies between hospital and community psychiatric nurses in a Dublin region[J]. J Psychiatr Ment Health Nurs, 2015, 22(3): 208-218. DOI: 10.1111/jpm.12170.
- [31] Papatheanasiou IV, Tsaras K, Kleisiaris CF, et al. Anxiety and Depression in Staff of Mental Units: The Role of Burnout[J]. Adv Exp Med Biol, 2017, 987: 185-197. DOI: 10.1007/978-3-319-57379-3_17.
- [32] 黎玮琴, 吕笑丽, 顾云芬, 等. 精神科护理人员睡眠状况及相关因素分析[J]. 神经疾病与精神卫生, 2017, 17(11): 803-806. DOI: 10.3969/j.issn.1009-6574.2017.11.011.
- Lin WQ, Lv XL, Gu YF, et al. Sleep status and its influencing factors in psychiatric nurses[J]. Journal of Neuroscience and Mental Health, 2017, 17(11): 803-806.
- [33] Stewart NH, Arora VM. The Impact of Sleep and Circadian Disorders on Physician Burnout[J]. Chest, 2019, 156(5): 1022-1030. DOI: 10.1016/j.chest.2019.07.008.
- [34] 彭燕. 医护人员应对方式和社会支持与职业倦怠相关性分析[J]. 齐鲁护理杂志, 2011, 17(18): 55-56. DOI: 10.3969/j.issn.1006-7256.2011.18.035.
- [35] 米莉, 罗明, 续慧蕾. 精神科医生职业倦怠与应对方式的研究[J]. 心理医生杂志, 2012(5): 99-101. DOI: 10.3969/j.issn.1007-8231.2012.05.101.
- [36] 王燕, 张国富, 谢侃侃, 等. 精神科护士工作倦怠与应对方式的研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2010, 18(9): 1059-1061.
- Wang Y, Zhang GF, Xie KK, et al. Research on Job Burnout and Coping Styles among Psychiatric Nurse [J]. China Journal of Health Psychology, 2010, 18(9): 1059-1061.
- [37] Konstantinou AK, Bonotis K, Sokratous M, et al. Burnout Evaluation and Potential Predictors in a Greek Cohort of Mental Health Nurses [J]. Arch Psychiatr Nurs, 2018, 32(3): 449-456. DOI: 10.1016/j.apnu.2018.01.002.
- [38] 魏江辉, 彭静, 郑丽华, 等. 巴林特小组改善精神科医护人员职业压力与职业倦怠的效果分析[J]. 中医临床研究, 2018, 10(24): 147-148. DOI: 10.3969/j.issn.1674-7860.2018.24.065.
- Wei JH, Peng J, Zheng LH, et al. Effect of Barrett group on relieving occupational stress and burnout in psychiatric care workers [J]. Clinical Journal of Chinese Medicine, 2018, 10(24): 147-148.
- [39] 谢志兵. 封闭性巴林特小组活动对精神科医护人员职业倦怠、人格特征的影响[J]. 临床医学工程, 2019, 26(9): 1299-1300. DOI: 10.3969/j.issn.1674-4659.2019.09.1299.
- Xie ZB. Influence of Closed Balint Group Activities on Occupational Burnout and Personality Characteristics of Psychiatric Medical Staff [J]. Clinical Medicine & Engineering, 2019, 26(9): 1299-1300.
- [40] Brower KJ. Avoid Burnout With Self-Care and Wellness Strategies [N]. Psychiatric Times, 2016.
- [41] Szigethy E. "Burnout": Strategies to Prevent and Overcome a Common-and Dangerous-Problem [N]. Psychiatric Times, 2014.
- [42] West CP, Dyrbye LN, Erwin PJ, et al. Interventions to prevent and reduce physician burnout: a systematic review and meta-analysis [J]. Lancet, 2016, 388(10057): 2272-2281. DOI: 10.1016/S0140-6736(16)31279-X.
- [43] 徐广明. "没有精神健康就没有健康": 精神卫生服务的挑战[J]. 神经疾病与精神卫生, 2015, 15(3): 305-308. DOI: 10.3969/j.issn.1009-6574.2015.03.027.
- Xu GM. "No health without mental health": challenges of the mental health service [J]. Journal of Neuroscience and Mental Health, 2015, 15(3): 305-308.

(收稿日期: 2019-08-21)

(本文编辑: 戚红丹)