DOI:10.16016/j.1000-5404.201509081

二炮某部军人情绪调节方式的特点研究

黄伟容[1],彭 李[1],蔡 云[2],李 敏[1] (400038 重庆,第三军医大学心理学院军事心理学教研室[1];366000 福建 永安,解放军 96167 部队[2])

[**摘要**] **目的** 研究二炮某部军人情绪调节方式的特点,为制定情绪调节方案提供依据。**方法** 采用情绪调节方式量表(emotion regulation questionnaire, ERQ)对二炮某部 1 420 名军人进行团体测试,进行年龄、学历层次、人员类别以及适应状况上的组间比较。**结果** ①不同年龄段的二炮军人在认知重评和表达抑制分上差异均有统计学意义($P<0.05$),认知重评分随着年龄增长具有增加的发展趋势,而表达抑制分随着年龄增长具有下降的趋势;②不同职别的二炮军人在认知重评上差异无统计学意义($P>0.05$),在表达抑制上差异有统计学意义($P<0.05$),军官的表达抑制分最低,并与士兵、士官比较,差异有统计学意义($P<0.05$);③不同文化层次的二炮军人在认知重评和表达抑制分上差异均有统计学意义($P<0.05$)。本科及以上学历的军人认知重评分最高,表达抑制分最低;④不同适应状况的二炮军人在认知重评分上差异有统计学意义($P<0.05$),而在表达抑制上差异无统计学意义($P>0.05$)。很适应部队生活的军人认知重评分最高,并与其余组相比,差异有统计学意义($P<0.05$)。**结论** 二炮军人的情绪调节方式具有年龄、职别、文化层次及适应状况上的特征,在二炮部队开展军人情绪调节训练,制定有效的情绪调节方案应该考虑这些因素分层进行。

[**关键词**] 二炮军人;情绪调节方式;认知重评;表达抑制

[**中图法分类号**] R395.1; R395.6; R821.2 [**文献标志码**] A

Characteristics of emotion regulation in soldiers from Second Artillery Force

Huang Weirong[1], Peng Li[1], Cai Yun[2], Li Min[1] ([1]Department of Military Psychology, College of Psychology, Third Military Medical University, Chongqing, 400038; [2]No. 96167 Troop, Yong'an, Fujian Province, 366000, China)

[**Abstract**] **Objective** To investigate the characteristics of emotion regulation in the soldiers from Second Artillery Force, and provide the basis for the formulation of emotion regulation program. **Methods** Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) was used to survey 1 420 officers and soldiers from Second Artillery Force. The obtained parameters were compared for emotion regulation differences among different ages, education levels, position levels and adaptation statuses. **Results** ①There were significant differences in cognitive reappraisal and expression suppression scores in different ages ($P<0.05$), and cognitive reappraisal score was increased along with the age, while the expression suppression was decreased with age; ②There was no significant difference in cognitive reappraisal among different position levels ($P>0.05$), but was in expression suppression ($P<0.05$). The officers had the lower expression suppression score when compared with the soldiers and non-commissioned officers ($P<0.05$); ③Significant differences were seen in cognitive reappraisal and expression suppression among those with different education levels ($P<0.05$). Those with bachelor degree above had higher cognitive reappraisal score expression and lower expression suppression score than those with lower education levels; ④There were significant difference in cognitive reappraisal score in

[**基金项目**] 全军医学科研"十二五"计划重大项目(AWS13J002);国家自然科学基金面上项目(31170994);国家社会科学基金(14CSH072);全军医学科研"十二五"计划面上项目(CWS11J049);军队心理卫生科研课题(12XLZ212);全军医学科技青年培育项目(14QNP088)

[**通信作者**] 李 敏,E-mail:limin52267@tmmu.edu.cn

[**优先出版**] http://www.cnki.net/kcms/detail/51.1095.R.20151221.0733.002.html(2015-12-21)

those with different adaptation statuses ($P<0.05$), but not in expression suppression ($P>0.05$). The soldiers well adapted had the higher cognitive reappraisal score than those from other groups ($P<0.05$). **Conclusion** The soldiers from Second Artillery Force have different emotion regulation characteristics in ages, positions, education levels and adaptation statuses. So these factors should be considered into emotion regulation training program.

[**Key words**] soldiers from Second Artillery Force; emotion regulation style; cognitive reappraisal; expression suppression

Supported by the Major Program of the "Twelfth Five-year Plan" for Medical Scientific Research of PLA (AWS13J002), the General Program of National Natural Science Foundation of China (31170994), the National Social Science Foundation of China (14CSH072), the General Program of the "Twelfth Five-year Plan" for Medical Scientific Research of PLA (CWS11J049), the Project of Military Mental Health Research (12XLZ212) and the Youth Training Project for Medical Science of PLA (14QNP088). Corresponding author: Li Min, E-mail: limin52267@tmmu.edu.cn

二炮部队是中华人民共和国的战略导弹部队,是实施战略威慑的核心力量[1]。近几年来,二炮部队大力开展科技练兵,改革训练内容,官兵在军事训练和军事任务中时常处于高应激状态,容易造成心理问题,严重者甚至会引发心理疾病损害心理健康。因此,为了推进第二炮兵部队心理工作向纵深发展,保障二炮部队的战斗力,关注这一特殊人群的心理健康具有重要意义[2]。但由于二炮部队的战略特殊性,保密性较强,心理工作还较为落后,对其情绪问题及其他心理健康方面的文献报道也较少。而已往研究发现,情绪调节是指个体管理和改善自身或者他人情绪的过程,通过一定的方式使情绪在主观体验、生理反应和行为表现等方面发生一定的变化[3-4]。情绪调节作为一种适应社会生活的关键机制,对长期处于应激环境的军人产生造成重要的影响[5-6]。因此,我们通过大样本的调查,分析二炮军人的情绪调节方式特点,从而为二炮部队开展情绪调节训练制定有效的干预措施,培养有效的情绪调节方式提供一定的参考。

1 对象与方法

1.1 对象

采取整群抽样的方法,以营为单位进行抽样,由1名心理学专业的主试和1名辅试主持进行现场测试,以统一的指导语告知测试的目的和具体方法,要求独立完成测试,统一收回。2015年5月共发出调查问卷1 420份,收回有效问卷1 405份,合格收回率98.94%。参加调查的人员均为男性,年龄16~41(23.47±4.27)岁。其中干部61人(4.34%),士官769人(54.73%),士兵575人(40.93%)。搜集的一般资料调查包括姓名、年龄、军龄、人员类别、文化程度以及对部队的适应状况。按年龄不同将二炮军人分成4组:<20岁组、20~24岁组、24~29岁组和>29岁组,按职别不同将二炮军人分成3组:士兵组、士官组和军官组,按文化层次不同将二炮军人分成4组:初中组、高中组、中专组和本科及以上组,按对军营环境适应状况不同将二炮军人分成4组:很适应组、基本适应组、有点不适应组和很不适应组。

1.2 方法

情绪调节方式量表(emotion regulation questionnaire, ERQ):由美国心理学家Gross等[7]编制,该量表包括10个条目,用于测量认知重评(如:当我感到高兴、快乐时,我就改变我所考虑的事情。比如"其实这样也不错")和表达抑制(如:当我正感受到高兴、快乐时,我会很小心的不让它们显露出来)。每个条目从1(非常不同意)到7(非常同意)进行7级评分,分数越高表明使用这种调节方式的频率越高。该量表在美国人群中有良好的信效度,在国内有研究者采用该量表对大学生被试做了大样本的测查,信效度都达到良好的水平[8]。本研究中在认知重评和表达抑制维度上的内部一致性系数分别为0.84和0.81。

1.3 统计学分析

所有数据采用SPSS 18.0统计软件进行处理和分析,运用单因素方差分析和多重比较对不同年龄、职别、文化层次和适应状况军人进行分析。

2 结果

2.1 二炮某部军人不同年龄情绪调节方式的比较

由表1可见,按年龄不同将二炮军人分成4组:<20岁组、20~<24岁组、24~<29岁组和≥29岁组。不同年龄段的二炮军人在认知重评($F=4.48$, $P<0.05$)和表达抑制分上差异均有统计学意义($F=4.10$, $P<0.05$),认知重评分随着年龄增长具有增加的发展趋势,而表达抑制分随着年龄增长具有下降的趋势。两两比较显示,20~<24岁组、24~<29岁组和≥29岁组均与<20岁组的认知重评分和表达抑制分差异有统计学意义($P<0.05$),其余差异无统计学意义($P>0.05$)。

表1 二炮某部军人不同年龄情绪调节方式的比较($\bar{x} \pm s$)

组别	n	认知重评	表达抑制
<20岁组	232	27.48±5.55	17.78±3.80
20~<24岁组	754	28.64±6.18[a]	16.68±4.48[a]
24~<29岁组	328	29.21±5.44[a]	16.82±4.45[a]
≥29岁组	91	29.35±5.77[a]	16.52±3.99[a]

a:$P<0.05$,与<20岁组比较

2.2 二炮某部军人不同职别情绪调节方式的比较

由表2显示,按职别不同将二炮军人分成3组:士兵组、士官组和军官组。不同职别的二炮军人在认知重评上差异无统计学意义($F=1.19$, $P>0.05$),在表达抑制上差异有统计学意义($F=8.62$, $P<0.05$),军官的表达抑制分最低,并与士兵、士官差异有统计学意义($P<0.05$)。

表2 二炮某部军人不同职别情绪调节方式的比较($\bar{x} \pm s$)

职别	n	认知重评	表达抑制
士兵	575	28.69±5.98	17.16±4.44
士官	769	28.47±5.88	16.84±4.27
军官	61	29.99±5.49	14.75±4.13[ab]

a:$P<0.05$,与士官组比较;b:$P<0.05$,与士兵组比较

2.3 二炮某部军人不同文化层次情绪调节方式的比较

由表3显示,按文化层次不同将二炮军人分成4组:初中组、高中组、中专组和本科及以上组。不同文化层次的二炮军人在认知重评($F=5,22$, $P<0.05$)和表达抑制分上差异均有统计学意义($F=3.14$, $P<0.05$)。本科及以上学历的军人认知重评分最高,表达抑制分最低。两两比较显示,本科及以上学历军人的认知重评分与初中、高中比较,差异有统计学意义($P<0.05$),高中与初中军人比较,差异有统计学意义($P<0.05$);在表达抑制分上,本科及以上学历的军人与其余文化层次军人比较,差异有统计学意义($P<0.05$)。

表3 二炮某部军人不同文化层次情绪调节方式的比较($\bar{x} \pm s$)

文化层次	n	认知重评	表达抑制
初中	236	27.70±6.55	17.29±4.69
高中	561	28.66±5.73[a]	16.91±4.36
中专	503	28.57±5.76	16.93±4.14
本科及以上	105	30.93±5.22[ab]	15.75±4.38[abc]

a: $P<0.05$,与初中组比较; b: $P<0.05$,与高中组比较; c: $P<0.05$ 与中专组比较

2.4 二炮某部军人不同适应状况者情绪调节方式的比较

表4中显示,按对军营环境适应状况不同将二炮军人分成4组:很适应组、基本适应组、有点不适应组和很不适应组。不同适应状况的二炮军人在认知重评分上差异有统计学意义($F=9.21$, $P<0.05$),而在表达抑制上差异无统计学意义($F=1.47$, $P>0.05$)。很适应部队生活的军人认知重评分最高,并与其余组比较,差异有统计学意义($P<0.05$)。

表4 二炮某部军人不同适应状况情绪调节方式的比较($\bar{x} \pm s$)

组别	n	认知重评	表达抑制
很适应组	390	29.87±6.06	17.20±4.56
基本适应组	859	28.29±5.74[a]	16.69±4.16
有点不适应组	117	27.27±5.43[a]	17.05±4.90
很不适应组	39	27.66±7.38[a]	17.41±4.54

a:$P<0.05$,与很适应组比较

3 讨论

Gross提出情绪调节产生于情绪发生的过程中,并指出情绪调节包括认知重评与表达抑制两种情绪调节策略,而这两种策略会产生不同的情感、认知和社会行为结果。已往的研究发现认知重评不需要耗费许多认知资源,会产生积极的情感,是一种正向的情绪调节方式。而表达抑制带来的压抑情绪会产生消极的情感和社会互动结果,需要耗费认知资源,从而对心理适应性产生不良影响,会影响心理健康水平[9-10]。

本研究结果显示,不同年龄段的二炮军人的认知重评和表达抑制分差异均有统计学意义,认知重评分随着年龄增长具有增加的发展趋势,而表达抑制分随着年龄增长具有下降的趋势。分析其原因,可能是低年龄组存在生理心理不够成熟,对部队生活不适应,更多地压抑自己的情绪等问题,而高年龄组心理发展日趋成熟,对部队生活已非常熟悉,经验较足,认知经验丰富能够从不同的角度理性看问题,更多运用积极的情绪调节方式[11]。因此,随着年龄增长,二炮军人认知重评分更高,表达抑制分更低。

不同职别军人的比较显示,二炮军人在认知重评上差异无统计学意义,在表达抑制上差异有统计学意义,军官的表达抑制分最低,并与士兵、士官差异有统计学意义。这可能是军官是二炮部队的核心人群,易受到各方面的关注和支持,在部队获得认可和发展的机会也就较多[12]。另外,军官经过层层选拔训练后,心理素质较高等。因此,与士官和士兵相比更懂得合理地调节情绪。

此外,不同文化层次的二炮军人在认知重评和表

达抑制分上差异均有统计学意义。本科及以上学历的军人认知重评分最高,表达抑制分最低。这可能是由于高文化、高知识个体在应激状态下能更合理评价应激情境,更理智更有效地运用合理的情绪调节方式。这与刘丹凤等[13]发现受教育程度会影响军人选择情绪调节的方式,受教育程度越高,其越倾向于选择积极的情绪调节方式的研究结果一致。Chazelle 等[14]发现文化水平较低者,其患抑郁症和焦虑症的等心理问题的风险较高;Brannlund 等[15]的研究也证实,受教育程度越高者心理困扰较少,更能有效地调节情绪,且这一效应具有持久性。

对军营环境不同适应状况的二炮军人在认知重评分上差异有统计学意义,而在表达抑制上差异没有统计学意义。很适应部队生活的军人认知重评分最高,并与其余组比较差异有统计学意义。这与以往的研究结果一致,有研究认为能够很好地适应部队的军人心理弹性水平和积极应对得分显著高于不适应军人,而消极应对得分显著低于不适应者[16]。这可能是因为能很好地适应部队生活的军人心理发展较为成熟,军人个性和应付方式也趋向成熟,更能从应激事件中寻找积极意义,合理地调节情绪。

二炮部队军人是一个高负荷、高应激、高风险、高压力的职业,情绪调节对其心理健康具有重要的意义,尤其是合理的情绪调节策略能够帮助二炮军人提高情绪管理的能力和抗压能力。因此,通过本研究结果在未来的军人心理健康促进上,应多关注低年龄段、低职别及文化层次较低的军人的心理健康。这对军队心理工作者开展心理健康教育以及情绪调节训练工作有重要的意义,从而使部队官兵尽快适应部队生活,发展个人优势以形成合理应对负性情绪的方法,从而保持积极正面的健康身心状态。

参考文献:

[1] 徐媛媛, 蔡云, 黄伟容, 等. 二炮某部军人心理应激水平与心理弹性、认知偏向和积极情绪的关系[J]. 第三军医大学学报, 2015, 37(7): 698 - 702. DOI: 10.16016/j.1000-5404.201409134

[2] 罗显荣, 逯向娜, 王真真, 等. 第二炮兵与联勤部队官兵心理状况比较分析[J]. 华南国防医学杂志, 2013, 27(12): 901 - 902. DOI: 10.3969/j.issn.1009-2595.2013.12.012

[3] 乔红霞. 对士官情绪调节特点及其与主观幸福感关系的调查分析[J]. 解放军艺术学院学报, 2011(1): 67 - 70. DOI: 10.3969/j.issn.1674-5302.2011.01.015

[4] Berking M, Wupperman P. Emotion regulation and mental health: recent findings, current challenges, and future directions[J]. Curr Opin Psychiatry, 2012, 25(2): 128 - 134. DOI: 10.1097/YCO.0b013e3283503669

[5] 蔡云, 匡雨琴, 李惠勇, 等. 二炮某部新兵人格特征与心理健康水平相关性研究[J]. 人民军医, 2013, 57(5): 467 - 468.

[6] 吴高杰, 冯正直, 王立菲, 等. 军人情绪调节方式现状与应付方式[J]. 中国健康心理学杂志, 2015, 23(6): 861 - 865. DOI: 10.13342/j.cnki.cjhp.2015.06.017

[7] 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): 248 - 362.

[8] 王力, 柳恒超, 李中权, 等. 情绪调节问卷中文版的信效度研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2007, 15(6): 503 - 505. DOI: 10.3969/j.issn.1005-1252.2007.06.034

[9] 王振宏, 郭德俊. Gross 情绪调节过程与策略研究述评[J]. 心理科学进展, 2003, 11(6): 629 - 634. DOI: 10.3969/j.issn.1671-3710.2003.06.005

[10] 彭李, 李敏, 姜晓梅, 等. 心理弹性训练对不同心理弹性水平军校医学生的正负性情绪及情绪调节方式的影响[J]. 第三军医大学学报, 2014, 36(5): 470 - 472. DOI: 10.16016/j.1000-5404.2014.05.006

[11] 胡鸿群, 杨国愉, 冯正直, 等. 空军部队军人焦虑特点及影响因素研究[J]. 第四军医大学学报, 2007, 28(13): 1241 - 1243. DOI: 10.3321/j.issn: 1000-2790.2007.13.029

[12] 武辉, 冯正直, 宋新涛. 中国青年军人抑郁特点及其相关因素研究[J]. 中华保健医学杂志, 2009, 11(6): 433 - 436.

[13] 刘丹凤, 翟东锴, 田丛卉. 青年军人情绪调节方式研究[J]. 科技创新导报, 2013(4): 251 - 252. DOI: 10.3969/j.issn.1674-098X.2013.04.175

[14] Cheazelle E, Lemogne C, Morgan K, *et al*. Explanations of educational differences in major depression and generalized anxiety disorder in the Irish population[J]. J Affect Disord, 2011, 134(1/3): 304 - 314. DOI: 10.1016/j.jad.2011.05.049

[15] Brannlund A, Hammarstrom A. Higher education and psychological distress: a 27 year prospective cohort study in Sweden[J]. Scand J Public Health, 2014, 42(2): 155 - 162. DOI: 10.1177/1403494813511559

[16] 石磊, 刘波涛, 李敏, 等. 某部新兵新训期间的心理健康和适应与其家庭教养方式、心理弹性和应对方式的关系[J]. 中国健康心理学杂志, 2014, 22(10): 1524 - 1526. DOI: 10.13342/j.cnki.cjhp.2014.10.035

(**收稿**:2015-09-15;**修回**:2015-11-23)

(编辑 王小寒)