·调查研究·

军校新生社会支持对心理适应的影响：心理弹性的中介效应

黄晨玮[1]　胡瑞康[2]　刘又嘉[1]　周杰[3]　仇雪萍[4]　鲁娟[4]
[1]海军军医大学基础医学院，上海　200433；[2]解放军总医院第一医学中心医学心理科，北京　100853；[3]中国人民解放军东部战区海军训练基地，江山　201900；[4]海军军医大学职业教育中心，上海　200433
通信作者：鲁娟，Email：lujuan506@sina.com

【摘要】 目的　探讨军校新生心理弹性、社会支持与适应性之间的关系。**方法**　抽取某军医大学大一新学员195名为被试，应用心理弹性量表中文版（connor-davidson resilience scale，CD-RISC）、领悟社会支持量表（perceived social support scale，PSSS）和大学生心理适应性自测问卷进行调查。采用SPSS 26.0进行独立样本t检验，采用person相关分析法探讨三者得分之间不同人口学特征的差异和三者得分之间的相关性。进一步通过应用PROCESS插件，采用结构方程模型分析心理弹性在社会支持与心理适应之间的中介效应，并采用Bootstrap进行检验。**结果**　独立样本t检验发现，女性其他支持得分高于男性（t=-2.05，P=0.041），骨干学员在家庭支持、其他支持、社会支持总分和心理适应得分均高于非骨干学员（P均<0.05）。相关分析结果显示，领悟社会支持量表各维度及总得分与心理弹性、心理适应得分之间均呈显著正相关（P均<0.05）。结构方程模型检验中介效应表明，心理弹性在社会支持与心理适应之间起部分中介作用，Bootstrap法检验间接效应显著（95%CI=[0.102，0.253]）。**结论**　军校大一新生心理弹性在领悟社会支持与适应性之间发挥着部分中介作用，应引导军校新生正确感知外界支持，帮助其培养良好的心理弹性。

【关键词】 心理弹性；　适应性；　社会支持；　大学生；　军校
【中图分类号】 B84
基金项目：国家自然科学基金资助项目（71603269）；上海市哲学社会科学规划教育学项目（A1706）；海军军医大学大学生创新能力培养基金项目（MS2019010、MS2018005）
DOI: 10.3760/cma.j.cn116021-20210311-01331

Effect of social support on psychological adaptation in military freshmen: The mediating effect of resilience

Huang Chenwei[1], Hu Ruikang[2], Liu Youjia[1], Zhou Jie[3], Qiu Xueping[4], Lu Juan[4]
[1]School of Basic Medicine, Naval Medical University, Shanghai 200433, China; [2]Department of Medical Psychology, First Medical Center, General Hospital of the People's Liberation Army, Beijing 100853, China; [3]China Eastern Theater Naval Training Base, Jiangshan 201900, China; [4]Naval Medical University Vocational Education Center, Shanghai 200433, China
Corresponding author: Lu Juan, Email: lujuan506@sina.com

【Abstract】 Objective　To investigate the relationship between resilience, perceived social support, and adaptability in military freshmen. **Methods**　A total of 195 freshmen were randomly selected from a military medical university. The Chinese version of Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), the Perceived Social Support Scale (PSSS), and a self-test questionnaire of college students' psychological adaptability were used to investigate their resilience, perceived social support, and adaptability. SPSS 26.0 was used to perform an independent samples t-test and a Pearson correlation analysis to analyze the differences in these scores between freshmen with different demographic characteristics and the correlation between these scores. By using the PROCESS plug-in, a structural equation model was used to analyze the

mediating effect of resilience on the relationship between social support and psychological adaptation, which was further tested using the Bootstrap method. **Results** The independent samples *t*-test showed that females had a significantly higher score of other support than males ($t = -2.05$, $P = 0.041$), and student leaders had significantly higher scores of family support and other support, total score of social support, and score in psychological adaptability than other students (all $P<0.05$). The correlation analysis showed that there were significant positive correlations between the scores of PSSS and its each item, CD-RISC, and self-test of college students' psychological adaptability (all $P<0.05$). The structural equation model showed that resilience partially mediated the relationship between social support and psychological adaptation, and the Bootstrap method revealed a significant indirect effect (95%CI: 0.102-0.253). **Conclusion** Resilience plays a partial mediating role between perceived social support and adaptability in military freshmen. They should be guided to correctly perceive external support and develop strong resilience.

【**Key words**】 Resilience; Adaptability; Social support; College students; Military academy

Fund program: National Natural Science Foundation of China (71603269);Shanghai Philosophical and Social Sciences Planning Education Project (A1706);Innovation Capability Training Fund Program for College Students of Naval Medical University(MS2019010,MS2018005)

DOI: 10.3760/cma.j.cn116021-20210311-01331

领悟社会支持(perceived social support)是指个体对社会支持的期望和评价,是对可能获得的社会支持的信念[1]。研究发现,社会支持水平是心理弹性和心理适应的保护因素,而高心理弹性水平也是个体适应良好的正向预测因素[2-3]。心理弹性(resilience)被认为是一种有效的应对压力的心理资源,能减轻压力事件对个体产生的一系列负面影响[4]。在面对不利生活事件时,心理弹性能帮助个体适应并得到成长。已有研究报道了领悟社会支持、心理弹性对地方大学生的心理适应有积极的影响[5-6],但对于军校大学生这类特殊群体仍然缺乏较多关注,尤其是军校新学员。军校新学员在入学初期面临着身份任务、生活方式、工作性质等诸多变化,如何良好适应新环境是每一名新学员的重要课题[7]。本研究认为,新学员在面临各种新变化、新挑战时,可能产生一系列身心不适,因此需对军校新学员的心理适应状况及其与心理弹性、领悟社会支持之间的关系进行探究。

1　对象与方法

1.1　研究对象

对某军校大一新生进行随机抽样,调查时间为新生新训结束后的第一个月。在调查前,由心理学专业人员统一宣读指导语,告知被试的知情同意权及匿名保密权利。共抽取调查对象200人,剔除缺失数据及规律作答的问卷后,最终得到有效问卷195份,有效率为97.5%。其中,男学员133人(68.2%)、女学员62人(31.8%),年龄(18.60 ± 0.85)岁。

1.2　测量工具

1.2.1　大学生心理适应性自测问卷

采用宋专茂[8]编著的大学生心理适应能力自测问卷,共20个条目,题目分单双数号。单数号题选“是”得-2分,选“无法肯定”得0分,选“不是”得2分;双数号题选“是”得2分,选“无法肯定”得0分,选“不是”得-2分。总分在-40到40之间,得分越高说明心理适应能力越强。本研究中大学生心理适应性自测问卷Cronbach's α系数为0.848,说明其信效度良好。

1.2.2　Connor-Davidson心理弹性量表中文版

Connor-Davidson心理弹性量表(Connor-Davidson resilience scale,CD-RISC)是应用最为广泛的心理弹性测量工具之一,本研究使用的CD-RISC中文版由我国学者翻译修订[9]。该量表包含3个维度:坚韧(tenacity)、力量(strength)和乐观(optimism),包含25个条目。采用Likert 5点量表评分法,从0到4依次为“从来不是这样”到“一直如此”,评定被试面对逆境和处理困难的能力。其中,第2、3、4、6条目为乐观维度;1、5、7、8、9、10、24、25条目为力量维度;其余条目为坚韧维度。总分为0~100,得分越高说明心理弹性水平越好。本研究量表总体的内部一致性信度为0.923,说明其具有良好的信效度。

1.2.3　领悟社会支持量表(perceived social support scale,PSSS)

采用由姜乾金修订的PSSS,共12个条目[10]。PSSS是一种强调个体自我理解和自我感受的领悟

社会支持量表，包括家庭支持、朋友支持和其他支持3个维度。第3、4、8、11条目测量家庭支持维度；第6、7、9、12条目测量朋友支持维度；第1、2、5、10条目测量其他支持维度。采用Likert 7点量表评分法，从1分“极不同意”到7分“极同意”。总得分越高，表明个体领悟到的社会支持对其影响越大。领悟社会支持量表Cronbach's α系数为0.940，各维度Cronbach's α系数分别为0.919，0.911，0.836，表明其信效度良好。

1.3 统计学方法

采用SPSS 26.0进行描述性统计分析和相关分析，并采用SPSS的PROCESS检验中介效应（Hayes，2013）。计量资料符合正态分布，用（均数 ± 标准差）表示，采用Pearson相关分析法进行相关分析。检验水准α=0.05。模型的间接效应检验采用Bootstrap程序（重复抽样5 000次）进行分析，获得参数估计的稳健标准误及95%偏差校正的置信区间，若置信区间（CI）不包含零，则间接效应显著。

2 结果

2.1 心理弹性、社会支持与心理适应的一般人口学差异

分析发现，其他支持的性别差异有统计学意义（P<0.05），且女性得分高于男性。独生子女与非独生子女之间心理弹性、心理适应、社会支持得分差异无统计学意义。而相比于非骨干学员，担任骨干的军校学员在家庭支持维度、其他支持维度、社会支持总分和心理适应得分上都具有较高的水平（表1）。

2.2 心理弹性、社会支持与心理适应之间的相关性分析

通过相关性分析发现，社会支持总分及其各维度得分与心理弹性总分及其各维度得分、心理适应均呈显著正相关（P<0.01），而心理弹性及其各维度得分与心理适应也呈显著正相关关系（P<0.01）（表2）。

表1 不同人口学特征的心理弹性、社会支持与心理适应评分情况[($\bar{x} \pm s$)，分]

项目		坚韧	力量	乐观	心理韧性	家庭支持	朋友支持	其他支持	社会支持	心理适应
	n=195	32.49 ± 7.87	21.93 ± 4.51	21.07 ± 2.87	64.27 ± 13.86	21.80 ± 5.28	21.30 ± 4.92	19.98 ± 5.08	63.08 ± 13.68	12.53 ± 10.76
性别	男（n=133）	32.78 ± 7.57	20.89 ± 4.67	10.58 ± 2.94	64.25 ± 13.48	21.35 ± 5.38	21.06 ± 5.01	19.47 ± 5.18	61.88 ± 14.14	12.71 ± 11.50
	女（n=62）	31.87 ± 8.52	21.45 ± 4.75	11.00 ± 2.71	64.32 ± 14.77	22.77 ± 4.96	21.81 ± 4.71	21.06 ± 4.73	65.65 ± 12.37	12.16 ± 9.04
	t值	0.75	–0.78	–0.96	–0.04	–1.77	–0.99	–2.05	–1.80	0.36
	P值	0.453	0.435	0.341	0.972	0.079	0.325	0.041	0.073	0.720
独生子女	是（n=119）	33.26 ± 7.82	21.36 ± 4.90	10.84 ± 3.03	65.46 ± 14.14	22.12 ± 5.62	21.61 ± 5.09	19.85 ± 5.46	63.57 ± 14.59	13.63 ± 10.55
	否（n=76）	31.29 ± 7.86	20.61 ± 4.33	10.51 ± 2.59	62.41 ± 13.30	21.30 ± 4.69	20.82 ± 4.62	20.18 ± 4.46	62.30 ± 12.18	10.82 ± 10.91
	t值	1.71	1.10	0.78	1.51	1.09	1.12	–0.45	0.66	1.79
	P值	0.088	0.273	0.438	0.134	0.275	0.266	0.654	0.513	0.075
骨干	是（n=68）	33.47 ± 7.54	21.93 ± 4.51	11.25 ± 2.92	66.65 ± 13.51	23.18 ± 5.07	22.21 ± 4.87	21.44 ± 4.91	66.82 ± 13.27	14.88 ± 11.10
	否（n=127）	31.97 ± 8.03	20.61 ± 4.74	10.43 ± 2.81	63.00 ± 13.93	21.06 ± 5.26	20.81 ± 4.89	19.20 ± 5.02	61.07 ± 13.53	11.28 ± 10.39
	t值	1.27	1.89	1.93	1.76	2.71	1.90	3.00	2.85	2.26
	P值	0.205	0.061	0.055	0.080	0.007	0.059	0.003	0.005	0.025

表2 变量间相关分析

项目	坚韧	力量	乐观	心理弹性	家庭支持	朋友支持	其他支持	社会支持	心理适应
坚韧	1.000								
力量	0.718[a]	1.000							
乐观	0.655[a]	0.647[a]	1.000						
心理弹性	0.946[a]	0.880[a]	0.798[a]	1.000					
家庭支持	0.441[a]	0.391[a]	0.552[a]	0.497[a]	1.000				
朋友支持	0.403[a]	0.342[a]	0.402[a]	0.428[a]	0.688[a]	1.000			
其他支持	0.414[a]	0.364[a]	0.458[a]	0.453[a]	0.654[a]	0.769[a]	1.000		
社会支持	0.469[a]	0.409[a]	0.527[a]	0.514[a]	0.876[a]	0.911[a]	0.900[a]	1.000	
心理适应	0.538[a]	0.472[a]	0.537[a]	0.576[a]	0.502[a]	0.472[a]	0.438[a]	0.526[a]	1.000

注：a，P<0.01。

2.3　社会支持的中介效应检验

在相关分析的基础上，以社会支持水平为自变量，心理弹性为中介因素，心理适应为因变量，应用PROCESS分析心理弹性的中介作用，中介模型见图1。结果表明，社会支持能够显著正向预测心理弹性与心理适应，同时心理弹性也正向预测心理适应（P<0.001）。将中介因素纳入模型后，社会支持对心理适应的正向预测作用依然显著（P<0.001）。这说明心理弹性在社会支持对心理适应间起着部分中介作用。检验中介效应是通过利用随机重复抽样方法，在原始数据（n=195）中抽取5 000个Bootstrap样本生成一个近似抽样分布，用第2.5百分位数和第97.5百分位数估计95%的中介效应置信区间。结果表明，心理弹性的间接效应为0.168，95%置信区间为[0.102，0.253]，该区间内均不包含零，说明该模型中心理弹性的中介效应检验显著。直接效应检验的95%置信区间为[0.145，0.346]，不包含零，验证了心理弹性为部分中介效应，中介效应占总效应的40.6%（表3）。

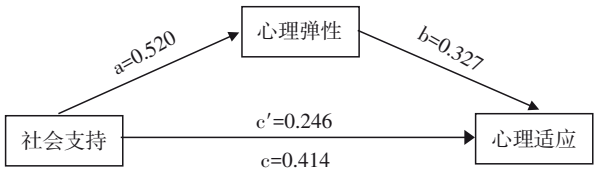


图1　心理弹性的中介模型

3　讨论

3.1　军校新生一般人口学特征对心理因素影响的分析

本研究发现，军校新学员心理弹性总分与地方大学生群体（56.29 ± 9.83）存在统计学意义（t=7.56，P<0.001）[11]。说明相比未经历严格军事训练的地方大学生，新训结束后的军校大学生具有更强的调适能力。担任骨干的新学员在心理弹性、社会支持等方面均较为突出。这一现象产生的原因可能是因为担任骨干的新学员往往是在新训期间表现优异的个体，他们具备较高思想和军事素质。同时，担任骨干本身也可能会有利于个体发展。这一结果提示了军校在选任学员骨干时要结合个人能力与发展潜质进行选拔，既能使有能力的学员参与到管理工作中来，也能使能力较为欠缺的学员得到有效锻炼。

3.2　军校新生社会支持对心理适应的作用

之前针对大学生的跟踪调查研究表明，在个体成长转折期时，社会支持水平与个体适应状况存在紧密的动态联系，尤其是人际适应方面[12]。而军事院校由于封闭管理及信息管控，新学员往往难以接触校外人员，社交圈存在局限。军事院校应重视大一新学员的交流活动，鼓励学员拓展交际，可以在坚守管理规定的基础上组织开展一些对外交流活动，拓宽新学员的领悟社会支持来源，提高新学员的领悟社会支持水平。

3.3　军校新生心理弹性在社会支持与心理适应的中介效应

本研究发现社会支持及其各维度得分、心理弹性及其各维度得分与心理适应之间均呈显著正相关。在此基础上，进一步梳理三者之间的关系，提出了心理弹性在社会支持对心理适应作用的假设中介模型。最终中介效应检验表明，社会支持水平既直接影响军校新生心理适应状态，又可以通过心理弹性的部分中介作用对心理适应产生间接影响。在转折期内，较高社会支持水平的军校大学生具有较强的心理弹性，遇到挫折或困难时倾向于采用积极的应对方式来解决问题[13]。同时，较高心理弹性水平的个体往往也具有较好的心理适应能力，能够较快地进行自我调整，通过自我效能感、积极应对方式来适应新的生活、学习环境[14]。学校可以通过开展多种类的选修课，在培养学员业余爱好的同时，也有利于新学员心理弹性的提高[15]。

综上，本研究发现军校新学员的社会支持与心理适应密切相关，且心理弹性在两者之间起到部分中介作用。这启示军校新学员训练管理工作中需着力提高学员的心理弹性水平，改善心理适应不良状态。对军校大一新学员进行心理健康培养具有一定的实际意义。

表3　变量关系的回归分析

项目	因变量	自变量	R^2值	F值	B值	SE值	t值	P值
X→Y	心理适应	社会支持	0.277	73.879	0.414	0.048	8.60	<0.001
X→M	心理弹性	社会支持	0.264	69.185	0.520	0.063	8.32	<0.001
X，M→Y	心理适应	社会支持	0.404	65.094	0.246	0.051	4.81	<0.001
		心理弹性			0.327	0.050	6.40	<0.001