论著

文章编号:1000-5404(2010)07-0684-04

大学生心理弹性及其影响因素分析

王燕秋[1,4],张佳佳[1],任景敏[2],黄 健[3],李 敏[1],许 莹[1],彭 李[1],缪 毅[1],张 钰[1] (400038 重庆,第三军医大学:护理系心理学教研室[1],政治部[2],科研部[3];650031 昆明,云南医学高等专科学校[4])

[摘要] **目的** 研究大学生心理弹性及其影响因素。**方法** 采用成人心理弹性量表(resilience scale for adults, RSA)、青少年生活事件量表、症状自评量表(Symptom Checklist 90, SCL-90)、艾森克人格问卷(Eysenck Personality Questionnaire, EPQ)以及社会支持量表对某大学2 085名学生进行整群抽样调查。**结果** ①大学生的心理弹性水平较高(M=2.76,SD=0.41);男女生在自我认知(t=2.466,P=0.014)和未来计划(t=3.977,P=0.000)两个因子上存在显著性差异;贫困和非贫困的学生在社会支持因子上存在显著性差异(t=−2.073,P=0.038)。②大学生的心理弹性与社会支持、外向性存在显著的正相关(r=0.394,0.459),与神经质、生活事件、SCL-90总分存在显著的负相关(r=−0.270,−0.170,−0.153)。③外向性、社会支持、神经质及生活事件能显著地预测心理弹性,解释率达29.9%。**结论** 大学生心理弹性状况良好,心理弹性与社会支持、人格特点、生活事件密切相关,能较好地预测大学生的心理健康状况。

[关键词] 心理测验;抽样研究;社会支持;生活事件;大学生;心理弹性

[中图法分类号] R395.6; R195.1; R645.5 **[文献标志码]** A

Resilience in college students and its influencing factors

Wang Yanqiu[1,4], Zhang Jiajia[1], Ren Jingmin[2], Huang Jian[3], Li Min[1], Xu Ying[1], Peng Li[1], Miao Yi[1], Zhang Yu[1] ([1]Department of Psychology, School of Nursing, [2]Division of Political Affairs, [3]Division of Scientific Research Affairs, Third Military Medical University, Chongqing, 400038; [4]Yunnan Medical College, Kunming, Yunnan Province, 650031, China)

[Abstract] **Objective** To explore the characteristics of resilience in college students and its influencing factors. **Methods** Resilience Scale for Adults (RSA), Life Events Scale, depression, anxiety and somatization of Self-report Symptom Checklist 90 (SCL-90), Eysenck Personality Questionnaire (EPQ) and Social Support Scale were applied in this survey to 2 085 college students (340 males and 1 727 females, at age of 20.39 ± 1.43) collected by cluster sampling. **Results** The high resilience has been found in college students (2.76 ± 0.41). The boys were significantly higher in perception of self (t=2.466, P=0.014) and planned future (t=3.977, P=0.000) than girls. There was significantly difference in poverty and not poverty students in social support factor (t=−2.073, P=0.038). Resilience had the obvious positive correlation with the social support (r=0.394), extraversion (r=0.459), and negative correlation with the neuroticism (r=−0.270), life events (r=−0.170) and SCL-90 (r=−0.153). Extraversion, social support, neuroticism and life events had the good predictive ability (29.9%) to resilience. **Conclusion** The high resilience has been found in college students, and it is related to social support, personality and life events, and effectively predicts resilience.

[Key words] psychological tests; sampling studies; social support; life events; college students; resilience

Supported by the Program of Chongqing Soft Science Research (CSTC2009CE9038) and the Project of the "Eleventh Five-year Plan" of Educational Science Research of Chongqing (2008-GJ-231). Corresponding author: LI Min, Tel: 86-23-68752267, E-mail: lmxl@mail.tmmu.com.cn

大学生处于青春期,是向成人过渡的关键时期,也是人生心理变化最激烈、最明显的时期。他们心理发展不平衡,情绪不稳定,又要面对生活中的各种压力、挫折或逆境,容易产生心理问题。刘力勇等[1]对医学生的研究发现,人际关系困扰检出率为41.01%,较严重的有15.7%。汪涛等[2]调查发现,医学生中有大约15.21%的学生具有较高水平的社交焦虑。李敏等[3]调查军校学生心理承受能力,发现有3.22%的学生心理承受能力差。但是并非所有的大学生在经历应激事

[基金项目] 重庆市软科学研究项目(CSTC2009CE9038);重庆市教育科学"十一五"规划课题(2008-GJ-231)

[通信作者] 李 敏,电话:(023)68752267,E-mail:lmxl@mail.tmmu.com.cn

件后都会产生心理问题,有的大学生能逐渐恢复并适应良好。这种应对压力、逆境并且能够使个体恢复心理健康的能力便是“心理弹性”[4-8]。因此,调查大学生如何从这些消极生活事件中正常发展和成长便成了研究者关注的重点。

国内雷万胜等[9]采用于肖楠和张建新修订的心理韧性量表(CD-RISC)对478名大学生进行了调查,结果发现,性别、年龄、城乡和是否独生子女是影响大学生心理弹性的因素。国外Hjemdal等[10]采用1~7分的弹性问卷(resilience scale for adults,RSA)调查了挪威大学生的心理弹性,结果发现挪威大学生的心理弹性水平较高。国外研究还发现,心理弹性与人格、负性生活事件、社会支持、心理健康水平有着显著的相关。因此,研究中国大学生的心理弹性及其影响因素,有助于帮助大学生提升心理回复力,使其更好地应对各种压力、挫折,增强其应激恢复能力。

1 资料与方法

1.1 对象

采用整群抽样法,抽取某大学2 085名在校大学生,在专业人员的指导下统一测试,收回问卷2 085份,有效问卷2 067份。其中,男生340名,女生1 727名;年龄16~35岁(M=20.39,s=1.43)。

1.2 测量工具

成人心理弹性量表(resilience scale for adults,RSA):本研究采用Friborg最初编制的问卷,包括33个项目,从0“完全不是这样”到4“几乎总是这样”进行5点计分。我们根据修订问卷的基本原则,对问卷进行了多次翻译与回译,使量表既忠实于原问卷又符合中国的语言表达方式。该量表在挪威人群中有良好的信度[11]。RSA的分值越高表示个体心理弹性越好。

青少年生活事件量表:由刘贤臣等于1987年编制,信效度较好。该量表适用于青少年负性生活事件发生频度和应激强度的评定,包括6个因子27个项目,采用5点计分(1-无影响,5-极重度)。为了适应本次调查对象,我们对部分项目做了相应的调整,但并未改变本意。

症状自评量表(SCL-90):该量表共有90个项目,从“1-无症状”到“5-严重”进行5级计分。量表包括抑郁、焦虑和躯体化等10个因子。SCL-90主要用来衡量患者的自觉症状及严重程度,其信度、效度较好[12]。

艾森克人格问卷(EPQ):由龚耀先修订,每个条目回答“是”或“否”。结果计两个维度得分:EPQ-E维度分数越高,表明越外向;EPQ-N维度分数越高,表明情绪越不稳定。

社会支持量表:采用肖水源编制的社会支持量表,包括3个因子10个项目,分别计算客观支持分、主观支持分及支持利用度。该量表具有良好的信效度[12]。

1.3 统计学分析

采用SPSS 11.5统计软件行t检验、相关分析、方差分析、回归分析。

2 结果

2.1 大学生心理弹性状况

大学生心理弹性水平较高,平均分为2.76(s=0.41);男生在自我认知(t=2.466,P=0.014)和未来计划(t=3.977,P=0.000)这两个因子上得分高于女生,且有显著性差异。对部分学生进行了经济状况的调查,发现贫困生和非贫困生在社会资源因子上有显著的差异(t=-2.073,P=0.038),但在心理弹性总分上没有显著性差异(P>0.05,表1)。

表1 不同性别、经济状况大学生的心理弹性差异分析

因素	男生(n=340)	女生(n=1 727)	t值	贫困(n=485)	非贫困(n=384)	t值
自我认知	2.67±0.45	2.60±0.48	2.466[a]	2.60±0.45	2.61±0.49	-0.231
未来计划	2.46±0.69	2.30±0.70	3.977[b]	2.30±0.70	2.32±0.68	-0.342
社会能力	2.71±0.62	2.76±0.60	-1.275	2.72±0.61	2.70±0.68	0.384
家庭凝聚	2.14±0.58	3.20±0.65	-1.472	3.13±0.69	3.15±0.68	-0.383
社会资源	2.90±0.58	2.96±0.57	-1.563	2.90±0.61	2.98±0.59	-2.073[a]
计划风格	2.55±0.50	2.50±0.51	1.687	2.49±0.49	2.48±0.52	0.487
RSA总分	2.77±0.41	2.76±0.42	0.404	2.73±0.43	2.75±0.43	-0.656

a:P<0.05,b:P<0.001(均为双侧)

2.2 大学生心理弹性与性别、年龄、经济状况、EPQ、SCL-90、生活事件、社会支持的相关分析

如表2所示,RSA总分及各因子分与人格、SCL-90、生活事件及社会支持有显著的相关。RSA总分及各因子分与社会支持、外向性有显著的正相关,与神经质、生活事件、SCL-90有显著的负相关。性别、年龄及经济状况与RSA总分无显著的相关。

表2 RSA与EPQ、SCL-90、负性生活事件、社会支持的相关分析(n=2 067)

因子	自我认知	未来计划	社会能力	家庭凝聚	社会资源	计划风格	RSA
社会支持	0.190[b]	0.265[b]	0.316[b]	0.309[b]	0.341[b]	0.201[b]	0.394[b]
外向性	0.240[b]	0.303[b]	0.593[b]	0.190[b]	0.350[b]	0.229[b]	0.459[b]
神经质	-0.119[b]	-0.283[b]	-0.198[b]	-0.233[b]	-0.174[b]	-0.127[b]	-0.270[b]
生活事件	-0.088[b]	-0.141[b]	-0.086[b]	-0.171[b]	-0.147[b]	-0.061[b]	-0.170[b]
SCL-90	-0.097[b]	-0.130[b]	-0.102[b]	-0.113[b]	-0.120[b]	-0.084[b]	-0.153[b]
年龄	0.012	0.078[b]	-0.004	0.008	0.032	0.048[a]	0.036
性别	-0.054[a]	-0.087[b]	0.028	0.030	0.034	0.037	-0.009
经济状况	0.008	0.012	-0.013	0.013	0.070[a]	-0.017	0.022

a:P<0.05, b:P<0.01

2.3 大学生心理弹性与人格、社会支持、生活事件的回归分析

选取外向性、社会支持、神经质、生活事件这4个与心理弹性相关显著的变量对心理弹性进行多元回归分析(表3),多元相关系数为0.547,共解释变异量为29.9%,回归方程为:Y=1.845+0.034x_1+0.019x_2-0.01x_3-0.048x_4,方程有效(F=218.568,P=0.000)。

表3 各影响因素对心理弹性的多元回归分析(n=2 067)

因素	B值	标准误	β	t值	期望值
外向性(x_1)	0.034	0.002	0.344	17.236	0.000
社会支持(x_2)	0.019	0.002	0.241	12.006	0.000
神经质(x_3)	-0.01	0.002	-0.112	-5.487	0.000
生活事件(x_4)	-0.048	0.011	-0.088	-4.467	0.000

2.4 RSA 高低组各影响因素的比较

根据 RSA 总分将被试按照27%的划界原则选取 RSA 高分组544名、低分组556名被试进行各因素的 t 检验。如表4所示,RSA 高分组和低分组在社会支持、外向性、神经质、SCL-90和生活事件上具有显著性差异($P<0.01$)。RSA 高分组在社会支持和外向性上得分高于 RSA 低分组,说明心理弹性较好的学生倾向于外向、有较好的社会支持;RSA 低分组在神经质、生活事件、SCL-90 的得分高于高分组,说明心理弹性较差的个体情绪不稳定、受到较多的生活事件的影响、心理健康水平较低。

表4 大学生 RSA 高分组与低分组之间各影响因素的比较

因素	RSA 高分组($n=544$)	RSA 低分组($n=556$)	t 值
社会支持	36.38±4.99	31.29±5.03	16.801[a]
外向性	15.59±3.43	10.76±4.47	20.104[a]
神经质	9.39±4.76	12.53±4.93	-10.749[a]
生活事件	1.39±0.77	1.72±0.77	-7.078[a]
SCL-90	1.53±0.35	1.67±0.38	-5.998[a]

a: $P<0.01$

3 讨论

近年来对青少年进行挫折教育的呼声日益强烈而迫切。所谓挫折教育就是创设一定的挫折情境,以锻炼大学生的挫折耐受力,进而提高大学生的心理回复力。因此,本研究将 RSA 问卷首次在中国大学生中使用。Friborg 等[11]认为心理弹性是个体运用家庭、社会和外部支持系统以及个人特性的综合能力,他们根据相关研究编制出了成人心理弹性量表,该问卷在挪威不同人群中进行了应用,有着良好的信效度。

本次调查发现,中国大学生的心理弹性水平较高,平均得分为2.67($s=0.41$)。Hjemdal[10]采用1~7分的弹性问卷调查了挪威大学生的心理弹性,水平也较高($M=5.31, s=0.66$)。本研究也发现,男生在自我认知和未来计划两个因子上得分显著高于女生,这说明男生在大学里对自我的认识、个人未来的发展有更多的考虑,较早地确定了目标。另外,对部分学生进行了经济状况的调查,结果发现,贫困生和非贫困生在在心理弹性总分上没有差异,但在社会资源因子上有显著的差异。提示,经济状况不是心理弹性的预测因素,即无论经济状况好坏,个体的心理弹性都能够在后天得到锻炼和提高。

本研究发现,心理弹性与外向性、社会支持有显著的正相关,与神经质、生活事件、SCL-90 有显著的负相关。进一步进行回归分析表明,社会支持、外向性、神经质及生活事件对弹性能预测29.9%,说明社会支持、外向性、神经质及生活事件是影响心理弹性的重要因素。同时,本研究发现心理弹性低分组在神经质、生活事件和 SCL-90 分数较低,说明心理弹性较低的个体受生活事件影响较多、情绪稳定性较差、心理健康水平较低。提示 RSA 能有效区分个体的心理弹性并预测个体心理健康水平。Hjemdal 等[10]对挪威大学生的研究也发现,心理弹性与生活事件的交互作用能显著的预测心理健康。

以往的研究发现,心理弹性与人格显著相关。Campbell-Sills 等[13]调查了圣地亚哥大学的132名大学生,结果显示:心理弹性和神经质有显著的负相关,与外向性有显著的正相关。Friborg 等[14]将 RSA 问卷应用于军校482名大学生,结果发现,外向性、情绪稳定性与 RSA 的各个因子都有显著的相关,其中外向性与社会能力的相关最高,情绪稳定性与自我认知和未来计划的相关最高,即与个人能力的相关最高。本研究也得出类似的结果,RSA 总分及6个因子分与 EPQ 的内外向呈显著正相关,与神经质呈显著负相关,其中内外向与社会能力相关最高,神经质与个人能力相关最高。这说明:人格特点是心理弹性的重要影响因素,在不同的文化下个体的心理弹性可能受相同因素的影响。

本研究中社会支持对心理弹性有显著的预测力,也与国外的研究结果一致。Denny 等[15]在2001年调查了新西兰133所中学的9 567名学生的抑郁情况及其心理弹性,发现社会支持、家庭关系是心理弹性的影响因素。Sackera 等[16]进行的追踪研究也发现家庭资源能够促进弱势青年的心理弹性。这都提示:社会支持显著影响个体的心理弹性。

最后,本研究还存在一些不足。取样仅限于1所大学,调查结果的适用性受到一定限制;采用的心理弹性问卷是直接翻译的国外问卷,还可以进行修订;国外更多地关注童年时期的创伤经历以及应对方式对心理弹性的影响。因此,以后的研究还可以考察以上各因素对心理弹性的影响。

参考文献:

[1] 刘力勇,刘建冲,李丽娜. 医学生的人际困扰及其应对策略[J]. 中国健康心理学杂志, 2008, 16(4): 419-420.

[2] 汪涛,谭静,李敏,等. 医学生社交焦虑与自尊和人格特征的关系[J]. 第三军医大学学报, 2009, 31(11): 1095-1097.

[3] 李敏,魏琳,任景敏. 军医本科生心理承受能力及影响因素研究[J]. 第三军医大学学报, 2007, 29(18): 1759,1763.

[4] Richardson G E, Neiger B, Jensen S, *et al*. The resiliency model[J]. Health Education, 1990, 21: 33-39.

[5] Block J, Kremen A M. IQ and ego-resiliency: conceptual and empirical connections and separateness[J]. J Pers Soc Psychol, 1996, 70(2): 349-361.

[6] Werner E E. Risk, resilience, and recovery: perspectives from the Kauai longitudinal study[J]. Dev Psychopathol, 1993, 5(5): 503-515.

[7] Connor K M, Davidson J R. Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)[J]. Depress Anxiety, 2003, 18(2): 76-83.

[8] Wagnild G. Resilience and successful aging. Comparison among low and high income older adults[J]. J Gerontol Nurs, 2003, 29(12): 42-49.
[9] 雷万胜,陈栩,陈锦添. 大学生心理韧性研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2008, 16(2): 155-157.
[10] Hjemdal O, Friborg O, Stiles T C, *et al*. Resilience predicting psychiatric symptoms: a prospective study of protective factors and their role in adjustment to stressful life events[J]. Clin Psychol Psychother, 2006, 13(3): 194-201.
[11] Friborg O, Hjemdal O, Rosenvinge JH, *et al*. A new rating scale for adult resilience: what are the central protective resources behind healthy adjustment? [J]. Int J Methods Psychiatr Res, 2003, 12(2): 65-76.
[12] 汪向东,王希林,马弘,等. 心理卫生评定量表手册[J]. 中国心理卫生杂志, 1999, 增刊: 127-131, 314-317.
[13] Campbell-Sills L, Cohan S L, Stein M B. Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults[J]. Behav Res Ther, 2006, 44(4): 585-599.
[14] Friborg O, Barlaug D, Martinussen M, *et al*. Resilience in relation to personality and intelligence[J]. Int J Methods Psychiatr Res, 2005, 14(1): 29-42.
[15] Denny S, Fleming T, Watson P. Risk and resilience factors for depression among high school students in New Zealand[J]. J Adolesc Health, 2004, 34(2): 115.
[16] Sackera A, Schoon I. Educational resilience in later life: Resources and assets in adolescence and return to education after leaving school at age 16[J]. Soc Sci Res, 2007, 36(3): 873-896.

(**收稿**:2009-10-28;**修回**:2009-12-14)
(编辑 王 红)

文章编号:1000-5404(2010)07-0687-01

个案与短篇

286例教师嗓音病不同干预方法的疗效观察

刘 波,由 娟 (118002 辽宁 丹东,辽东学院医学院:[1]耳鼻咽喉科,[2]预防医学教研室)

[关键词] 嗓音病;干预;教师
[中图法分类号] R767.1 **[文献标志码]** B

教师一直是嗓音病的高发对象,不仅影响教学效果,还危害身心健康。虽然患病教师都采取了必要的治疗措施,但由于各种因素,如烟酒刺激、患病后仍持续用嗓、治疗单一、不按时复诊等,导致效果不佳且反复发作[1]。为更好观察教师嗓音病治疗效果,我们对辽东学院286例嗓音病教师进行分组干预治疗研究,现报告如下。

1 对象与方法

1.1 研究对象

对辽东学院专任教师1 084例进行嗓音状况调查,发现286例嗓音病教师。选取患嗓音病的286例教师分成4组进行临床干预。A组79例,其中慢性喉炎49例,声带小结23例,声带息肉7例,采取控声+药物干预;B组76例,其中慢性喉炎39例,声带小结30例,声带息肉7例,采取行为干预+药物干预;C组73例,其中慢性喉炎46例,声带小结21例,声带息肉6例,采取控声+行为干预+药物干预。D组58例,其中慢性喉炎27例,声带小结23例,声带息肉8例,采取药物干预。4组干预对象病型的构成差异无统计学意义($P>0.05$),对经过6个月的上述治疗无效的声带小结及息肉患者建议手术治疗。

1.2 方法

控声指患病期间注意声带休息,必要时禁声。患病教师停止授课,可进行一般的言语交流,严重声嘶者禁止发音。行为干预包括遵医嘱治疗[2]、健康教育、禁烟酒及辛辣食物、定期复查等。就诊期间均接受系统的健康教育,即患者首次就诊时由医生、护士通过讲解、宣传板及宣传册对遵医嘱服药、避免诱发因素、定期复查、心理和社会等方面进行指导。

[通信作者] 刘 波,电话:(0415)2027902

药物干预指慢性喉炎及部分声带小结患者服用黄氏响声丸、含服金嗓子喉宝及雾化吸入等方法。

1.3 干预疗效评定

干预时间为半年,干预对象每月定期进行喉部检查直至满6个月,并建立个人档案。痊愈:主观声音无嘶哑、体征消失,且6个月内无复发;有效:声音改善,体征减轻;无效:主观声音或体征中的至少1项与干预前无改变或1个月内又复发。

1.4 统计学分析

统计数据采用SPSS 11.0统计软件分析,所有数据采用行×列表χ^2检验以及行×列分割的多组间的两两比较。

2 结果

2.1 干预疗效评定结果

286例嗓音病教师中实际随访人数为233例。除B组与A、D组比较差异无统计学意义外($P>0.05$),A组与C、D组,C组与B、D组差异均有统计学意义($P<0.01$)。见表1。

表1 6个月后各种干预疗效分析[例数(%)]

组别	随访人数	痊愈	有效	无效	总有效率
A	64	28(43.8)	19(29.7)	17(26.5)	47(73.4)
B	63	24(38.1)	18(28.6)	21(33.3)	42(66.7)[b]
C	56	38(67.9)	14(25.0)	4(7.1)	52(92.9)[a]
D	50	10(20.0)	13(26.0)	27(54.0)	23(46.0)[ab]

a: $P<0.01$,与A组比较;b: $P<0.01$,与C组比较

2.2 与教师嗓音相关疾病调查

286例嗓音病教师中同时患慢性鼻-鼻窦炎、过敏性鼻炎等各类鼻病93例(32.5%);慢性咽炎181例(63.3%),其中咽痛63例(34.8%)、反复咽痒、干咳67例(37.0%)、咽干50例(27.6%)、咽异物感38例(21.0%);扁桃体疾病11例(3.9%)。

(下转695页)