

· 研究原著 ·

文章编号 1000-2790(2006)04-0311-05

心理素质训练对军人个性的影响

杨国愉¹, 夏本立², 钟铁军², 冯正直¹, 王平³, 王海鹰⁴, 宋德明², 李国良², 刘云波¹, 汪涛¹ (¹ 第三军医大学心理学教研室, 重庆 400038, ² 解放军总装备部后勤部卫生局, 北京 100101, ³ 解放军 77103 部队, 重庆 400014, ⁴ 海军 92538 部队, 辽宁 大连 116000)

Effect of mental quality training on personality of military personnel

YANG Guo-Yu¹, XIA Ben-Li², ZHONG Tie-Jun², FENG Zheng-Zhi¹, WANG Ping³, WANG Hai-Ying⁴, SONG De-Ming², LI Guo-Liang², LIU Yun-Bo¹, WANG Tao¹

¹Department of Psychology, Third Military Medical University, Chongqing 400038, China, ²Bureau of Health, PLA General Armament Department, Beijing 100101, China, ³PLA 77103 Unit, Chongqing 400014, China, ⁴92538 Unit, Navy, Dalian 116000, China

【Abstract】 AIM: To study the effect of systematic mental quality training on the personality of military personnel. METHODS: One hundred eighty servicemen were divided into training group and control group. Using the textbook Mental Quality Training of Servicemen, the training group was trained for 6 months and the control group had no such training. Cattell's 16 Personality Factors Questionnaire (16PF) was employed to evaluate the mental health of servicemen before and after training and data were analyzed by paired-sample test. RESULTS: ① As compared with those of the controls, the 16PF scores of the servicemen in the training group increased significantly in factor H, G and Y3 after training, and decreased significantly in factor O ($P < 0.05$). No difference was observed in all the 16PF scores between the training group and the control group before training ($P > 0.05$). ② As compared with those of the controls, the 16PF scores of the soldiers in the training group increased significantly in factor H and G ($P < 0.05$) and no difference was observed in all the 16PF scores between the training group and the control group before training ($P > 0.05$). ③ As compared with those of the controls, the 16PF scores of the non-commissioned officers in the training group increased significantly in factor C after training and decreased significantly in factor X1 ($P < 0.05$). No difference was observed in all the 16PF scores between the training group and the control group before training ($P > 0.05$). ④ As compared with

those of the controls, the 16PF scores of officers in the training group increased significantly in factor A after training, and decreased significantly in factor O ($P < 0.05$). No difference was observed in all the 16PF scores between the training group and the control group before training ($P > 0.05$). CONCLUSION: Systemic mental quality training of military personnel plays an important role in some personality development of military personnel. The training effect is different for military personnel of different ranks.

【Keywords】 mental quality training; personality; 16PF; servicemen; mental health

【摘要】目的: 研究系统心理素质训练对军人个性的影响。方法: 以《军人心理素质训练》为教材, 对 90 名(训练组)军人进行为期 6 mo 的心理素质训练, 有效被试 79 人, 同时选择生活在同一营区的 90 名军人作为对照组, 有效例数 77 人。采用卡特尔 16 项个性因素问卷(16PF), 对训练组和对照组军人于训练前后进行团体心理测评。进行干预前后两组样本的成组 t 检验。结果: ① 与对照组相比, 训练组训练后 16PF 中有恒性、敢为性和新环境成长能力因素得分明显升高 ($P < 0.05$), 忧虑性得分明显降低 ($P < 0.05$); 训练前两组 16PF 各因子得分均无显著差异 ($P > 0.05$)。② 与对照组相比, 训练组士兵训练后 16PF 中有恒性、敢为性因子得分明显升高 ($P < 0.05$); 训练前两组 16PF 各因子得分均无显著差异 ($P > 0.05$)。③ 与对照组相比, 训练组士官训练后 16PF 稳定性因子得分明显升高 ($P < 0.05$), 适应与焦虑因素得分明显降低 ($P < 0.05$); 训练前两组 16PF 各因子得分均无显著差异 ($P > 0.05$)。④ 与对照组相比, 训练组军官训练后 16PF 乐群性因子得分明显升高 ($P < 0.05$), 忧虑性因子得分明显降低 ($P < 0.05$); 训练前两组 16PF 各因子得分均无显著差异 ($P > 0.05$)。结论: 系统的心理素质训练对培养军人某些个性特征有较好的效果, 不同层次的军人训练效果不同。

【关键词】 心理素质训练; 人格; 卡特尔 16 种个性因素问卷; 军事人员; 精神卫生

【中图分类号】 R195.1 **【文献标识码】** A

0 引言

军人职业的高风险和军事活动的高压力使军人承受着较大的生理和心理压力, 需要军人具有良好的心理素质。既往有关军人心理健康问题的研究结果

收稿日期 2005-08-23; 接受日期 2005-11-10

基金项目 解放军总装备部医药卫生基金(2003ZL01)

通讯作者 杨国愉, 博士生(导师张大均), 讲师。Tel: (023) 68752268

Email: ygy918@mail.tmmu.com.cn

显示,军人心理素质亟待提高^[1-4]。当前,全军各部队对维护军人的心理健康、提高军人心理素质对部队建设的重要意义虽已有共识^[5],但对如何提高军人心理健康水平,如何增强军人心理素质,还停留在现状的调查、理论探讨和零星的干预研究方面^[6-8]。本研究以《军人心理素质训练》^[9]为教材,对某部队军人进行了心理素质训练干预实验研究,以期探讨心理素质训练对军人个性的影响,为开展军人的心理健康教育和心理素质训练,促进军人心理的健康成长和提 高军事训练的效率提供一定的数据参考。

1 对象和方法

1.1 对象

采用分层抽样的方法,随机抽取某部队生活在同一营区的军人 180 名。剔除未能参加完整训练对象和无效的问卷,有效样本量为 156 人,训练组 79 人,对照组 77 人。军官:士官:士兵分层比大约是 1:2:4。研究对象一般情况:男性 144 人(92.3%),女性 12 人(7.7%)。年龄 17~35(21.4±4.0)岁。军龄 1 a 58 人(37.4%) 2 a 27 人(17.4%) 3 a 16 人(10.3%) 4 a 及以上 55 人(34.9%)。文化程度:小学 1 人(0.6%) 初中 30 人(19.2%) 高中(中专) 93 人(59.6%) 大专及以上 32 人(20.5%)。级别:士兵 85 人(54.2%),士官 47 人(30.1%),军官 24 人(15.7%)。独生子女 70 人(44.7%) 非独生子女 86 人(55.3%)。来自双亲家庭 142 人(90.9%) 单亲家庭 9 人(5.8%) 其他家庭 5 人(3.2%)。经均衡性检验,训练组和对照组在性别、年龄、军龄、文化程度、级别、是否独生子女及家庭结构等均达到均衡($P > 0.05$)。

1.2 方法

1.2.1 训练教材

以《军人心理素质训练》为教材,围绕军人心理素质训练的积极适应、持续发展、主动创造 3 个训练目标和军人心理素质(适应军营环境、适应军营生活、适应人际交往、学会做人、发展军事技能、发展个性、发展社会性和发展创造性)8 个方面的训练内容,构建训练内容体系^[10]。

1.2.2 训练方法

1.2.2.1 专题报告

按照军人心理素质的基本构建,选择了 8 个与军人心理素质密切相关的主题作为讲座内容,如军人心理素质训练的模式、原则、内容和方法,军人常见的心理问题及干预,军人良好人际关系的建立与维护,军人良好个性的培养等,由从事军人心理素质训练的专业人员对训练组和对照组进行为期 4 d 每次 2 h 的专题讲座。

1.2.2.2 策略训练

此阶段是军人心理素质训练的

核心阶段。我们从《军人心理素质训练》中选取 18 个与军事活动和军人心理发展特点有密切关系的内容进行策略训练。内容:(1) 军人角色适应训练;(2) 军训焦虑的调控;(3) 军训中心理表象的应用训练;(4) 军事训练中的高原现象;(5) 克服自卑训练;(6) 应对孤独训练;(7) 嫉妒心理的克服;(8) 学会赞扬;(9) 学会宽容;(10) 学会解脱;(11) 认识自我训练;(12) 接纳自我训练;(13) 学会有恒训练;(14) 学会自强训练;(15) 学会竞争与合作;(16) 应对挫折训练;(17) 成功心理训练;(18) 心理战的心理学训练。训练由 2 名经过系统理论和实践培训的心理学专业人员主持进行,训练组分为 2 个组,每组人数控制在 40~50 人,以保证参训者都能参与到训练中来。每周安排 2 次训练,每次 1 个专题,每次训练时间 40~60 min。2 个组训练内容循环交替进行,每个组都先后完成了 18 个专题训练内容。整个策略训练阶段历时 3 mo,训练共进行 36 次。对照组不参加策略训练,自行阅读训练教材。每个专题训练又分为 4 个相互衔接的环节:① 创设情境,激发共鸣;② 介绍知识,激励参与;③ 设计活动,策略训练;④ 反思内化,提升品质。

1.2.2.3 反思内化

由心理学专业人员用 1 mo 时间深入到基层连队和基层官兵一起交流、讨论,以了解其在日常训练中是否运用前一阶段学到的心理策略和知识。主要采取阅读思考具有启发意义的文章、故事,同时通过自测练习,了解其心理素质水平。通过阅读思考、讨论等形式,让其有所思、悟、感、得。训练组系统参加全部 3 个阶段的心理素质训练,对照组只参加专题报告阶段的心理健康讲座,随后自行阅读训练教材。

1.2.3 训练效果的评价

采用卡特尔 16 项个性因素问卷(16 personality factors questionnaire, 16PF)^[11]对训练组和对照组进行训练前后的团体测试。16PF 测验共有 187 题,采用三级评分,问卷以 16 种相对独立的基本个性因素(即主要因素)4 项次级个性因素类型和 4 项应用预测个性因素(即 8 种次级个性因素)来评价个性特征。其中,主要因素包括:乐群性(A)、聪慧性(B)、稳定性(C)、恃强性(E)、兴奋性(F)、有恒性(G)、敢为性(H)、敏感性(I)、怀疑性(L)、幻想性(M)、世故性(N)、忧虑性(O)、实验性(Q₁)、独立性(Q₂)、自律性(Q₃)和紧张性(Q₄)。次级因素包括适应与焦虑型(X₁)、内向与外向型(X₂)、感情用事与安详机警型(X₃)、怯懦与果断型(X₄)、心理健康因素(Y₁)、专业成就因素(Y₂)、创造能力因素(Y₃)、新环境成长能力因素(Y₄)。对不同因素的组合

进行综合性分析,从而全面评价个体的个性特点和心理健康状况。

统计学处理:测试结果用 DXC-IV 多项心理测评议^[12]处理,SPSS11.0 For Windows 进行统计学处理,采用成组 *t* 检验比较训练组和对照组军人训练前后各因子分的差异。

2 结果

2.1 心理素质训练前后军人 16PF 各因子得分的比较 与对照组相比,训练组军人心理素质训练后 16PF 有恒性、敢为性和新环境成长能力因素得分明显升高 ($P < 0.05$),忧虑性得分明显降低 ($P < 0.05$),训练前两组 16PF 各因子得分差异无统计学意义 ($P > 0.05$, 表 1)。

表 1 军人心理素质训练前后 16PF 各因子分的比较 ($\bar{x} \pm s$)

因子	训练前		训练后	
	训练组 (<i>n</i> =79)	对照组 (<i>n</i> =77)	训练组 (<i>n</i> =79)	对照组 (<i>n</i> =77)
A	6.3±1.3	6.4±1.2	6.2±1.5	6.1±1.3
B	4.4±1.7	4.2±1.9	5.2±1.7	4.9±1.7
C	5.6±1.5	5.5±1.8	5.7±1.8	5.6±1.8
E	5.7±1.3	5.8±1.3	5.7±1.3	5.7±1.5
F	6.1±1.7	6.0±1.7	6.1±1.7	6.2±1.4
G	5.0±1.6	5.1±1.3	5.3±1.3 ^a	4.8±1.5
H	6.3±1.4	6.1±1.5	6.5±1.8 ^a	5.9±1.2
I	5.3±1.3	5.4±1.4	5.4±1.7	5.8±1.3
L	4.5±1.8	4.5±1.8	4.6±1.7	4.3±1.5
M	5.3±1.4	5.4±1.5	5.4±1.4	5.2±1.4
N	5.5±1.3	5.8±1.6	5.5±1.4	5.5±1.3
O	5.4±1.6	5.5±1.7	4.9±1.6 ^a	5.4±1.4
Q ₁	4.8±1.6	4.9±1.4	4.7±1.3	4.8±1.2
Q ₂	4.5±1.4	4.7±1.5	4.7±1.3	4.4±1.1
Q ₃	5.2±1.4	5.3±1.5	5.3±1.1	5.2±1.4
Q ₄	5.8±1.5	5.9±1.5	5.8±1.8	6.0±1.4
X ₁	5.4±1.1	5.4±1.3	5.2±1.4	5.4±1.2
X ₂	6.3±1.1	6.2±1.3	6.3±1.3	6.1±1.0
X ₃	5.4±1.1	5.4±1.1	5.4±1.3	5.3±1.1
X ₄	4.9±0.9	5.0±0.8	4.9±0.6	5.0±0.7
Y ₁	5.5±1.2	5.5±1.3	5.7±1.5	5.5±1.3
Y ₂	5.0±1.2	5.1±1.1	5.2±1.2	4.9±1.3
Y ₃	4.2±1.2	4.2±1.3	4.5±0.9	4.4±1.3
Y ₄	4.4±1.4	4.4±1.3	4.8±1.1 ^a	4.5±1.1

^a $P < 0.05$ vs 对照组。

2.2 心理素质训练前后军人 16PF 各因子得分的分层比较 按级别不同,将被试分成士兵、士官和军官分层比较,比较训练组和对照组训练前后 16PF 各因子分的差异。

2.2.1 心理素质训练前后士兵 16PF 各因子得分的比较 与对照组相比,训练组士兵心理素质训练后 16PF 有恒性、敢为性因子得分明显升高 ($P < 0.05$),训练前两组 16PF 各因子得分均无显著差异 ($P > 0.05$, 表 2)。

表 2 士兵心理素质训练前后 16PF 各因子分的比较 ($\bar{x} \pm s$)

因子	训练前		训练后	
	训练组 (<i>n</i> =43)	对照组 (<i>n</i> =42)	训练组 (<i>n</i> =43)	对照组 (<i>n</i> =42)
A	6.3±1.2	6.4±1.2	6.1±1.5	6.0±1.6
B	4.1±1.9	3.8±1.8	4.6±1.7	4.7±1.9
C	5.2±1.3	5.6±1.8	5.4±1.7	5.7±1.9
E	5.9±1.2	5.9±1.5	5.6±1.2	5.9±1.5
F	5.9±1.8	5.9±1.7	6.5±1.6	6.2±1.3
G	4.7±1.6	4.9±1.2	5.2±1.2 ^a	4.7±1.5
H	6.0±1.3	6.0±1.4	6.4±1.6 ^a	5.8±1.2
I	5.4±1.2	5.3±1.0	5.6±1.7	5.9±1.4
L	4.4±1.5	4.3±1.8	4.6±1.6	4.2±1.5
M	5.3±1.1	5.7±1.3	5.3±1.4	5.3±1.5
N	5.8±1.4	6.2±1.3	5.7±1.5	5.6±1.3
O	5.6±1.6	6.0±1.5	5.0±1.6	5.3±1.4
Q ₁	5.0±1.4	4.8±1.4	4.5±1.3	4.6±1.0
Q ₂	4.4±1.4	4.8±1.4	4.6±1.4	4.3±1.1
Q ₃	5.0±1.4	5.0±1.4	5.1±0.9	5.1±1.5
Q ₄	6.3±1.0	6.1±1.5	6.0±1.8	5.9±1.5
X ₁	5.7±0.9	5.6±1.3	5.4±1.3	5.4±1.3
X ₂	6.1±1.0	6.1±1.3	6.4±1.1	6.1±1.0
X ₃	5.3±1.1	5.4±0.9	5.4±1.3	5.3±1.1
X ₄	5.0±0.8	5.1±0.8	4.9±0.7	5.0±1.0
Y ₁	5.2±0.9	5.3±1.3	5.7±1.4	5.6±1.3
Y ₂	4.8±1.2	5.1±1.0	4.9±1.1	4.9±1.4
Y ₃	4.1±1.2	4.1±1.1	4.3±0.9	4.4±1.3
Y ₄	4.2±1.4	4.1±1.0	4.4±1.0	4.3±1.0

^a $P < 0.05$ vs 对照组。

2.2.2 心理素质训练前后士官 16PF 各因子得分的比较 与对照组相比,训练组士官心理素质训练后 16PF 稳定性因子得分明显升高 ($P < 0.05$),适应与焦虑因素得分明显降低 ($P < 0.05$),训练前两组 16PF 各因子得分差异无统计学意义 ($P > 0.05$, 表 3)。

表3 士官心理素质训练前后 16PF 各因子分的比较 ($\bar{x} \pm s$)

因子	训练前		训练后	
	训练组 (n=24)	对照组 (n=23)	训练组 (n=24)	对照组 (n=23)
A	6.2±1.5	6.9±1.0	6.3±1.4	6.4±1.4
B	4.5±1.6	5.0±2.0	5.4±1.7	4.9±1.5
C	5.7±1.5	4.7±1.7	5.9±1.8 ^a	4.7±1.7
E	5.1±1.3	5.2±1.2	5.5±1.3	5.5±1.1
F	6.0±1.6	6.3±1.7	5.7±1.6	5.9±1.7
G	5.4±1.6	6.2±1.8	5.4±1.4	5.7±1.3
H	6.3±1.5	5.4±2.3	6.4±1.9	5.6±1.6
I	5.2±1.3	4.7±1.6	5.2±1.8	4.7±1.4
L	4.5±2.0	4.4±1.4	4.6±1.7	5.1±1.3
M	4.9±1.7	5.2±1.8	5.3±1.6	5.5±1.4
N	5.3±1.1	5.0±1.7	5.4±1.3	6.1±1.3
O	5.4±1.6	5.1±1.5	5.2±1.7	5.0±1.4
Q ₁	4.6±1.8	4.2±1.5	4.9±1.5	4.6±1.0
Q ₂	4.5±1.5	5.1±1.6	4.9±1.0	5.2±1.1
Q ₃	5.3±1.2	5.6±1.4	5.6±1.4	6.6±1.1
Q ₄	5.7±1.6	5.3±1.3	5.9±2.0	6.0±1.1
X ₁	5.3±1.1	6.3±1.3	5.2±1.6 ^a	5.9±1.1
X ₂	6.1±1.0	5.0±1.4	6.1±1.3	5.1±1.5
X ₃	5.4±1.3	4.5±1.0	5.5±1.4	4.9±0.6
X ₄	4.6±1.0	5.6±1.2	5.0±0.6	4.8±1.3
Y ₁	5.6±1.1	4.6±1.2	5.6±1.6	4.7±1.4
Y ₂	5.1±1.1	4.0±1.4	5.4±1.2	4.3±1.5
Y ₃	4.1±1.1	4.5±1.3	4.7±0.9	4.6±1.1
Y ₄	4.6±1.3	4.5±1.3	5.2±1.1	4.6±1.1

* $P < 0.05$ vs 对照组.表4 军官心理素质训练前后 16PF 各因子分的比较 ($\bar{x} \pm s$)

因子	训练前		训练后	
	训练组 (n=13)	对照组 (n=11)	训练组 (n=13)	对照组 (n=11)
A	6.5±1.4	6.0±1.5	7.1±1.4 ^a	5.5±0.7
B	5.0±1.4 ^a	5.1±1.8	6.3±1.2	5.5±1.6
C	6.4±2.0	5.9±2.1	6.0±2.3	6.0±1.4
E	6.7±1.0	5.9±1.0	6.3±1.5	5.2±1.9
F	7.4±1.5	6.0±2.0	5.9±1.9	6.4±1.1
G	5.0±1.30 ^a	5.5±1.3	5.3±1.6	4.9±1.0
H	7.3±1.2	5.9±1.4	7.0±2.0	6.5±1.2
I	5.2±1.5	5.5±1.4	5.5±1.6	5.3±1.0
L	5.0±2.1	5.3±2.0 ^a	4.8±2.0	3.8±1.5
M	6.2±1.6	5.2±1.1	5.8±1.4	5.1±1.2
N	5.4±1.5	5.5±1.5	5.4±1.3	5.1±1.2
O	4.9±1.3	4.7±1.5	4.3±1.1 ^a	5.3±1.1
Q ₁	4.7±1.5	5.2±1.6	4.5±1.0	5.3±1.7
Q ₂	5.2±1.4	5.1±1.8	4.6±1.5	4.9±1.1
Q ₃	5.6±1.7	6.0±1.2	5.2±1.0	5.4±1.0
Q ₄	4.7±1.9	5.9±1.7	4.6±1.6	5.5±1.2
X ₁	4.5±1.4	5.2±1.0	4.5±1.4	5.0±0.8
X ₂	7.2±1.1	6.0±1.5	6.7±1.8	6.1±1.0
X ₃	5.7±0.8	5.6±1.4	5.0±1.0	5.8±0.8
X ₄	5.5±1.0	5.2±0.5	5.0±0.6	5.2±0.8
Y ₁	6.7±1.3	5.8±1.3	6.3±1.6	5.9±0.9
Y ₂	5.6±1.6	5.7±0.8	5.3±1.3	5.2±0.5
Y ₃	4.5±1.3	4.8±1.8	5.0±0.9	4.9±0.7
Y ₄	4.3±1.3 ^a	5.2±1.7	5.3±1.0	4.7±1.0

* $P < 0.05$ vs 对照组.

2.2.3 心理素质训练前后军官 16PF 各因子得分的比较 与对照组相比,训练组军官心理素质训练后 16PF 乐群性因子得分明显升高($P < 0.05$),忧虑性因子得分明显降低($P < 0.05$),训练前两组 16PF 各因子得分差异无统计学意义($P > 0.05$ 表 4)。

3 讨论

研究结果显示,经过一段时间的系統心理素质训练,军人的某些个性特征和心理健康出现了明显变化。表现为训练组军人有恒性、敢为性和新环境成长能力得分明显高于对照组,忧虑性得分明显低于对照组,提示系統心理素质训练能在一定程度上完善军人的个性,使军人的责任感增加,自信心、敢作敢为和适应环境的能力增强,军事作业效率提高,军事考核成绩较训练前有明显进步。既往军人心理教育训练的研

究^[6-8]发现,心理训练可降低情绪紧张性、提高军人情绪的自我调控能力和应激的耐受力。研究认为,军人心理健康教育和心理素质训练必须结合部队实际,教育训练内容科学系统,教育训练方法灵活多样。本次心理素质训练还较好地克服了既往心理素质训练单项、零散、训练时间短、只注重认知忽视行为活动等不足,能够立足部队实际,系统构建训练内容,科学安排训练时间,精心设计训练活动,注重训练中军人心理的不断反思内化。

进一步分层分析发现,不同人群训练效果有一定差异。士兵层次,系統训练对士兵的个性的影响主要是增加了士兵的有恒性、敢为性,对次级因素影响不大。士官层次,系統训练效果较为明显,士官稳定性因子得分明显升高,适应与焦虑因素得分明显下降。参训士官个性变得更加成熟,情绪稳定,能面对现实,

沉着应付生活中遇到的各种问题。军官层次,系统训练组军官乐群性因子得分明显升高,忧虑性因子明显下降,参训军官性格变得更为热情、开朗,合作和适应能力增强,情绪成熟而稳定。由此看来,系统训练似乎对不同层次的军人个性影响层面不一样。研究也发现,16PF许多因子得分出现了正性变化趋势,但未达到统计学检验差异。出现这一结果的原因可能与样本量有一定的关系。

由此可见,军人心理素质训练应体现分层训练的特点。由于不同级别的军人的心理发展特点、军事任务性质、作业方式等都不一样。因此,军人心理素质训练在训练内容、训练方式、训练途径以及训练重点都应有所区别。对于士兵,训练内容重点在心理适应,应采取游戏、竞赛等青年人喜欢的训练活动,这样的训练效果会更好。对于士官,由于他们已对军营生活基本适应,训练的重点应放在心理发展层面,如如何成才,如何发展军事技能,如何适应婚姻家庭生活等,训练方式可采用较多的认知活动和讨论等形式。对于初级军官,训练重点应放在如何调整自身心理,适应初级领导岗位。另外,婚姻家庭适应也是一个训练重点。因此,进行基本的军事心理和管理心理的知识和技能的训练是重点,训练形式可采用认知、角色扮演等形式。对于中级军官,军事心理策略、心理战的战略等是训练的重点,另外,二次职业适应也是训练的重要内容,认知是训练的重要形式。对于高级军官,军事心理决策和领导艺术是训练的重点,认知是训练的主要形式。总之,军人心理素质只有体现分层训练的特点,训练才能起真正实效。

军人心理素质训练是一个全新的课题,构建系统科学的理论体系,探寻切实可行的训练方法是进行军人心理素质训练的前提和基础。近年来,我们在这方面进行了系统的研究,在广泛调查和理论思考的基础上,构建的较为系统的训练体系^[10],提出了军人心理素质训练的“一、二、三、四、八”模式,即:①一个训练目的:以培养军人良好的心理素质,提高军队战斗力为根本目的;②两个训练目标:积极适应,主动发展;③三个训练阶段:专题报告-策略训练-反思内化;④四种训练途径:专题训练,军训渗透,思想政治和咨询辅导;⑤八个方面的训练内容:适应军营

环境,适应军营生活,适应人际交往,学会做人,发展军事技能,发展个性,发展社会性和发展创造性。我们编写出版了训练教材^[9],在此基础上到部队进行了系统的心理素质训练的实验研究。下一步军人心理素质应在军人心理的内容体系构建、训练方式方法上体现各军兵种职业分类和级别分层训练的特点,注重训练和军事作业的渗透性和衔接性,强调训练和军事训练、思想教育的渗透与整合。

致谢:张艳、廖雅琴、秦爱粉、刘俊丽、王江澜、姜巍、戴琴、汪凤和张均参加了训练实验和部分数据统计工作,本研究得到罗旭东、吴树洪、王伟林的大力支持。

【参考文献】

- [1] 杨国愉,冯正直,任辉,等.军事应激条件下军人的心理健康特点及相关因素研究[J].解放军预防医学杂志,2004,22(2):25-29.
- [2] 肖蓉.外军军人心理健康研究进展[J].中国心理卫生杂志,2003,17(11):788-791.
- [3] 冯正直,杨国愉,皇甫恩,等.军医大学七年制学员心理健康状况调查分析[J].第三军医大学学报,2003,25(23):2138-2140.
- [4] 杨国愉,田恒轩,蒋静,等.军医大学科技人员心理卫生状况及相关因素研究[J].中国行为医学科学,2002,11(3):318-320.
- [5] 王应立.现代战争对军人心理健康的影响及防治对策[J].解放军预防医学杂志,2003,23(6):449-450.
- [6] 辛德胜,赵艳华,谈直振,等.模拟高技术战争条件下官兵心理健康教育做法及体会[J].解放军预防医学杂志,2001,19(1):59-60.
- [7] 蓝新友,李权超,何英强,等.心理素质训练提高军人心理社会应激耐受力的研究[J].中国行为医学科学,2002,11(5):551-552.
- [8] 李权超,徐书同,何英强,等.心理素质训练对军人神经行为功能的影响[J].中国公共卫生,2002,18(1):93.
- [9] 冯正直,杨国愉,刘衍玲.军人心理素质训练(上、下册)[M].重庆:重庆出版社,2003:1-20.
- [10] 冯正直,张大均,杨国愉.部队心理素质教育体系构建.军事心理学研究[M].西安:第四军医大学出版社,2003:52-66.
- [11] 戴忠恒,祝蓓里主修.卡特尔十六种人格因素量表(修订本)手册[M].上海:华东师范大学,1988:3-16.
- [12] 胡文东,王涛,李晓京,等.多媒体群体心理测量系统研制[J].第四军医大学学报,1999,20(3):225-227.

编辑 何扬举