

军校医学生生活事件、应付方式与心理健康的相关分析

李 茹, 张志群, 王育强*

(武警医学院医学心理教研室, 天津 300162)

【摘要】 目的: 探讨军校医学生生活事件、应付方式与心理健康状况之间的关系。方法: 采用 SCL - 90、青少年生活事件量表(ASLEC)、应付方式问卷测试某军校医学生 309 名。结果: SCL - 90 各因子与生活事件大部分因子平均刺激量呈正相关($P < 0.01$), 与成熟应付方式呈负相关, 与不成熟应付方式呈正相关($P < 0.01$)。生活事件的应激量也与成熟应付方式呈负相关或弱相关, 与不成熟应付方式呈正相关($P < 0.01$)。结论: 心理健康水平与生活事件和应付方式有关。

【关键词】 军校; 医学生; 生活事件; 应付方式; 心理健康

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005 - 3611(2004)02 - 0165 - 02

Relationship among Stressful Events, Coping Styles and Mental Health in

Medical Students of Military College

LI Ru, ZHANG Zhi - qun, WANG Yu - qiang

Medical Psychology Department, Medical College of Chinese People's Armed Police Forces, Tianjin 300162, China

【Abstract】 Objective: To explore the relationship among the stressful events, coping styles and mental health of medical students of military college. **Methods:** Adolescent Self - rating Life Events Checklist, Coping Style Questionnaire and SCL - 90 were administered to 309 medical students in a military college. **Results:** Significantly positive correlations were found between the scores of stressful life events and SCL - 90 ($P < 0.01$), and between the scores of SCL - 90 and the immature coping ($P < 0.01$). The scores of SCL - 90 and negatively correlated with the mature coping. **Conclusion:** The mental health of the students was closely related to the stressful life events and the coping styles.

【Key words】 Military college; Medical students; Life events; Coping styles; Mental health

心理应激与人的心理健康密切相关。生活事件是造成心理应激并可能进而损害心理健康的主要应激源。但是如果个体的应对方式有效的话, 就会大大缓冲应激对心理健康的影响^[1, 2]。武警医学生的身心健康直接关系到武警部队的医疗服务水平和部队战斗力。通过对武警医学生心理健康的评估, 我们发现虽然武警医学生的总体心理健康水平高于地方大学生, 但心理问题检出率仍有 3% ~ 13.8%^[3]。哪些生活事件是造成他们心理应激的主要应激源, 他们采用的应对方式是否健康, 能否缓解应激源对心理的冲击, 两者与心理健康的关系如何, 这是本研究要探讨的问题。

1 对象和方法

1.1 对象

采用整群随机抽样法, 随机抽取武警医学院在校专科二年级、本科三年级医学生 320 名, 回收有效问卷 309 份, 回收率为 96.56%。其中男生 86 人, 女

生 203 人。医学专业 67 人, 检验专业 66 人, 护理专业 166 人; 本科生 97 人, 专科生 212 人。年龄 19 ~ 24 岁, 平均年龄为 22.82 ± 1.23 岁。

1.2 方法

1.2.1 生活事件评估 采用青少年生活事件量表(ASLEC)^[4], 该量表由 27 个条目组成, 分为 6 个因子, 即人际关系、学习压力、受惩罚、丧失、健康适应、其他。据事件发生时的心理感受, 分 5 级评定, 总应激值(LES)为各项因子评分之和, 评定期限为最近 12 个月。

1.2.2 应付方式的测试 采用肖计划修订的应付方式问卷^[5]。由 62 个题目组成, 分为 6 个因子, 即解决问题、自责、求助、幻想、退避和合理化。归纳为成熟与不成熟两种应付方式。

1.2.3 心理健康水平测试 采用症状自评量表(SCL - 90)。由 90 个项目组成, 每一项目均采用 1 ~ 5 分 5 级记分。

2 结 果

2.1 生活事件与心理健康状况的相关分析

人际关系、学习压力、受惩罚、丧失、健康适应及

【基金项目】 武警医学院教研基金资助课题(WY2002 - 21)

* 武警医学院附属医院

其他生活事件因子与 SCL - 90 中的躯体化、强迫、人际敏感、抑郁、焦虑、精神病性、其他及总均分正相关 ($P < 0.01$)。见表 1。

2.2 应付方式与心理健康状态的相关分析

应付方式问卷中自责、幻想、退避、合理化因子与 SCL - 90 各因子分及总均分均呈正相关 ($P < 0.01$)；解决问题、求助因子与 SCL - 90 多数因子分呈负相关。成熟应付方式(解决问题和求助因子得分之和)与 SCL - 90 大多数分量表负相关；不成熟应付方式(其他几个因子得分之和)与 SCL - 90 各因子正相关 ($P < 0.01$)。见表 2。

表 1 青少年生活事件量表各因子与 SCL - 90 各分量表的相关分析

	人际关系	学习压力	受惩罚	丧失	健康适应	其他
躯体化	0.32 **	0.29 **	0.29 **	0.26 **	0.29 **	0.30 **
强迫	0.40 **	0.27 **	0.22 **	0.29 **	0.32 **	0.32 **
人际敏感	0.38 **	0.15	0.27 **	0.27 **	0.25 **	0.28 **
抑郁	0.34 **	0.26 **	0.20 *	0.24 **	0.36 **	0.35 **
焦虑	0.38 **	0.28 **	0.23 **	0.27 **	0.34 **	0.36 **
敌对	0.29 **	0.15	0.17 *	0.31 **	0.31 **	0.25 **
恐怖	0.31 **	0.12	0.11	0.17 *	0.15	0.16 *
偏执	0.26 **	0.14	0.14	0.21 **	0.35 **	0.26 **
精神病性	0.34 **	0.24 **	0.17 *	0.32 **	0.25 **	0.27 **
其他	0.33 **	0.26 **	0.23 **	0.19 *	0.32 **	0.33 **
总均分	0.41 **	0.27 **	0.26 **	0.31 **	0.37 **	0.36 **

* $P < 0.05$, ** $P < 0.01$, 下同

表 2 应付方式问卷各因子与 SCL - 90 各分量表的相关分析

	解决问题	求助	自责	幻想	退避	合理化	成熟	不成熟
躯体化	- 0.04	- 0.10	0.25 **	0.34 **	0.27 **	0.30 **	0.02	0.36 **
强迫	- 0.02	- 0.06	0.44 **	0.46 **	0.43 **	0.41 **	- 0.06	0.54 **
人际敏感	- 0.02	- 0.07	0.41 **	0.31 **	0.35 **	0.39 **	- 0.06	0.45 **
抑郁	- 0.71 **	- 0.43 **	0.53 **	0.43 **	0.39 **	0.45 **	- 0.08	0.56 **
焦虑	- 0.05	0.08	0.37 **	0.44 **	0.41 **	0.44 **	0.02	0.51 **
敌对	- 0.37 **	0.01	0.22 **	0.32 **	0.32 **	0.26 **	- 0.01	0.34 **
恐怖	- 0.04	0.11	0.41 **	0.32 **	0.33 **	0.25 **	0.32 **	0.41 **
偏执	0.01	- 0.09	0.36 **	0.36 **	0.39 **	0.47 **	- 0.05	0.49 **
精神病性	- 0.05	- 0.11	0.33 **	0.34 **	0.40 **	0.48 **	- 0.26 **	0.48 **
总均分	- 0.40 **	0.00	0.46 **	0.46 **	0.45 **	0.47 **	- 0.03	0.57 **

2.3 生活事件与应付方式的相关分析

生活事件量表各因子(丧失除外)及总应激量与应付方式中自责、幻想、退避、合理化因子均呈正相关 ($P < 0.01$ 或 < 0.05)；与解决问题及求助因子无明显相关。

3 讨 论

本研究显示,生活事件量表各因子与 SCL - 90 的躯体化、强迫症状、抑郁、焦虑、精神病性、其他及总均分显著相关,表明日常生活事件对身心健康具有预测意义。据国内一些研究报道显示,30%患有心理障碍的大学生的应激生活事件来自学习、人际关系及适应环境方面^[6]。本研究结果也支持该结论。

虽然应激会对人身心造成伤害,但是这个结果并不是不可避免的。这是因为人们经常能成功地应付他们生活中的应激源,有效地减少它们的有害影响。本研究结果显示,自责、幻想、退避、合理化因子与 SCL - 90 各因子分和总均分正相关。支持应付方式作为应激与健康的中介机制,对心理健康有重要影响的观点^[7]。从应付方式与心理健康的关系看,

成熟的应付方式可以有效地削弱应激的作用,提高心理健康水平,而不成熟的应付方式正相反。然而应付方式与个体心理健康水平之间的作用不是单向的。个体良好的心理状态可能为选择有效的应付方式提供一个良好的心理背景,而心理健康状态差的人妨碍成熟应对方式的选择与使用。

生活事件与应付方式的相关研究显示,生活事件(除丧失因子)的应激量与自责、幻想、退避、合理化这些不成熟的应付方式正相关;与解决问题和求助这样的成熟应付方式无明显相关,与国内研究结论一致^[8]。提示应付方式越不成熟,遭遇的负性生活事件越多,反之亦然。当然,生活事件与应付方式之间的相关并不能说明谁是因谁是果。对于心理干预来说,何为因果并不重要,重要的是它们的相互作用会影响人的身心健康。

参 考 文 献

- 1 Lazarus RS, Folkman S. Stress, Appraisal and Coping. New York: springer. 1984
- 2 Ruffin CL. Stress and health: little hassles vs major life events. Australian Psychologist, 1993, 28(3): 201 - 208

表1 有无恋爱经历的大学生两性关系信念比较($\bar{x} \pm s$)

	总体 (n=484)	无恋爱经历 (n=313)	有恋爱经历 (n=171)
对分歧的容忍	16.62 ±6.47	16.91 ±7.01	16.10 ±5.18
对默契的需求	26.02 ±8.51	25.05 ±9.02	27.80 ±7.22**
改变对方的信心	19.54 ±6.40	19.73 ±6.51	19.21 ±6.18
对性爱完美的追求	20.41 ±5.46	20.21 ±5.81	20.84 ±4.93
对两性差异的认同	18.46 ±5.53	18.30 ±5.81	18.78 ±5.01

注: ** P < 0.01

表2 对默契的需求与恋爱经历列联表(人数)

	18以下	19~22	23~26	27~30	31~34	35以上
无恋爱经历(n=313)	50	51	54	56	52	50
有恋爱经历(n=171)	19	17	46	48	21	20

注: $\chi^2 = 18.63 (P < 0.01)$

2.2 有无失恋经历与两性关系信念的关系

将异性关系信念量表5个维度与是否有过失恋进行 χ^2 独立性检验,得到的 χ^2 值分别为:对分歧的容忍 $\chi^2 = 19.81 (P < 0.01)$,对默契的需求 $\chi^2 = 14.13 (P < 0.05)$,改变对方信心 $\chi^2 = 5.84$,对性爱完美的追求 $\chi^2 = 6.15$,对两性差异的认同 $\chi^2 = 13.80 (P < 0.05)$ 。

表3 有无失恋经历的大学生两性关系信念比较($\bar{x} \pm s$)

	无失恋经历 (n=122)	有失恋经历 (n=49)	t 值
对分歧的容忍	14.90 ±6.01	19.10 ±3.50	4.56**
对默契的需求	27.20 ±7.84	29.28 ±6.01	1.66
改变对方的信心	19.03 ±6.51	19.69 ±5.72	0.61
对性爱完美的追求	20.78 ±5.55	20.97 ±4.02	0.22
对两性差异的认同	16.12 ±5.82	19.17 ±3.51	0.61

注: ** P < 0.01

3 讨 论

本研究发现,大学生在异性关系信念量表每个维度的得分太高和太低都不利于恋爱关系的建立和维持。也许高分和低分者会因缺乏理性和处理两性关系的能力而使恋爱受挫。分数居中的人反而能很好地处理两性关系,有利于恋爱关系的建立和发展。表明异性关系的信念对两性关系的建立和爱情维持

有深刻影响。

本研究发现,有无恋爱经历或恋爱是否成功(是否失恋)的大学生之间,主要表现在对分歧的容忍、对默契的需求和对两性差异的认同存在显著差异。相爱的两个人意见完全一致只能是一种理想,人与人的分歧在所难免。对分歧的不容忍会妨碍恋爱关系的建立^[4]。特别是在恋爱关系确定之后,对分歧的不容忍会成为爱情破坏力量,最终使双方失望,以分手结局^[5]。但是容忍分歧得有个度,如果双方相互盲从,失去自主与自尊,也会使人在爱情中失去独立性,使爱情失去活力。爱情需要一定的默契,良好的感受力对一个人恋爱关系的建立至关重要。少有浪漫遐想,总是用直白的言语来传递情感信息的人,在建立恋爱关系时,可能会遇到一些困难。

对两性差异的认同方面,如果对男女有别持绝对认同的看法,即在测试中得分很高的人,将很难与异性相处。而对男女有别的不认同,同样会给两性关系造成损害^[6]。本研究发现,改变对方的信心和对性爱完美的追求这2个维度似乎对爱情不产生重要的影响。大学生在谈恋爱期间毕竟还没过婚姻生活,是否有强烈改变对方的欲望和对性爱是否抱有完美的信念并未直接影响恋爱关系的建立,对爱情的巩固影响也不大,它们的作用可能是在婚姻之后。究竟它们如何影响婚姻的质量,有待于后续研究。

参 考 文 献

- 1 赵冰洁. 大学生婚恋观的调查与研究. 中国临床心理学杂志, 2002, 10(2): 111 - 113
- 2 赖小林, 刘发荣. 当代大学生恋爱心理调查分析. 健康心理学杂志, 2003, 11(5): 325 - 327
- 3 秦子冰, 王英奇, 南香春, 等. 爱情职业人格心理测试. 北京: 中国轻工业出版社, 2003. 33 - 43
- 4 奥斯瓦尔德 施瓦茨著, 志奇等译. 情爱心理探索. 郑州: 黄河文艺出版社, 1988. 140 - 162
- 5 Karney BR, Bradbury TN. The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, method, and research. Psychological Bulletin, 1995, 118(1): 3 - 34
- 6 Andrew Christensen, Neil S. Jacobson 著, 何艳霞等译. 为了永恒的爱. 北京: 中国轻工业出版社, 2002. 161 - 164

(收稿日期: 2003 - 12 - 04)

(上接第166页)

- 3 李 茹, 张志群, 屈 阳, 等. 心理卫生教育对军校医学生心理健康影响的研究. 中国高等医学教育, 2003, (2): 8 - 9
- 4 汪向东, 王希林, 马 弘. 心理卫生评定量表手册. 增订版. 1999. 106 - 107
- 5 肖计划, 许秀峰. “应付方式问卷”效度与信度研究. 中国心理卫生杂志, 1996, 10(4): 164 - 168
- 6 赵 勇. 河南省高校大学生心理健康水平及其相关因素

- 分析. 中国临床心理学杂志, 2002, 10(3): 206 - 207
- 7 肖计划, 许秀峰, 李 晶. 青少年学生的应付方式与精神健康水平的相关研究. 中国临床心理学杂志, 1996, 4(1): 53 - 55
- 8 刘贤成, 刘连启, 李传奇, 等. 青少年应激生活事件和应付方式研究. 中国心理卫生杂志, 1998, 12(1): 46 - 48

(收稿日期: 2003 - 08 - 12)