

专业生活品质量表 Professional Quality of Life Scale (PROQOL)

慈心满意与慈心疲倦

(PROQOL) 版本 5 (2009)

当您护理别人时，会直接接触到他人的生活。您可能因此曾经经历过正面及负面的影响。下列问题是有您身为护士时所经历过的正面及负面经历。请依据您自己及目前的工作状况，来回答下列问题。请诚实地填选出最符合您在过去 30 天中所经历过的情况。

1=从未有过 2=很少 3=有些时候 4=经常如此 5=总是如此

1. 我是快乐的
2. 我脑中常充满了一个以上我所护理过的人
3. 护理让我得到满足感
4. 我感到与他人（患者、同事、朋友等）有关联。
5. 突如其来的声音会让我感到惊吓
6. 与需要我护理的人一起后，让我感到神采奕奕
7. 我发现要将我的个人生活与护士工作分开是困难的
8. 我因护理过的某人的创伤性经历而失眠，所以工作不能富有成效。
9. 我想我已经被那些我所护理的严重创伤患者所影响
10. 从事护士的工作让我感到陷入了困境
11. 因为我的护理行为，让我对很多事情感到紧张
12. 我喜欢从事护士的工作
13. 因为我护理的人的创伤性经历，我感到沮丧
14. 我觉得我仿佛经历了那些我曾经护理的严重创伤患者有过的创伤
15. 我有信念支持着我
16. 我对自己能够跟上护理技术和护理政策的进步而感到高兴
17. 我就是我想要成为的人
18. 我对自己的工作感到满意
19. 作为一名护士，我感到筋疲力尽
20. 对于那些我护理的人和我如何护理他们，我有开心的想法和感觉
21. 由于自己的工作负担似乎无止境，我感到无法应对
22. 我相信通过我的努力工作我会有所作为
23. 我避免某些活动或情况，因为它们让我想起我所护理的患者的可怕经历
24. 我为自己能够护理别人而感到自豪
25. 因为我的护理行为，我有被侵扰和令人恐惧的想法
26. 我觉得“深陷”于制度的沼泽
27. 我认为我是一个成功的护士
28. 我不记得我工作中那些和创伤受害者有关的重要部分
29. 我是一个非常有爱心的人
30. 能够选择从事护士工作，我感到很高兴