

· 研究原著 ·

文章编号 1000-2790(2008)02-0107-03

新兵 SCL-90 测评结果分析与心理疏导对策研究

宋新国, 乔富胜, 苗丹民 (第四军医大学航空航天医学系心理学教研室 陕西 西安 710033)

Analysis of symptom checklist-90 on recruits and exploration of psychological relief methods

SONG Xin-Guo, QIAO Fu-Sheng, MIAO Dan-Min

Department of Psychology, Faculty of Aerospace and Aviation Medicine, Fourth Military Medical University, Xi'an 710033, China

【Abstract】 AIM: To evaluate the psychological status in recruits, to analyze the influence of psychological relief, to improve the level of mental quality, and to provide the scientific basis for the military construction. **METHODS:** The psychological support, including psychological education, psychological training, mental consulting, was applied to 150 recruits of the study group, the other 150 recruits were allocated to control group. The symptom checklist-90 was employed to evaluate the mental health status of the two groups at the time when they were enlisted within 7 d and 6 mo later. **RESULTS:** No significant difference was observed between study group and control group before psychological relief. After psychological relief, the scores of the four aspects of Soma, Depression, Anxiety and Psychosis in the study group were significantly reduced in study group. No significant difference was observed before and after psychological intervention in the control group. **CONCLUSION:** The mental health level of the study group is improved significantly after psychological relief. There is no significant difference in mental health level of control group before and after psychological intervention.

【keywords】 recruits; mental health; symptom checklist-90

【摘要】目的: 评估新兵心理健康, 分析心理教育与疏导对新兵的心理影响, 提高新兵心理素质, 为新时期军队建设提供科学依据。方法: 把 2005 年入伍新兵 300 名随机分为对照组和干预组。新兵入伍 1 wk 内对对照组和干预组分别运用 SCL-90 症状自评量表实施心理测评; 对干预组实施以普及心理科学知识为目的的心理教育、以提高心理知识运用水平为

目的的心理训练和以解决心理问题为目的的心理咨询等心理教育与疏导措施, 6 mo 后再分别进行测评。结果: 实施心理干预前, 对照组和干预组无统计学差异; 实施心理干预后, 干预组干预前后 SCL-90 各因子中躯体化、抑郁、焦虑、精神病性 4 因子分和阳性项目数显著低于干预前; 对照组没有统计学差异。结论: 干预组在实施心理干预后心理健康状况有明显改善, 效果明显, 对照组新兵在实施心理干预前后心理健康状况无统计学差异。

【关键词】 新兵 精神卫生 SCL-90

【中图分类号】 B 841.7 **【文献标识码】** A

0 引言

基层官兵的心理健康与心理素质提高一直是国防和军队建设的重点, 同时也是难点。部队各级部门和领导都高度重视对广大基层官兵的心理教育与疏导。基层官兵心理素质的提高不仅对部队全面建设有着重要的推动作用, 而且对提高官兵的综合素质和心理战的防御能力也有着重大意义。帮助地方青年顺利实现从学生到军人的角色适应和转化, 尽快融入军营, 不仅关乎战士的健康, 更关系到部队建设和战斗力的培养。心理健康是不断变化的, 是个动态的过程, 军营文化和新训的紧张可能会给新战士带来不适。即便是对于心理健康、合格的新战士, 提高心理素质仍然是刻不容缓的, 因为现代战争是高科技条件下的, 对人的素质尤其是心理素质, 提出了更高的要求、更新的挑战。提高新兵心理素质同时也是提高未来战争中心理战防御能力的根本要求^[1-2]。

1 对象和方法

1.1 对象 以驻陕西某部集训队 2005 年入伍的 300 名男性新兵作为样本进行研究, 年龄 16 ~ 22(平均 19.3) 岁, 均为男性。从学历情况来看, 初中学历 145 名(48.30%), 高中学历 155 名(51.70%)。

1.2 方法 采用整群随机抽样的方法, 把 300 名新兵随机分为对照组和干预组。新兵入伍一周内对两组分别用 SCL-90 量表实施心理测评。对干预组实施以普及心理科学知识为目的的心理教育、以提高心理知识运用水平为目的的心理训练和以解决心理问题为目的的心理咨询等心理教育疏导措施, 对照组 150 名

收稿日期 2007-09-18; 接受日期 2007-10-30

基金项目 空军十一五重点课题(KW06245)

通讯作者: 苗丹民. Tel: (029) 84774816 Email: psych@fmmu.edu.cn

作者简介: 宋新国. 硕士生(导师苗丹民). Tel: (029) 84790601

Email: xingguosong@126.com

新兵,不给予心理教育疏导 6 mo 后再分别进行测评。

SCL-90 症状自评量表,从感觉、情感、思维、意识、行为直到生活习惯、人际关系、饮食睡眠等多种角度,评定一个人是否有某种心理症状及其严重程度如何。评分标准采用五级,即每个题目从“无”到“严重”分为五级,以 1-5 分来记分。凡自评“无”的计 1 分,自评“轻度”的计 2 分,自评“中度”计 3 分,自评“重度”计 4 分,自评“严重”的计 5 分。3 分以上为有明显的心理问题,得分越高,心理问题越严重,心理健康水平越低。

统计学处理:两组比较采用成组 t 检验,前后比较采用配对 t 检验,所有数据用 SPSS 13.0 处理。

2 结果

干预组在实施心理干预前 SCL-90 各因子中躯体化、抑郁、焦虑、精神病性因子与全国常模比较有统计学差异 ($P < 0.05$),干预组、对照组两组新兵没有统计学差异。干预组经过 6mo 的心理干预后,阳性项目数、人际关系敏感、抑郁因子低于中国常模(18~29 岁),差异有统计学意义 ($P < 0.05$),说明心理干预能有效降低这三个因子的痛苦水平或应激性心理反应,增强新兵的应激耐受与适应能力。对照组新兵未采取心理干预措施,心理干预前后各因子没有统计学差异(表 1)。

表 1 干预组、对照组干预前、后 SCL-90 各因子与国内常模比较

($\bar{x} \pm s$)

症状	干预组干预前 ($n=150$)	对照组干预前 ($n=150$)	干预组干预后 ($n=150$)	对照组干预后 ($n=150$)	国内常模 ($n=781$)
躯体化	1.5 ± 0.5 ^a	1.5 ± 0.5 ^a	1.36 ± 0.14 ^b	1.4 ± 0.4 ^a	1.3 ± 0.4
强迫	1.7 ± 0.5	1.7 ± 0.5	1.67 ± 0.19	1.7 ± 0.5	1.7 ± 0.6
人际关系敏感	1.7 ± 0.6	1.7 ± 0.6	1.68 ± 0.19 ^a	1.7 ± 0.5	1.8 ± 0.7
抑郁	1.7 ± 0.4 ^a	1.7 ± 0.4 ^a	1.50 ± 0.48 ^{ab}	1.7 ± 0.4 ^a	1.6 ± 0.6
焦虑	1.5 ± 0.4 ^a	1.4 ± 0.4	1.40 ± 0.12 ^b	1.4 ± 0.5	1.4 ± 0.4
敌对	1.5 ± 0.5	1.5 ± 0.5	1.48 ± 0.15	1.5 ± 0.4	1.5 ± 0.6
恐怖	1.4 ± 0.4	1.3 ± 0.4	1.30 ± 0.34	1.3 ± 0.4	1.3 ± 0.5
偏执	1.5 ± 0.6	1.5 ± 0.6	1.47 ± 0.50	1.5 ± 0.5	1.5 ± 0.6
精神病性	1.4 ± 0.4 ^a	1.4 ± 0.4 ^a	1.34 ± 0.12 ^b	1.4 ± 0.4 ^a	1.4 ± 0.5
阳性项目数	29.5 ± 14.0	30.6 ± 14.0	21.56 ± 7.31 ^{ab}	33.9 ± 13.5 ^a	27.4 ± 19.3

^a $P < 0.05$ vs 全国常模, ^b $P < 0.05$ vs 干预组干预前。

3 讨论

在部队广泛开展心理教育与疏导,是新形势下提高部队战斗力的新举措。尤其是给新兵以引导和服务,引导新兵正确认识环境、正确认识自己,及早完成角色转换,实现角色适应,培养情绪智慧和坚强的意志,调整自己的行为,最终提高心理素质,增强对部队和社会的适应能力。

3.1 重视心理测评的作用 心理测评工作是部队心理卫生工作的重点和难点。通过必要的心理测量,可以了解新兵的心理素质,并对其中肯评价。开展对新兵的心理测评,了解新兵心理素质的现状,为制定有针对性的心理疏导教育措施提供科学依据,对新训期间减少心理障碍的发生,预防部队突发性事件,增强新兵适应能力,促成其角色转换,提高部队战斗力有着十分重要的意义。新兵心理测评一般为群体测评,而且是非自愿的,具有强制性。人的心理现象具有间接性、相对性和复杂性。心理测评,特别是人格和心

理健康测评,测评结果与被测者的动机关系很大。新兵参加心理测评的动机要充分考虑,新兵刚到军营,有各种担心和顾虑,既要正确引导,又要充分考虑其对测评结果的影响。测评前就要进行心理测试常识的宣传、普及教育,让新兵打消顾虑,正确对待,积极配合心理测评。量表的选取要有针对性,测评过程要标准化,测评结果要注意保密。

3.2 新兵心理教育疏导的内容 新兵的教育与疏导是利用心理学的原理,结合新兵入伍的实际情况,在近似实战的环境中,有目的、有意识地培养新兵心理素质,提高心理健康水平和心理战防御能力。这就要求在心理测评的基础上,科学分析数据,有针对性地制定新兵心理教育疏导的内容。① 调查显示,入伍前 92% 的新兵没有接触过心理学知识,84% 的新兵没有上过心理课。心理科学知识对新兵来说是渴求的,但又有一定的神秘性和误解。通过团体和个别辅导相结合的方法,对新兵普及心理科学知识,让新

兵了解自己的心理特点,区别对待一般心理问题和心理障碍。掌握自己的心理特点中哪些是正常的,哪些是有问题的,需要去调适和解决的。主要普及心理学概论、人心理的实质、人的心理过程、如何培养情绪智慧、新兵常见的心理问题及调适办法、人际关系及处理原则、新兵心理卫生等。这个过程一定要注意与新兵的实际相结合^[3-5]。②刚入军营的新兵,心里总是充满了新鲜感、光荣感和自豪感。随着新训生活的开始,心理不适应的问题开始出现。引导新兵初步形成对角色的认知。角色认知是角色扮演的前提,是对角色扮演的一种心理准备,是角色适应的开始。新兵适应军营环境,新训阶段至关重要,军营文化的认同感与责任感都会在这个阶段形成。③自信心是一个人最基本的内在心理品质,也是军人心理素质培养的核心组成部分。新兵进入军营形成了新的人际关系,大家成为战友,相识之初都有被承认、被理解的自尊需要,有强烈的表现欲望。这种需要和欲望得到满足,自信心就会被强化,在新训中,要多给新兵创造一些表现自我的机会,组织各种活动,让新兵充分展示才干,在活动中表现自我、认识自我,增强自信心。个别表现较差,或曾经犯错误的新兵,可能是入伍动机冲突或性格内向、不适应新的人际环境造成的,他们的自信心往往不足,甚至自卑,要给他们表示信任,并委托一定的责任,给一些锻炼的机会,重新唤起对工作和生活热情。我们提出对照自己的行为,新兵人际关系处理应贯彻尊重、换位思考和自我反省三个原则^[6-7]。

3.3 新兵意志品质的培养 意志品质是军人心理品质的核心,也是战斗精神形成的基础,在心理教育与疏导工作中,培养新兵意志品质是重点内容。首先新兵要有军营生涯规划,远期目标与当前任务相结合。新兵只有正确认同军人角色,才能有激情,有耐受挫折的能力,充分发挥自己的主观能动性,为实现自己的军营生涯目标自觉奋斗。这是新兵意志品质培养

的前提和基础。其次意志品质的培养要大处着眼、小处着手,留心处处皆机会,关键是坚持。教育新兵从小事做起。坚强的意志是在日常学习、工作和生活实践中逐步培养起来的。军营作息时间是最基本的了,如果能每天做好,时间观念、意志品质都培养起来了。从那些自己最忽略也最容易暴露自己意志弱点的小事做起。每天严格执行条例条令的要求,在任何情况下都坚持不懈,不以任何借口原谅自己,就能逐步培养起顽强的意志品质^[8]。第三就是要学会自我激励。现在的新兵基本上都是独生子女,或多或少都有一些自我中心,帮助新兵进行自我激励。根据心理测评的结果正确认识自己的优点、缺点,对于缺点每周用一句名言警句老提醒自己、反复对照自己的思想行为,是提醒,也是约束和强化。在这个过程中要学会正确评价自己,客观看待进步,适时自我激励^[9]。

【参考文献】

- [1]皇甫恩. 军事医学心理学[M]. 北京:人民军医出版社,1996:20-75-93.
- [2]苗丹民,王京生. 军事心理学研究[M]. 西安:第四军医大学出版社,2003:19-27.
- [3]刘志宏,陈国民,孟素平等. 运用综合心理干预措施提高潜艇艇员心理健康水平[J]. 第四军医大学学报,2004,25(22):2094-2096.
- [4]孙敏华,许如亨. 军事心理学[M]. 台北:心理出版社,2003:420-437.
- [5]王焕林,孙剑,宗海鹰等. 我国军人症状自评量表常模的建立及其分析[J]. 中华精神科杂志,1999,32(1):38-40.
- [6]王家华,张凤刚,宋林林等. 中国新兵SCL-90常模的建立[J]. 中国心理卫生杂志,2000,14(4):228-230.
- [7]李红政,雷美英,龙和清等. 某部队精神障碍住院情况分析[J]. 华南国防医学杂志,2004,18(2):24.
- [8]郭红艳. 当代青年军人的心理变化与调适[J]. 南京政治学院学报,2002(2):34.
- [9]高钰琳,王惠珍. 中国军人心理健康教育现状[J]. 中国健康教育,2002(9):33.

编辑 许昌泰