

# 高原军人心理健康与其一般自我效能感的关系研究

王 艳 杨 群 吴 迪 韦 新 姜 萍

**摘 要** **目的** 了解驻藏高原军人心理健康和一般自我效能感之间的关系。**方法** 采用分层整群抽样的方法选取驻藏高原地区军人 663 例,驻内地平原地区军人 402 例,使用 SCL-90 量表中筛查出的 5 个阳性因子(根据文献报道)和一般自我效能感量表了解其心理健康状况和自我效能感水平。**结果** 高原军人 SCL-90 5 个阳性因子的得分均为显著高于平原军人组( $P < 0.01$ ),一般自我效能感得分显著低于平原军人( $P < 0.01$ )。高原军人的一般自我效能得分与 SCL-90 5 个阳性因子的得分均为显著负相关( $P < 0.01$ ),高原军人的自我效能水平对其 SCL-90 5 个阳性因子得分均具有显著的预测作用( $P < 0.05$ )。**结论** 高原军人的心理健康水平和一般自我效能感水平显著低于平原军人,且高原军人的一般自我效能水平对其心理健康状况具有显著的预测作用。

**关键词** 高原军人 心理健康 一般自我效能感 平原军人

**中图分类号** R3

**文献标识码** A

**DOI** 10.11969/j.issn.1673-548X.2015.11.016

**Relationship between Mental Health and General Self-efficacy among Military Personnel in High Altitude Area.** Wang Yan, Yang Qun, Wu Di, et al. Department of Medical Psychology, the Fourth Military Medical University, Shannxi 710032, China

**Abstract Objective** To investigate the relationship between mental health level and sense of general self-efficacy among military personnel in high altitude area. **Methods** Stratified random sampling method was used to select 663 soldiers at high altitude area in Tibet and 402 soldiers stationed in the area inland, SCL-90 scale and general self-efficacy scale were used to investigate their mental health and self-efficacy levels. **Results** General self-efficacy scores among soldiers in high altitude area was significantly lower than soldiers in plain area ( $P < 0.01$ ), and scores of SCL-90 among soldiers in high altitude area were significantly higher than soldiers in plain area ( $P < 0.01$ ). Self-efficacy levels of soldiers in high altitude area could predict their scores on SCL-90 ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** Mental health and general self-efficacy levels among soldiers in high altitude area were significantly lower than soldiers in plain area, and self-efficacy levels of soldiers in high altitude area could predict their mental health status.

**Key words** Soldiers in high altitude area; Mental health; General self-efficacy; Soldiers in plain area

西藏地区具有海拔高、人迹稀少、地理环境恶劣等特点,诸多因素会对个体的心理健康产生不可避免的影响,不利于个体正常工作绩效的维持<sup>[1]</sup>。驻藏高原军人作为一个特殊职业群体,了解高原环境对其心理健康的影响特点,对于维持其正常的工作水平具有十分重要的意义。长久以来,高原军人的心理健康状况及相关影响因素是高原医学与心理学研究者共同关注的热点问题<sup>[2,3]</sup>。

以往研究者对驻藏高原军人的心理健康状况进行了较充分的探讨。王蕊等<sup>[4]</sup>采用军人自测健康评定量表对高原军人的心理健康状况进行了测量,发现高原军人的心理健康水平显著低于平原地区的常模。

王雅西等<sup>[5]</sup>和师琨等<sup>[6]</sup>使用症状自评量表测定了高原军人的心理健康状况,得到了较为一致的结果,发现高原地区军人在躯体化、焦虑、抑郁等因子上的得分显著高于平原地区的军人,表现出较低的心理水平。但是以往研究大多将高原地区军人的低心理健康水平归因于物理因素以及随之引起的生理衰减,并没有充分关注个体的心理因素对心理健康水平的影响<sup>[7]</sup>。事实上,个体的心理因素在心理健康的维持中扮演着十分重要的角色,如一般自我效能感反映了个体对自己完成工作任务以及特定行为的信念,是个体对自己能力水平的一种主观自信程度,与心理健康具有紧密关联。以往研究发现高自我效能感的个体能够采取适当的行为来应对环境的挑战,往往有较低的压力体验,而低自我效能感则与抑郁、心理枯竭感等心理症状相关<sup>[8]</sup>。高原环境作为一个特殊的环境挑战,驻高原地区军人可能由于环境适应不良导致缺乏积极应对的自我信念,同时生理上的衰减影响军

基金项目:全军后勤科研计划基金资助项目(AWS12J004-01)

作者单位:710032 西安,第四军医大学医学心理学系(王艳、杨群、吴迪、韦新、姜萍);710078 西安,武警工程大学理学院军事心理学教研室(王艳)

通讯作者:杨群,电子信箱:yangqun1125@hotmail.com

事训练效果,容易导致高原军人对个人能力不自信,从而严重影响其积极调用丰富的心理和社会资源来维护其心理健康。由此而言,了解驻高原地区军人群体的自我效能感水平及其与心理健康的关系,对于该群体的心理健康维护具有十分重要的意义,但目前尚未见相关研究报道。

本研究拟采用一般自我效能感量表和症状自评量表调查高原地区军人的自我效能感及心理健康水平现状,探讨二者之间的关系,试图为高原军人心理健康维护提供一些借鉴。

### 对象与方法

1. 对象:于2014年12月~2015年1月采用分层整群抽样的方法选取驻西藏地区的3000~5000m海拔的高原军人(高原军人组:入伍前生活地区为平原地区,入伍后驻地高原地区)663例,驻陕西平原地区海拔低于1000m的军人(平原军人组:入伍前生活地区和入伍后驻地皆为平原地区)402例。高原军人组平均年龄 $21.70 \pm 2.67$ 岁,平均军龄 $3.15 \pm 2.32$ 岁;平原军人组平均年龄 $21.44 \pm 2.79$ 岁,平均军龄 $3.37 \pm 2.31$ 岁。

2. 研究工具:(1)一般自我效能感量表(General Self-Efficacy Scale, GSES)由Ralf Schwarzer教授等编制,共计10个条目<sup>[9]</sup>。该量表采用李克特4点计分方式:完全不正确计1分、有点正确计2分,多数正确计3分,完全正确计4分,10个条目得分综合即为量表总分,得分越高表明个体的一般自我效能感越高,具有较高的自信心水平,能够以多种方式应对和解决问题。该量表的中文版本由王才康等<sup>[10]</sup>修订,具有良好的信度与效度,内部一致性系数为0.87,重测信度为0.83。(2)症状自评量表(Symptom Checklist-90, SCL-90)由Derogatis等<sup>[11]</sup>编制,共计90个条目,分为10个因子,分别是躯体化、强迫、人际关系、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性及其他。该量表常被用来评定个体的心理健康水平,采用李克特5点计分方式,各因子得分总和即为量表总分,总分越高表明个体的心理健康水平越低。SCL-90的中文版最初由王征宇修订,后经过金华和吴文源教授的修订并制定了中国常模,该量表中文修订版具有较好的信效度,以往研究报告该量表的同质性信度为0.635~0.856,各因子和总量表的相关在0.692~0.897<sup>[12-14]</sup>。基于以往文献回顾,高原军人在躯体化、强迫、抑郁、恐怖、焦虑5个因子的得分显著高于常模,故本研究中仅使用了SCL-90中这5个因子来度量心理健康状况。

3. 质量控制:测验主试人员经过心理测量专业知识培训,测验严格按照团体心理测验施测规范进行。测验完成后由主试人员当场检查被试完成情况并回收,回收率100%。

4. 统计方法:使用SPSS 16.0软件统计包进行数据分析,对计量数据的组间差异比较采用独立样本 $t$ 检验,相关分析适用Spearman相关,回归分析适用逐步回归法,以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

### 结 果

1. 高原军人和平原军人心理健康状况和一般自我效能感的差异:由表1可见,高原军人的SCL-90躯体化、强迫、抑郁、焦虑、恐怖、5个阳性因子的得分均显著高于平原军人( $P < 0.01$ ),高原军人的一般自我效能量表得分显著低于平原军人( $P < 0.01$ )。

表1 高原军人和平原军人心理健康状况和一般自我效能感的差异比较( $\bar{x} \pm s$ )

分组	平原军人 ( $n = 413$ )	高原军人 ( $n = 664$ )	$t$
躯体化	$1.32 \pm 0.37$	$1.59 \pm 0.63$	$-8.54^*$
强迫	$1.48 \pm 0.47$	$1.63 \pm 0.61$	$-4.56^*$
抑郁	$1.26 \pm 0.35$	$1.44 \pm 0.56$	$-6.72^*$
焦虑	$1.23 \pm 0.31$	$1.42 \pm 0.55$	$-7.44^*$
恐怖	$1.16 \pm 0.30$	$1.26 \pm 0.47$	$-4.20^*$
一般自我效能感	$2.92 \pm 0.53$	$2.81 \pm 0.51$	$3.16^*$

\*  $P < 0.01$

2. 高原军人心理健康状况和一般自我效能感的关系:由表2可见,高原军人的一般自我效能得分与SCL-90 5个阳性因子的各因子得分均呈显著负相关( $P < 0.01$ )。

表2 高原军人SCL-90 5因子分数及各因子与一般自我效能感的相关系数( $n = 664$ )

分组	躯体化	强迫	抑郁	焦虑	恐怖
强迫	0.732*	-			
抑郁	0.735*	0.841*	-		
焦虑	0.753*	0.803*	0.847*	-	
恐怖	0.638*	0.711*	0.741*	0.788*	-
一般自我效能	$-0.205^*$	$-0.228^*$	$-0.251^*$	$-0.192^*$	$-0.131^*$

\*  $P < 0.01$

3. 回归分析:在控制军龄和年龄这些人口统计学变量后,高原军人的自我效能水平对其SCL-90 5个阳性因子的各因子得分均具有显著的预测作用( $P < 0.05$ ),其中对抑郁因子分数的预测率接近于10%。

表3 高原军人和一般自我效能感对心理健康状况的回归分析

因变量	$r^2$	$\beta$	$t$
躯体化	0.075	-0.217	$-5.78^*$
强迫	0.076	-0.237	$-6.32^*$
抑郁	0.099	-0.263	$-7.11^*$
焦虑	0.067	-0.204	$-5.40^*$
恐怖	0.046	-0.142	$-3.73^*$

\*  $P < 0.01$

## 讨 论

本研究结果表明,高原地区军人的心理健康水平和一般自我效能感显著低于平原地区军人,且高原地区军人的一般自我效能感对于其心理健康水平具有显著预测作用。

与以往研究结果类似,本研究中发现高原军人组心理健康水平较平原军人组低,表现为高原军人组 SCL-90 躯体化、强迫、焦虑、抑郁、恐怖 5 个阳性因子的得分显著高于平原军人组。从以往研究来看,高原军人心理健康水平的处于一个较低的水平主要来自环境及其相关的生理诱因,高原地区海拔高、空气稀薄等因素对个体的生理状况会带来不利影响,使个体产生一些躯体化症状并且诱导出焦虑等负面情绪。再加上高原环境人烟稀少、部队环境封闭,官兵缺少足够的社会支持,导致心理上敌对抵触增加,这些都对官兵的心理健康造成了不利影响<sup>[2-7]</sup>。值得注意的是,相较于前人研究心理健康水平的恶化仅表现在个别维度,本研究中发现高原军人组在所选取的 5 个因子的得分均显著高于平原军人组。造成这一差异的主要原因可能是本研究选取的高原组军人入伍前的生活地皆为平原地区,排除了入伍前生活地为高原地区的高原军人,更加凸显了高原因素给军人心理健康带来的影响。

此外,本研究通过回归分析探讨了高原军人组的一般自我效能感与心理健康水平之间的关系,发现自我效能感能够较好地预测高原军人的心理健康水平,这与以往在普通人群中得到的结果类似。自我效能感是班杜拉提出的概念,表现了个体对自己是否有能力去完成特定行为的主观期望。个体的自我效能感水平能够很好地反映个体对自身行为的控制以及对现实变化的应对。以往研究表明,自我效能感能影响个体的神经系统活性和生化激素水平,对心理健康会带来直接影响,这很好的解释了本研究中自我效能感水平对高原军人心理健康水平的预测作用。从这个角度而言,为了维护高原军人的心理健康,可以从自我效能感这一可控的心理因素着手,这与人本主义的治疗理念是相符的。在实际应用中,应充分激发高原军人的主观能动作用,使他们对高原环境所带来的影响有一个合理的认识。通过激励来提高高原军人的自我效能感水平,增加其对抗高原环境负面因素的信念,促进其自我提升与适应,从而有效维护心理健康的正常水平<sup>[8]</sup>。就部队的心理工作建设而言,目前处于一个由预防到促进的转变时期。以往部队的心理工作主

要关注于对负面因素进行预防和对心理疾病的治疗;而对如何正性引导官兵,促升官兵建立积极的心理信念这方面促进型的工作还有待加强。本研究所关注的自我效能感问题从一定程度上能够为促进部队心理工作的这一转变提供抓手和借鉴。

本研究通过对高原军人健康和一般自我效能感关系的探讨,发现高原军人的心理健康水平和一般自我效能感水平显著低于平原军人,且高原军人的一般自我效能水平对其心理健康状况具有显著的预测作用。这一结果提示我们可以从心理这一可变因素着手,去维护高原军人的心理健康,对于高原军人日常心理健康维护具有重要的参考意义。但是值得注意的是,影响个体心理健康水平的因素还很多,以后的研究还需要综合多种心理和社会因素来探讨高原环境对高原军人心理健康的影响,获取更为全面、准确的信息。

## 参考文献

- 1 Betz M, Valley M, Lowenstein S, Honigman B. Suicide at high altitude: the importance of sociodemographic and mental health care factors [J]. *High Altitude Medicine & Biology*, 2012, 13(2): 138
- 2 安改红, 陈学伟, 张娜, 等. 急进高原作业对官兵心理健康的影响 [J]. *解放军预防医学杂志*, 2014, 32(5): 425-426
- 3 康琳, 李小明, 肖伟宏, 等. 新疆不同海拔高原边防军人心理健康状况调查分析 [J]. *中国健康教育*, 2013, 29(7): 634-635
- 4 王蕊, 刘瑶. 高原部队军人心理健康状况影响因素研究及对策 [J]. *第四军医大学学报*, 2008, 29(4): 383
- 5 王雅西, 彭顺舟, 胥宏宏, 等. 高原军人心理健康状况调查 [J]. *人民军医*, 2008, 51(8): 492-493
- 6 师琨, 魏焕成, 代传民, 等. 高原对官兵心理特点影响的研究 [J]. *中国疗养医学*, 2014, 23(11): 961-962
- 7 陶慧, 张泉龙, 阳盛洪. 高原地区驻守官兵高原适应状况调查 [J]. *西北国防医学杂志*, 2014, 35(4): 316-318
- 8 Guilmón N, Nieto R, Pousada M, et al. Quality of life and mental health among parents of children with cerebral palsy: the influence of self-efficacy and coping strategies [J]. *Journal of Clinical Nursing*, 2013, 22(11): 1579-1590
- 9 Luszczynska A, Scholz U, Schwarzer R. The general self-efficacy scale: multicultural validation studies [J]. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 2010, 139(5): 439-457
- 10 王才康, 胡中锋, 刘勇. 一般自我效能感量表的信度和效度研究 [J]. *应用心理学*, 2001, 7(1): 37-40
- 11 Derogatis L, Rickels K, Rock A. The SCL-90 and the MMPI: a step in the validation of a new self-report scale [J]. *The British Journal of Psychiatry*, 1976, 128(3): 280-289
- 12 唐秋萍, 程灶火, 袁爱华, 等. SCL-90 在中国的应用与分析 [J]. *中国临床心理学杂志*, 1999, 7(1): 16-20
- 13 金华, 吴文源, 张明园. 中国正常人 SCL-90 评定结果的初步分析 [J]. *中国神经精神疾病杂志*, 1986, 12(5): 260-263
- 14 王征宇. 症状自评量表(SCL-90) [J]. *上海精神医学*, 1984, 2(2): 68-70

(收稿日期:2015-05-21)

(修回日期:2015-06-01)