

大学新生领悟社会支持与创伤后应激障碍的关系研究

张春艳^① 左丹^②

【摘要】 目的 探讨领悟社会支持与创伤后应激障碍的关系,为心理危机的预防与干预提供依据。方法 用领悟社会支持量表(PSSS)和创伤后应激障碍自评量表(PTSD-SS)对来自 5.12地震灾区的 237 名大学新生进行调查。结果 ① 性别、专业在领悟社会支持和 PTSD 上均无显著差异;② 领悟社会支持及其各维度与 PTSD 呈显著负相关;③ 领悟家庭外支持比领悟家庭内支持对 PTSD 的预测作用更明显。结论 领悟社会支持是 PTSD 状况的重要影响因素。

【关键词】 地震灾区;大学新生;领悟社会支持;创伤后应激障碍

Relationship between Post-traumatic Stress Disorder(PTSD) and Perceived Social Support. Zhang Chunyan, Zuo Dan. College of Education Northwest Normal University, Lanzhou 730070, P. R. China

【Abstract】 Objective To investigate the relationship between perceived social support and post-traumatic stress disorder, and provide a basis for the psychological crisis prevention and intervention. **Methods** A total of 237 college students of Northwest Normal University from the 5.12 earthquake-stricken area were investigated with the Post-Traumatic Stress Disorder Self-rating Scale (PTSD-ss) and Perceived Social Support Scale (PSSS). **Results** ① There was no significant difference on gender, major between PTSD and perceived social support. ② The negative correlation between perceived social support and its dimensions and PTSD was significant. ③ The effect of out-family perceived social support on the prediction of PTSD was more important than in-family perceived social support. **Conclusion** The perceived social support plays an important role in PTSD.

【Key words】 Earthquake-stricken area; Freshmen; Perceived social support; PTSD

社会支持作为一种重要的弹性资源,被看作是决定心理 应激和健康关系的重要的中介因素之一。领悟社会支持是在

the Complete Psychological Works of Sigmund Freud [M]. London: Hearths Press, 1964: 23-27

- [20] Brenner C. On the nature and development of affects: A unified theory [J]. Psychoanalytic Quarterly, 1974, 43: 532-534
- [21] Bystritsky A, Stoessel P, and Yeager J. Psychometric discrimination between anxiety and depression [J]. The Journal of Nervous and Mental Disease, 1993, 181(4): 265-267
- [22] 魏俊彪. 医学生焦虑和抑郁及相关因素研究 [J]. 新乡医学院学报, 2006, 23(6): 550-552
- [23] 贾永蕊, 胡然, 库宝善. 几种常见精神疾患的睡眠障碍 [J]. 国外医学精神病学分册, 2003, 30: 111-113
- [24] 白玉强, 马雁平, 高广春, 等. 失眠症患者的焦虑抑郁状态研究 [J]. 中国航天医药杂志, 2001, 3: 24-25
- [25] 阿兰, 唐广良, 吴大兴, 等. 高职护理专业学生述情障碍特征的调查分析与对策 [J]. 中国实用护理杂志, 2007, 23(2): 63-65
- [26] 李建明, 等. 睡眠状况自评量表 (SRSS). 健康心理学杂志, 2000, 8(3): 355-356
- [27] 李建明, 尹素凤, 段建勋, 等. SRSS 对 13273 名正常人睡眠状况的评定分析. 健康心理学杂志, 2000, 8(3): 351-353
- [28] 汪向东, 王希林, 马弘, 等. 心理卫生评定量表手册 (增订版). 中国心理卫生杂志社, 1999(12): 211-213
- [29] 廖婷婷, 邹枝玲, 杨勋, 等. 大学生睡眠质量与焦虑抑郁情绪关系的相关研究 [J]. 现代预防医学, 2007, 34(15): 2830-2831
- [30] 彭海, 张海, 曹学兵, 等. 三类医学生睡眠质量及其相关因素 [J]. 中国康复, 2004, 19(5): 284-285
- [31] 胡蓉芳, 姜小鹰, 林大照. 医学生睡眠质量及其相关因素分析 [J].

中国校医, 2003, 17: 207-208

- [32] 杨本付, 刘东光, 张秋梅. 医学生的睡眠质量和相关因素分析 [J]. 中国校医, 2000, 14: 404-406
- [33] 肖容, 张小远, 解亚宁, 等. 军医大学低年级学生睡眠质量调查 [J]. 中国心理卫生杂志, 2005, 19(1): 61-63
- [34] 吴文贵, 姚艳. 卫校学生睡眠状况调查与相关因素分析 [J]. 健康心理学杂志, 2001, 9(2): 123-125
- [35] Lindop E. Individuals Tress among Nurses in Training Why Some Leave while Others Stay [J]. Nurse Education Today, 1991, 11(2): 110-120
- [36] 邹枝玲, 黄希庭, 杨勋, 等. 大学生睡眠质量与睡眠卫生意识现状 [J]. 西南师范大学学报 (人文社会科学版), 2006, 32(3): 7-11
- [37] 冯国双, 陈景武, 杨秀珍. 某医学院校学生睡眠质量调查及其影响因素分析 [J]. 中华流行病学杂志, 2005, 26(5): 328-331
- [38] 王小丹, 高允锁, 郭敏. 551 名医学本科生睡眠质量及影响因素分析 [J]. 中国健康心理学杂志, 2007, 15(9): 771-773
- [39] 戚东桂, 刘荣, 吴晓茜, 等. 大学生睡眠质量及其影响因素调查 [J]. 现代预防医学, 2007, 34(5): 875-877
- [40] Voderholzer U U, Al-Shajlawi A, Weske G, et al. Are there gender differences in objective and subjective sleep Measures. A study of insomniacs and healthy controls [J]. Depression & Anxiety, 2003, 17: 162-172
- [41] 钟向阳, 赵凤, 吴善添, 等. 睡眠状况自评量表 (SRSS) 在大学生中的运用及其影响因素的初步分析 [J]. 健康心理学杂志, 2003, 11(3): 173-175

(收稿时间: 2009-05-22)

研究社会支持的结构成分中提出来的一个重要概念,它是相对于实际社会支持而言的。实际社会支持指的是个体实际获得的支持,是客观的、实际的或者可见的支持,包括物质上的直接援助以及社会网络资源;领悟社会支持是主观体验到的社会支持,它指的是个体感受到在社会中被尊重、被支持、被理解的情绪体验和满意程度,它往往与个体对社会支持的效果相一致^[1]。目前对这两类社会支持的研究结果表明,相对于客观支持,感受到的支持对于了解和预测个体的心理健康有着更为重要的意义,因为虽然感受到的支持并不是客观事实,但是“被感知到的现实却是心理的现实,而正是心理的现实作为实际的(中介)的变量影响人的行为和发展”^[2]。

所谓 PTSD,是指突发性、威胁性或灾难性生活事件导致个体延迟出现和长期持续存在的精神障碍^[3],其临床表现以再度体验创伤为特征,并伴有情绪的易激惹和回避行为。创伤后应激障碍严重影响个体的心理和社会功能,所以对创伤后应激障碍的研究具有十分重要和迫切的意义。

为此,本文拟通过对领悟社会支持与创伤后障碍的关系进行分析研究,从而为心理危机的预防与干预提供可行的依据。

1 对象与方法

1.1 对象 选取西北师范大学 2008级来自 5.12地震灾区的

表 1 不同性别、专业的学生在 PTSD 与 PSSS 上的得分比较 ($\bar{x} \pm s$)

	性 别		t	P	专 业		t	P
	男	女			文	理		
PTSD	52.99±21.75	51.74±18.84	0.476	> 0.05	52.89±20.95	52.12±19.67	0.281	> 0.05
PSSS	62.22±9.70	62.40±11.19	-0.129	> 0.05	61.69±10.00	63.20±11.13	-1.07	> 0.05

2.2 相关分析 对大学生创伤后应激障碍与领悟社会支持总分及各因子分进行相关分析,结果表明,大学生创伤后应激障碍与领悟社会支持总分及各因子分都呈显著负相关。见表 2

2.3 回归分析 为了进一步了解领悟社会支持对创伤后应激障碍的预测力,以创伤后应激障碍总分为因变量,领悟社会支持为自变量,进行回归分析,结果如表 3 所示,领悟社会支持进入回归方程,并且对自我和谐有着显著的预测作用。

表 2 领悟社会支持与 PTSD 之间的相关 (r)

	PSSS总分	朋友支持	家人支持	他人支持
PTSD总分	-0.373**	-0.327*	-0.223*	-0.367**

注: * P < 0.05, ** P < 0.01, *** P < 0.001

表 3 领悟社会支持对 PTSD 的回归分析

因变量	自变量	R	R ²	Beta	F	t
PTSD	PSSS	0.373	0.139	-0.373	38.073**	-6.170**

表 4 领悟社会支持各维度对 PTSD 的回归分析

	R	R ²	Beta	F	t
他人支持	0.367	0.135	-0.267	36.575**	-3.435*
朋友支持	0.387	0.150	-0.157	20.572**	-2.022†

对家人支持、朋友支持和他人支持进行逐步回归分析显示,朋友支持和他人支持进入回归方程并达到统计学上的显著水平。见表 4

大学新生 237名,共发放 237份问卷,收回有效问卷 237份,男生 112人,女生 125人。

1.2 工具

1.2.1 《创伤后应激障碍自评量表》(PTSD-SS)为一自评量表,由 24 个条目构成,内部一致性系数为 0.9207,分半信度为 0.9539,重测信度为 0.8677。理论上可划分为对创伤事件的主观评定、反复重现体验、回避症状、警觉性增高和社会功能受损。包括 24 个条目,每个条目采用 1~5 级评定,累积 24 个条目得分为 PTSD-SS 总分,得分越高应激障碍越重^[4]。

1.2.2 《领悟社会支持量表》(PSSS) 该量表是 Zimer 编制的领悟社会支持量表的中文版,其内部一致性系数为 0.88,重测信度为 0.85。包括 12 个自评项目,每个项目采用 1~7 级计分法,总分范围 12~84。PSSS 条目分为家庭支持、朋友支持和其他支持 3 个分量表,领悟社会支持总分由 3 个指标的分数相加而成,分数越高,领悟到的总的社会支持程度越高^[5]。

2 结果

2.1 总体情况 在所调查的 237 名大学生中,以 +s 和 +2s 做为轻度和中重度障碍的划界值,发现轻度患者 38 名,中度患者 9 名,故轻度和中重度异常的发生率为 13.9% 和 3.8%。独立样本 t 检验发现,性别、专业在创伤后应激障碍及领悟社会支持方面均无显著差异。见表 1

3 讨 论

本研究发现,我校来自 5.12 地震灾区的大学新生中 PTSD 状况为轻度和中重度异常的发生率为 13.9% 和 3.8%,说明创伤后应激障碍是震后存在的非常突出的心理问题,需要引起有关部门的高度重视。对于学校来说,要对来自地震灾区尤其是有一定的创伤后应激障碍症状的学生及时给予心理辅导,帮助他们尽快走出阴影,恢复正常的学习和生活。

在传统社会观念中,人们对男、女性别角色期望是不同的,一般认为男性应更加自立,能够独立应对各种问题,而对女性这方面的要求相对较少,女性则表现出依赖性强,遇到困难时较多的寻求外界帮助的特点。然而本研究表明,男、女在领悟社会支持方面并没有显著差异,这可能是由于随着社会发展的进步,女性的独立意识也逐渐增强,越来越表现出和男性一样的自立自强。这一结果与前人研究不同^[6-7]。专业在领悟社会支持和 PTSD 上也不存在显著差异,这可能由于是刚进入大学的新生,在专业上无显著特征,可能需要进一步研究来论证。

进一步研究发现来自朋友和他人的支持进入回归方程,说明领悟到的来自朋友和他人等家庭外的支持要比领悟到来自家庭内的支持对 PTSD 症状的影响大。这可能与大学生所处的阶段有关。埃里克森将人生历程划分为 8 个时期,其中在校大学生处在埃里克森所说的成年期(18~25 岁),他们发展的任务是获得亲密感以避免孤独感,体验着爱情的实现^[8]。这一结果与寇宇的一项研究一致^[9]。

石河子大学在校大学生睡眠质量与心理健康状况的调查研究

曹炳健^① 曹 辉^② 白吉可^①

【摘要】 目的 了解石河子大学在校大学生睡眠质量与心理健康状况的关系,为改善大学生睡眠质量和提高心理健康水平提供参考和依据。方法 通过随机抽样,采用匹兹堡睡眠质量指数调查表(PSQI),症状自评量表(SCL-90)及一般情况调查表对石河子大学1362名在校生进行调查。结果 ①以PSQI总分 ≥ 8 作为判断睡眠质量差的标准,睡眠质量差的有335人(24.6%),男女分别为26.4%和22.8%($P < 0.05$);睡眠质量不佳主要表现在日间功能障碍(65.9%),主观睡眠质量(24.8%),入睡时间(29.9%);②PSQI总均分男女生分别为 6.05 ± 2.82 和 5.76 ± 2.47 ,男生得分高于女生($P < 0.05$);男生在入睡时间和睡眠效率平均得分显著高于女生($P < 0.01$);③睡眠质量差的组在SCL-90总均分和各因子均分得分均明显高于睡眠质量良和睡眠质量一般的两组($P < 0.01$);④PSQI各成份分及总分与SCL-90各因子均分及总均分间存在正相关关系($P < 0.01$)。结论 大学生睡眠质量与心理健康状况高度相关,因此要积极关注大学生的睡眠质量问题。

【关键词】 睡眠质量;心理健康;症状自评量表;匹兹堡睡眠质量指数量表

Sleep Quality and Mental Health of Students in Shihezi University. Cao Bingjian, Cao Hui, Bai Jike. Department of Nursing, Medical School, Shihezi University, Xinjiang Shihezi 832002, P. R. China

【Abstract】 Objective To study the relationship between sleep quality and mental health of students. **Methods** By using random sampling method, 1362 students were chosen and asked to complete PSQI, SCL-90 and general questionnaire. **Results** ① PSQI ≥ 8 as a standard, there were 335 (24.6%) students who had sleep problem with 26.4% male students and 22.8% female students ($P < 0.05$), which were daytime dysfunction (65.9%), subjective sleep quality (24.8%), sleep duration (29.9%); ② The scores of PSQI of male and female students were 6.05 ± 2.82 and 5.76 ± 2.47 respectively. The scores of male students in sleep duration and sleep efficiency were higher than that of female students; ③ the scores of SCL-90 in poor sleep quality were much higher than that in good sleep quality and average sleep quality groups ($P < 0.01$); ④ The scores of PSQI had positive correlation with the general symptomatic index of SCL-90 ($P < 0.01$). **Conclusion** Sleep quality of university students has highly correlation with mental health. So Intervention measures should be given so as to improve sleep quality.

【Key words】 Sleep quality; Mental health; Symptom checklist 90 (SCL-90); Pittsburg sleep quality index scale (PSQI)

睡眠是人类重要的生理与心理现象。睡眠质量的好坏,不仅影响人们的心理健康和生活质量,同时也与许多疾病的发生发展密切相关^[1]。因此世界卫生组织(WHO)从2001年起,将每年的3月21日定为“世界睡眠日”,目的是提醒人们关注睡眠健康。国内有多篇有关大学生睡眠质量与心理健康的研究报道,但都是以内地高校为研究对象,而缺少边疆高校的研究报道。

为了了解地处边疆高校的大学生睡眠质量与心理健康状况,笔者用匹兹堡睡眠质量指数(PSQI)和症状自评量表(SCL-90)对石河子大学部分大学生进行了调查。

1 对象与方法

1.1 对象 在石河子大学11个学院中随机抽取1600名1-4年级在校大学生作为调查研究对象,他们中间填写完

对于来自5.12地震灾区的大学生这个特殊的群体而言,在经历了大地震的冲击与伤害后,如何保持良好的状态、调整好心态,对于进入大学后的生活学习有着更加重要的意义。所以在今后的高校心理健康教育中要更加重视对灾区大学生的心理辅导,重视大学生社会支持系统的培养和完善,提高他们对社会支持的主观感受性,充分认识并利用身边的社会支持资源。这将对于降低PTSD的发生、促进心理健康发展具有重要的作用。

4 参考文献

- [1] Norris F H, Kaniasty K. Received and Perceived Social Support in times of model [J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1996, 49: 498-511
- [2] Thoits P A. Dimensions of life events that influence psychological distress: an evaluation and synthesis of literature [M]. In// Kaplan H psychological stress. 1st ed. New York: Academic Press, 1983

33-103

- [3] 中华医学会精神科分会编. 中国精神障碍分类与诊断标准 (CCMD-3) [M]. 山东: 山东科学技术出版社, 2001: 97-98
- [4] 刘贤臣, 马登岱, 等. 心理创伤后应激障碍自评量表的编制和信度效度研究 [J]. 中国行为医学科学, 1998, 7(2): 93-96
- [5] 汪向东主编. 心理卫生评定量表手册 (增订版). 中国心理卫生杂志社, 1999: 113-115, 130-131
- [6] 游洁. 价值观与大学生寻求社会支持的关系研究 [J]. 心理科学, 2005, 28(3): 713-717
- [7] 谭淑新, 盖海红, 等. 高职大学生的社会支持与心理健康的关系 [J]. 中国健康心理学杂志, 2006, 14(3): 268-270
- [8] 林崇德. 发展心理学 [M]. 北京: 人民教育出版社, 1995: 36-37
- [9] 寇宇. 大学生焦虑与领悟社会支持关系的研究 [J]. 河西学院学报, 2007, 23(6): 98-101

(收稿时间: 2009-05-22)