论著

文章编号:1000-5404(2014)17-1850-04

情绪调节效能感在人格特质与心理应激水平关系中的中介作用

赵 鑫[1,2],张雅丽[1],马秀娟[1],金 戈[3],周仁来[2],岳建忠[4] (730070 兰州,西北师范大学心理学院行为康复训练研究中心[1];100875 北京,北京师范大学情绪调节研究中心[2];730070 兰州,兰州城市学院教育学院[3];730070 兰州,94159部队心理咨询室[4])

[摘要] **目的** 调查军人人格特质、情绪调节效能感和心理应激水平之间的关系。**方法** 采用军人心理应激自评问卷(psychological stress self-evaluation test,PSET)、大五人格问卷(neuroticism extraversion openness five-factor inventory,NEO-FFI)和情绪调节自我效能感量表(scale of regulatory emotional self-efficacy,SRESE)对283名男性通信兵进行问卷调查。**结果** ①和善性、严谨性、外向性、开放性与军人表达积极情绪和管理消极情绪自我效能感均呈显著正相关($P<0.01$),神经质与军人表达积极情绪和管理消极情绪自我效能感均呈显著负相关($P<0.01$);②和善性、严谨性、外向性与军人心理应激水平呈显著负相关($P<0.01$),神经质与军人心理应激水平呈显著正相关($P<0.01$),开放性与心理应激水平之间不存在相关($P>0.05$);③军人心理应激水平与表达积极情绪自我效能感呈显著负相关($P<0.05$),与管理消极情绪自我效能感呈显著负相关($P<0.01$);④表达积极情绪自我效能感在和善性、严谨性、外向性、神经质与军人心理应激水平之间不具有中介效应,管理消极情绪自我效能感在和善性、严谨性、外向性、神经质与心理应激水平之间具有部分中介效应。**结论** 军人的人格特质通过影响个体的情绪调节效能感来影响军人心理应激水平。

[关键词] 心理应激;人格特质;情绪调节效能感;军人
[中图法分类号] R195.1; R395.6; R821.2 [文献标志码] A

Regulatory emotional self-efficacy mediates relation of personality traits and soldiers' psychological stress

Zhao Xin[1,2], Zhang Yali[1], Ma Xiujuan[1], Jin Ge[3], Zhou Renlai[2], Yue Jianzhong[4] ([1]Behavior Rehabilitation Training Research Institute, School of Psychology, Northwest Normal University, Lanzhou, Gansu Province, 730070; [2]Center of Emotion Regulation Research, Beijing Normal University, Beijing, 100875; [3]College of Education, Lanzhou City University, Lanzhou, Gansu Province, 730070; [4]Psychological Counseling Room, No. 94159 Troop, Lanzhou, Gansu Province, 730070, China)

[**Abstract**] **Objective** To investigate the relationship of soldiers' personality traits, regulatory emotional self-efficacy and psychological stress. **Methods** Psychological stress self-evaluation test (PSET), neuroticism extraversion openness five-factor inventory (NEO-FFI) and the scale of regulatory emotional self-efficacy (SRESE) were adopted to evaluate 283 male soldiers (signalmen). **Results** Kindness, conscientiousness, extraversion and openness were positively correlated with perceived self-efficacy in expressing positive affect and positively correlated with perceived self-efficacy in managing negative affect ($P<0.01$), Neuroticism was negatively correlated with perceived self-efficacy in expressing positive affect and positively correlated with perceived self-efficacy in managing negative affect ($P<0.01$). Kindness, conscientiousness and extraversion were negatively correlated with psychological stress ($P<0.01$). Neuroticism was positively correlated with psychological stress ($P<0.01$), but openness was not correlated with psychological stress ($P>0.05$). Psychological stress was negatively correlated with perceived self-efficacy in expressing positive affect ($P<0.05$) and positively correlated with perceived self-efficacy in managing negative affect ($P<0.01$). Soldiers' perceived self-efficacy in managing negative affect partly mediated the relation of kindness, conscientiousness and extraversion with psychological stress. **Conclusion** Personality traits affect soldiers' psychological stress through regulatory emotional self-efficacy.

[**Key words**] psychological stress; personality traits; regulatory emotional self-efficacy; soldiers

Supported by the National Basic Research Program of China (973 Program, 2011CB711000), the Open Fund of Beijing Key Lab of Applied Experimental Psychology (2013) and the Young Teacher Research Capacity Advancement Program of Northwest Normal University (SKQNYB12009). Corresponding author: Zhou Renlai, E-mail: rlzhou@bun.edu.cn

[基金项目] 国家重点基础研究发展计划(973计划,2011CB711000);北京市应用实验心理北京市重点实验室开放课题(2013);西北师范大学青年教师科研能力提升计划(SKQNYB12009)
[通信作者] 周仁来,E-mail:rlzhou@bun.edu.cn
[优先出版] http://www.cnki.net/kcms/detail/51.1095.R.20140701.1017.004.html(2014-07-01)

军人的心理应激水平被认为是影响战斗力的重要因素之一[1]。研究发现,军人的心理应激水平与人格特质有关[2-4]。虽然有研究证实了军人的人格特质与心理应激水平相关,但是,很少有研究去探讨人格特质对军人心理应激水平的影响机制。本研究拟从情绪调节效能感出发,探讨人格特质对军人心理应激水平的影响机制。情绪调节自我效能感是指个体对调节和管理自身情绪的一种自信程度[5]。情绪调节自我效能感高的个体,可以有效应对压力、提升主观幸福感和调节负性情绪[6]。相对于对自身情绪调节能力不自信的个体,相信自己有能力调节情绪的个体更倾向于选择有效的情绪调节策略[7]。研究发现,人格特质与情绪调节相关[8-9]。近期赵鑫等[10]研究发现,情绪调节策略使用与军人心理应激水平相关。基于以上分析,本研究以男性通信兵为研究对象,探讨军人的人格特质、情绪调节效能感和心理应激水平之间的关系,揭示情绪调节效能感在人格特质与军人心理应激水平之间的中介作用。

1 对象与方法

1.1 对象

采用随机取样的方法,按照被试参加在线心理测评的系统编号进行随机抽样,某部283名男性士兵和士官参加本研究,年龄16~35(22.40±3.85)岁;参军年限1~15(4.07±3.44)年;其中,汉族272人(96.1%),少数民族11人(3.9%);独生子女76人(26.9%),非独生子女207人(73.1%);列兵39人(13.8%),上等兵62人(21.9%),下士80人(28.3%),中士52人(18.4%),上士39人(13.8%),四级军士长11人(3.9%);初中文化程度49人(17.3%),高中文化程度168人(59.4%),大专文化程度57人(20.1%),大学文化程度9人(3.2%);已婚44人(15.5%),未婚239人(84.5%)。

1.2 实施程序

在所有被试完成军事演练的通讯保障任务1周内进行问卷测试,在心理学专业人员指导下完成,被试者均被告知测试目的。问卷施测采用纸笔测验的方式。

1.3 测量工具

1.3.1 军人心理应激自评问卷 军人心理应激测量采用李权超等[11]所编制的军人心理应激自评问卷。该问卷由10个题目构成,条目内容反映军人的应激症状,要求被试根据近半个月的感受,按照"没有、有时、经常"进行评定,各条目得分之和为原始分数,再将原始分数转换为标准分数T分,$T=50+10(X-M)/S$。T分数越高表示心理应激程度越高,该问卷在中国军人中的内部一致性系数为0.76。

1.3.2 中文版大五人格简式量表 该量表涉及神经质、严谨性、外向性、和善性和开放性5个维度,量表共有60个项目,每个项目有5个等级,从"强烈反对"到"非常赞成"。该量表中文版在中国人群中的内部一致性系数为0.63~0.78[12]。

1.3.3 情绪调节自我效能感量表 该量表包括2个维度,分别是表达积极情绪自我效能感和管理消极情绪自我效能感,表达积极情绪自我效能感维度下包含6个题目,管理消极情绪自我效能感维度下包含11个题目。量表采用Likert-5级计分(从1"非常不符合"到5"非常符合"),得分越高表明个体情绪调节自我效能感程度越高。该量表中文版在中国人群中的内部一致性系数为0.65~0.86[13-14]。

1.4 统计学分析

采用SPSS 13.0统计软件对数据进行基本描述统计分析、Pearson相关分析和回归分析。

2 结果

2.1 人格特质、情绪调节自我效能感与军人心理应激水平之间的相关分析

军人心理应激水平与表达积极情绪自我效能感呈显著负相关($P<0.05$),与管理消极情绪自我效能感呈显著负相关($P<0.01$);和善性、严谨性、外向性、开放性与表达积极情绪和管理消极情绪自我效能感均呈显著正相关($P<0.01$);神经质与表达积极情绪和管理消极情绪自我效能感均呈显著负相关($P<0.01$);和善性、严谨性、外向性与军人心理应激水平呈显著负相关($P<0.01$),神经质与军人心理应激水平呈显著正相关($P<0.01$),开放性与军人心理应激水平相关之间不存在相关($P>0.05$,表1)。

2.2 表达积极情绪自我效能感在人格特质与军人心理应激水平之间的中介作用分析

本研究假设的第一个中介模型是人格特质-表达积极情绪自我效能感-心理应激水平,按照中介作用检验的步骤分别检验基于不同人格特质的A(表达积极情绪自我效能感在和善性与军人心理应激水平中的中介模型)、B(表达积极情绪自我效能感在严谨性与军人心理应激水平中的中介模型)、C(表达积极情绪自我效能感在外向性与军人心理应激水平中的中介模型)、D(表达积极情绪自我效能感在神经质与军人心理应激水平中的中介模型)4个中介模型,对表达积极情绪自我效能感的中介作用进行检验。第一步,以心理应激水平为因变量,以人格特质为自变量做回归分析,4个模型中原始标准化回归系数分别是-0.28、-0.35、-0.33、0.57($P<0.01$);第二步,以表达积极情绪自我效能感为因变量,以人格特质为自变量做回归分析,4个模型中原始标准化回归系数分别是0.24、0.23、0.33、-0.19($P<0.01$);第三步,以心理应激水平为因变量,同时以人格特质和表达积极情绪自我效能感为自变量做回归分析。结果显示:4个模型中,和善性、严谨性、外向性、神经质对心理应激水平的预测作用显著($\beta=-0.26$、-0.34、-0.33、0.56,$P<0.01$),但表达积极情绪自我效能感的负向预测作用不显著($\beta=-0.07$、-0.06、-0.03、-0.03,$P>0.05$),表达积极情绪自我效能感在和善性、严谨性、外向性、神经质与军人心理应激水平之间不具有中介效应(表2)。

表1 人格特质、情绪调节自我效能感与军人心理应激水平之间的相关分析($n=283$)

	和善性	严谨性	外向性	神经质	开放性	表达积极情绪自我效能感	管理消极情绪自我效能感
和善性	1	–	–	–	–	–	–
严谨性	0.57[b]	1	–	–	–	–	–
外向型	0.52[b]	0.58[b]	1	–	–	–	–
神经质	−0.56[b]	−0.59[b]	−0.53[b]	1	–	–	–
开放性	0.27[b]	0.26[b]	0.31[b]	−0.17[b]	1	–	–
表达积极情绪自我效能感	0.24[b]	0.23[b]	0.33[b]	−0.19[b]	0.20[b]	1	–
管理消极情绪自我效能感	0.30[b]	0.43[b]	0.40[b]	−0.41[b]	0.17[b]	0.58[b]	1
心理应激水平	−0.28[b]	−0.35[b]	−0.33[b]	0.57[b]	−0.07	−0.13[a]	−0.35[b]

a: $P<0.05$, b: $P<0.01$

表2 表达积极情绪自我效能感在人格特质与心理应激水平之间的中介作用分析($n=283$)

中介模型假设	步骤	因变量	自变量	β	t	R^2	F
A 和善性-表达积极情绪自我效能感-心理应激水平	第一步	心理应激水平	和善性	−0.28	−4.83[a]	0.08	23.29[a]
	第二步	表达积极情绪自我效能感	和善性	0.24	4.07[a]	0.06	16.60[a]
	第三步	心理应激水平	和善性	−0.26	−4.41[a]	0.08	12.39[a]
			表达积极情绪自我效能感	−0.07	−1.20	–	–
B 严谨性-表达积极情绪自我效能感-心理应激水平	第一步	心理应激水平	严谨性	−0.35	−6.21[a]	0.12	38.50[a]
	第二步	表达积极情绪自我效能感	严谨性	0.23	4.00[a]	0.05	15.96[a]
	第三步	心理应激水平	严谨性	−0.34	−5.81[a]	0.12	19.69[a]
			表达积极情绪自我效能感	−0.06	−0.95	–	–
C 外向性-表达积极情绪自我效能感-心理应激水平	第一步	心理应激水平	外向性	−0.33	−5.94[a]	0.11	35.23[a]
	第二步	表达积极情绪自我效能感	外向性	0.33	5.77[a]	0.11	33.33[a]
	第三步	心理应激水平	外向性	−0.33	−5.46[a]	0.11	17.66[a]
			表达积极情绪自我效能感	−0.03	−0.44	–	–
D 神经质-表达积极情绪自我效能感-心理应激水平	第一步	心理应激水平	神经质	0.57	11.45[a]	0.32	131.02[a]
	第二步	表达积极情绪自我效能感	神经质	−0.19	−3.29[a]	0.04	10.80[a]
	第三步	心理应激水平	神经质	0.56	11.12[a]	0.32	65.45[a]
			表达积极情绪自我效能感	−0.03	−0.49	–	–

a: $P<0.01$

2.3 管理消极情绪自我效能感在人格特质与军人心理应激水平之间的中介作用分析

本研究假设的第二个中介模型是人格特质-管理消极情绪自我效能感-心理应激水平,按照中介作用检验的步骤分别检验基于不同人格特质的E(管理消极情绪自我效能感在和善性与军人心理应激水平中的中介模型)、G(管理消极情绪自我效能感在严谨性与军人心理应激水平中的中介模型)、M(管理消极情绪自我效能感在外向性与军人心理应激水平中的中介模型)、N(管理消极情绪自我效能感在神经质与军人心理应激水平中的中介模型)4个中介模型,对管理消极情绪自我效能感的中介作用进行检验。第一步,以心理应激水平为因变量,以人格特质为自变量做回归分析,4个模型中原始标准化回归系数分别是−0.28、−0.35、−0.33、0.57($P<0.01$);第二步,以管理消极情绪自我效能感为因变量,以人格特质为自变量做回归分析,4个模型中原始标准化回归系数分别是0.30、0.43、0.40、−0.41($P<0.01$);第三步,以心理应激水平为因变量,同时以人格特质和管理消极情绪自我效能感为自变量做回归分析。结果显示:4个模型中,和善性、严谨性、外向性、神经质对心理应激水平的预测作用显著($\beta=-0.19$、-0.25、-0.23、0.51, $P<0.01$),同时管理消极情绪自我效能感的负向预测作用显著($\beta=-0.29$、-0.24、-0.25, $P<0.01$; $\beta=-0.14$, $P<0.05$),管理消极情绪自我效能感在和善性、严谨性、外向性、神经质与心理应激水平之间具有部分中介效应,效应值分别为0.09、0.10、0.08、0.06,中介效应占总效应的比例分别为32%、29%、24%、11%(表3)。

3 讨论

本研究从情绪调节效能感视角出发,探讨了人格特质对军人心理应激水平的影响机制。研究发现,军人的心理应激水平与其人格特质有关,这与之前的研究[2-4]结果相同。研究发现,和善性、严谨性、外向性、开放性的人格特质与军人改变负面情绪状态时所具有的信心存在正相关,并且与对愉快性事件时积极体验积极情绪的效能信念之间存在正相关,而神经质的人格特质则与上述两种信念呈负相关。研究还发现,军人在面对应激事件时,改善负面情绪状态所具有的效能信念越强,其心理应激水平就会越低,军人在面对成功事件时,积极体验积极情绪的效能信念越强,心理应激水平就会越低。结果表明,相信自己有能力调节情绪的军人会选择有效的情绪调节策略,以避免负性情绪体验所带来的困扰或者增强正性的积极情绪体验,从而降低心理应激水平[7]。

表3 管理消极情绪自我效能感在人格特质与心理应激水平之间的中介作用回归分析($n=283$)

中介模型假设	步骤	因变量	自变量	β	t	R^2	F
E 和善性-管理消极情绪自我效能感-心理应激水平	第一步	心理应激水平	和善性	-0.28	-4.83[a]	0.08	23.29[a]
	第二步	管理消极情绪自我效能感	和善性	0.30	5.35[a]	0.09	28.63[a]
	第三步	心理应激水平	和善性	-0.19	-3.28[a]	0.15	25.05[a]
			管理消极情绪自我效能感	-0.29	-4.98[a]	-	-
G 严谨性-管理消极情绪自我效能感-心理应激水平	第一步	心理应激水平	严谨性	-0.35	-6.21[a]	0.12	38.50[a]
	第二步	管理消极情绪自我效能感	严谨性	0.43	7.97[a]	0.18	63.45[a]
	第三步	心理应激水平	严谨性	-0.25	-4.05[a]	0.17	28.27[a]
			管理消极情绪自我效能感	-0.24	-4.00[a]	-	-
M 外向性-管理消极情绪自我效能感-心理应激水平	第一步	心理应激水平	外向性	-0.33	-5.94[a]	0.11	35.23[a]
	第二步	管理消极情绪自我效能感	外向性	0.40	7.31[a]	0.16	53.42[a]
	第三步	心理应激水平	外向性	-0.23	-3.92[a]	0.17	27.68[a]
			管理消极情绪自我效能感	-0.25	-4.24[a]	-	-
N 神经质-管理消极情绪自我效能感-心理应激水平	第一步	心理应激水平	神经质	0.57	11.45[a]	0.32	131.02[a]
	第二步	管理消极情绪自我效能感	神经质	-0.41	-7.48[a]	0.17	55.99[a]
	第三步	心理应激水平	神经质	0.51	9.50[a]	0.34	70.21[a]
			管理消极情绪自我效能感	-0.14	-2.59[a]	-	-

a: $P<0.01$

为了深入探讨人格特质对军人心理应激水平的影响,本研究分析了情绪调节效能感在人格特质与军人心理应激水平之间的中介作用,结果发现,管理消极情绪自我效能感在和善性、严谨性、外向性、神经质与心理应激水平之间具有部分中介效应。根据以上分析,军人在面对应激事件时,不同的人格特质会影响到改善负面情绪状态时所具有的效能信念,进而影响军人的心理应激水平,这一研究结果也与之前的一些研究[8-10]结论相似。但是,本研究并未发现表达积极情绪自我效能感在和善性、严谨性、外向性、神经质与军人心理应激水平之间的中介效应,这可能是由于军人心理应激水平的测量主要关注负性的情绪体验,而忽略了积极的情绪体验[10]。

本研究结论对于军人心理健康的干预具有一定的启示。根据本研究结果,可以从提升军人管理消极情绪自我效能感入手,培养其积极的情绪调节策略的使用习惯,提高军人管理消极情绪的效能感,减少其在应激事件中的消极反应,进而提升其心理健康水平。另外,本研究还有一定的局限性,如被试人数较少、测量方式单一、测量环境受限等。今后的研究应加入多元化的测量方式,扩充研究被试,注重在特殊应激事件下进行研究,以进一步验证研究结论的可靠性。

参考文献:

[1] 宁淑娥, 魏刚, 李成义, 等. 军人急性心理应激反应问卷的编制及信度效度检验[J]. 解放军预防医学杂志, 2012, 30(1): 32-35.
[2] 黄文, 李兆申, 程传苗, 等. 军演官兵心理应激状态及人格特征的相关性研究[J]. 解放军医学杂志, 2007, 32(3): 181-184.
[3] 梁学军, 程正祥, 甘景梨, 等. 军人失眠症患者防御机制与心理应激及人格特征的相关研究[J]. 中国民康医学, 2013, 25(19): 1-4.
[4] 季玉峰, 杨海霞, 陈孔斌, 等. 全封闭舰船人员人格因素与心理应激的相关性调查[J]. 中华航海医学杂志, 1998, 5(4): 249-250.
[5] Bandura A, Caprara G V, Barbaranelli C, *et al*. Role of affective self-regulatory efficacy in diverse spheres of psychosocial functioning[J]. Child Dev, 2003, 74(3): 769-782.
[6] Caprara G V, Di-Giunta L, Eisenberg N, *et al*. Assessing regulatory emotional self-efficacy in three countries[J]. Psychol Assess, 2008, 20(3): 227-237.
[7] Bandura A, Wood R. Effect of perceived controllability and performance standards on self-regulation of complex decision making[J]. J Pers Soc Psychol, 1989, 56(5): 805-814.
[8] Gross J J, John O P. Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being[J]. J Pers Soc Psychol, 2003, 85(2): 348-362.
[9] Balzarotti S, John O P, Gross J J. An Italian adaptation of the emotion regulation questionnaire[J]. Eur J Psychol Assess, 2010, 26(1): 61-67.
[10] 赵鑫, 马秀娟, 周仁来, 等. 消极情绪体验在表达抑制与军人心理应激水平中的中介作用[J]. 第三军医大学学报, 2013, 35(21): 2363-2366.
[11] 李权超, 何英强, 申国祥, 等. 我军军人心理应激自评问卷的编制[J]. 解放军预防医学杂志, 2003, 21(4): 256-258.
[12] 姚若松, 梁乐瑶. 大五人格量表简化版(NEO-FFI)在大学生人群的应用分析[J]. 中国临床心理学杂志, 2010, 18(4): 457-459.
[13] 王玉洁, 窦凯, 刘毅. 青少年情绪调节自我效能感量表的修订[J]. 广州大学学报: 社会科学版, 2013, 12(1): 45-50.
[14] Judd C M, Kenny D A. Process analysis: estimating mediation in treatment evaluations[J]. Eval Rev, 1981, 5(5): 602-619.

(**收稿**:2014-02-17;**修回**:2014-04-22)
(编辑 王小寒)