

SARS 引起部队战士与军校学生心理应激的对照研究

李茹 张志群 王育强 安王新 时堪 冷桂成

【摘要】 目的 了解 SARS 事件引起武警部队战士与学员心理应激的中介因素与心理健康的关系。方法 采用中国科学院心理研究所编制的“全国民众非典调查问卷”(新版),对 SARS 高发疫区的 800 名武警战士和学员进行测试。结果 大多数人对 SARS 事件的看法比较乐观。战士较学员认知更为积极,心理恐慌和无助感也明显低于学员($P < 0.001$)。战士与学员多使用积极的应对方式来应对应激。学员采用某些回避性应对和积极应对与战士有显著差异,如注意转移、自我保护性应对等($P < 0.01$)。战士与学员获得主观和客观社会支持上大部分没有显著差异,只是个别条目有所不同。SARS 对士兵与学员的心理影响不大,学员的心理适应要好于士兵($P < 0.05$)。相关因素分析显示认知、应对方式及社会支持与心理状态相关。结论 认知、应对方式及社会支持影响人们对应激源的心理反应。

【关键词】 SARS; 武警; 认知; 应对方式; 社会支持; 心理状态

Analysis on psychological stressful procession of SARS of the soldiers and the students of Chinese People's Armed Police Forces LI Ru, ZHANG Zhi-qun, WANG Yu-qiang, et al. Department of Medical Psychology, Medical College of Chinese People's Armed Police Forces, Tianjin 300162, China

【Abstract】 Objective To study the correlation between the intermediate factors of psychology stress and mental health of the soldiers and the students of Chinese People's Armed Police Forces in SARS. **Methods** The research surveyed 800 people from Chinese People's Armed Police Forces in the epidemic area with "questionnaire about attitude of the common people in china to SARS" edited by the Psychology Department of CAS. **Results** The most of the soldiers and the students had an optimistic attitude to SARS. The soldiers had a more positive response to it than the students, and felt less panic and helpless than the students($P < 0.001$)Both of them adopted positive coping styles in SARS, but the avoiding and the fighting was put into action significantly more by soldiers than by the students($P < 0.01$). There were no significant difference between the soldiers and the students in terms of social support. The investigation of mental status for the last week showed that SARS had a little impact on them. The students adjusted themselves to the situation more easily than the soldiers($P < 0.05$). Significant correlation were found between the cognition, coping, social support and the mental health. **Conclusion** The factors of cognition, coping, social support influenced the people how to deal with the stressors.

【Key words】 SARS; Armed Police Forces; Coping style; Social support; Mental state

通过对引起武警部队战士与军校学生心理应激的中介因素的调查,了解他们对像急性严重呼吸道综合征(SARS)这样的应激源的认知评价、应对方式、获得社会支持的情况以及这些因素与心理健康状况的关系,旨在为武警部队的危机心理干预提供依据。

对象与方法

一、对象

采用整群随机抽样法,在驻天津高发疫区某武警部队和指挥院校随机抽取士兵和学员 800 人。发放问卷 800 份,回收有效问卷 747 份,回收率 93.4%。年龄 17~40 岁,20 岁以下 338 人(48.1%),20~29 岁 270 人

(38.5%),30~40 岁 95 人(13.4%)。被试均为男性,其中士兵 520 人,学员 227 人。文化程度,大本 131 人(17.5%)大专 96 人(12.91%)高中 255 人(34.1%)初中 265 人(35.5%)。身体健康状况很好 408 人(54.6%),较好 269 人(36.0%),一般 66 人(8.8%),较差 2 人(0.3%),很差 2 人(0.3%)。

二、方法

1. 工具:采用中国科学院心理研究所时勘等编制的新版《全国公众 SARS 调查》问卷^[1]包括(1)SARS 认知调查表,共计 9 个认知条目。(2)应对方式调查表,共有 24 个条目,分为 8 种应对方式。(3)社会支持调查表,由 14 项组成,主要分为主观支持和客观支持两大类。(4)近期的心理状态调查表,共有 12 个项目。以上量表均采用李克特 5 点量表进行测量。

2. 方法:使用统一指导语,集体施测,分别于 2003 年 6 月 6 日、8 日完成。全部调查数据应用 SPSS10.0 软件进行统计分析。

基金项目:中国科学院重要方向项目(KSAX2-SW-221),心理所知识创新项目资助(200217);国家自然科学基金应急项目(70340002)

作者单位:300162 天津,武警医学院附属医院传染病教研室(李茹、张志群、王育强),中国科学院心理研究所(安王新、时堪),武警部队 81 师保卫科(冷桂成)

结 果

一、战士与学生对 SARS 的认知评价

战士与学生对 SARS 事件的看法的调查显示,大多数人对 SARS 能否治愈持比较乐观的态度。60%的人对治愈 SARS 有信心,91%的人认为预防有效,69%的人认为自己的生命没有受到威胁。只有少数人因 SARS 产生无助感,4%的人认为人的生死由天,6%的人对 SARS 感到无能为力。进一步分层分析,发现士兵较学员更相信 SARS 是可以治愈的、预防是有效的($P < 0.001$);士兵的心理恐慌程度和无助感水平明显低于学员($P < 0.001$)。

二、战士与学生的应对方式

本量表共有 24 个条目,被试选择时按照 5 分等级计分(1 = 从来没有,2 = 偶尔有,3 = 有一些,4 = 经常有,5 = 总是有)并计算平均分。将 24 个条目分为 8 种应对方式,又进一步分为积极行为方式(3、4、7、8)和回避应对方式(1、2、5、6)两大类。积极应对又分成自我保护应

对(3、8)和主动应对(4、7)。见表 1。

表 1 武警士兵与学员的应对方式($\bar{x} \pm s$)

| 应对方式 | 士兵 | 学员 | 总体均数 |
|----------|-------------|-------------|----------------|
| 1 淡化应对 | 2.05 ± 0.64 | 2.49 ± 0.61 | 2.16 ± 0.66 ** |
| 2 否认应对 | 2.63 ± 0.78 | 2.91 ± 0.63 | 2.71 ± 0.76 ** |
| 5 自责应对 | 2.92 ± 0.80 | 2.98 ± 0.86 | 2.93 ± 0.81 |
| 6 回避应对 | 2.02 ± 0.73 | 2.43 ± 0.83 | 2.12 ± 0.77 ** |
| 回避性应对总均分 | 2.40 ± 0.51 | 2.69 ± 0.54 | 2.48 ± 0.54 ** |
| 3 自我控制 | 3.12 ± 0.73 | 3.23 ± 0.65 | 3.15 ± 0.71 |
| 8 认知重建 | 2.81 ± 0.79 | 3.04 ± 0.77 | 2.89 ± 0.79 ** |
| 4 寻求支持 | 3.30 ± 0.83 | 3.36 ± 0.64 | 3.32 ± 0.78 |
| 7 关注问题 | 3.24 ± 0.98 | 3.43 ± 0.67 | 3.29 ± 0.91 * |
| 积极应对总均分 | 3.12 ± 0.64 | 3.26 ± 0.54 | 3.15 ± 0.62 ** |
| 自我保护应对 | 2.96 ± 0.65 | 3.13 ± 0.61 | 3.00 ± 0.65 ** |
| 主动应对 | 3.27 ± 0.77 | 3.39 ± 0.57 | 3.30 ± 0.73 * |

注:战士与学生比较 * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$

三、战士与学生获得社会支持的情况

战士与学生获得社会支持的情况按照 5 分等级计分。(1、6、8、11、13、14)条目分为主观支持,(2、3、4、5、7、9、10、12)为客观支持,调查结果见表 2。

表 2 战士与学生获得社会支持的情况($\bar{x} \pm s$)

| 社会支持项目 | 士兵 | 学员 | 合计 |
|-------------------------|-------------|-------------|----------------|
| 1 有人真正喜欢我 | 3.78 ± 1.18 | 3.44 ± 0.87 | 3.69 ± 1.80 |
| 2 我心情不好的时候,有人会表示关心我 | 3.44 ± 1.58 | 3.51 ± 0.84 | 3.46 ± 1.41 |
| 3 我沮丧的时候,有人会逗我开心 | 3.06 ± 1.65 | 3.00 ± 0.92 | 3.04 ± 1.48 |
| 4 当我需要安慰的时候,总有人在我身边 | 3.08 ± 1.90 | 3.12 ± 1.72 | 3.09 ± 1.85 |
| 5 当我情绪不好的时候,有人帮助我 | 3.19 ± 1.00 | 3.16 ± 0.89 | 3.18 ± 0.97 |
| 6 我知道,有些人我总可以靠得住 | 3.19 ± 1.70 | 3.26 ± 0.93 | 3.21 ± 1.53 |
| 7 我焦虑的时候,会有人帮助我 | 3.19 ± 1.51 | 3.13 ± 0.95 | 3.17 ± 1.37 |
| 8 当我需要的时候,会有人给我提供帮助 | 3.17 ± 1.00 | 3.24 ± 0.92 | 3.19 ± 0.98 |
| 9 当我碰到难以应付的事情,其他人会帮助我 | 3.27 ± 2.03 | 3.17 ± 0.91 | 3.24 ± 1.79 |
| 10 当我身处困境,有人给我提供实质性的帮助 | 3.15 ± 2.18 | 3.16 ± 0.98 | 3.16 ± 1.93 |
| 11 我感到自己不是孤单的,有很多人和我在一起 | 3.67 ± 2.46 | 3.52 ± 0.94 | 3.63 ± 2.16 |
| 12 有人向我提供预防疾病的各种知识和方法 | 3.78 ± 0.97 | 3.40 ± 0.90 | 3.67 ± 0.96 ** |
| 13 有人认为我做的事情有意义 | 3.23 ± 0.95 | 3.42 ± 0.83 | 3.28 ± 0.92 * |
| 14 当我遇到疾病灾难时,有人会帮助我度过难关 | 3.25 ± 1.22 | 3.33 ± 0.78 | 3.27 ± 1.11 |
| 主观支持总均分 | 3.38 ± 2.45 | 3.37 ± 0.65 | 3.38 ± 2.14 |
| 客观支持总均分 | 3.27 ± 0.92 | 3.21 ± 0.72 | 3.25 ± 0.87 |

注:战士与学生比较, * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$

表 3 武警战士与学员心理状态比较分析($\bar{x} \pm s$)

| 项目 | 士兵 | 学员 | 合计 |
|--------------------|-------------|-------------|----------------|
| 1 做事能集中注意力 | 3.80 ± 1.71 | 3.92 ± 0.93 | 3.83 ± 1.55 |
| 3 觉得自己在不少方面都担当有用角色 | 2.69 ± 1.08 | 3.10 ± 0.99 | 2.79 ± 1.08 ** |
| 4 觉得处事时可以拿定主意 | 3.27 ± 1.09 | 3.54 ± 1.03 | 3.45 ± 1.06 ** |
| 7 觉得日常生活是有趣味的 | 3.57 ± 1.19 | 3.77 ± 0.93 | 3.62 ± 1.14 * |
| 8 能够勇敢面对问题 | 3.87 ± 1.06 | 3.97 ± 0.90 | 3.89 ± 1.02 |
| 12 总的来说,自己生活是快乐的 | 3.91 ± 1.09 | 4.13 ± 0.85 | 3.97 ± 1.04 * |
| 适应良好总均分 | 3.51 ± 0.78 | 3.74 ± 0.64 | 3.57 ± 0.75 * |
| 2 因为担忧而失眠 | 1.83 ± 0.92 | 2.11 ± 1.11 | 1.90 ± 0.98 * |
| 5 觉得总是有精神上的压力 | 2.20 ± 1.05 | 2.39 ± 1.01 | 2.25 ± 1.04 * |
| 6 觉得无法克服困难 | 1.90 ± 0.95 | 2.12 ± 1.03 | 1.96 ± 0.98 * |
| 9 觉得心情抑郁,不快乐 | 2.14 ± 0.90 | 2.17 ± 0.72 | 2.15 ± 0.85 * |
| 10 对自己失去了信心 | 1.59 ± 0.91 | 1.64 ± 0.87 | 1.60 ± 0.90 * |
| 11 觉得自己没用 | 1.47 ± 0.84 | 1.50 ± 0.84 | 1.48 ± 0.83 * |
| 适应不良总均分 | 1.85 ± 0.64 | 1.98 ± 0.67 | 1.89 ± 0.65 |

注:战士与学生比较, * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$

四、最近 1 周心理状态

本量表列出 12 种心理状态,选择时按 5 分等级评估(绝不=1,偶尔=2,有时=3,较多=4,经常=5)计算平均分。项目 1、3、4、7、8、12 为适应良好;2、5、6、9、10、11 为适应不良。适应良好高分和不良低分表明心理状态良好,控制感强。结果见表 3。

五、影响战士与学员心理应激的相关分析

心理应激中介因素与心理状态的相关分析结果显示,年龄、知觉身体健康、文化程度与心理适应良好正相关($P < 0.01$)。对 SARS 预防的消极认知、心理恐慌及无助感与适应不良呈正相关($P < 0.01$)具有统计学意义。回避性应对与适应不良正相关;积极应对,尤其是主动应对与心理适应良好有显著正相关($P < 0.01$)。

讨 论

SARS 事件作为一种应激源是否引起人们的应激反应,对心理健康有无影响,除了事件本身的特性和个体的身体素质外,还取决于个体对事件的认知评价、应对方式及获得的社会支持。

一、SARS 的认知评价

本研究显示,战士和学生两个群体在 SARS 流行末期的心理状态是正常的,这与他们对 SARS 风险认知趋于理性及对治愈和有效预防 SARS 的乐观态度有关。另外,由于身处隔离、封闭管理的环境,客观上减少他们感染疾病的危险,因此 SARS 对他们不具有很大的威胁性。正如国内外研究表明的那样^[2,3],应激源是否能引起心身反应取决于个人对应激刺激的知觉和刺激所包含的个人意义。从战士与学生的认知差异来看,战士较学生更相信 SARS 是可以治愈的、预防是有效的,其心理恐慌程度和无助感水平也明显低于学生。这也说明人们对应激事件的知觉会受到其智力、过去经验、社会化和对刺激的觉悟程度的影响。学生由于受教育程度高、阅历与经验比战士丰富,其判断力和认知水平也高于战士,因此他们对 SARS 信息的加工更具有理性思维的特性。

二、应对方式

麦克尼克认为个人是否处于应激状态主要取决于有无用于对付生活情景的方法。本研究支持了该说法。战士与学生多采用积极应对方式应对 SARS,因此,他们的心理状态良好。研究显示积极应对与心理适应良好,回避性应对与适应不良呈显著正相关。这说明应对越是积极、主动,心理适应就越好。由此提示我们,从根本上消除应激源最理想的方法应首推“问题解决”其次是“认知重建”。有研究表明^[4],应对方式与年龄、文化程度、身体素质有关等。战士与学生在应对方式的显著差异也证实了这一点。精神分析理论认为自卫机制随着年龄的增长而逐渐成熟。战士年龄大多在 20 岁以

下,他们使用回避性应对低于学员,显然与他们的自卫机制不成熟有关。学生使用积极应对方式也高于战士,这与他们的认知水平高于战士有关。该研究提示我们,应注重对年龄较低人群的应对指导。

三、社会支持

社会支持也是影响应激源与应激结果的重要中介因素之一。社会支持与心理状态的相关研究表明,社会支持与心理适应良好呈正相关与适应不良呈负相关。由此可见,社会支持具有减轻应激的作用,是应激作用过程中个体“可利用的外部资源”。战士与学员过的是集体生活,其社会支持多来自集体成员。有研究表明,群体成员提供的社会支持可以使人们产生归属感、被接受感和被需要感,并不断提示人们健康的感受和释放紧张症状是非常重要的^[5]。因此,平时应注意加强群体的凝聚力,协调好成员之间、干群之间的关系,使其成员的归属需要得到满足,获得更多的主观支持。在应激状态中尽可能地给其成员提供客观、实质性的支持,譬如对战士进行预防疾病的知识和方法的教育。

从最近一周的心理状态调查结果看,战士与学员的心理状态比较稳定,这与他们积极的认知、有效的应对及获得的社会支持有关。虽然 SARS 事件并未对被试的心理造成损伤,但实际上,他们确实经历了紧张、焦虑、恐惧等应激反应,少数人还患上了“SARS 恐惧症”或作出非理性行为^[6]。SARS 危机之后,有些人会出现延缓性应激反应。有资料表明,美国有 9.8% 的人在“9.11”恐怖袭击后的 5 至 8 周内出现紧张、焦虑或抑郁等临床心理症状。因此,在危机过后,我们仍需要关注人们的心理状况,注重心理健康教育,矫正不良认知,帮助他们建立和利用有效的社会支持系统和训练成熟的应对方式,提高他们对应激的能力,减少心理问题的发生。

参 考 文 献

- 1 时堪. 我国灾难事件和重大事件的社会心理预警系统研究思考. 管理评论, 2003, 15(4): 18-22.
- 2 叶圣雅, 沈晓红, 姜乾金. 心理应激有关因素与外科手术康复. 国际中华心身医学杂志, 1999, 1: 12.
- 3 Schutt RK, Meschede J, Rierdan J. Distress, suicidal thoughts, and social support among homeless adults. Journal of Health and Social Behavior, 1994, 35(2): 134-142.
- 4 卢杭生, 姜乾金, 祝一虹. 中老年的应对方式初探. 中国心理卫生杂志, 2000, 14(2): 93-95.
- 5 Thorrs, Peggy. A stress coping and social support processes: where are we? what next? Journal of Health and Social Behavior, 1995, 40: 53-79.
- 6 张岩, 王宪利, 刘红, 等. 非典型肺炎防治期间武警官兵不良心理反应及对策. 武警医学, 2003, 14(7): 432.

(收稿日期: 2003-11-14)

(本文编辑: 戚厚兴)