

· 研究原著 ·

文章编号 1000-2790(2006)22-2074-03

高原外训官兵应对方式与 SCL-90 的评估

谷有全¹ 杨金升² 石向群² 张晓燕¹(¹ 兰州大学第一医院神经内科,甘肃 兰州 730000, ² 兰州军区兰州总医院神经内科,甘肃 兰州 730050)

Evaluation of coping styles and SCL-90 of military officers and soldiers in highland training

GU You-Quan¹, YANG Jin-Sheng², SHI Xiang-Qun², ZHANG Xiao-Yan¹¹Clinical Medical School, Lanzhou University, Lanzhou 730000, China, ²Department of Neurology, Lanzhou General Hospital, Lanzhou Military Area Command, Lanzhou 730050, China

【Abstract】 AIM: To evaluate the psychologic status of the mobile troops carrying out a mission at high altitude. **METHODS:** The 200 mobile military officers and soldiers who stayed on the highland for training were selected into the study. The psychologic status and coping styles and their relations were assessed with the Symptom Checklist 90(SCL-90) and the Simple Coping Style according to different altitude. **RESULTS:** There was a significant difference from own control according to different altitude in the total score and the positive entry number of SCL-90, the score of negative coping factor ($P < 0.01$). The score of negative coping factor was positively correlated with the total score or the positive entry number of SCL-90. **CONCLUSION:** Reasonable adaptive training and mental intervention can guide soldiers to adopt positive coping style and improve their psychologic status.

【Keywords】 coping style; SCL-90; adaptive training; psychologic status

【摘要】目的:对急进高原执行任务的应急机动作战部队的心理状况进行评估。方法:以某部队进驻青藏高原驻训期间200名官兵为研究对象,应用症状自评量表(SCL-90)和简易应对方式量表对官兵在不同环境下的应对方式及心理状况进行了测评,并且分析应对方式和心理状况间的关系。结果:急进高原官兵的SCL-90总分、阳性项目数及应对方式中的消极应对因子分不同高度间自身对比差异显著($P < 0.01$),并且SCL-90总分及阳性项目数分别与消极应对因子分呈正相关。结论:该调查研究提示科学合理的适应性训练和心理干

收稿日期 2005-08-27; 接受日期 2006-01-10

基金项目 兰州军区卫生科研基金资助(LXH2005-009)

通讯作者 杨金升。Tel: (0931)8975238 Email: yangjinsh@163.com

作者简介 谷有全, 硕士生(导师杨金升), 主治医师。Tel: (0931)

8625200 Ext. 6597 Email: gyqmhl@tom.com

预能有效引导军人采用积极的应对方式,改善外训官兵的心理状况。

【关键词】 应对方式 症状自评量表 适应性训练 心理状况

【中图分类号】 EO-051; R395.6 **【文献标识码】** A

0 引言

为了解高原外训官兵在特殊环境中的应对方式及心理状况,我们应用症状自评量表(SCL-90)和简易应对方式量表,对200名急进昆仑山进行高原适应性训练的战士进行了心理状况跟踪调查。

1 对象和方法

1.1 对象 随机选择急进高原进行外训的官兵200名,入伍时间最短1 a,最长12 a,平均为(2.5 ± 1.6) a。半年内未离开驻地,均为男性,年龄18 ~ 30(20.8 ± 1.9)岁。文化程度初中109人(57.4%),高中56人(29.5%),中专17人(8.9%),大专1人(0.5%),本科7人(3.7%)。所有官兵均在规定日期向昆仑山机动行进,分别在从驻地A点出发前3 d和返回驻地A'点后10 d,出发2 d后机动至B点时,5 d后机动至第一驻训地C点时,15 d后机动至第二驻训地D点时,对200名官兵进行上述自评问卷调查,共回收有效问卷190份。

1.2 方法

1.2.1 驻训区域地理状况及作业情况 官兵机动路线及驻训点分别为驻地A点(海拔1000 m) B点(海拔2800 m) 第一驻训地C点(海拔3800 m) 第二驻训地D点(海拔4500 m) 驻地A'点(返回后)。适应时间A-B为2 d, B点停留1夜, B-C为3 d, C点驻训10 d, C-D为1 d, D点驻训25 d, D点下撤到C点,驻训10 d,然后经过3 d按原路返回驻地。适应性训练情况:每日作业时间平均为6 h,入睡时间平均为10 h,日间休息时间平均为4 h。

1.2.2 测定工具 ① 症状自评量表(SCL-90):为患者自评问卷,由1-90题组成,为1-5的5级评分,包括总症状指数及躯体化、强迫、人际敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病、其他因子等10个因子组成^[1]。② 解亚宁编制的简易应对方式量表^[1]。该

量表由 20 个条目组成,涉及人们在日常生活中经常可能采取的不同态度和措施。采用多级评分,在每一应对方式项目后列有不采用、偶尔采用、有时采用和经常采用 4 种选择,相应评分为 0,1,2,3。分别按积极应对和消极应对两个维度计总分。其中选项 1-12 重点反映积极应对的特点,为积极应对因子,13-20 重点反映消极应对的特点,为消极应对因子。统计 13-20 各项目的总分即为消极应对因子分。

1.2.3 方法实施 使用 SCL-90 和简易应对方式量表由专门的医生在统一的指导语条件下,先对官兵作必要的解释,然后让他们自己同时填写两个量表,每到一个高度重复进行一次,将不同高度结果进行对比分析,并将二者结果进行相关分析。

统计学处理:全部统计工作采用 SPSS10.0 统计包处理,计量资料采用重复测量方差分析或 Pearson 相关分析。

2 结果

官兵的简易应对方式量表评分中消极应对因子分各海拔高度对比差异有统计学意义,进一步两两比较显示海拔 1000 m 和 1000 m(返回后)分别与其他各高度差异显著($P < 0.01$),并且随海拔高度增加呈降低趋势(表 1)。另外各海拔高度官兵 SCL-90 总分及阳性项目数、简易应对方式消极应对因子评分高度变化趋势可见三者变化趋势一致,均从出发开始下降到 2800 m 达到稳定状态,然后从 4500 m 开始再次下降。

进驻高原官兵 SCL-90 阳性项目数及总分均数各高度间比较有显著性差异,进一步两两比较显示海拔 1000 m 和 1000 m(返回后)分别与其他各海拔高度差异显著($P < 0.01$),并且随海拔高度增加呈降低趋势(表 1)。

表 1 不同海拔高度消极应对因子分、SCL-90 总分、SCL-90 阳性项目数比较表

($n = 190, \bar{x} \pm s$)

| 参数 | 1000 m | 2800 m | 3800 m | 4500 m | 10000 m(返回) |
|--------------|----------------------------|---------------|---------------|---------------|----------------------------|
| 消极应对因子分 | 7.74 ± 0.31 ^a | 5.50 ± 0.34 | 5.59 ± 0.33 | 5.52 ± 0.34 | 4.14 ± 0.38 ^a |
| SCL-90 总分 | 124.17 ± 2.19 ^a | 110.44 ± 1.96 | 113.19 ± 2.27 | 111.57 ± 1.99 | 102.18 ± 1.53 ^a |
| SCL-90 阳性项目数 | 25.25 ± 1.35 ^a | 16.58 ± 1.43 | 17.60 ± 1.45 | 17.52 ± 1.49 | 9.92 ± 1.17 ^a |

^a $P < 0.01$ vs 其他海拔高度。

外训官兵 SCL-90 总分及阳性项目数均数分别与消极应对因子分均数间的相关分析结果显示(表 2):二者间呈明显的正相关关系,从各相关系数可见各海

拔高度对应的阳性项目数与消极应对因子分之间的相关系数最大,表明相关性最好。

表 2 各海拔高度消极应对因子分与 SCL-90 阳性项目数及总分均数相关分析表

($n = 190$)

| 参数 | 因子 1(1000 m) | 因子 2(2800 m) | 因子 3(3800 m) | 因子 4(4500 m) | 因子 5(1000 m 返回) |
|-----------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| 阳性项目数 1(1000 m) | 0.437 ^b | 0.370 ^b | 0.346 ^b | 0.171 ^a | 0.323 ^b |
| 2(2800 m) | 0.255 ^b | 0.364 ^b | 0.166 ^a | -0.004 | 0.212 ^b |
| 3(3800 m) | 0.295 ^b | 0.274 ^b | 0.406 ^b | 0.226 ^b | 0.245 ^b |
| 4(4500 m) | 0.191 ^b | 0.247 ^b | 0.268 ^b | 0.275 ^b | 0.264 ^b |
| 5(1000 m 返回) | 0.207 ^b | 0.188 ^b | 0.100 | 0.114 | 0.317 ^b |
| 总分 1(1000 m) | 0.453 ^b | 0.350 ^b | 0.351 ^b | 0.208 ^b | 0.311 ^b |
| 2(2800 m) | 0.276 ^b | 0.371 ^b | 0.177 ^a | 0.033 | 0.184 ^a |
| 3(3800 m) | 0.332 ^b | 0.265 ^b | 0.426 ^b | 0.233 ^b | 0.200 ^b |
| 4(4500 m) | 0.216 ^b | 0.260 ^b | 0.274 ^b | 0.331 ^b | 0.247 ^b |
| 5(1000 m 返回) | 0.184 ^b | 0.147 ^a | 0.106 | 0.124 | 0.333 ^b |

^a $P < 0.05$, ^b $P < 0.01$ 。

3 讨论

军队因其性质、任务的特殊性,存在许多心理应激,极易导致心理问题。军人心理应激指军人对军事环境或社会环境的适应过程中,实际上或认知上的要求与应对能力之间不平衡引起的心身紧张状态,可引起外在的行为、情绪变化和躯体内部的生理变化,其结果是对外部环境的适应或者适应不良两种情况^[2]。本研究 SCL-90 阳性项目数及总分均数各高度间比较结果可以看出,部队出发前官兵普遍处于曲线的最高峰。分析其原因主要是与紧张的战前动员,对高海拔驻训缺乏了解产生的情绪反应及进驻高原以前的家庭信息干扰等应激源有关。此结果与已有研究结果表明的社会应激与 SCL-90 呈正相关相一致^[3]。就此结果分析,我们认为从心理适应角度考虑,延长战前动员周期可能把上述心理应激降到最低。而部队返回驻地后官兵普遍处于曲线的低谷,一方面我们是在返回驻地后 10 d 进行的测试,各种应激源已经消失,官兵经过心理调适已经把负性应激效应降到最低。另一方面也提示当应激源去除以后,官兵的心理状况自然明显好转,故可以适当缩短战后调适时间。

我们的结果可以看出在高原上尽管有各种环境和心理应激源的影响,仍处于曲线的相对平台期,说明适应性训练的必要性和有效性。从该部队的具体适应性训练安排可以看出海拔高度越高,适应时间越长,上升速度应越慢。具体到每一驻训点首先是 2~3 d 的休息适应阶段,然后作业时间由短到长,强度从弱到强。由于高原寒冷缺氧,部队特别注重官兵的饮食补给和热能的补充,对维护好的适应状态提供了一定的条件。还有一个特点是保证充足的睡眠时间,平均为 10 h,这是必要条件之一。所有上述有效措施部分抵消了各种应激源的负性效应,使得整个曲线在 2800~4500 m 之间保持相对平台期。

广大官兵是一个心理社会应激水平较高的群体。研究认为,心理干预能有效提高战士心理健康水平^[4]。本次外训官兵保持相对较低的应激水平和合理有效的心理干预和心理疏导密切相关。他们具体的方法是运用不同形式的心理训练方法,包括定期在日间休息时间讲授心理学知识,诱导官兵树立主动适

应环境和军营生活观念,使其对待主观和客观挫折有充分思想准备,主动分析生活事件发生的原因和条件,以及学习并善于运用自我调节的手段和方法,充分发挥家庭和军队支持系统的调节作用等。例如定期通过电话和家人通话,定期洗澡等方法都是一些较为有效的手段。

本研究中外训官兵 SCL-90 总分及阳性项目数均数分别与消极应对因子分均数间的相关分析结果说明消极应对方式和受试者的 SCL-90 测试结果密切相关,呈明显的正相关关系,本结果与国内外相关研究一致^[5-7]。消极应对有较高的心身症状,不利于健康的保持,而采取什么样的应对方式主要取决于官兵们的人生观和世界观。沈卫民在对驻藏边防官兵心理健康调查中发现持有保卫祖国入伍动机者 SCL-90 各因子分均显著低于持有接受锻炼和寻求出路入伍动机者^[8]。这也就提示部队加强思想政治工作,提倡爱国主义,奉献精神,加强现役军人人生观、世界观、价值观的教育,及时有效地端正军人的入伍动机,是引导军人采用积极的应对方式,保持良好心理状态和战斗力,保证部队完成新时期历史使命的重要策略。

【参考文献】

- [1] 汪向东. 心理卫生评定量表手册(增订版) [M]. 北京:中国心理卫生杂志社出版, 1999: 122, 194-197.
- [2] 李权超, 魏国泰, 何英强. 军人心理应激的发生机制及其控制 [J]. 中国行为医学科学杂志, 2002, 11(3): 350.
- [3] Fujino Y, Mizoue T, Izurmi, et al. Job stress and mental health among permanent night workers [J]. J Occup Health, 2001, 43: 301-306.
- [4] 张志斌, 苏世才, 王怀海, 等. 驻疆军人心理干预的随访研究 [J]. 中华精神科杂志, 2001, 34(1): 30.
- [5] Kneepkens RG, Oakley LD. Rapid improvement in defense style of depressed women and men [J]. J Nerv Mental Dis, 1996, 184(6): 358.
- [6] 姜振山, 陈沪加, 伏广清. 与飞行员不成熟防御机制相关的心理社会因素研究 [J]. 中国心理卫生杂志, 2000, 14(2): 99.
- [7] 梁宝勇, 郭倩玉. 关于应付的一些思考与实证研究 III: 应付方式与人椅 [J]. 中国临床心理学杂志, 2000, 8(1): 7-9.
- [8] 沈卫民, 任忠文, 朱广智, 等. 入伍动机对驻藏边防军人心理健康影响的研究 [J]. 西南国防医药, 2001, 11(2): 148-149.

编辑 井晓梅