



**LUNDS UNIVERSITET**  
Medicinska fakulteten

## Arbetsrelaterad stress bland nyexaminerade sjuksköterskor

- En litteraturstudie

*Kandidatuppsats*

*Sjuksköterskeprogrammet 180hp*

Författare: Emelie Silvia Maskovic & Tara Suffar

Handledare: Jan-Åke Hansson

Hösten 2020

Lunds universitet

Medicinska fakulteten

Programnämnden för omvårdnad, radiografi samt reproduktiv, perinatal och  
sexuell hälsa

Box 157, 221 00 LUND

# Abstrakt

**Bakgrund:** Den arbetsrelaterade stressen bland nyexaminerade sjuksköterskor innefattar olika dimensioner. Att vara ny inom ett yrke kan bidra till höga nivåer av stress vilket i sin tur kan vara övermäktigt och leda till negativa konsekvenser för kollegor.

**Syfte:** Att belysa arbetsrelaterad stress bland nyexaminerade sjuksköterskor.

**Metod:** En icke systematisk litteraturstudie med induktiv ansats.

**Resultat:** Studieresultatet visade tre huvudkategorier *viljan att lämna arbetet*, *professionellt engagemang* och *arbetsmiljö*. Dessa korrelerade med den arbetsrelaterade stressen bland nyexaminerade sjuksköterskor. Vardera huvudkategori skapades av 2 till 3 underkategorier.

*Viljan att lämna arbetet* bestod av underkategorierna *utbrändhet*, *personlig bakgrund* och *dåliga relationer med kollegor*. Huvudkategorin *professionellt engagemang* formade underkategorierna *hög arbetsbelastning*, *mentorstöd* samt *negativa faktorer*. Den sista huvudkategorin *arbetsmiljö* formades av två underkategorier *positiv arbetsmiljö* och *stress på olika arbetsplatser*.

**Slutsats:** Nyexaminerade sjuksköterskor har ett stort behov av mentorstöd i nya och okända situationer de står inför. De fem första åren i den nyexaminerade sjuksköterskans karriär upplevs vara den mest kritiska relaterat till stress på arbetet. **Nyckelord:** Nyexaminerade sjuksköterskor, arbetsrelaterad stress, stressfaktorer, profession

# Innehållsförteckning

Innehållsförteckning.....	1
Introduktion.....	3
Problemområde.....	3
Bakgrund.....	3
Sjuksköterskans profession.....	3
Perspektiv och utgångspunkter.....	4
Professionell identitet.....	5
Stress.....	5
Arbetsrelaterad stress.....	6
Syfte.....	7
<b>Metod</b> .....	7
Urval.....	7
Datainsamling.....	8
Tabell 1.....	9
Tabell 2.....	10
Dataanalys.....	11
Forskningsetiska avvägningar.....	11
<b>Resultat</b> .....	13
Tankekarta.....	13
Professionellt engagemang.....	14
<i>Hög arbetsbelastning</i> .....	14
<i>Mentorstöd</i> .....	14
<i>Negativa faktorer</i> .....	15
Viljan att lämna arbetet.....	15
Utbrändhet.....	15
<i>Personlig bakgrund</i> .....	16
<i>Dåliga relationer med kollegor</i> .....	16

Arbetsmiljö.....	17
<i>Positiv arbetsmiljö</i> .....	17
<i>Stress på olika arbetsplatser</i> .....	17
<b>Diskussion</b> .....	18
<b>Diskussion av vald metod</b> .....	18
<b>Diskussion av framtaget resultat</b> .....	19
<b>Slutsats och kliniska implikationer</b> .....	21
Författarnas arbetsfördelning.....	22
Referenser.....	24
Litteraturmatris.....	29

# Introduktion

## Problemområde

Arbetsmiljöverket visar att förekomsten av den arbetsrelaterade stressen hos sjuksköterskor har ökat påtagligt sedan början av 1980-talet (Arbetsmiljöverket, 2013).

Även statistik från Försäkringskassan visar att störst ökning av stress bland anställda förekommer hos vårdpersonal (Försäkringskassan, 2015). Långtidssjukskrivningar bland sjuksköterskor är högre än genomsnittet för samtliga yrken. Inom hälso- och sjukvården angav hela 30 procent under åren 2008–2013 att hög arbetsbelastning var orsaken till personalens sjukfrånvaro. Övergången från att vara sjuksköterskestudent med teoretisk kunskap till att vara yrkesverksam sjuksköterska upplevs ofta vara utmanande och i de flesta fall stressfylld (Al Awaisi et al., 2015). En kvantitativ studie visar att de tre första månaderna i arbetslivet är den mest stressfulla perioden i den nya sjuksköterskans karriär (Cheng et al., 2015).

En av fem nyexaminerade sjuksköterskor rapporterar symtom på stressrelaterad ohälsa under sina första år i yrket enligt data från ett nationellt urval i Sverige (Rudman & Gustavsson, 2011). Trots den ökade efterfrågan på sjuksköterskor är sjuksköterskebristen idag ett globalt problem vilket bidrar till hälsomässiga och samhällsekonomiska konsekvenser (Cheng et al., 2015), bristen skapar även en risk för patientsäkerheten (Ishihara et al., 2014).

På grund av den ovanstående problematiken som förekommer är det av högsta betydelse att tydliggöra och belysa olika aspekter av den arbetsrelaterade stressen hos nyexaminerade sjuksköterskor.

## Bakgrund

### Sjuksköterskans profession

Att ha ett yrke är inte detsamma som att vara professionell (Bentling, 2015).

Enligt Nationalencyklopedin innebär begreppet professionell att yrket utförs på ett fackmannamässigt och godtagbart vis (Finnström, 2015, Kapitel 3).

I dagligt tal relateras ofta begreppet till hur någon utför ett arbete och är då en form av kvalitetsbenämning (Bentling, 2015). Professionsbegreppet såsom det används i akademiska,

vanligen sociologiska, sammanhang är däremot en beskrivning av ett yrkesområde med specifika karaktäristika som började användas vid mitten av 1900-talet. Enligt de klassiska definitionerna är en lång teoretisk utbildning baserad på vetenskap och beprövad erfarenhet i form av en högskoleutbildning som innefattar autonomi, etiska koder och ett offentligt erkännande för kännetecknen på en professionell grupp.

Sjuksköterskeyrket i sig betecknas likt en semiprofession där sjuksköterskan befinner sig i en professionaliseringsprocess. Det är ett yrke med stor komplexitet och den professionella sjuksköterskan måste ha rätt förståelse, färdighet, förmåga och kunskap för att kunna praktisera yrket med en god patientsäker omvårdnad som vilar på vetenskapliga grunder (Finnström, 2015, Kapitel 3). Dessutom skall sjuksköterskans yrkesprofession utgå från en humanistisk människosyn vilket innebär ett patientnära arbete. Sjuksköterskan ska respektera patienters och anhörigas värderingar, självbestämmande, integritet och värdighet och arbetet ska utföras enligt lagar, styrdokument, och de författningar som finns inom hälso- och sjukvården (Svensk Sjuksköterskeförening, 2017). Enligt International Council of Nurses (ICN, 2012) etiska kod har sjuksköterskan fyra grundläggande ansvarsområden, vilka är att främja hälsa, förebygga sjukdom, återställa hälsa och lindra lidande. Nyexaminerade sjuksköterskor har inte fullt ut kunnat integrera sina teoretiska kunskaper med klinisk praxis. Därför kräver de mer erfarenheter och behov av stöd från andra kollegor under övergångsperioden till yrkesverksam sjuksköterska (Ebrahimi et al., 2016).

### Perspektiv och utgångspunkter

I sin bok *Från novis till expert* beskriver Benner (1993) fem olika stadier som nyexaminerade sjuksköterskor går igenom, från att vara nybörjare till att räknas som expert inom yrket.

Benner (1993) beskriver att den första fasen en nyexaminerad sjuksköterska genomgår är att vara novis, vilket innefattar en individ som saknar erfarenhet i situationer där den förväntas prestera. Den andra fasen kallas för avancerad nybörjarfas vilket innebär att novisen har visat upp betydelsefull kunskap för att sedan kunna göra en bedömning inom verksamheten, detta med hjälp av tidigare erfarenheter. Den tredje fasen är den kompetenta fasen där den nyexaminerade sjuksköterskan har jobbat under liknande omständigheter i två till tre år. Kompetensen utvecklas när sjuksköterskan börjar se sina egna handlingar i ljuset av långsiktiga mål eller planer. I detta stadiet blir sjuksköterskan medveten om planeringen som leder till mer

effektivitet och organiserad vård. Fjärde stadiet är skicklighetsfasen där sjuksköterskan uppfattar och förstår innebörden av att se vårdssituationen som helhet. Sjuksköterskan har då kunskaper kring hur hon ska handskas med oförutsedda situationer eftersom perspektivet grundar sig på nyligen upplevda erfarenheter. Femte och sista stadiet kallas för expertfasen där sjuksköterskan använder sig av sina egna erfarenheter för att fatta rätt beslut, istället för att förlita sig på analytiska principer. Detta leder till att expertsköterskan slutligen ska kunna fatta passande beslut snabbt i specifika situationer (Benner, 1993).

### Professionell identitet

Redan som student konfronteras den blivande sjuksköterskan med nya utmaningar (Finnström, 2015, Kapitel 3). Faktorer som till exempel normer, värderingar, kultur och kunskap avspeglas i den framtida yrkesutövningen. Sjuksköterskans kompetens kräver att sjuksköterskan når upp till det som patienterna och samhället efterfrågar. Vid teoretiska och praktiska moment under sjuksköterskans utbildning startar en socialisering på väg in i yrket. Beroende på vilket sätt sjuksköterskestudenten bemöts under utbildningen har en stor betydelse för socialiseringen in i yrket och den yrkesmässiga självbilden. Den personliga identiteten hos sjuksköterskan är även integrerad med sjuksköterskeidentiteten. Det existerar personliga drag som påverkar var den enskilda sjuksköterskan befinner sig i sin professionella identitet såsom självbild, självkänsla, personlig mognad, kunskap och stresstolerans. Professionell identitet växer även i samverkan med andra kollegor och deras uppfattning av hur en agerar. Bra relationer med andra sjuksköterskor skapar även en bra socialisering och mognad inför den professionella rollen. Utvecklingen av sjuksköterskans yrkesidentitet fortsätter under hela livet, däremot är utbildningsperioden en grundläggande faktor för den professionella identiteten och den specifika personliga kompetensen (Finnström 2015, Kapitel 3).

### Stress

Då en människa utsätts för krav, utmaningar, hot eller belastningar reagerar kroppen i form av en stressreaktion (Skärsäter, 2014). Eftersom stress är en reaktion på hot är det en mänsklig förmåga som är nödvändig för människans överlevnad. Stresshormoner produceras när människan utsätts för akut stress, bland annat ökar kroppens energiproduktion, koncentration, immunförsvar och smärtkänsligheten minskar. Långvarig stress kan däremot leda till olika

besvär, såsom minskad energi, försämrad prestationsförmåga, kronisk trötthet, sömnproblem, nedstämdhet och diffusa muskelsmärter. Vid fortsatta besvär kan dessa symtom framförallt leda till depressioner och utmattningssyndrom men även kroniska smärttillstånd, hjärt- och kärlsjukdomar samt diabetes.

Forskaren Hans Selye (Selye 1978) beskrev tre huvudfaser i stressreaktionernas utveckling. Den första fasen *alarmfasen* startar vid allvarliga hot eller påfrestningar. Under den andra fasen som kallas *motståndsfasen* är individen lik en *supermänniska* där den presterar oavbrutet, aldrig blir sjuk och tåler svåra påfrestningar. Den sista fasen *utmattningsfasen* inträffar när individen börjar inse effekterna av den extrema överansträngning som den utsatts för under en längre tid. De tecken som visar att individen befinner sig i denna fas kan vara kvarstående trötthet, sömnsvårigheter och obenägenhet till att börja dagen. Slutligen kan individen drabbas av allvarliga fysiska problem i form av olika infektioner, förkylningar, muskelsträckningar, mag- och tarmproblem (Perski, 2012).

### Arbetsrelaterad stress

Även om arbete vanligtvis upplevs vara positivt och kanske en av de mest hälsofrämjande faktorerna i tillvaron, är det även en potentiell källa till stress (Socialstyrelsen, 2020).

Enligt arbetsmiljöverket (2018) uppstår arbetsrelaterad stress genom sociala och organisatoriska påfrestningar. Exempel på detta är arbetsbelastning, skiftarbete, ensamarbete, oregelbundna arbetstider, konflikter och samarbetsproblem. Upplevelsen av arbetsrelaterad stress sker när arbetsmiljöns krav överstiger förmågan att klara av eller kontrollera dessa.

Dagget et al. (2016) förklarar att även om arbetsrelaterad stress förekommer inom alla yrkesprofessioner finns det en högre förekomst av arbetsrelaterad stress inom sjuksköterskeprofessionen. I en studie gällande arbetsrelaterad stress hos nyexaminerade sjuksköterskor rapporterades följande bidragande faktorer arbetsbelastning, prestationsångest, brist på emotionell support och dålig kommunikation med arbetskolligor (Cheng et al. 2015; Blomberg et al. 2016). Arbetsmiljöverket (2013) tydliggör att ingen individ skall behöva bli sjuk på grund av en ohälsosam arbetsbelastning. Det är arbetsgivarens skyldighet att tillhandahålla en säker arbetsmiljö. Trots denna vetskap existerar det problematik i hur nyexaminerade sjuksköterskor utsätts för komplexa kliniska miljöer med tung arbetsbelastning. Konsekvensen av detta



blir att många nya sjuksköterskor drabbas av samvetsstress och utbrändhet, vilket leder till sjukskrivningar och i värsta fall viljan till att lämna arbetet (Cheng et al., 2015).

## Syfte

Syftet med litteraturstudien var att belysa arbetsrelaterad stress bland nyexaminerade sjuksköterskor.

## Metod

Uppsatsens design är en icke-systematisk litteraturstudie med induktiv ansats. Detta designval innebär att en specifik frågeställning besvaras genom en sammanställning av befintlig forskning vilken kan komma till hjälp i det kliniska arbetet (Kristensson, 2014; Friberg, 2017). En litteraturstudie kan även ligga till grund för ny forskning (Polit & Beck, 2010).

## Urval

Genomförandet av artikelsökningen gjordes genom urval i två olika databaser PubMed och CINAHL. Dessa databaser användes då de publicerar artiklar inom ämnet omvårdnad (Willman et al., 2016). Sökningen genomfördes med de sökord som ansågs vara relevanta för syftet med studien. Slutligen användes filter med inklusionskriterierna *english, swedish, 10 years*, samt *academic journals*. För att få en bredare överblick inom problemområdet inkluderades studier med både kvantitativ och kvalitativ (Kristensson, 2014). Inklusionskriterierna för artikelsökningarna var att de vetenskapliga studierna skulle vara publicerade inom de senaste tio åren, vara peer reviewed samt skrivna på engelska eller svenska. Andra inklusionskriterier var populationen nyexaminerade sjuksköterskor. Exklusionskriterierna i studien var nyexaminerade sjuksköterskor som läst vidare till specialistutbildningar. Under artikelsökningen innan filter valdes framkom studier utförda i Asien på kinesiska men även dessa exkluderades för att undvika bias.

## Datainsamling

Willman et al. (2016) beskrev hur en litteraturstudie bör omfatta sökningar i ett flertal dataregister för att nå en mer omfattande sökning. Samtliga sökord översattes till engelska med hjälp av MeSH-databasen. Medical Subject Headings är en ämnesordlista som används i databasen PubMed. Sökningarna gjordes med olika kombinationer av MeSH-termerna.

För CINAHL (tabell 1) användes följande headings, ”*Novice Nurses, New Graduate Nurses, Newly qualified nurse, Stress Occupational, Work Stress, Workplace stress*”.

Sökorden som användes i Pubmed (tabell 2) var *novice nurses, new graduate nurses, newly qualified nurse\**, *Stress occupational+*, *work stress, workplace stress, job stress, burnout*.

Datainsamlingen i studien skedde genom att titlar och abstracts som berört arbetsrelaterad stress bland nyexaminerade sjuksköterskor granskades och därefter lästes i fulltext (Kristensson, 2014). Sökorden genomfördes i vardera databas med hjälp av booleska operatörer AND och OR samt trunkering med olika avgränsningar i syfte att hitta all tillgänglig vetenskaplig litteratur utifrån studiens syfte i enlighet med Willman et al. (2011). Sökningen i databasen CINAHL gav en total översikt på 222 antal träffar, varav 60 abstrakt lästes, 35 lästes i fulltext, 15 granskades och slutligen valdes 8 artiklar. Materialet i Pubmed sammanställde totalt 111 antal träffar, 25 lästa abstrakt, 20 lästa i fulltext, 10 granskade samt 4 valda artiklar.

Enligt Kristensson (2014) är en granskningsmall ett antal frågor där en artikel svarar helt, delvis eller inte alls på frågorna. En studie som huvudsakligen besvarar frågorna i mallen bedöms ha en god kvalitet. Samtliga granskningsmallar som användes innehöll även frågor där risk för bias bedömdes från låg, medel eller hög. Det är en granskningsmall av vetenskapliga studier som ger en tydlig systematisk struktur i analysen. I enlighet med Kristensson (2014) har författarna varit medvetna om att de olika artiklarna ska granskas utifrån sina olika förutsättningar och vilken typ av studie det är. Utifrån SBU's granskningsmallar och Mixed methods appraisal tool använde författarna därför olika typer av granskningsmallar för att säkerställa kvaliteten och därigenom skapa högre evidens. Mallarna som användes för kvalitetsbedömning av de kvantitativa artiklarna var tagna både från SBU och MMAT eftersom det fanns fler mallar tillgängliga. För bedömningen av de kvalitativa artiklarna använde författarna enbart granskningsmallen från SBU för bedömning av kvalitativ metodik. Efter granskningen av kvaliteten framkom slutligen 12 vetenskapliga artiklar (Tabell 3) som var av god kvalitet där frågorna i granskningsmallarna blev besvarade. Utav de slutligen valda artiklarna var 4 gjorda

i Sverige, tre i Kanada, en i Nederländerna, USA, Jordanien, Kina samt Taiwan. Det framkom att två av studierna från Kanada var skrivna utav en författare under samma årtal vilket tydliggörs i referenshanteringen med hjälp av förtydligande av a och b.

**Tabell 1:** Sökschema CINAHL

Sök id	Sökord	Antal träffar	Lästa abstract	Lästa fulltext	Granskade	Inkluderade i resultatet
#1	(MH "Novice Nurses")	1,438	0	0	0	0
#2	(MH "New Graduate Nurses")	6,291	0	0	0	0
#3	"newly qualified nurse*"	446	0	0	0	0
#4	S1 OR S2 OR S3	7,716	0	0	0	0
#5	(MH "Stress, Occupational")	26,718	0	0	0	0
#6	"work stress"	10,706	0	0	0	0
#7	"workplace stress"	10,26	0	0	0	0
#8	"job stress"	10,708	0	0	0	0
#9	S5 OR S6 OR S7 OR S8	27,665	0	0	0	0
#10	S4 AND S9	362	0	0	0	0
#11	<i>Filter: English, 10years, Academic journals</i>	222	60	35	15	8

**Tabell 2 : Sökschema Pubmed**

Sök id	Sökord	Antal träffar	Lästa abstract	Lästa fulltext	Granskade	Inkluderade i resultatet
#1	((newly qualified nurses)	444	0	0	0	0
#2	(((((novice nurse)	1419	0	0	0	0
#3	(new graduate nurses))	3794	0	0	0	0
#4	(Newly graduated nurses)))	606	0	0	0	0
#5	#1 OR #2 OR #3 OR #4	5760	0	0	0	0
#6	(((((("Occupational Stress"[Mesh]	14 293	0	0	0	0
#7	(burnout))	18 395	0	0	0	0
#8	("job stress"))	2126	0	0	0	0
#9	("workplace stress"))	406	0	0	0	0
#10	("work stress"))	2019	0	0	0	0
#11	#6 OR #7 OR #8 OR #9 OR #10	23220	0	0	0	0
#12	#5 AND #11	171	0	0	0	0
#13	<i>Filter: 10 years, English, Swedish</i>	111	25	20	10	4

### Dataanalys

I enlighet med Kristensson (2014) har analysen genomförts med hjälp av en integrerad analys. Genom en integrerad analys kan resultatet visas på ett överskådligt sätt.

I det första steget av dataanalysen lästes varje artikels resultat enskilt, detta för att få en övergripande helhetsbild av likheter och skillnader. Därefter gjorde författarna identifiering av de artiklarnas resultat som svarade på syftet i litteraturstudien.

En sammanfattning utfördes utav övergripande beskrivning av varje artikels syfte och resultat, detta skapade mer klarhet i artiklarnas likheter och skillnader. Då författarna fann bra studiematerial kunde goda likheter sammanställas. I det slutliga steget av den integrerade analysen framkom etiketter och innehållet delades därefter in under olika kategorier. Den data med liknande innehåll föll under samma kategorin.

### Forskningsetiska överväganden

De viktigaste övergripande aspekterna inom forskningsetiska överväganden är *autonomiprincipen, nyttoprincipen, inte skada-principen och rättvisepincipen*

(Kristensson, 2014). Autonomiprincipen innefattar respekt för individens rätt att bestämma om sig själv (Swartling, 2016). Det handlar om att hålla personen informerad och garantera att den har rätt till egna beslut. Nyttoprincipen innebär att göra gott genom att tillgodose individen dennes önskemål och behov av livskvalitet. Inte skada-principen innefattar att undvika att skada individen, detta genom att avstå från omotiverande risktaganden och förebygga lidandet. Slutligen är det rättvisepincipen som bygger på att alla individer ska behandlas på lika sätt (Swartling, 2016). En litteraturstudie kräver forskningsetiska ställningstaganden då etiken i andras studier ska granskas med ett kritisk förhållningssätt (Kristensson, 2014).

Etiken inom forskning handlar om att ta ansvar för de personer som inkluderas i forskningen och se till att de behandlas med respekt, både när det gäller hanteringen av information men även individens välbefinnande.

Trots att medicinsk forskning kräver studier på levande människor är det av stor vikt att beakta hur forskningen ska gå till i enlighet med etiska förhållningssätt.

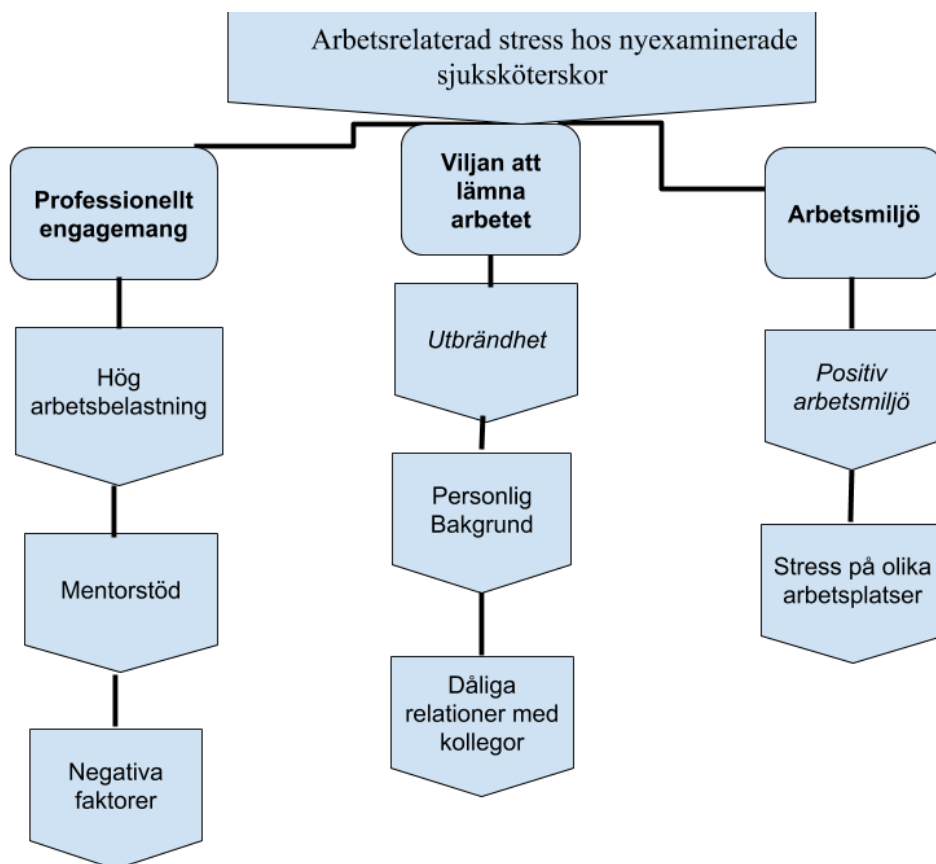
Alla potentiella deltagare ska vara med på frivillig basis, vara väl informerade om vad studien innebär och slutligen lämna ett personligt samtycke. Ett uppsatsarbete ska aldrig inkludera människor i sin studie om de ingår i särskilt utsatta grupper och om det finns risk för att de skadas (Kristensson, 2014). Samtliga etiska aspekter har beaktats under datainsamlingen av valda studier. I denna litteraturstudien har forskarna i sin tur tagit ställning till forskningsetiska frågeställningar som är etiskt försvarbara där alla deltagare i valda artiklar har givits god

information om studien samt givit samtycke. Alla 12 inkluderade vetenskapliga artiklar har blivit godkända av en etisk kommitté. En av de grundläggande principerna för medicinsk forskning är att omsorg om individen går före samhällets och vetenskapens intresse (World Medical Association, 2018). Samtycke ska inhämtas av deltagarna för att forskningen ska kunna utföras, om detta inte är möjligt måste forskningen enbart bedrivas om en etisk kommitté har godkänt det. Samtliga tänkbara försiktighetsåtgärder bör tas för att respektera deltagarnas autonomi (World Medical Association, 2018).

## **Resultat**

Syftet med litteraturstudien var att belysa arbetsrelaterad stress bland nyexaminerade sjuksköterskor. Efter en integrerad analys (Kristensson, 2014) av de resultatet framkom tre huvudkategorier inom arbetsrelaterad stress bland nyexaminerade sjuksköterskor. Vardera kategori innehöll mellan 2-3 underkategorier vilket framställdes med hjälp av en tankekarta (figur 1). De tre huvudkategorierna som framkom var *professionellt engagemang*, *viljan att lämna arbetet* följt av *arbetsmiljö*.

### Tankekartan



(Figur 1)

Professionellt engagemang

En mängd artiklar betonade betydelsen av det professionella engagemanget som en bidragande faktor för den arbetsrelaterade stressen hos nyexaminerade sjuksköterskor (Hoeve et al, 2019; Dames, 2018a; Rudman och Gustavsson, 2014; Zhang et al, 2017).

### *Hög arbetsbelastning*

I en kohortstudie där 18 nyexaminerade sjuksköterskor deltog framkom att omsättningen av sjuksköterskor var en stor utmaning i hälso- och sjukvården, vilket i sin tur påverkade de totala kostnaderna inom organisationen (Hoeve et al. 2019).

Hög arbetsbelastning relaterades till lågt professionellt engagemang hos de nyexaminerade sjuksköterskorna. På grund av de höga arbetskraven blev sjuksköterskorna negativt påverkade när det gällde deras engagemang till professionen. Brist på kontroll inom arbetet var även direkt relaterat till lågt professionellt engagemang. De nyexaminerade sjuksköterskorna kunde uppleva att den höga arbetsbelastningen var för tung i förhållande till deras erfarenhet (Dames, 2018b). Det framkom ett sammanhang *att koppla ifrån* vilket relaterade till ett tillstånd där sjuksköterskan distanserade sig från professionen och såg den ur ett negativt perspektiv (Rudman och Gustavsson, 2014). De nyexaminerade sjuksköterskorna skapade därigenom distans till professionen på grund av den höga arbetsbelastningen.

### *Mentorstöd*

I en kvantitativ studie av Zhang et al. (2017) besvarade 343 nyexaminerade sjuksköterskor på frågeformulär där resultatet visade att det fanns utmaningar kopplade till en låg professionell identitet som hade sin grund i olika stressmoment. I dessa stressmoment ingick orealistiska förväntningar och dåliga förebilder inom professionen, där mentorer inte uppfyllde sina omvårdnads roller. En låg professionell identitet blev därför en bidragande faktor till ett sämre professionellt engagemang. Vidare belystes vikten av att fokusera på en positiv förbättring i det professionella engagemanget. Detta kunde ske just med hjälp av stödet från erfarna sjuksköterskor och mentorer. En kvalitativ intervjustudie med 8 deltagare av Dames (2018a) visade att med hjälp av mentorstöd upplevde de nyexaminerade sjuksköterskorna att de kunde engagera sig i självförverkligandet inom sin profession. En studie beskrev att stödet av en mentor skapade trygghet och ökade självförtroendet genom att det fanns någon att prata ut med



och ställa frågor till. Sjuksköterskorna upplevde också att de kunde stå upp för sig själva mer i utmanande situationer mellan kollegor eller patienter tack vare stödet av en mentor.

### *Negativa faktorer*

I studien av Hoeve et al. (2019) deltog 18 nyexaminerade sjuksköterskor. Det framkom att relationen mellan professionellt engagemang och negativa faktorer såsom överväldigande existentiella upplevelser, dåliga relationer med kollegor, och dåliga erfarenheter med patienter påverkade engagemanget negativt. Detta skapade känslor av hög ansträngning men låg känsla av belöning hos deltagarna. Känslan av belöning blev däremot högre när erfarenheten växte och sjuksköterskorna upplevde acceptansen från kollegorna (Dames, 2018a).

### Viljan att lämna arbetet

Fem vetenskapliga artiklar bildade huvudkategorin *viljan att lämna arbetet*. Denna kategorin underbyggdes av tre underkategorier som markerade vikten av de nyexaminerade sjuksköterskornas motiv för att vilja lämna arbetet. Resultatet fann att *utbrändhet*, *personliga faktorer* och *dåliga relationer med kollegor* var bidragande faktorer till detta (Dames, 2018b; Laschinger et al, 2016; Wu et al, 2012; Rudman och Gustavsson, 2011; Zhang et al, 2017).

### *Utbrändhet*

Andelen nyexaminerade sjuksköterskor som valde att lämna yrket var hög (Dames, 2018b) Så mycket som 30 procent av sjuksköterskorna valde att lämna arbetet det första året och efter två år hade hela 57 procent lämnat. I den kvantitativa studien av Wu et al. (2012) med 154 deltagande nyexaminerade sjuksköterskor framkom att var tredje sjuksköterska uppgav att de funderade på att lämna arbetet på grund av höga nivåer av stress. Laschinger et al. (2016) utförde en randomiserad studie där 3906 nyexaminerade sjuksköterskor visade hög sannolikhet för att missnöjda sjuksköterskor lämnade sin arbetsplats, särskilt om de även hade andra jobbalternativ. I de situationer då nya jobbalternativ inte var tillgängliga upplevde de nyexaminerade sjuksköterskorna att det var bättre att lämna professionen helt. Dames (2018b) visade att en femtedel av de nyexaminerade sjuksköterskorna i studien kände sig utbrända och avsåg att lämna yrket inom fem år. Ytterligare en statistisk signifikant stressfaktor Wu et al. (2012)

uppmätte var brist på arbetsresurser. Deltagare som upplevde högre nivåer av denna stressor hade också högre benägenhet till att lämna arbetet. I den kvantitativa kohortstudien av Rudman och Gustavsson (2011) med 1153 sjuksköterskor framkom att det var utbrändhet som påverkade anställningen i de flesta fallen och ledde till avsikten att lämna arbetet under de fem första anställningsåren. Deltagarna som kände sig oengagerade under sin studietid var mer benägna att lämna yrket under det första året. Andelen nyexaminerade sjuksköterskor som starkt övervägde att lämna yrket ökade från 9,1% till 18,1% under de fem första anställningsåren.

### *Personlig bakgrund*

Personliga faktorer hos en del av de nyexaminerade sjuksköterskor bidrog till att de ville lämna arbetet (Rudman och Gustavsson, 2011). Dessa sjuksköterskor var under 25 år, hade inga egna barn, led av lågt självförtroende, hade dåliga matvanor och var stressade över sitt yrkesval. En annan del av deltagarna var nöjda med sitt val av profession och upplevde låga nivåer av viljan till att lämna yrket. Dessa deltagarna var äldre än 35 år, hade egna barn och tidigare erfarenheter av arbete inom vården. De visade även betydligt högre nivåer av självförtroende, lägre nivåer av depressiva symtom och stress än de som var yngre (Rudman och Gustavsson, 2011). Några av de nyexaminerade sjuksköterskor som var föräldrar förklarade det som att föräldrarollen motiverade dem till att lämna stressen på arbetet och inte ta med sig den hem (Dames, 2018b).

### *Dåliga relationer med kollegor*

Zhang et al. (2017) visade även höga siffror gällande nyexaminerade sjuksköterskors vilja att lämna arbetet. Efter åtta månader uppgav 74 procent av nyexaminerade sjuksköterskor att de funderade på att sluta. Däremot sjönk siffrorna till 72 procent för de deltagarna som var verksamma mer än 12 månader. Bristen på socialt stöd, dåliga relationer med kollegor och arbetsrelaterad stress bidrog också till viljan att lämna. Destu högre arbetsrelaterad stress sjuksköterskorna upplevde, destu högre blev viljan till att lämna professionen.

## Arbetsmiljö

Nyexaminerade sjuksköterskor och deras arbetsrelaterade stress visade i sig ha relation till arbetsmiljön (Laschinger et al, 2016; Cheng et al, 2015; Blomberg et al, 2016; Abu Feddehs, 2020; Dames 2018b).

### *Positiv arbetsmiljö*

Nyexaminerade sjuksköterskor upplevde att en positiv arbetsmiljö låg till grund för professionellt utförande i yrket (Laschinger et al., 2016).

I en kvantitativ studie av Cheng et al. (2015) deltog 206 nyexaminerade sjuksköterskor. Denna studien identifierade en faktor som bidrog till tillfredsställelse på arbetet. De nyexaminerade sjuksköterskorna som var nöjda med sina arbetsplatser och kollegor blev betydligt mer tillfredsställda till skillnad från de som var missnöjda med sjukhuset de arbetade på (Cheng et al., 2015).

### *Stress på Olika arbetsplatser*

I den kvantitativa studien av Blomberg et al. (2016) deltog 113 nyexaminerade sjuksköterskor runt om i Sverige. Deltagarna upplevde stress på alla olika arbetsplatser, med det framkom signifikanta skillnader beroende på typ av arbetsplats. Deltagarna visade höga nivåer av stress på kirurgiska avdelningar följt av sjuksköterskor som arbetade på medicinska avdelningar. Däremot blev stressnivåerna betydligt lägre hos de sjuksköterskorna som hade tillsyn av en mentor under sina kliniska moment. I Abu Feddehs (2020) tvärsnittsstudie framkom det utifrån frågeformulär att de 220 deltagande nyexaminerade sjuksköterskorna på privata sjukhus hade betydligt högre poäng gällande arbetsrelaterad stress, till skillnad från de sjuksköterskorna som arbetade på de offentliga sjukhusen. Deltagarna upplevde tre stressfaktorer *hög arbetsbelastning, tvivel inför professionen och patientrelaterade utmaningar*. Utifrån de tre stressfaktorerna framkom det att de nyexaminerade sjuksköterskorna på kirurgiska intensivavdelningar och privata avdelningar upplevde högre nivåer av patientrelaterade utmaningar jämfört med sjuksköterskor på akutavdelningar. Sjuksköterskorna på den kirurgiska intensivavdelningen upplevde även högre nivåer av självtvivel jämfört med andra avdelningar. Dames (2018b) fann även i sin studie att de nyexaminerade sjuksköterskorna som befann sig

en okänd arbetsmiljö upplevde betydligt högre stressnivåer eftersom de kände sig osäkra och utanför teamet.

## Diskussion

### **Diskussion av vald metod**

Föreliggande litteraturstudie bygger på tolv vetenskapliga artiklar baserade på omvårdnadsområdet arbetsrelaterad stress bland nyexaminerade sjuksköterskor.

Syftet med studien var att belysa arbetsrelaterad stress bland nyexaminerade sjuksköterskor.

En litteraturstudie innebär att söka efter, kritiskt granska och sammanställa relevant kunskap och aktuell forskning inom det aktuella problemområdet (Kristensson, 2014).

Författarna fann rikligt med studiematerial inom ämnet för att kunna nå syftet med att skapa en fördjupning. Det första steget mot att särskilja relevant litteratur är genom att skapa en god sökstrategi, i praktiken handlar det om att bestämma vilka sökord som ska användas (Kristensson, 2014). Under artikelsökningen med databaserna Pubmed och Cinahl utformades sökorden i fritext med booleska sökoperatörer och indexord med hjälp av *Medical subject headings list* och *Subject heading lists* för att skapa relevanta sökresultat.

Enligt Kristensson (2014) finns det fördelar med att använda både fritextsökningar och indexord då det ökar sökningens känslighet samtidigt som sökningen blir mer specifik.

Oavsett om en litteraturstudie utförs på olika sätt ligger grunden i att kritiskt granska litteraturen (Kristensson, 2014). Efter att sökningen av artiklarna var utförd började författarna läsa igenom alla titlar och abstrakt. Enligt Kristensson (2014) sker en gallring av abstrakts där irrelevanta studier sorteras bort. Anledningen till detta kan vara att syftet, metod, interventionen eller utfallsmåttet är irrelevant till studiens syfte. Författarna läste abstrakten var för sig och jämförde vilka studier som skulle inkluderas. Artiklarna som valdes byggde på relevans till syftet. Genom att författarna skapade ett tydligt syfte och inklusionskriterier blev sökorden och nyckelbegreppen klara. Inklusionskriterierna som användes i studien valdes utifrån syftet och alla

tolv artiklar i studien var mindre än 10 år gamla, vilket medförde hög relevans inom ämnesområdet. För att undvika systematiska fel exkluderades äldre studier och studier på andra språk än engelska och svenska. Författarna var överens om att detta i sin helhet kunde begränsa studien delvis, då relevant material kunde falla bort. Ytterligare diskuterade författarna kring populationen nyexaminerade sjuksköterskor, där faktorer såsom ålder och kön inte har skilts åt under sökningen av artiklar och deltagare. Detta kan ses som både en styrka och svaghet då litteraturstudien skapar en mindre specifik men bredare bild över populationen nyexaminerade sjuksköterskor. Studierna som inkluderades bestod av 9 kvantitativa samt 3 kvalitativa studier. Under granskningen bedömde författarna den vetenskapliga kvaliteten genom en bedömning och granskning av de kvantitativa studiernas validitet och de kvalitativa studiernas trovärdighet. Dataanalysen utfördes i enlighet med Kristensson (2014) där en integrerad analys genomfördes så att relevant litteratur med kategorier kunde framgå.

### **Diskussion av framtaget resultat**

Litteraturstudiens resultat inkluderar 12 vetenskapliga artiklar där syftet är att belysa arbetsrelaterad stress bland nyexaminerade sjuksköterskor.

I föreliggande resultat med hjälp av den integrerade analysen (Kristensson, 2014) identifierades de tre huvudkategorierna *professionellt engagemang*, *viljan att lämna arbetet* och *arbetsmiljö*. Gemensamma fynd vilka framkom i analysen av resultatet var de nyexaminerade sjuksköterskornas behov för stödet av en mentor, en kritisk femårsperiod och sociala relationer på arbetet. Litteraturmatrisen (Tabell 3) innehåller relevanta fynd av resultatet och vidgar därmed ytterligare perspektivet av detta.

Finnström (2015, kap 3) betonar vikten av socialisering redan under sjuksköterskans utbildning relaterat till sjuksköterskeidentiteten och den professionella självbilden. Resultatet visar att dålig eller otillräcklig socialisering hos nyexaminerade sjuksköterskor påverkar deras professionella engagemang negativt. En låg professionell identitet i sin tur leder till ett lågt professionellt engagemang (Zhang et.al, 2017). Flertalet nyexaminerade sjuksköterskor önskar ett bättre stöd av kollegor eller också mentorer. Benners beskrivning av novisen handlar om en nyexaminerad individ som känner sig osäker inför olika situationer i sin profession (Benner,

1993). Novisen söker sig därför till en person som är kunnig inom ämnet för stöd.

Sjuksköterskor beskriver hur de upplever att de kan skapa större självförverkligande inom sitt professionella engagemang med hjälp av ett bra stöd av en mentor (Dames, 2018a). Resultatet visar även hur hög arbetsbelastning resulterar i att sjuksköterskor känner ett lågt professionellt engagemang och skapar distans till professionen (Hoeve et al, 2019; Dames, 2018a; Rudman och Gustavsson, 2014). Genom belastningar såsom dåliga relationer med kollegor och tuffa möten med patienter upplever sjuksköterskor en låg känsla av belöning inom professionen, samtidigt som ansträngningen är hög (Dames, 2018). Svensk sjuksköterskeförening (2020) beskriver att kollegialitet handlar om ansvar och hur vi sjuksköterskor bemöter varandra. En god kollegialitet utgör en viktig kraft i utvecklingen av en bra omvårdnad med utgångspunkt att stötta varandra genom tillit och en öppen kultur. Författarna tolkar resultatet som att det finns ett faktiskt behov i stödet och feedbacken från kollegor, men även i mentorstödet.

Resultatet visar att nyexaminerade sjuksköterskor som väljer att lämna professionen inom loppet av fem år är relaterat till utbrändhet (Dames 2018b; Laschinger et al., 2016; Wu et al., 2012). Det existerar en kritisk femårsperiod där procenten av nyexaminerade sjuksköterskor som är utbrända ökar. (Rudman och Gustavsson, 2011; Dames, 2018b). Nyexaminerade sjuksköterskors vilja att lämna arbetet i början av karriären är hög, samtidigt som deras vilja att lämna sjunker med tiden då sjuksköterskorna får erfarenhet (Zhang et al, 2017). Enligt Benners teori (Benner, 1993) är det novis fasen i den nyexaminerade sjuksköterskans karriär som är en av de tuffaste perioderna. Då är novisen en nyexaminerad sjuksköterska som förväntas prestera i sin yrkesroll trots att hon saknar den erfarenheten som krävs. Ju högre arbetsrelaterad stress sjuksköterskor upplever desto högre är viljan att lämna arbetet. Återigen visar resultatet att bristen på socialt stöd är en bidragande faktor till den arbetsrelaterade stressen. Diverse personliga faktorer är en bidragande faktor till att nyexaminerade sköterskor väljer att lämna arbetet (Rudman och Gustavsson, 2011; Dames 2018b). Specifikt visar resultatet att dessa personliga faktorer är ålder, självförtroende, matvanor, tidigare arbetserfarenheter och om sjuksköterskan har egna barn. En ålder över 35 år hos den nyexaminerade sjuksköterskan pekar på högre självförtroende, bättre matvanor, egna barn, högre stresshantering och tidigare arbetserfarenheter inom vården. Detta i sin tur medverkar till att sjuksköterskor hanterar stressen bättre och i mindre omfattning väljer att lämna yrket.

Resultatet fann signifikanta likheter gällande den kritiska femårsperioden hos nyexaminerade sjuksköterskor. Detta faktum visar sig vara återkommande i olika länder. Utifrån denna kunskap ser författarna att det är ett omfattande område och att det finns möjlighet för utveckling inom området. Resultatet saknar siffror på hur många nyexaminerade sjuksköterskor som i praktiken lämnar arbetet, denna vetenskap kunde i sin tur styrka evidensen för att skapa förändring i framtiden därför bör ytterligare kvantitativ forskning inom området utföras.

En bristande arbetsmiljö är även en bidragande faktor till olika nivåer av stress (Laschinger et al., 2016; Cheng et al., 2015; Dames 2018b).

Tillfredsställelse på arbetsplatsen, en positiv arbetsmiljö och en bekant arbetsmiljö medverkar till att nyexaminerade sjuksköterskor hanterar den arbetsrelaterade stressen på ett bättre sätt. Sjuksköterskor upplever stressnivån på olika sätt beroende på vilken arbetsplats de befinner sig på (Blomberg et al., 2016; Abu Feddehs, 2020).

De arbetsplatser som bidrar till högre stressnivåer är kirurgiska avdelningar där nyexaminerade sjuksköterskor upplever fler patientrelaterade utmaningar, högre arbetsbelastning och självtvivel. Resultatet visar återigen att stressnivåerna är lägre hos sjuksköterskor som har tillsyn av en mentor under sina kliniska moment. Svensk Sjuksköterskeförening (2017) tar upp förslag till utvecklingsstrategier inom kliniskt arbete, vilka bygger på en kultur som främjar förbättringsarbete, teamsamverkan och att sjuksköterskor lär av varandra. Resultatet visar att en återkommande faktor relaterad till den arbetsrelaterade stressen är olika sociala relationer på arbetet.

### **Slutsats och kliniska implikationer**

Litteraturstudien visar hur olika faktorer korrelerar med arbetsrelaterade stress bland nyexaminerade sjuksköterskor. Nyexaminerade sjuksköterskor beskriver mentorstödet likt en stressminskande faktor i deras första period på arbetet. Detta framkommer i alla huvudkategorier relaterat till *viljan att lämna arbetet*, *arbetsmiljö* och *professionellt engagemang*.

Allt ifrån små moment såsom stressfyllda situationer med kollegor till svåra patientmöten, där mentorer visar sitt stöd till de nya sjuksköterskorna visar positiv effekt på stresshanteringen. Resultatet visar även hur viljan att lämna arbetet är högt relaterat till stress och de fem första arbetsåren i sjuksköterskans karriär. Att höga siffror av nyexaminerade sjuksköterskor

lämnar professionen samtidigt som de känner ett starkt behov av en mentor påvisar att detta är ett behov som bör implementeras i praktiken. För att en god handledning ska kunna utföras ställs det krav på handledaren och arbetsledningen där det handledaren eller mentorn ska ha en vidareutbildning i form av en handledarkurs (Pilhammar, 2019). Handledningen bör ses som en egen specialitet där det krävs en särskild utbildning där handledaren inte bara visar hur olika uppgifter ska utföras men även vägen till förståelse inom professionen. Detta stödet kan möjliggöra att nyexaminerade sjuksköterskor känner sig tryggare i sin roll, därigenom minskar den arbetsrelaterade stressen. Att grunda ökad förståelse gällande dessa resultat som inverkar på den arbetsrelaterade stressen bland nyexaminerade sjuksköterskor skapar bra verktyg inför framtiden för implementering i praktiken.

### **Författarnas arbetsfördelning**

Arbetsfördelningen i litteraturstudien har varit lika hos författarna. Med hjälp av delaktighet och arbetsinsatser har författarna kunnat föra diskussioner och tankar kring studieresultaten. Detta har skapat fördjupning av ämnet och kunskap. All litteratursökning, gallring av abstrakt och artikelgranskning har utförts under samarbete och samråd mellan författarna. Utifrån detta arbetssätt kan författarna försvara och diskutera arbetet samt stå för produkten och ta ansvar för den (Kristensson, 2014).





## Referenser

Al Awaisi, H., Cooke, H., & Pryjmachuk, S. (2015). *The experiences of newly graduated nurses during their first year of practice in the Sultanate of Oman – A case study*. *International Journal of Nursing Studies*, 52(11), 1723-1734. doi:doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2015.06.009

Arbetsmiljöverket. (26 april 2013). *Stress och tung arbetsbelastning inom vården skapar ohälsa*. <https://www.av.se/press/stress-och-tung-arbetsbelastning-inom-varden-skapar-ohalsa/>

Benner, P. (1993). *Från novis till expert: Mästerskap och talang i omvårdnadsarbetet*. Lund: Studentlitteratur.

Bentling, S. & Jonsson, B. (Red.). (2015). *Vårdpedagogiska utmaningar*. (1 uppl.). Stockholm: Liber.

Blomberg, K., Isaksson, A., Allvin, R., Bisholt, B., Ewertsson, M., Engström, A. K., Gustafsson, M. (2016). *Work stress among newly graduated nurses in relation to workplace and clinical group supervision*. *Journal of Nursing Management*, 24, 80-87. doi:10.1111/jonm.12274

Boamah, S., & Laschinger, H. (2016). *The influence of areas of worklife fit and work-life interference on burnout and turnover intentions among new graduate nurses*. *Journal of Nursing Management*, 24, 164-174. doi:10.1111/jonm.12318

Cheng, C. Y., Liou, S. R., Tsai, H. M., & Chang, C. H. (2015). *Job stress and job satisfaction among new graduate nurses during the first year of employment during the first year of employment in Taiwan*. *International Journal of Nursing Practise*, 21, 410-418.

Dames, S. (2018). *Impact of Interplaying and Compounding Factors in the Novice Nurse Journey. A Basic Qualitative Research Study*. *Canadian Journal of Nursing Research*, 51(2) 84–93. DOI: 10.1177/0844562118817079 [journals.sagepub.com/home/cjn](http://journals.sagepub.com/home/cjn)

Dames, S. (2018). *Thriveable work environments: A study of interplaying factors that enable novice nurses to thrive. Journal of Nursing Management* Volume 27, Issue 3. <https://doi.org/10.1111/jonm.12712>

Department of family medicine. (1 augusti 2018). *Mixed Methods Appraisal tool (MMAT)*. [http://mixedmethodsappraisaltoolpublic.pbworks.com/w/file/attach/127916259/MMA-T\\_2018\\_criteria-manual\\_2018-08-01\\_ENG.pdf](http://mixedmethodsappraisaltoolpublic.pbworks.com/w/file/attach/127916259/MMA-T_2018_criteria-manual_2018-08-01_ENG.pdf)

Ebrahimi, H., Hassankhani, H., Negarandeh, R., Azizi, A., & Gillespie, M. (2016). *Barriers to support for new graduated nurses in clinical settings: A qualitative study. Nurse education today, 37*, 184–188. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2015.11.008>

Feddeh, S. A., & Darawad, M. W. (2020). *Correlates to Work-Related Stress of Newly-graduated Nurses in Critical Care Units. International Journal of Caring Sciences, 13(1)*, 507–516.

Finnström, B. (2015). Den professionella sjuksköterskan i dagens vård. E. Dahlborg-Lyckhage (Red.). *Att bli sjuksköterska: En introduktion till yrket och ämnet* (s. 59-84). Studentlitteratur.

Frögeli, E., Rudman, A., & Gustavsson, P. (2019). *The relationship between task mastery, role clarity, social acceptance, and stress: An intensive longitudinal study with a sample of newly registered nurses. Internal journal of nursing. Volume 91*, March 2019, Pages 60-69. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2018.10.007>

Försäkringskassan. (2015). *Vård och omsorg har flest nya sjukfall i Sverige*. <https://www.forsakringskassan.se/wps/wcm/connect/e1c99b35-629c-4801-944a-81dd359b303c/korta-analyser-2015-1.pdf?MOD=AJPERES&CVID=>

Försäkringskassan. (2015). *Sjukfrånvarons utveckling: delrapport 1, år 2015*. <http://mb.cision.com/Public/154/9799064/8cda70a70927ff9b.pdf>

Ishihara, I., Ishibashi, Y., Takahashi, K., & Nakashima, M. (2014). *Effect of organizational factors and work environments on newly graduated nurses' intention to leave*. *Japan journal of nursing science : JJNS*, 11(3), 200–210. <https://doi.org/10.1111/jjns.12021>

Kristensson, J. (2014). *Handbok i uppsatsskrivande och forskningsmetodik för studenter inom hälso- och vårdvetenskap*. (1 uppl.). Stockholm: Natur & Kultur.

Perski, A (2012). *Ur balans :om stress, utbrändhet och vägar tillbaka till ett balanserat liv*. (uppl 2.). Albert Bonniers Förlag

Polit, D.F. & Beck, C.T. (2017). *Essentials of nursing research: appraising evidence for nursing practice*. (9 uppl.). Philadelphia, Pa.: Wolters Kluwer.

Rudman, A., & Gustavsson, P. (2011). *Early-career burnout among new graduate nurses: a prospective observational study of intra-individual change trajectories*. *International journal of nursing studies*. Volume 48, Issue 3, March 2011, Pages 292-306. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2010.07.012>

Rudman, A., Gustavsson, P., & Hultell, D. (2014). *A prospective study of nurses' intentions to leave the profession during their first five years of practice in Sweden*. *International Journal of Nursing Studies*, Volume 57, May 2016, Pages 82-95. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2016.01.005>

Selye, H. (1978). *The stress of Life* (2 uppl.). McGraw-Hill Education

Skärsäter, I. & Wiklund Gustin, L. (Red.). (2019). *Omvårdnad vid psykisk ohälsa: på grundnivå*. (3 uppl.). Lund:Studentlitteratur.

Socialstyrelsen. (17 september 2020). *Arbetsmiljö*. <https://patientsakerhet.socialstyrelsen.se/risker-och-varriskador/riskomraden/arbetsmiljo/>

Spence Laschinger, H. K., Cummings, G., Leiter, M., Wong, C., MacPhee, M., Ritchie, J., Wolff, A., Regan, S., Rheaume-Bruning, A., Jeffs, L., Young-Ritchie, C., Grinspun, D., Gurnham, M.E., Foster, B., Huckstep, S., Ruffolo, M., Shamian, J., Burkoski, V., Wood, K., & Read, E. (2016). *Starting Out: A time-lagged study of new graduate nurses' transition to practice*. *International Journal of Nursing Studies*, 57 (2016) 82–95. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2016.01.005>

Statens beredning för medicinsk och social utvärdering. (15 oktober 2020). *SBU:s metodbok*. <https://www.sbu.se/metodbok?pub=48286>

Svensk Sjuksköterskeförening. (25 december 2020). *Kollegialitet för god omvårdnad*. <https://www.swenurse.se/download/18.9f73344170c0030623109e/1583936683432/Kollegialitet%20för%20god%20omvårdnad.pdf>

Svensk Sjuksköterskeförening. (25 december 2020). *Teamarbete & förbättringskunskap*. <https://www.swenurse.se/download/18.1dbf1316170bff6748cd8b0/1584345577416/Teamarbete%20och%20förbättringskunskap.pdf>

Swartling, U. (1 januari 2016). *Etik & bemötande inom hälso- och sjukvård*. <https://vardgi-varwebb.regionostergotland.se/pages/312246/Etik%20och%20bemötande%2019.pdf>

Ten Hoeve, Y., Brouwer, J., & Kunnen, S. (2019). *Turnover prevention. The direct and indirect association between organizational job stressors, negative emotions and professional commitment in novice nurses*. *The journal of advanced nursing*, 76(3):836–845. doi: 10.1111/jan.14281

Willman, A., Bahtsevani, C., Nilsson, R., & Sandström, B. (2016). *Evidensbaserad omvårdnad: en bro mellan forskning och klinisk verksamhet*. Lund:Studentlitteratur.

World Medical Association. (9 Juli 2018). *Wma Declaration of Helsinki - Ethical principles for medical research involving human subjects*.

<https://www.wma.net/policies-post/wma-declaration-of-helsinki-ethical-principles-for-medical-research-involving-human-subjects/>

Wu, T., Fox Porretta, D., Stokes, C., & Adam, C. (2011). *Work-related stress and intention to quit in newly graduated nurses*. *Nurse Education Today*, 32 (2012) 669–674. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2011.09.002>

Zhang, Y., Wu, J., Fang, Z., Zhang, Y., & Kam Yuet Wong, F. (2017). *Newly graduated nurses' intention to leave in their first year of practice in Shanghai: A longitudinal study*. *Nursing Outlook*, 65(2), 202-211. doi:<https://doi.org/10.1016/j.outlook.2016.10.007>

## Litteraturmatris

(Tabell 3)

Num mer	Författare/Titel/ År/Land	Syfte	Metod	Resultat	Kva- litet
1.	<p>Blomberg, K. Isaksson, A.-K. Allvin, R. Bisholt, B. Ewertsson, M. Kullén Engström, A. Ohlsson, U. Sundler Johans- son, A. Gustafs- son, M.</p> <p><i>Work stress among newly graduated nurses in relation to workplace and clinical group supervision.</i></p> <p>Sverige 2016</p>	<p>Att undersö- ka arbetsre- laterad stress hos nyexa- minerade sjuksköters- kor i relation till arbets- plats.</p>	<p>En kvantitativ tvärsnittsstudie där 113 nyli- gen examine- rade sjukskö- terskor från tre centrala svens- ka universitet inkluderades.</p>	<p>Studien visade att nyexaminerade sjuksköterskor som fick klinisk grupp- utbildning hade lägre nivåer av stress. Den arbets- plats där sjukskö- terskorna uppvisa- de mest stress var på kirurgiavdel- ningar.</p>	Hög
2.	<p>Zhang, Y. Juemin, W. Zhiyin, F. Yaqing, Z. Kam Yuet Wong, F.</p> <p><i>Newly graduated nurses' intention to leave in their first year of practice in Shanghai: A lon- gitudinal study.</i></p> <p>Kina 2017</p>	<p>Att undersö- ka föränd- ringen över tid gällande avsikt att lämna pro- fessionen och identifi- era faktorer till detta.</p>	<p>Kvantitativ longitudinell studie där 343 nyexaminerade sjuksköterskor från 15 olika distrikt i Shanghai del- tog.</p>	<p>Nyexaminerade sjuksköterskors intention att lämna professionen orsa- kades framförallt av stress. Arbetsre- laterad stress och professionell iden- titet var signifikanta stressorer.</p>	Hög

3.	<p>Wu, T. Y. Porretta Fox, D. Stokes, C. Adam, C.</p> <p><i>Work-related stress and intention to quit in newly graduated nurses</i></p> <p>USA 2012</p>	<p>Att undersöka korrelation mellan jobb stressorer, hanteringsstrategier och viljan att lämna arbetet.</p>	<p>Kvantitativ tvärsnittsstudie med deskriptiv design. 154 nyexaminerade sjuksköterskor som arbetat i högst 3 år deltog i studien.</p>	<p>Yngre sjuksköterskor är mer benägna att uppleva stress. Den faktorn som visade direkt signifikans med deltagarnas avsikt att sluta var brist på arbetsutrustning. Studien visade att övergången från teori till praktik behöver underlättas.</p>	Hög
4.	<p>Cheng, C. Y., Liou, S. R., Tsai, H. M., &amp; Chang, C. H.</p> <p><i>Job stress and job satisfaction among new graduate nurses during the first year of employment</i></p> <p>Taiwan 2015</p>	<p>Syftet med denna studie var att utforska sambandet mellan arbetsrelaterad stress och relaterade faktorer över tid.</p>	<p>Denna studie tillämpade en kvantitativ longitudinell design där 206 nyexaminerade sjuksköterskor deltog från ett universitet i Taiwan.</p>	<p>Resultaten visade att vårdadministratörer måste tillhandahålla längre orienteringsperioder och flexibla skiftscheman för nyutbildade sjuksköterskor för att de ska kunna anpassa sig till en ny arbetsmiljö.</p> <p>Kvalitet: Hög</p>	



5.	<p>Dames, S.</p> <p><i>Thriveable work environments: A study of interplaying factors that enable novice nurses to thrive</i></p> <p>Kanada 2018</p>	<p>Att skapa förståelse för samspelet mellan arbetsplatsen och utvecklingsfaktorer som möjliggör trivsel under det första året av kliniskt sjuksköterskearbete.</p>	<p>Kvalitativ design där 8 nyexaminerade sjuksköterskor deltog i en semistrukturerad intervjustudie.</p>	<p>Samspelet mellan arbetsplatsens faktorer och utvecklingsfaktorer så som självkänsla hade en betydande roll för deltagarnas förmåga att effektivt hantera stress på arbetsplatsen.</p>	Hög
6.	<p>Dames, S.</p> <p><i>Impact of Interplaying and Compounding Factors in the Novice Nurse Journey. A Basic Qualitative Research Study</i></p> <p>Kanada 2018</p>	<p>Syftet med studien var att utforska faktorer som påverkar viljan att utvecklas hos nyexaminerade sjuksköterskor.</p>	<p>Kvalitativ studie där 8 kanadensiska nyexaminerade sjuksköterskor genomgick intervjuer.</p>	<p>Resultatet visade att viljan att utvecklas hos nyexaminerade sjuksköterskor var beroende av livserfarenheten hos varje individ.</p>	Hög
7.	<p>Feddeh, S. A., &amp; Darawad, M. W.</p> <p><i>Correlates to Work-Related Stress of Newly-graduated Nurses in Critical Care Units</i></p> <p>Jordanien 2020</p>	<p>Syftet med denna studie var att undersöka arbetsrelaterad stress bland nyutbildade sjuksköterskor och identifiera faktorer som påverkade deras stressnivåer samt avsikt att avgå från sin anställning.</p>	<p>Denna studie använde en kvantitativ deskriptiv tvärsnittsdesign med hjälp av frågeformulär. Totalt rekryterades 220 sjuksköterskor.</p>	<p>Studieresultaten visade att yngre studenter och var mer benägna att uppleva stress.</p> <p>Kvalitet: Hög</p>	

8.	<p>Rudman, A., &amp; Gustavsson, P.</p> <p><i>Early-career burnout among new graduate nurses: a prospective observational study of intra-individual change trajectories.</i></p> <p>Sverige 2011</p>	<p>Syftet med studien var att identifiera och jämföra vanliga mönster gällande symtom av utbrändhet hos nyexaminerade sjuksköterskor under en treårsperiod.</p>	<p>Kvantitativ longitudinell kohortstudie där 1153 nyexaminerade sjuksköterskor deltog.</p>	<p>Resultatet visade att var femte sjuksköterska upplevde extremt höga nivåer av utbrändhet tillsammans med depressiva symtom och viljan till att lämna arbetet. Denna negativa utveckling hos de nya sjuksköterskorna var även relaterat till att de inte kände sig tillräckligt förberedda inför jobbet och att brist på studielust.</p>	Hög
9.	<p>Frögeli, E., Rudman, A., &amp; Gustavsson, P.</p> <p><i>The relationship between task mastery, role clarity, social acceptance, and stress: An intensive longitudinal study with a sample of newly registered nurses</i></p> <p>Sverige 2019</p>	<p>Syftet med denna studie var att undersöka socialiseringsprocesserna som mål att minska stress bland nyutbildade sjuksköterskor.</p>	<p>En kvalitativ longitudinell studie. 264 nyutbildade sjuksköterskor deltog i studien.</p>	<p>Den här studien visade i resultatet att nya yrkesverksamma sjuksköterskor som upplever högre nivåer av socialisering har mer tydlighet på arbetet, kan behärska arbetsuppgifter och upplever därför lägre nivåer av stress.</p>	Hög

10.	<p>Rudman, A., Gustavsson, P., &amp; Hultell, D. A</p> <p><i>Prospective study of nurses' intentions to leave the profession during their first five years of practice</i></p> <p>Sverige 2014</p>	<p>Syftet med studien var att undersöka förekomsten av nyutbildade sjuksköterskors avsikt att lämna yrket.</p>	<p>Kvantitativ longitudinell observationsstudie. 2331 sjuksköterskestudenter rekryterades från 26 universitet i Sverige som erbjuder vårdutbildning.</p>	<p>Efter fem år avsåg var femte sjuksköterska starkt att lämna yrket. Den longitudinella analysen av förändringen i avsikt att lämna visade att nivåerna ökade under de första anställningsåren. Höga nivåer av utbildning var relaterade till en ökad avsikt att lämna arbetet.</p>	Me del
-----	--	--	--	--	-----------

<p><b>11.</b></p>	<p>Spence Laschinger, H. K., Cummings, G., Leiter, M., Wong, C., MacPhee, M., Ritchie, J., Wolff, A., Regan, S., Rheaume-Bruning, A., Jeffs, L., Young-Ritchie, C., Grinspun, D., Gurnham, M.E., Foster, B., Huckstep, S., Ruffolo, M., Shamian, J., Burkoski, V., Wood, K., &amp; Read, E.</p> <p><i>Starting Out: A time-lagged study of new graduate nurses' transition to practice</i></p> <p>Kanada 2016</p>	<p>Syftet med denna studie var att undersöka faktorer som påverkade nyutbildade sjuksköterskors övergång till sin fulla yrkesroll.</p>	<p>En kvantitativ longitudinell studie där 3906 nyutbildade sjuksköterskor med mindre än tre års erfarenhet deltog.</p>	<p>Över hälften av de nyexaminerade sjuksköterskorna upplevde emotionell trötthet och många var med om ohövlighet på jobbet. Personlig faktor påverkade tillfredsställelse på arbetet och yrkesval. Studien visade även att arbetsförhållanden för nyexaminerade sjuksköterskor var relativt bra och stabil över tid, men felbehandling på arbetet var ett aspekt som behövde belysas.</p>	<p>Me del</p>
<p><b>12.</b></p>	<p>Ten Hoeve, Y., Brouwer, J., &amp; Kunnen, S.</p> <p><i>Turnover prevention. The direct and indirect association between organizational job stressors, negative emotions and professional commitment in novice nurses.</i></p> <p>Nederländerna 2019</p>	<p>Syftet var att få insikt i de viktigaste arbetsrelaterade stressfaktorerna hos nyexaminerade sjuksköterskor och deras yrkesmässiga engagemang.</p>	<p>Kvantitativ kohortstudie där 18 nyexaminerade sjuksköterskor deltog.</p>	<p>Resultatet visade att brist på stöd från kollegor, negativa upplevelser med patienter och existentiella händelser var relaterade till det yrkesmässiga engagemanget genom negativa känslor. Även överbelastning och brist på kontroll kopplades till det yrkesmässiga engagemanget.</p>	<p>Me del</p>