DOI:10.16016/j.2097-0927.202204217

叙事团体心理训练对集训期新兵心理适应的干预研究

刘笑彤[1,2],刘 玉[1],杨 烨[1],许 辰[1],李 敏[1] 400038 重庆,陆军军医大学(第三军医大学)医学心理系军事心理学教研室[1];266000 山东 青岛,山东省军区青岛第六离职干部休养所[2]

[摘要] **目的** 探讨叙事团体心理训练对集训期新兵生活满意度、自我效能感和心理弹性的干预效果。**方法** 采取整群抽样法抽取某训练基地于2020年9月入伍新兵154人,采取以连为单位整建制分组法分成干预组(73人)和对照组(81人)。干预组接受9次叙事团体心理训练,每周1~2次,每次2~2.5 h;对照组不接受干预。使用生活满意度量表(satisfaction with life scale, SWLS)、一般自我效能感量表(general self-efficacy scale, GSES)和心理弹性量表简版(10-item Connor-Davidson resilience scale, CD-RISC-10)在干预前(T_1)、干预结束即刻(T_2)、干预结束后1个月(T_3)对两组成员进行评估。**结果** 训练前两组成员人口统计学信息及各心理学指标均无显著统计差异($P>0.05$)。①生活满意度测量时间与分组的交互效应有统计学意义($P<0.01$),干预组的生活满意度在T_2显著高于对照组($P<0.01$);②自我效能感测量时间与分组的交互效应有统计学意义($P<0.05$),干预组自我效能感在T_2和T_3均显著高于对照组($P<0.01$,$P<0.05$);③心理弹性测量时间与分组的交互效应有统计学意义($P<0.01$),干预组的心理弹性在T_2显著高于对照组($P<0.01$)。**结论** 集训期开展叙事团体心理训练能显著提升新兵生活满意度、自我效能感、心理弹性水平,增强新兵心理适应能力。

[关键词] 叙事团体心理训练;生活满意度;自我效能感;心理弹性;新兵
[中图法分类号] R395.6; R821.2 [文献标志码] A

Intervention of narrative group psychological training on psychological adaptation of recruits during the training period

LIU Xiaotong[1,2], LIU Yu[1], YANG Ye[1], XU Chen[1], LI Min[1] [1]Department of Military Psychology, Faculty of Medical Psychology, Army Medical University(Third Military Medical University), Chongqing, 400038; [2]Sixth Retired Cadre Rest and Recuperation Home in Qingdao, Shandong Provincial Military Region, Qingdao, Shandong Province, 266000, China

[**Abstract**] **Objective** To explore the intervention effect of narrative group psychological training on life satisfaction, self-efficacy and psychological resilience of recruits during the training period. **Methods** A total of 154 recruits from a training base in September 2020 were selected by cluster sampling. Two companies were randomly selected as the intervention group ($n=73$) and the control group ($n=81$). The intervention group received 9 times of narrative group psychological training (1~2 times a week, 2~2.5 h each time), while the control group received no intervention. The satisfaction with life scale (SWLS), general self-efficacy scale (GSES) and psychological resilience scale (CD-RISC) were used to evaluate the life satisfaction, self-efficacy and psychological resilience level of the two groups in 3 different time points: before intervention (T_1), at the end of intervention (T_2) and 1 month after intervention (T_3). **Results** ①The interaction effect of grouping and the measurement time of life satisfaction was statistically significant ($P<0.01$). The life satisfaction of the intervention group was significantly higher than that of the control group in T_2 ($P<0.01$). ②The

[基金项目] 军队卫勤保障能力创新与生成专项技术(20WQ003);陆军军医大学人文社科基金项目(2020XRW13)
[通信作者] 李 敏,E-mail: limin52267@tmmu.edu.cn
许 辰,E-mail: xuchen51@sina.com

2097-0927/Copyright © 2022, 陆军军医大学(第三军医大学)。这篇开放获取文章遵循 CC BY 许可协议(https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

interaction effect of grouping and the measurement time of self-efficacy was statistically significant ($P<0.05$). The self-efficacy of the intervention group was significantly higher than that of the control group both in T_2 and T_3 ($P<0.01$, $P<0.05$). ③The interaction effect of grouping and the measurement time of psychological resilience was statistically significant ($P<0.01$). The psychological resilience of the intervention group was significantly higher than that of the control group in T_2 ($P<0.01$). **Conclusion** The narrative group psychological training during the training period can significantly improve the level of life satisfaction, self-efficacy and psychological resilience and enhance the psychological adaptability of recruits.

[**Key words**] narrative group psychological training; life satisfaction; self-efficacy; psychological resilience; recruits

Supported by the Special Technology for Innovation and Generation of Military Medical Support Capability (20WQ003) and the Humanities and Social Sciences Foundation Project of Army Medical University (2020XRW13). Corresponding author: LI Min, E-mail: limin52267@tmmu.edu.cn; XU Chen, E-mail: xuchen51@sina.com

集训期是新兵的“第一适应期”,也是新兵心理脆弱期。研究发现,集训期新兵因心理调适不当所引发的事故案件约占集训期事故总案件的60%~70%,有36.4%的新兵有逃避集训的想法和倾向,甚至有自杀意念或行为[1]。从积极心理学方面分析,主要有3个因素。第一是生活满意度水平低。生活满意度是个体对自己生活的综合判断,作为认知因素,它影响着个体的情绪体验,从而影响到个体生活目标的定位和行为追求的取向[2]。研究发现处于10~25岁年龄段的青少年成为自杀或自杀未遂的主流人群[3],这与生活满意度缺失有密切的关系[4]。第二是缺乏自我效能感。自我效能感是指对自己实现特定领域行为目标所需能力的信心或信念[5]。王青等[6]发现自我效能感的高低影响新兵的心理健康水平,高自我效能感的新兵心理健康水平维持在较高状态,低自我效能感的新兵多处于心理亚健康状态。第三是心理弹性水平偏低。心理弹性是指个体在面对挫折、丧失或逆境时,通过自身调节以适应环境变化,能较快从应激状态恢复至健康状态的能力,是个体内在保护因素和外在保护因素的结合[7]。宁连才等[8]发现心理弹性对新兵的适应能力起直接作用。同时,有研究发现高心理弹性水平有利于提升新兵对新环境的适应能力,促进新兵集训期间心理健康水平的提升[9]。因此,要解决适应期新兵的心理问题,需要针对性地提高生活满意度、自我效能感和心理弹性水平。

叙事团体心理训练是将叙事疗法与团体心理训练相结合的新型训练方法,以叙事疗法为理论支撑,借助团体心理训练中的团体动力和团体内的人际交互作用,带领个体在温暖、尊重、安全、信任的氛围中实现问题故事的外化和解构,完成支线故事的挖掘、建构和丰厚,促使个体在重新审视自己的同时,增加积极心理资源,系统地改善个人心理状况[10-11]。研究发现在大学生群体中,可通过叙事团体辅导改善大学生的非适应性认知情绪调节方式,提升大学生幸福感[12]。国内外关于叙事团体心理训练的应用对象多以患者为主[11,13-16],在健康人群中的应用少有研究,且叙事团体心理训练在军队的应用研究尚未见报道。本研究首次将叙事团体心理训练引入到集训期新兵,以期解决集训期新兵的心理适应问题。该研究对从积极心理学层面提升军人心理健康水平具有重要价值,为促进新兵心理健康、减少新兵适应障碍的发生提供新的视角。

1 对象与方法

1.1 研究对象

2020年10月于某新兵训练基地开展叙事团体心理训练。根据入组标准(①2020年9月入伍新兵;②参与研究前均未接受过叙事团体心理相关训练)及排除标准(①不愿参加本实验;②不能正常参加日常训练的伤病员),最终确定2个自然连新兵(154人)作为研究对象。采取以连为单位整建制分组法,分为干预组(73人)及对照组(81人)。干预组接受9次叙事团体心理训练,每周干预1~2次,每次2~2.5 h;对照组为空白对照,按照新训计划进行日常训练。本研究获陆军军医大学医学伦理委员会批准(2020第019-02)。

两组人员均为男性,年龄18~24(19.91±1.57)岁。其中,大专以下学历(包括初中、高中或中专)51人(33.12%),大专及以上学历(包括大专、本科及以上)103人(66.88%);户口所在地为城镇60人(39.00%),农村94人(61.00%);独生子女39人(25.30%),非独生子女115人(74.70%)。两组成员在年龄、学历、户口所在地及是否独生子女上无显著统计学差异。

1.2 评估工具

1.2.1 生活满意度量表(satisfaction with life scale,

SWLS)[17] 由5个条目组成,用于测量个体对生活状态的满意程度。采用Likert 7级计分(1:非常不同意,2:不同意,3:少许不同意,4:中立,5:少许同意,6:同意,7:非常同意),5个项目得分相加为总分,总分越高表明个体对当前的生活状况越满意。本研究中,该量表的Cronbach's α系数为0.763。

1.2.2 一般自我效能感量表(general self-efficacy scale, GSES) 本研究采用王才康等[18] 2000年翻译修订的中文版一般自我效能感量表,共10个条目,采用Likert 4级计分(1:完全不正确,2:有点正确,3:多数正确,4:完全正确),总分越高说明个体的自我效能感水平越高。本研究中,该量表的Cronbach's α系数为0.902。

1.2.3 心理弹性量表(10-item Connor-Davidson resilience scale,CD-RISC-10) 该量表由CAMPBELL-SHILLS等[19]对25条项目的CD-RISC简化而成,中文版由张丹梅等[20]修订。全量表共10个项目,采用Likert 5级计分(1:从不这样,2:很少这样,3:有时这样,4:经常这样,5:总是这样),量表总分为各项目计分之和,总分越高代表心理弹性越强。本研究中,该量表的Cronbach's α系数为0.813。

1.3 干预方法

1.3.1 干预程序 干预组在入营隔离结束1个月后开始进行干预,为防止干预组人数过多影响干预效果,将干预组以自然排为单位分成3组分别进行干预,所有干预由相同的训练者(已参加专业叙事团体心理训练培训并熟练掌握专业技术)和助手实施。在干预前(T_1)、干预结束即刻(T_2)、干预结束后1个月(T_3)3个时间点使用SWLS、GSES和CD-RISC-10对所有被试者进行评估。

1.3.2 干预方案 根据叙事疗法[21]中的主要技术为理论基础和逻辑框架,参考《学校里的叙事治疗》[22]中具体的操作方法,结合对该新兵训练基地调研时发现的问题及特点,制定了9次课程方案:①"我想带来什么故事",通过普通团体心理训练的热身活动达到参与者间的破冰效果,同时了解成员期待;②"说说我的问题故事",引导参与者从多角度、多方面描述自己近期心中的"困惑",将"困惑"命名,以图画形式展现并在团体内交流,达到外化问题故事的目的;③"问题不是我",把"困惑"制作成面具,将参与者与他的"困惑"分离,解构问题故事,引导团体成员们运用各种适当的语言和特色提问,帮助参与者找出问题产生的原因以及应对办法;④"我的团队",引导参与者描述自己的"队友"与"困惑队友"并进行对话,探索自己"队友"的正性实力和"困惑队友"的优势,不断扩充自己的团队,找到可以利用的积极资源;⑤"关系中的自画像",从不同的关系中体验不同的自己,引导参与者画出近期自画像,从祖辈、父辈、同辈等多重身份叙述其自画像,在叙述中呈现关系脉络,发现自己丰富的社会支持,同组其他参与者作为倾听者反馈;⑥"编辑生命故事",发现故事主人叙述中的支线故事和生命中可能被遗忘的"闪亮时刻",帮助故事主人寻找例外事件,深入细节,将积极资源放大,形成积极自我的观念;⑦"生命之树",引导参与者画自己的生命之树,借树的隐喻感受生命的向上和顽强,借生命之树抵御风险的方式,凸显生命的意义,给参与者以积极心理暗示,引导其积极应对生活中的困境;⑧"困惑"对比,引导参与者再次画出"困惑"的样子,比较前后"困惑"的变化,发现自己在叙述中的成长和转变、问题在故事中的呈现和消融,通过重构故事形成全新的积极自我;⑨"见证与回顾",参与者通过梳理前8次课的材料和感受,收获独特的精神财富。

1.4 统计学分析

使用SPSS 25.0统计软件进行统计学分析,使用χ^2检验、独立样本t检验比较两组成员基线状态的差异,采用2(分组:干预组、对照组)×3(时间:T_1、T_2、T_3)重复测量方差分析进行评估干预。检验水准:$\alpha=0.05$。

2 结果

2.1 干预组与对照组各变量的基线水平比较

采用χ^2检验及独立样本t检验比较两组被试一般人口统计学信息,结果发现两组被试在不同人口统计学特征上均无显著统计学差异(表1),在各心理学变量水平差异上均无显著统计学意义(表2)。

表1 干预组和对照组干预前人口统计学变量的比较

[$\bar{x}\pm s$, 例(%)]

指标	干预组($n=73$)	对照组($n=81$)	t/χ^2	P
年龄/岁	19.85±1.45	19.96±1.68	−0.45	0.66
独生/非独生子女			0.92	0.36
独生子女	16(21.92)	23(28.40)		
非独生子女	57(78.08)	58(71.60)		
城乡来源			−1.81	0.07
城市	23(31.51)	32(39.51)		
农村	50(68.49)	49(60.49)		
文化程度			0.54	0.59
高中及以下	9(12.33)	13(16.05)		
中专	14(19.17)	17(20.99)		
大专	40(54.79)	37(45.68)		
本科及以上	10(13.70)	14(17.28)		

表 2 干预组和对照组干预前不同心理学变量基线的比较（$\bar{x}\pm s$）

组别	n	心理弹性	自我效能感	生活满意度
干预组	73	24.60±6.02	25.38±6.20	22.75±5.22
对照组	81	24.19±5.40	24.72±5.64	22.36±5.00
t		0.45	0.70	0.48
P		0.65	0.49	0.63

2.2 干预前后两组被试生活满意度的比较

重复测量方差分析结果显示(见表 3):测试的时间主效应显著:$F(2,151)=21.57$, $P<0.01$, $\eta_p^2=0.12$;时间×分组交互效应显著:$F(2,151)=5.38$, $P<0.01$, $\eta_p^2=0.03$。简单效应分析结果显示,分组效应在 T_2 时显著:$F(1,152)=11.03$,$P<0.01$, $\eta_p^2=0.07$,干预组被试生活满意度显著高于对照组被试。在 T_3 时分组效应不显著:$F(1,152)=0.29$, $P>0.05$,$\eta_p^2=0.00$。

2.3 干预前后两组被试自我效能感的比较

重复测量方差分析结果显示(见表 3):测试的时间主效应显著:$F(2,151)=16.21$, $P<0.01$, $\eta_p^2=0.10$;时间×分组交互效应显著:$F(2,151)=3.86$, $P<0.05$, $\eta_p^2=0.03$。简单效应分析结果显示,分组效应在 T_2 时显著:$F(1,152)=9.22$, $P<0.01$, $\eta_p^2=0.057$,干预组被试自我效能感(29.63±7.35)显著高于对照组被试(26.17±6.78)。在 T_3 时分组效应仍显著:$F(1,152)=4.34$, $P<0.05$, $\eta_p^2=0.03$,干预组被试自我效能感高于对照组被试。

2.4 干预前后两组被试心理弹性的比较

重复测量方差分析结果显示(见表 3):测试的时间主效应显著:$F(2,151)=23.86$, $P<0.01$, $\eta_p^2=0.14$;时间×分组交互效应显著:$F(2,151)=7.30$, $P<0.01$, $\eta_p^2=0.05$。简单效应分析结果显示,分组效应在 T_2 时显著:$F(1,152)=10.47$, $P<0.01$, $\eta_p^2=0.06$,干预组被试心理弹性显著高于对照组被试。在 T_3 时分组效应不显著:$F(1,152)=0.16$, $P>0.05$, $\eta_p^2=0.00$。

3 讨论

集训期新兵处于角色转变的关键期,需要更多的积极心理资源来应对全新的环境。有必要构建团体心理训练形式的干预方案,以便快速找出集训期新兵的积极心理资源,同时减少因生活满意度降低而引发的自杀或其他心理行为问题,有利于增加人际理解、促进人际和谐。

本研究结果表明,叙事团体心理训练能够显著提升集训期新兵生活满意度,HANSSON[10]等研究发现,叙事团体心理干预通过在群体氛围下叙述人生故事,能够显著改善生活满意度水平,与本研究结果一致。新兵面对复杂恶劣的环境时经常会忽略生活中的积极面,关注生活中的消极面,在叙事团体心理训练的过程中能够把消极的问题外化,在团体氛围下通过与问题对话等,给自己带来全新的视角改变消极情绪,从而提升生活满意度。

本研究发现,叙事团体心理训练能够显著提升集训期新兵心理弹性,与李丹等[13]研究发现叙事疗法可有效增强个体心理弹性的结果一致。缪毅等[23]研究发现新兵心理弹性水平对其集训期间心理健康状态和心理应激具有较好的预测作用,因此提升心理弹性水平的训练能降低新训时负性情绪和心理应激水平,促进新兵心理健康[24]。

本研究中,叙事团体心理训练显著提升集训期新兵自我效能感,与以往研究结果一致[25]。叙事团体心理训练对新兵自我效能感水平的干预效果不仅在干预结束即刻显著,在干预结束后一个月依然显著。可能的原因是叙事团体心理训练能够积极归因个体失败和成功的经验,团体氛围有助于帮助个体通过观察看到与自己相近的人成功从而促进个人自我效能感的提高。

表 3 两组新兵在不同时间点各维度得分及重复测量方差分析结果（$\bar{x}\pm s$）

变量	时间点	干预组(n=73)	对照组(n=81)	时间主效应			时间×分组交互效应		
				F	P	η_p^2	F	P	η_p^2
生活满意度	T_1	22.75±5.22	22.36±5.00	21.57	<0.01	0.12	5.38	<0.01	0.03
	T_2	26.99±5.60	23.93±5.81						
	T_3	23.62±6.97	23.07±5.58						
自我效能感	T_1	25.38±6.20	24.72±5.64	16.21	<0.01	0.1	3.86	0.02	0.03
	T_2	29.63±7.35	26.17±6.78						
	T_3	27.32±7.60	24.99±6.25						
心理弹性	T_1	24.60±6.02	24.19±5.40	23.86	<0.01	0.14	7.30	<0.01	0.05
	T_2	28.66±6.65	25.42±5.77						
	T_3	24.79±7.22	24.38±5.65						

综合分析以上3个研究结果,可能的原因有:①叙事团体心理训练可通过问题外化的方式,把人与问题分开,降低问题对人的影响,增加了人对自己问题的控制力,意识到自身存在解决问题的资源;②通过关系性身份认同的对话,让新兵体会到不同身份人眼中的自己,拉近自己与重要他人的距离,提升自我价值和自尊;③通过编辑生命故事和画出自己的生命之树活动,帮助新兵发现积极社会支持,促进新兵的自我认同,提升自我意识。最终提高新兵的生活满意度、心理弹性和自我效能感水平。

本研究发现,叙事团体心理训练对新兵生活满意度和心理弹性的干预效果在干预结束即刻最高,在干预结束后1个月时效果不显著。可能由于本研究干预结束后1个月的追踪是在新兵下连后1个月,干预组被分到作战单位,对照组被分到后勤保障单位。据调研发现,作战单位比后勤保障单位管理更严格、条件更艰苦、训练任务更繁重,因此可能会减弱干预组 T_3 时的远期干预效果(受环境因素影响而降低远期效果)。

综上所述,叙事团体心理训练能显著提升集训期新兵生活满意度、自我效能感和心理弹性水平。这提示叙事团体心理训练适合在新兵群体中运用。同时,本研究存在一些不足:①研究仅采用常规教育作为对照组,未能比较叙事团体与常规心理团体训练的区别;②研究选择了心理弹性、自我效能感和生活满意度3个积极因素作为因变量,在因变量中未选择消极因素如自杀意念、自杀倾向、抑郁等;③研究对象只纳入了男性,结论推广至女性新兵群体时需进一步研究;④由于研究对象之间的相互影响,研究结果可能会出现偏倚,后续可继续围绕这一主题开展研究。

参考文献:

[1] 辛阔林. 陆军新兵心理健康发展特点及教育策略研究[D]. 重庆: 第三军医大学, 2015.
XIN K L. The research on army recruits' characteristics of psychological healthy development and education strategy[D]. Chongqing: Third Military Medical University, 2015.

[2] ÇAĞLAYAN MÜLAZ$_1$M Ö, ELDELEKLIOĞLU J. What is the role of self-compassion on subjective happiness and life satisfaction?[J]. Human Sci, 2016, 13(3): 3895. DOI: 10.14687/jhs.v13i3.4001.

[3] 樊富珉. 我国青少年自杀研究及预防对策[J]. 临床精神医学杂志, 2005, 15(4): 241-242.
FAN F M. Study on adolescent suicide and its prevention in China[J]. J Clin Psychol Med, 2005, 15(4): 241-242.

[4] 柳迎新, 黄文倩, 朱婉儿. 大学新生的自杀意念及与生活满意度、幸福感的关系[J]. 中国心理卫生杂志, 2012, 26(3): 235-238.
LIU Y X, HUANG W Q, ZHU W E. Suicidal ideationto satisfaction with life and happiness in college freshmen[J]. Chin Ment Heal J, 2012, 26(3): 235-238.

[5] 张鼎昆, 方俐洛, 凌文辁. 自我效能感的理论及研究现状[J]. 心理学动态, 1999, 7(1): 6. DOI:10.3969/j.issn.1671-3710.1999.01.009.
ZHANG D K, FANG L L, LING W Q. The theory and research status of self-efficacy[J]. J Dev Psychol, 1999, 7(1): 6. DOI:10.3969/j.issn.1671-3710.1999.01.009.

[6] 王青, 王菡红. 新兵自我效能感与焦虑和抑郁的相关分析[J]. 解放军预防医学杂志, 2010, 28(1): 46-47. DOI: 10.13704/j.cnki.jyyx.2010.01.024.
WANG Q, WANG H H. Correlation analysis of recruits' self-efficacy with anxiety and depression[J]. J Prev Med Chin PLA, 2010, 28(1): 46-47. DOI: 10.13704/j.cnki.jyyx.2010.01.024.

[7] 席居哲, 桑标, 左志宏. 心理弹性(Resilience)研究的回顾与展望[J]. 心理科学, 2008, 31(4): 995-998, 977. DOI: 10.16719/j.cnki.1671-6981.2008.04.044.
XI J Z, SANG B, ZUO Z H. The research on resilience: its evolution and direction[J]. Psychol Sci, 2008, 31(4): 995-998, 977. DOI: 10.16719/j.cnki.1671-6981.2008.04.044.

[8] 宁连才, 贾梦楠, 王晓丽, 等. 心理弹性在武警新兵应付方式与适应不良间的中介效应[J]. 中国健康心理学杂志, 2014, 22(8): 1208-1210. DOI: 10.13342/j.cnki.cjhp.2014.08.036.
NING L C, JIA M N, WANG X L, *et al*. Psychological resilience as a mediator of the association between coping styles and mental maladjustment of armed police recruits[J]. China J Heal Psychol, 2014, 22(8): 1208-1210. DOI: 10.13342/j.cnki.cjhp.2014.08.036.

[9] 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.
SHI L, LIU B T, LI M, *et al*. The relations among mental health and adaptation, parental rearing patterns, resilience and coping styles in recruits during military training[J]. China J Heal Psychol, 2014, 22(10): 1524-1526. DOI: 10.13342/j.cnki.cjhp.2014.10.035.

[10] HANSSON L, YANOS P T. Narrative enhancement and cognitive therapy: a pilot study of outcomes of a self-stigma intervention in a Swedish clinical context[J]. Stigma Heal, 2016, 1(4): 280-286. DOI: 10.1037/sah0000035.

[11] PERI T, HASSON-OHAYON I, GARBER S, *et al*. Narrative reconstruction therapy for prolonged grief disorder-rationale and case study[J]. Eur J Psychotraumatol, 2016,

7: 30687. DOI: 10.3402/ejpt.v7.30687.

[12] 赵晓妍. 大学生主观幸福感、生活事件、认知情绪调节的关系及叙事团体辅导干预研究[D]. 上海: 上海师范大学, 2016.
ZHAO X Y. The correlations among undergraduates' subjective well-being, negative life events and cognitive emotion regulation and narrative oriented group counseling intervention[D]. Shanghai: Shanghai Normal University, 2016.

[13] 李丹, 李文静, 程琳博. 叙事疗法对肺癌患者疼痛应激、心理弹性和生活质量的影响[J]. 癌症进展, 2021, 19(23): 2471-2475. DOI: 10.11877/j.issn.1672-1535.2021.19.23.26.
LI D, LI W J, CHENG L B. Effect of narrative therapy on pain stress, mental resilience and quality of life in patients with lung cancer[J]. Oncol Prog, 2021, 19(23): 2471-2475. DOI: 10.11877/j.issn.1672-1535.2021.19.23.26.

[14] 周雁荣, 张严丽, 罗亮春, 等. 叙事护理干预对心脏瓣膜置换术患者心理状态的影响[J]. 护理学杂志, 2020, 35(21): 81-84. DOI: 10.3870/j.issn.1001-4152.2020.21.081.
ZHOU Y R, ZHANG Y L, LUO L C, *et al*. Effect of narrative intervention on mental state of patients undergoing heart valve replacement[J]. J Nurs Sci, 2020, 35(21): 81-84. DOI: 10.3870/j.issn.1001-4152.2020.21.081.

[15] RODRÍGUEZ VEGA B, BAYÓN PÉREZ C, PALAOTARRERO A, *et al*. Mindfulness-based narrative therapy for depression in cancer patients[J]. Clin Psychol Psychother, 2014, 21(5): 411-419. DOI: 10.1002/cpp.1847.

[16] YOOSEFI LOOYEH M, KAMALI K, GHASEMI A, *et al*. Treating social phobia in children through group narrative therapy[J]. Arts Psychother, 2014, 41(1): 16-20. DOI: 10.1016/j.aip.2013.11.005.

[17] 熊承清, 许远理. 生活满意度量表中文版在民众中使用的信度和效度[J]. 中国健康心理学杂志, 2009, 17(8): 948-949. DOI: 10.13342/j.cnki.cjhp.2009.08.026.
XIONG C Q, XU Y L. Reliability and validity of the stisfaction with life scale for Chinese demos[J]. China J Heal Psychol, 2009, 17(8): 948-949. DOI: 10.13342/j.cnki.cjhp.2009.08.026.

[18] 王才康, 刘勇. 一般自我效能感与特质焦虑、状态焦虑和考试焦虑的相关研究[J]. 中国临床心理学杂志, 2000, 8(4): 229-230. DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2000.04.011.
WANG C K, LIU Y. Correlation among general self-efficacy, trait anxiety, state anxiety and test anxiety[J]. Chin J Clin Psychol, 2000, 8(4): 229-230. DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2000.04.011.

[19] CAMPBELL-SILLS L, STEIN M B. Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC): validation of a 10-item measure of resilience[J]. J Trauma Stress, 2007, 20(6): 1019-1028. DOI: 10.1002/jts.20271.

[20] 张丹梅, 熊梅, 李彦章. 心理弹性量表简版在社区老年人中的信效度检验[J]. 中华行为医学与脑科学杂志, 2018, 27(10): 942-946. DOI: 10.3760/cma.j.issn.1674-6554.2018.10.016.
ZHANG D M, XIONG M, LI Y Z. The reliability and validity of 10-item Connor-Davidson resilience scale in the community-dwelling older adults[J]. Chin J Behav Med Brain Sci, 2018, 27(10): 942-946. DOI: 10.3760/cma.j.issn.1674-6554.2018.10.016.

[21] 费俊峰, 赵兆. 叙事治疗视角下的心理健康教育[J]. 医学与哲学, 2017, 38(5): 52-55. DOI: 10.12014/j.issn.1002-0772.2017.03a.12.
FEI J F, ZHAO Z. The psycho-education in the perspective of narrative therapy[J]. Med Philos A, 2017, 38(5): 52-55. DOI: 10.12014/j.issn.1002-0772.2017.03a.12.

[22] 梁舜薇. 外显问题大学生的心理健康状况调查及叙事团体心理干预[D]. 广州: 南方医科大学, 2018. DOI:10.7666/d.Y3474357.
LIANG S W. An investigation of explicit-troubled college students' mental health and narrative group intervention[D]. Guangzhou: Southern Medical University, 2018. DOI:10.7666/d.Y3474357.

[23] 缪毅, 李敏, 兰勇, 等. 集训期野战部队新兵心理弹性、心理健康与心理应激关系的交叉滞后分析[J]. 中华行为医学与脑科学杂志, 2012(1): 59-62.
MIAO Y, LI M, LAN Y, *et al*. A cross-lagged regression analysis between resilience, mental health and psychological stress of recruits during training[J]. Chin J Behav Med Sci, 2012(1): 59-62.

[24] 杨倩, 左昕, 彭李, 等. 某部新兵集训期心理弹性与应激水平和情绪体验的关系[J]. 中国健康心理学杂志, 2016, 24(6): 833-836. DOI: 10.13342/j.cnki.cjhp.2016.06.011.
YANG Q, ZUO X, PENG L, *et al*. Relationships of resilience with psychological stress and positive and negative affect in new recruits[J]. China J Heal Psychol, 2016, 24(6): 833-836. DOI: 10.13342/j.cnki.cjhp.2016.06.011.

[25] ZIMMERMAN J L, DICKERSON V C. Using a narrative metaphor: implications for theory and clinical practice[J]. Fam Process, 1994, 33(3): 233-245. DOI: 10.1111/j.1545-5300.1994.00233.x.

(**收稿**:2022-05-16;**修回**:2022-07-06)

(编辑 张艺霖)