

## عوامل الضغوط واستراتيجيات المواجهة من وجهة نظر طلبة كلية التمريض

نيفين حسن عبد العال<sup>(1)</sup>، عبير عبد الفتاح أبو شوشه<sup>(2)</sup>

(1) مدرس إدارة التمريض، كلية التمريض، جامعة دمنهور، (2) مدرس تعليم التمريض كلية التمريض، جامعة دمنهور

## مقدمة:

أصبح طلبة التمريض في الوقت الحالي تحت ضغوط متزايدة مالياً وشخصياً.

## الهدف من الدراسة:

استقصاء عوامل الضغوط واستراتيجيات المواجهة من وجهة نظر طلبة كلية التمريض.

## مكان وعينة الدراسة:

كلية التمريض، جامعة دمنهور للعام الجامعي 2013-2014. تشتمل عينة الدراسة على 330 طالب اختيروا باستخدام طريقة التوزيع النسبي.

## أدوات جمع البيانات:

تم استخدام ثلاث أدوات كالتالي:

1. مقياس إدراك الطالب للضغوط.
2. مقياس الضغط البدني والنفسي والاجتماعي.
3. مقياس استراتيجيات المواجهة من وجهة نظر طلبة كلية التمريض. بالإضافة إلى الاستبيان الديموجرافي لدى طلبة كلية التمريض.

## النتائج:

- المجموع الكلي لمستوى إدراك الطلبة لمقياس الضغوط ولمقياس الضغط البدني والنفسي والاجتماعي كان متوسط.
- وجود علاقة إيجابية متوسطة ذات دلالة إحصائية بين المقياسين (مقياس الضغوط ومقياس الضغط البدني والنفسي والاجتماعي).
- بالنسبة لمقياس إدراك الطلبة للضغوط أعلى نسبة به هو الضغط من المهمات المكلفين بها وعبء العمل
- أما بالنسبة للمقياس البدني والنفسي والاجتماعي كان النسبة أعلى لضغوطات لديهم.
- بالإضافة إلى أن أكثر الأقسام العلمية من الضغوط كانت أقسام الباطنة والجراحة والعناية الحرجة.

- أكثر إستراتيجية استخداماً من طلاب كلية التمريض لمواجهة عوامل الضغوط كانت إستراتيجية النقل.

## الخلاصة:

كان أكثر الضغوط الشائعة بين طلاب كلية التمريض جامعة دمنهور هي الضغط من المهمات المكلفين بها وعبء العمل وأيضاً الضغط النفسي. والأغلبية منهم يستخدمون إستراتيجية النقل للتكيف. بالإضافة إلى أكثر الأقسام العلمية المختلفة التي تسبب الضغوط لديهم كان قسم الباطني والجراحي والعناية الحرجة.

## التوصيات:

- يجب على أعضاء هيئة التدريس توعية طلاب التمريض لكل سنة أكاديمية قبل تكليفهم بالعمل في مختلف الأقسام العلمية.
- يجب على أعضاء هيئة التدريس عمل لقاء يومي مع الطلبة بعد التدريب العملي لمناقشة حالات المرضى ومشاكل الطلبة.
- دمج تقنية إدارة الوقت والضغوط في المناهج الدراسية التمريضية للحفاظ على سلامة الطلاب جسدياً وعقلياً.