

ZDROJE STRESU A COPINGOVÉ STRATÉGIE U ŠTUDENTOV OŠETROVATELSTVA V MENIACICH SA PODMIENKACH KLINICKEJ PRAXE STRESS SOURCES AND COPING STRATEGIES IN NURSING STUDENTS IN CHANGING CONDITIONS OF CLINICAL PRACTICE

KURIPLACHOVÁ Gabriela, MROSKOVÁ Slávka, MAGUROVÁ Dagmar

Katedra ošetrovateľstva, Fakulta zdravotníckych odborov, Prešovská univerzita v Prešove, Prešov

ABSTRAKT

Východiská: Rôznorodosť a špecifickosť klinického prostredia spôsobuje u študentov ošetrovateľstva stres rôznej intenzity. Pandémia ochorenia COVID-19 bola do značnej miery pre študentov zaťažujúcou stresovou situáciou, s ktorou doposiaľ v praxi nemali skúsenosť.

Ciele: Identifikovať a analyzovať zdroje stresu, intenzitu stresu a preferované copingové stratégie u študentov pregraduálneho vzdelávania v štúdiom odbore ošetrovateľstvo v bežných klinických podmienkach a v čase trvania pandémie COVID-19 v celosvetovom meradle.

Metodika: Literárny prehľad. Zdroje boli vyhľadané v databázach PubMed, Medline a EZProxy, publikované v rokoch 2001 – 2021.

Výsledky: V bežných podmienkach klinickej praxe bola u študentov prítomná stredná a vysoká intenzita stresu, ktorého zdrojom bol predovšetkým strach zo starostlivosti o chorých a umierajúcich, strach zo smrti pacienta a obavy z vlastného vyhorovania. V čase pandémie boli u nich prítomné obavy a strach z novej infekcie pri kontakte s chorým, neznalosť preventívnych a liečebných postupov, fyzická a psychická nepohoda spojená s používaním špeciálnych ochranných pomôcok v rámci bariérového ošetrovania, osobné svedectvo utrpenia chorých a bezprostredný kontakt s umierajúcimi pacientmi a smrťou. Preferovanými copingovými stratégiami študentmi v bežných podmienkach praxe boli pozitívne myslenie, optimizmus a riešenie problémov. V čase trvania pandémie COVID-19 dominovala stratégia sociálnej podpory zo strany iných.

Záver: Posudzovanie faktorov stresu v meniacich sa podmienkach klinickej praxe je kľúčovou preventívnou stratégiou ochrany duševného zdravia študentov, vyhorenia a odchodu zo zdravotníctva. Získané informácie a odporúčania by mohli byť prínosom pre efektívne zvládanie klinických faktorov stresu počas štúdia.

Kľúčové slová: Študenti ošetrovateľstva. Stresory. Klinické prostredie. Copingové stratégie. COVID-19.

ABSTRACT

Background: The diversity and specificity of the clinical environment causes nursing stress of varying intensity. The COVID-19 pandemic was largely a stressful stress for students, with whom they had no experience in practice.

Aims: To identify and analyze sources of stress, stress intensity and preferred coping strategies for undergraduate students in the field of nursing in normal clinical conditions and during the COVID-19 pandemic on a global scale.

Methods: A literature review. The sources were searched in the PubMed, Medline and EZProxy databases, published in 2001 – 2021.

Results: In normal conditions of clinical practice, the students had moderate and high intensity of stress, the source of which was mainly the fear of caring for the sick and dying, the fear of the patient's death and the fear of their own burnout. At the time of the pandemic, they had worries and fears of possible infection in contact with the patient, ignorance of preventive and curative procedures, physical and mental discomfort associated with the use of special protective equipment in barrier treatment, personal evidence of suffering and direct contact with dying patients and death. The students' preferred coping strategies in normal conditions of clinical practice were positive thinking, optimism and problem solving. During the COVID-19 pandemic, the strategy of social support from others dominated.

Conclusion: Assessing stress factors in changing conditions of clinical practice is a key preventive strategy for protecting students' mental health, burnout and leaving health care. The information and recommendations obtained could be beneficial for the effective management of clinical stressors during study.

Keywords: Nursing Students. Stress Factors. Clinical Environment. Coping Strategies. COVID-19.

ÚVOD

Stres je dlhodobou sledovaným fenoménom v profesionálnej príprave študentov na budúce povolanie sestry (Gurková et al., 2017). Kým nízka úroveň stresu má zvyčajne pozitívne účinky (podporuje motiváciu, posilňuje študentov pri dosahovaní cieľov), intenzívnejší alebo chronický stres negatívne determinuje študentov (Bhurtun et al., 2019). Nadmerný stres poškodzuje duševné zdravie, podnecuje nevhodné zlovyky, vedie k vyhoreniu, ohrozuje profesionálny výkon študentov a ich záujem o prácu v zdravotníctve (Newbury-Birch et al., 2001; Tung et al., 2018; Baluwa et al., 2021; Chaabane et al., 2021).

Existujú tri hlavné skupiny stresorov: stresory súvisiace s akademickým prostredím, s klinickou praxou a osobným, resp. sociálnym prostredím (Labrague et al., 2018a). Stresory klinického charakteru sú študentmi vnímané intenzívnejšie v porovnaní s akademickými a externými stresormi (Jimenez et al., 2010).

Klinické prostredie, najmä v počiatočnom období klinického výcviku je pre študentov dynamické

a veľmi náročné (Evans et al., 2004). Študenti sú konfrontovaní s mnohými faktormi stresu, napr. neznámym prostredím či vysokými pracovnými nárokmi. Mierne obavy a stres sú počas klinickej praxe prirodzené, problémovými sa stávajú vtedy, ak ich intenzita je neprimeraná, keďže brzdia fyzický a mentálny výkon, bránia rozvoju osobnosti študenta a osvojeniu zručností (Jimenez et al., 2010; Gurková et al., 2017).

V tejto súvislosti sú v psychológii používané termíny: coping a copingové stratégie (z angl. coping / coping strategies). Coping predstavuje vyšší stupeň adaptácie, schopnosť jedinca vyrovať sa s nadmernou stresovou záťažou s cieľom zvládnuť, redukovat' alebo tolerovat' vnútorné a vonkajšie požiadavky, ktoré prevyšujú alebo ohrozujú zdroje človeka (Paulík, 2017). Copingové stratégie sú zamerané na zníženie negatívnych psychických problémov spojených s vnímaním stresu, na zvýšenie produktivity práce a kvality výkonu a pod. Hlavným cieľom copingových mechanizmov je u jedinca znížiť pocit nervozity, prežívaného strachu a úzkosti do takej miery, aby sa situácia stala zvládnuteľnou (Paulík, 2017; Vaněk, 2010).

Autori Labrague et al. (2018b) a Chaabane et al. (2021) sa zhodujú na 3 hlavných formách zvládania záťaže – stratégie zamerané na problém, stratégie zamerané na únik a stratégie zamerané na emócie, pričom výber preferovanej stratégie človekom sa líši od intenzity stresoru.

Najpoužívanejšími stratégiami zvládania stresu zameranými na problém z pohľadu študentov ošetrovateľstva sú: aktívne zvládanie stresu a hľadanie sociálnej podpory z inštrumentálnych dôvodov (napr. požiadanie o pomoc iných); stratégiami za-

meranými na emócie: pozitívne myslenie, optimizmus, uctievanie náboženstva (modlitba, duchovné presvedčenie) a stratégiami zameranými na únik: zapájanie sa do iných aktivít, vyhýbanie sa stresorom a sociálna izolácia (Bhurtun et al., 2019; Chaabane et al., 2021; Baluwa et al., 2021).

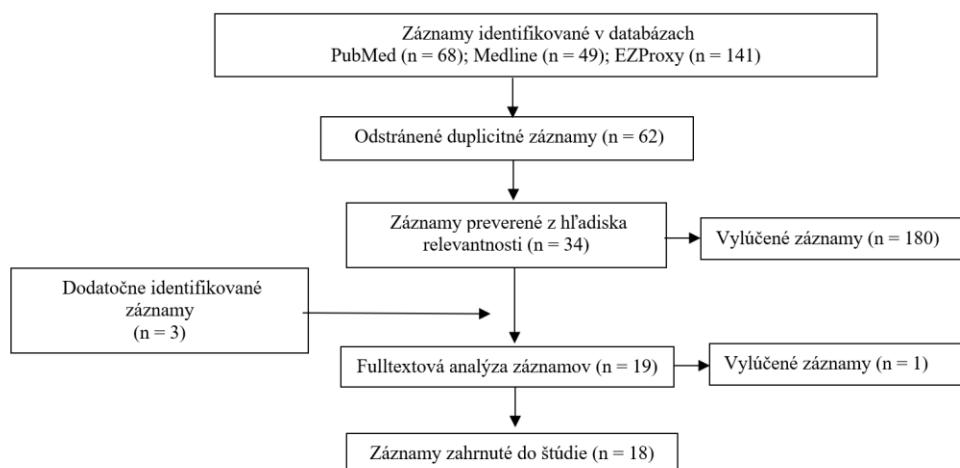
S ohľadom na to, že nadmerný stres negatívne vplyva na fyzické a psychické zdravie študentov, znižuje ich sebavedomie, motiváciu k výkonu profesie a ochotu zotrvať v zdravotníctve, je dôležité tejto problematike venovať adekvátnu pozornosť.

CIELE

Cieľmi literárneho prehľadu bolo analyzovať a komparovať najvýznamnejšie stresory a copingové stratégie u študentov pregraduálneho vzdelávania v študijnom odbore ošetrovateľstvo v bežných klinických podmienkach (t.j. pred pandemiou COVID-19) a v čase trvania pandémie COVID-19 vo svete.

METODIKA

Použitou metódou bol literárny prehľad zdrojov, publikovaných v rokoch 2001 – 2021 v elektronických databázach PubMed, Medline a EZProxy. Literárny prehľad zahŕňal 18 štúdií, ktoré spĺňali výberové kritériá. Pri vyhľadávaní zdrojov boli použité kľúčové pojmy: stres (stress), faktory (factors), študenti ošetrovateľstva (nursing students), klinické prostredie (clinical environment), copingové stratégie (coping strategies) a COVID-19 (COVID-19) a booleanovské operátory (and, or). Inklúznymi kritériami pre zaradenie literárnych zdrojov do štúdie boli: študenti ošetrovateľstva, stres, nemocničné prostredie, anglický jazyk, slovenský jazyk, plnotextové súbory.



Obrázok 1 PRISMA diagram

Exklúznymi kritériami boli: iný zdravotnícky personál, iné pracovné prostredie, abstrakty, zdroje vyžadujúce registráciu a platbu.

V prvom kroku vyhľadávania bolo identifikovaných 258 zdrojov, ktoré boli publikované v rokoch 2010-2021 (Obr. 1). V ďalšom kroku boli analýzou odstránené duplicitné záznamy (n = 62). Nasledovalo preverovanie záznamov z hľadiska relevantnosti a vylúčenie zdrojov, ktoré nespĺňali kritériá pre zaradenie do systematickej štúdie. Pri vyhľadávaní zdrojov bolo uskutočnené dodatočné vyhľadanie primárnych zdrojov (n = 3), ktoré spĺňali výberové kritériá, publikované v rokoch 2001 – 2009. Do konečnej analýzy tak bolo zaradených spolu 18 štúdií, z toho 13 štúdií publikovaných v čase pred pandémiou COVID-19 a 5 štúdií publikovaných počas trvania pandémie.

VÝSLEDKY

Analýza a komparácia literárnych zdrojov poukázala na to, že existuje súvislosť medzi faktormi klinického prostredia študentov a intenzitou vnímaného stresu, preferenciou copingových stratégií a intenzitou stresu v meniacich sa podmienkach klinickej praxe. Analýza klinických zdrojov stresu potvrdila u študentov novú skupinu stresorov v čase trvania pandémie COVID-19.

Analýza stresu a stresorov klinického prostredia

Študenti ošetrovateľstva prežívali počas klinickej praxe rôznu intenzitu stresu. Výsledky niektorých štúdií (Jimenez et al., 2010; Gurková et al., 2017; Bhurtun et al., 2019) poukázali u študentov ošetrovateľstva na prežívanie stresu nízkej intenzity alebo veľmi vysokej intenzity stresu. Väčšina vý-

skumov zistila, že študenti prežívali stredne silnú intenzitu stresu počas klinickej praxe (Pryjmachuk et al., 2007; Aslan et al., 2021; Baluwa et al., 2021).

Intenzita stresu bola ovplyvnená charakterom a dĺžkou pôsobenia stresoru, osobnosťou študenta a schopnosťou organizmu vyrovnávať sa so stresom. Intenzita stresu bola do istej miery determinovaná kultúrou a krajinou, kde bol výskum realizovaný (Burnard et al., 2008; Labrague et al., 2018a).

V tabuľke 1 detailne prezentujeme faktory vedúce k nízkej, strednej a vysokej intenzite stresu u študentov ošetrovateľstva, tak ako boli prezentované v jednotlivých vedeckých štúdiách.

Stresory úzko súviseli s klinickým prostredím – manažmentom klinickej výučby, interpersonálnymi vzťahmi a podporou študentov, pracovnou záťažou, teoretickou a praktickou prípravou študentov na klinickú prax, či samotnou realizáciou ošetrovateľských intervencií, a to najmä u závažne chorých, umierajúcich pacientov alebo detí (Sheu et al., 2002; Kim, 2003; Musso et al., 2008; Jimenez et al., 2010; Aziz, 2012; Pulido-Martos et al., 2012; Elsaes et al., 2017; Baluwa et al., 2021).

Počas pandémie COVID-19 sa faktory stresu u študentov zmenili. Vedecké štúdie prezentujú závery, že k stresorom pôsobiacim v bežných podmienkach klinickej praxe pribudli ďalšie – špecifické stresory. K týmto špecifickým faktorom patrilo napr. strach z dopadu pandémie na duševné zdravie, obavy o budúce povolanie, obavy zo zmien vo výučbe, obavy z dlhodobej karantény, či z novej infekcie pri kontakte s chorým (El Rafaey, 2020; Luberto et al., 2020; Aslan et al., 2021; Bhurtun et al., 2021; López-Ramos et al., 2021). Výsledky uvádzame v tabuľke 2.

Tabuľka 1 Prehľad klinických stresorov v bežných podmienkach praxe

Klinické zdroje stresu pôsobiace v bežných podmienkach praxe	Intenzita stresu
nedostatok odborných vedomostí a zručností študentov; strach zo zodpovednosti za pridelené úlohy; pracovná záťaž; zvyšovanie počtu študentov na pracovisku; prijímanie ďalších pracovných úloh od učiteľa	nízka
starostlivosť o chorých a umierajúcich (nedostatok vedomostí a zručností poskytovať ošetrovateľskú starostlivosť, diagnostika, nedostatočná znalosť anamnézy a lekárskeho jazyka, obavy zo zlého hodnotenia); strach z ublíženia detskému pacientovi; vnímanie rozdielov medzi teóriou a praxou; strach z omylov; nedostatočné počiatočné klinické skúsenosti; obavy z rozhovoru študent – lekár; obavy z očakávaní lektora	stredná
spôsobenie ujmy pacientovi na zdraví; situácia keď študent nevie, čo má robiť; zmätok v liečbe; prijímanie rozporuplných príkazov od učiteľa a tútora; vytváranie interpersonálnych konfliktov na pracovisku; odstup študentov od nadriadených; pokarhanie študentov pred zdravotníckym personálom, resp. pacientmi; práca bez odborného dohľadu sestier/nedostatočná podpora zo strany lektorov; smrť pacienta; obavy z vyhorenia (burnout); strach z učiteľa a zdravotníckeho personálu (sledovanie pri práci a hodnotenie študenta porovnávaním)	vysoká

Tabuľka 2 Prehľad špecifických klinických stresorov počas trvania pandémie COVID-19

Špecifické klinické zdroje stresu pôsobiace počas pandémie COVID-19	Intenzita stresu
nedostatok odborných vedomostí a zručností; strach zo zodpovednosti za pridelené úlohy; pracovná záťaž	nízka
starostlivosť o chorých a umierajúcich (nedostatok personálneho zabezpečenia, materiálno-technického vybavenia; neschopnosť poskytovať ošetrovateľskú starostlivosť); strach z dopadu pandémie na duševné zdravie; obavy o budúce povolanie; obavy zo spôsobu výučby (presunutie alebo zrušenie klinickej praxe, prechod na dištančné vzdelávanie); obavy z dlhodobej karantény na ekonomický status študenta	stredná
obavy z infekcie pri blízkom kontakte s pacientmi; neznalosť nového špecializovaného pracoviska a postupov; situácia keď študent nevie, čo má robiť; fyzické nepohodlie spojené so špeciálnou ochranou tela; svedectvo utrpenia; úmrtie pacientov; práca bez odborného dohľadu sestier; obavy z vyhorenia	vysoká

Analýza copingových stratégií

V súvislosti s analýzou preferovaných copingových stratégií študentmi ošetrovateľstva sa mnohí autori zhodujú v tom, že najčastejšie používanou stratégiou v bežných podmienkach klinickej praxe bola stratégia zameraná na problém, t.j. riešenie problémov (Gurková et al., 2017; Baluwa et al., 2021). Často používanou stratégiou zameranou na emócie bolo pozitívne myslenie a optimizmus (Aziz, 2012; Elsayes et al., 2017; Labrague et al., 2018a; Baluwa et al., 2021).

Pandémia COVID-19 prirodzene podnietila u študentov intenzívnejšie prežívanie strachu, úzkosti a stresu. Pri zvládaní stresu počas trvania pandémie COVID-19 boli využívané pozitívne aj negatívne metódy jeho zvládania. K pozitívnym metódam zvládania stresu patrili napr. pravidelné fyzické cvičenie, rozprávanie sa s inými ľuďmi, získavanie sociálnej podpory od priateľov. Veľmi dôležitou stratégiou bolo zotrvanie v pozitívnom myslení a prístupe študentov k vyhľadávaniu informácií, konzultovanie o vhodných ošetrovateľských postupoch.

Naopak k nevhodným postupom patrili nadmerný príjem jedla, abúzus alkoholu a sedatív, nadmerné trávenie času na internete (Savitsky et al., 2020; Majrashi et al., 2021).

Najvýznamnejšie odporúčania redukujúce stres

A/ určené pre vzdelávacie inštitúcie a pedagógov: vytvárať vhodné prostredie pre klinickú výučbu študentov; poskytovať adekvátnu podporu študentom s vysokou úrovňou vnímaného stresu; v prípade potreby znížiť nároky a úlohy kladené na študenta v klinickom prostredí zo strany pedagógov a zdravotníckeho personálu (Subhi Al-Zayyat et al., 2014); zvážiť pracovnú záťaž pri

plnení úloh (Timmins et al., 2002); vytvoriť optimálne podmienky pre adekvátnu predprípravu študentov v simulačnom prostredí pred nástupom na klinickú prax; povzbudzovať študentov, aby diskutovali o svojich pocitoch, problémoch súvisiacich s výkonom klinickej praxe a možných riešeniach (Bhurtun et al., 2019); realizovať supervízne stretnutia (Gurková et al., 2017) a to najmä u študentov s vysokou úrovňou vnímaného stresu či osobnými/ sociálnymi problémami; realizovať programy zamerané na edukáciu študentov v oblasti copingových stratégií; podnecovať pedagógov a zdravotníckych pracovníkov k aktívnej účasti na workshopoch so zameraním na zlepšenie komunikačných, sociálnych a medziľudských schopností, ktoré môžu pomôcť pri komunikácii so študentmi na klinickej praxi (Labrague et al., 2018b).

B/ určené pre študentov ošetrovateľstva: využívať mechanizmy pozitívneho zvládania stresu s cieľom lepšie sa vyrovnáť so stresormi, a tým znížiť negatívny vplyv na fyzické a psychické zdravie; uvedomiť si, že kombináciou copingových stratégií je možné dosiahnuť zníženie úrovne vnímaného stresu (Elsayes et al., 2017; Labrague et al., 2018a).

ZÁVER

Naše zistenia potvrdzujú, že počas klinickej praxe sú študenti konfrontovaní so širokým spektrom stresorov, ktoré u nich vyvolávajú stres rôznej intenzity. V snahe predchádzať veľmi intenzívnemu stresu počas odbornej prípravy, je úlohou vzdelávacích inštitúcií poznať najčastejšie druhy klinických stresorov a efektívne využívať intervencie s cieľom minimalizovať negatívny dopad stresu na fyzické a duševné zdravie študentov. Identifikácia stresorov taktiež umožňuje vzdelávacím inštitúciám využívať

alternatívne prístupy v procese vzdelávania s cieľom eliminovať u študentov stres, vznikajúci v podmienkach klinickej praxe.

Limity štúdie

Hlavným obmedzením štúdie bol nedostatok najnovšej vedeckej literatúry, zaoberajúcej sa pôsobením ochorenia COVID-19 na emočné reakcie a stratégie zvládania stresu u študentov ošetrovateľstva.

Podakovanie

Príspevok je súčasťou projektu KEGA č. 031PU-4/2021 – Intermediálna učebňa na nácvik ošetrovateľských postupov u dojčiat, ako prostriedok zvýšenia kvality vzdelávacieho procesu a prepájania teórie s praxou.

ZOZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH ODKAZOV

- ASLAN H., PEKINCE H. Nursing Students' Views on the COVID-19 Pandemic and Their Perceived Stress Levels. *Perspect Psychiatr Care*. 2021; 57 (2): 695-701.
- AZIZ F. Stressors and Coping Strategies Among Baccalaureate Nursing Students at Shif a College of Nursing Islamabad, Pakistan. *Int J Nurs Educ*. 2012; 4: 193.
- BALUWA M.A., LAZARO M., MHANGO L. et al. Stress and Coping Strategies Among Malawian Undergraduate Nursing Students. *Adv Med Educ Pract*. 2021; 12: 547-556.
- BHURTUN H.D., AZIMIRAD M., SAARANEN T. et al. Stress and Coping Among Nursing Students During Clinical Training: An Integrative Review. *J Nurs Educ*. 2019; 58 (5): 266-272.
- BURNARD P., EDWARDS D., BENNETT K. et al. A Comparative, Longitudinal Study of Stress in Student Nurses in Five Countries: Albania, Brunei, the Czech Republic, Malta and Wales. *Nurse Educ Today*. 2008; 28 (2): 134-145.
- EL RAFAEY N.M. Clinical Setting Related Stressors Perceived by Medical Surgical Nursing Students. *J Nurs Health Sci*. 2020; 9 (3): 1-5.
- ELSAYES H., OBIED H. Association Between Senior Nursing Students' Perceived Stress and Learning Environment in Clinical Practice. *J Nurs Educ Pract*. 2017; 8 (3): 126.
- EVANS W., KELLY B. Pre-registration Diploma Students Nurse Stress and Coping Measures. *Nurse Educ Today*. 2004; 24 (6): 473-482.
- GURKOVÁ E., ZELENÍKOVÁ R., MROSKOVÁ S. et al. Stres z klinickej praxe a jeho zvládanie u študentov ošetrovateľstva. *Ošetrovateľstvo - teória, výskum, vzdelávanie*. 2017; 7 (1): 20-27.
- CHAABANE S., CHAABNA K., BHAGAT S. et al. Perceived Stress, Stressors, and Coping Strategies Among Nursing Students in the Middle East and North Africa: An Overview of Systematic Reviews. *Syst Rev*. 2021; 10: 136.
- JIMENEZ C., NAVIA-OSORIO P.M., DIAZ C.V. Stress and Health in Novice and Experienced Nursing Students. *Journal of Advanced Nursing*. 2010; 66 (2): 442-455.
- KIM K.H. Baccalaureate Nursing Students' Experiences of Anxiety Producing Situations in the Clinical Setting. *Contemporary Nurse*. 2003; 14 (2): 145-155.
- LABRAGUE L.J., McENROE-PETITTE D.M., AL AMRI M. et al. An Integrative Review on Coping Skills in Nursing Students: Implications for Policy making. *Int Nurs Rev*. 2018a; 65 (2): 279-291.
- LABRAGUE L.J., McENROE-PETITTE D.M., PAPANATHANASIOU I.V. et al. Stress and Coping Strategies Among Nursing Students: An International Study. *J Ment Health*. 2018b; 27: 402-408.
- LÓPEZ-RAMOS V.M., LEÓN-DEL-BARCO B., MENDO-LÁZARO S. et al. Coping Strategies by University Students in Response to COVID-19: Differences between Community and Clinical Groups. *J Clin Med*. 2021; 10: 2499.
- LUBERTO CH.M., GOODMAN J.H., HALVORSON B. et al. Stress and Coping Among Health Professions Students During COVID-19: A Perspective on the Benefits of Mindfulness. *Glob Adv Health Med*. 2020; 13 (9): 1-5.
- MAJRASHI A., KHALIL A., NAGSHABANDI E.A., MAJRASHI A. Stressors and Coping Strategies among Nursing Students during the COVID-19 Pandemic: Scoping Review. *Nurs Rep*. 2021; 11 (2): 444-459.
- MUSSO L.B., VARGAS B.A., TORRES M.B. et al. Factors Derived from the Intrahospitable Laboratories that Cause Stress in Infirmity Students. *Revista Latino-Americana De Enfermagem*. 2008; 16 (5): 805-811.
- NEWBURY-BIRCH D., WALSHAW D., KAMALI F. Drink and Drugs: From Medical Students to Doctors. *Drug and Alcohol Dependence*. 2001; 64 (3): 265-270.
- PAULÍK, K. *Psychologie lidské odolnosti*. 2. vyd. Praha: Grada, 2017. 368 s. ISBN 978-80-247-5646-2.

- PRYJMACHUK S., RICHARDS D.A. Predicting Stress in Pre-Registration Nursing Students. *British Journal of Health Psychology*. 2007; 12: 125-144.
- PULIDO-MARTOS M., AUGUSTO-LANDA J.M., LOPEZ-ZAFRA E. Sources of Stress in Nursing Students: A Systematic Review of Quantitative Studies. *International Nursing Review*. 2012; 59 (1): 15-25.
- SAVITSKY B., FINDLING Y., ERELI A. et al. Anxiety and Coping Strategies among Nursing Students during the Covid-19 Pandemic. *Nurse Educ Pract*. 2020; 46: 102809.
- SHEU S., LIN H.S., HWANG S.L. Perceived Stress and Physio-Psycho-Social Status of Nursing Students During Their Initial Period of Clinical Practice: The Effect of Coping Behaviors. *Int J Nurs Stud*. 2002; 39 (2): 165-175.
- SUBHI AL-ZAYYAT A., AL GAMAL E. Perceived Stress and Coping Strategies among Jordanian Nursing Students during Clinical Practice in Psychiatric/Mental Health Courses. *Int J Ment Health Nurs*. 2014; 23 (4): 326-335.
- 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): 203-211.
- TUNG Y.J, LO K.K.H., HO R.C.M. et al. Prevalence of Depression Among Nursing Students: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Nurse Educ Today*. 2018; 63: 119-129.
- VANĚK, J. *Lucidní snění jako coping mechanismus*. Praha: Triton, 2010. 128 s. ISBN 978-80-7387-363-9.