

心理弹性对贫困大学生生活压力与自杀意念关系的调节作用

杨艳^a, 邓婕^b

(南昌工程学院 a. 马克思主义学院; b. 计划财务处, 江西 南昌 330099)

摘要:采用大学生日常生活压力量表、青少年心理弹性量表和症状自评量表,对在江西省某高校随机选取的1000名贫困生进行调查。调查显示,贫困大学生自杀意念周检出率为15.27%,性别差异无统计学意义($\chi^2 = 0.010, P > 0.05$);贫困大学生的生活压力与自杀意念呈正相关($r = 0.410, P < 0.01$);心理弹性在生活压力与自杀意念的关系中起调节作用($\Delta R^2 = 0.032, \Delta F = 40.163, P < 0.01$)。因此,提高贫困生的心理弹性可以作为高校贫困生危机干预与预防工作的内容之一。

关键词:心理弹性;生活压力;自杀意念;贫困大学生

中图分类号:G444

文献标志码:A

文章编号:1674-5884(2015)02-0137-04

贫困大学生是指由于家庭经济困难,在校期间无力缴纳学费以及购置必要的学习用品,基本生活费不能达到学校所在地最低标准,日常生活没有保障的大学生^[1]。贫困大学生作为大学生队伍中的一个特殊群体,不仅要面对普通学生所必需面对的各类问题,而且还要承受因经济拮据而带来的生活压力。所以,贫困大学生相对而言会感受到更大的心理压力,从而更容易产生心理困扰,出现心理问题。相关研究表明,贫困大学生的心理健康水平较低,心理问题多于非贫困大学生^[2,3]。甚至有研究发现,贫困在一定程度上影响到大学生健全人格的形成^[4]。但是,贫困并没有给每个贫困大学生都带来消极的结果。实际生活中,有许多贫困大学生乐观地面对贫困,学业优秀,社会功能完备。为什么面对同样的经济拮据,有的大学生会适应不良,出现心理问题?而有的大学生却适应良好,心理健康?这提示我们,在贫困大学生的生活压力和心理健康之间有调节变量的存在。近些年来,心理弹性作为一种积极心理的品质,日益为心理学家所重视。有许多研究发现,心理弹性在压力与健康之间能起到中介或调节作用^[5,6,7]。基于此,本研究试图探明心理弹性对贫困大学生生活压力与自杀意念的关系是否具有调节作用,以为高校贫困生心理健康教育,尤其是高校贫困生危机干预工作提供一定理论参考。

1 对象与方法

1.1 对象

在获得江西省某高校学工处的帮助下,按照该学工处所提供的贫困生名单随机选取1000名大学生进行问卷调查。调查后获有效问卷982份,有效回收率为98.2%。其中男生507人,占51.63%;女生475人,占48.37%。被试年龄为17~24岁(19.38 ± 1.12)。

1.2 工具

(1)大学生日常生活压力调查量表^[8]

收稿日期:20140720

基金项目:江西省教育科学规划项目(13YB175)

作者简介:杨艳(1982-),女,河南周口人,讲师,硕士,主要从事社会心理学研究。

该量表由刘陈陵(2002)编制。量表共包含构成大学生日常生活压力源的 63 项生活压力事件,各项目采用李克特五点计分法,“1”表示“没有压力感”,“2”表示“很轻的压力”,“3”表示“一般程度的压力”,“4”表示“较重的压力”,“5”表示“压力感很重”。量表包含学业成就与前途、异性交往与性、家庭关系与变故、健康与伤亡、经济交往、生活改变与环境、纪律或法律行为等 8 个因子,各因子的得分为该因子所含项目得分的平均分,量表总分为各因子得分之和。该量表时隔一个月的重测信度为 0.73,内部一致性 Cronbach's α 系数为 0.87,与 SCL-90 总分的关联效度为 0.40。本研究中各分量表的 Cronbach's α 为 0.647~0.791,总量表的 Cronbach's α 为 0.823。

(2)青少年心理弹性量表

该量表由北京大学心理学系胡月琴、甘怡群编制。共有 27 题,由被试根据自己的实际情况,按照“完全不符合”“比较不符合”“说不清”“比较符合”“完全符合”5 个等级进行自我评定,分别计 1 分到 5 分。量表包含目标专注、人际协助、家庭支持、情绪控制和积极认知等 5 个因子,各因子的得分为该因子所含项目得分的平均分,量表总分为各因子得分的平均分。有关研究表明,该量表具有良好的信度和效度^[9]。本研究中各分量表的 Cronbach's α 为 0.631~0.687,总量表的 Cronbach's α 为 0.726。

(3)症状自评量表(SCL-90)^[10]

为避免自杀调查可能会给贫困大学生带来的负面影响,本研究在对大学生的自杀意念进行调查时没有采用表面效度较为明显的一般自杀意念问卷,而是按照有关研究^[11]的建议,采用症状自评量表(Symptom Checklist 90,SCL-90),以调查心理健康的名义进行。SCL-90 是国内外应用十分广泛的心理健康自评量表之一。量表共包含 90 个自我评定项目,每个项目按 1~5 记分。本研究对大学生自杀意念的判定是根据其 SCL-90 第 15 题“最近 1 周想结束自己的生命”的得分情况进行,得分越高表示自杀意念越严重。若被试该题的得分=1 分则判定为无自杀意念,得分 ≥ 2 分则判定为有自杀意念。

1.3 数据整理与分析

调查中所获得的资料和数据采用 SPSS17.0 录入、整理并进行统计分析,统计分析方法主要有 χ^2 检验、相关分析、回归分析。

2 结果

2.1 贫困大学生自杀意念检出情况

本次调查中,共有 150 名贫困大学生在 SCL-90 第 15 题上的得分 ≥ 2 分,自杀意念检出率为 15.27%(150/982)。因为 SCL-90 所调查的是被试最近一个星期的情况,所以此检出率为周检出率。其中男生自杀意念检出人数为 78 人,检出率为 15.38%(78/507);女生自杀意念检出人数为 72 人,检出率为 15.38%(78/507)。男生和女生自杀意念检出率的差异无统计学意义($\chi^2=0.010,P>0.05$)。

2.2 贫困大学生生活压力、自杀意念和心理弹性的相关性分析

为突出本研究主旨,简化说明程序,本研究仅对贫困大学生各量表的总分进行相关性分析,对各量表的各个因子得分的相关性则不涉及。表 1 列出了贫困大学生各量表得分的相关矩阵。由表 1 可见,贫困大学生的自杀意念与生活压力呈显著正相关,与心理弹性呈显著负相关(P 值均 <0.01);生活压力与心理弹性呈显著负相关($P<0.05$)。这表明生活压力是贫困大学生自杀意念的风险因素,而心理弹性是贫困大学生自杀意念的保护因素。

表 1 高校贫困生心理压力、自杀意念和心理弹性的相关性分析($n=982$)

	$M \pm SD$	生活压力	自杀意念	心理弹性
生活压力	21.25 \pm 7.25	1		
自杀意念	1.22 \pm 0.60	0.410 **	1	
心理弹性	3.45 \pm 1.21	-0.073 *	-0.166 **	1

注:**表示 $P<0.01$,*表示 $P<0.05$ 。

2.3 心理弹性对贫困大学生生活压力与自杀意念关系的调节作用

理想的调节变量是与自变量和因变量的相关都不大^[12]。由表1可见,贫困大学生生活压力与自杀意念的相关系数为0.410,而心理弹性与生活压力、自杀意念的相关系数分别为-0.073、-0.166,因此,心理弹性符合调节变量检验条件。本研究按相关文献^[13]的建议,使用分层回归分析方法考察心理弹性对生活压力与自杀意念关系的调节作用。在进行回归分析前,所有变量都转换成标准分。以自杀意念为因变量,第一步加入生活压力(自变量X)与心理弹性(调节变量W)的标准分,第二步加入生活压力与心理弹性的标准分生成的交互项“生活压力×心理弹性”(自变量与调节变量的乘积XW)。分层回归分析结果见表2。从表2可以看出,生活压力在很大程度上直接导致自杀意念发生率的增加,但心理弹性在生活压力与自杀意念之间起缓解作用,即在面临生活压力的时候,心理弹性越强的贫困大学生越少产生自杀意念。

表2 心理弹性对高校贫困生生活压力与自杀意念关系的调节作用

回归步骤	因变量(Y)	自变量	β 值	R^2 值	ΔR^2 值	ΔF 值
第1步	自杀意念	生活压力(X)	0.400**	0.186	0.186	112.046**
		心理弹性(W)	-0.137**			
第2步		生活压力(X)	0.366**	0.218	0.032	40.163**
		心理弹性(W)	-0.148**			
		生活压力×心理弹性(XW)	-0.183**			

注:**表示 $P < 0.01$ 。

为进一步考察心理弹性的调节作用,采用回归分析分别考察高心理弹性组($Z > 0$)和低者心理弹性组($Z < 0$)的生活压力对自杀意念的预测程度。结果发现,对于高心理弹性组,生活压力虽然是自杀意念的显著的预测变量,但只能解释自杀意念6.0%的变异($R^2 = 0.060, \beta = 0.245, t = 6.062, P < 0.01$);对于低心理弹性组,生活压力能够更显著地预测自杀意念,可以解释自杀意念23.8%的变异($R^2 = 0.238, \beta = 0.488, t = 11.211, P < 0.01$)。

3 讨论

自杀是指个体蓄意或自愿采取各种手段结束自己生命的行为。大学生的自杀行为,会给学生本人及其家庭、给社会、给国家带来极大的负面后果。正如费立鹏先生所说:“自杀,一个都太多”。因此,大学生的自杀问题一直颇受关注。有研究指出,高校贫困生承受着各方面更多的压力,更易产生心理危机问题,所以更需要关注,更需要有效的心理危机干预措施^[14]。但是,综观当前已有关于大学生自杀研究的文献,关于高校贫困生自杀的研究却极为少见。本研究发现,贫困大学生自杀意念的周检出率为15.27%。由于本研究未设置非贫困组予以对照,很难就此认定相对于非贫困大学生而言,贫困大学生的自杀意念发生率究竟是高还是低。但是,本研究同时还发现,贫困大学生的生活压力为 21.25 ± 7.25 ,这与刘玉梅^[15]的研究结果(21.04 ± 6.99)颇为一致,也高于刘玉梅研究中所报告的非贫困生生活压力的得分(18.98 ± 6.28)。这一方面说明了本研究结果的可信性,另一方面,由于自杀意念往往由压力性事件所引起^[16],因此,这也可以提示我们,相对于非贫困大学生而言,贫困大学生很可能有着更高的自杀意念发生率。

当前针对大学生自杀行为的预防和干预措施很多,但一般认为,预防自杀的目的如果太明显,在带来积极影响的同时,也会带来较大的消极影响^[17]。因此,学界普遍认为,自杀预防和干预工作最好是从提高个体的心理社会能力入手,帮助当事人减轻压力,解除当前的自杀危机状态,并使其更加成熟的面临未来的危机^[18]。袁建勤、戈琴在实际工作中发现,提高大学生的心理素质和应对困难能力对于高校自杀行为的干预具有重要意义^[19]。周凯、叶广俊的研究发现,借用提高生活技能的方式可以达到干预大学生自杀行为的效果^[20]。近些年来,心理弹性作为一种积极的心理品质,能够有效缓解压力、维护

心理健康的作用,因此日益为心理学家所重视。心理弹性是个体经历了逆境或者创伤后仍能保持或很快恢复正常的心理机能^[21],是“自我调适机制”的成功应对^[22]。本研究发现,心理弹性在贫困大学生的生活压力与自杀意念之间能起到调节作用,即在面临生活压力的时候,心理弹性越强的贫困大学生越少产生自杀意念。本研究结果提示,心理弹性是贫困大学生自杀意念的重要保护因素。因此,对于高校贫困生危机预防与工作而言,既要考虑如何实质上降低贫困生的生活压力,又要关注他们的心理弹性,以提高他们的抗压能力,从而有效防范极端心理危机的发生。

参考文献:

- [1] 胡志华,唐彪,闵文明.关于高校贫困生的现状分析及对策思考[J].中国大学生就业,2007(14):26-27,30.
- [2] 周舒冬,邹宇华,张东枚,李丽霞,李燕芬.大学贫困生生活状况与心理健康状况调查[J].中国学校卫生,2005,26(6):460-461.
- [3] 黄晓音,陈先建,王爱武,黄汉津.高校贫困生神经症患病情况及影响因素分析[J].中国学校卫生,2008,29(3):226-227.
- [4] 郝其宏.贫困大学生心理困境体系的构建[J].中国学校卫生,2007,28(3):272-273.
- [5] 高登峰.大学生学习压力、心理弹性、心理健康的关系研究[D].武昌:华中科技大学硕士学位论文,2008.
- [6] 路晓倩.本科毕业生就业压力、心理弹性与焦虑水平的关系研究[D].广州:广州大学硕士学位论文,2011.
- [7] 王慧.新生代农民工心理压力 and 心理健康的关系:心理弹性的中介作用[D].山西大学硕士学位论文,2012.
- [8] 刘陈陵.大学生日常生活压力社会支持的相关研究[D].武昌:华中师范大学硕士学位论文,2002.
- [9] 王春振.高中生心理弹性、应对方式与考试焦虑关系研究[D].曲阜:曲阜师范大学专业硕士学位论文,2011.
- [10] 汪向东,王希林,马弘.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,1999:31-35.
- [11] 黄乔蓉,刘博,冯铁蕾.生活事件与大学生自杀意念的相关研究[J].中国健康心理学杂志,2007,15(3):210-213.
- [12] 温忠麟,刘红云,侯杰泰.调节效应和中介效应分析[M].北京:教育科学出版社,2012.
- [13] 温忠麟,侯杰泰,张雷.调节效应与中介效应的比较和应用[J].心理学报,2005,37(2):268-274.
- [14] 葛纓,曹成刚.对一例自杀未遂贫困生的叙事疗法干预[J].中国心理卫生杂志,2008,22(1):52-54.
- [15] 刘玉梅.蒙汉贫困大学生生活压力、社会支持与心理健康的相关研究[D].呼和浩特:内蒙古师范大学,2005.
- [16] 李献云,费立鹏,张艳萍.负性生活事件与自杀行为研究[J].中国神经精神疾病杂志,2008,34(3):156-160.
- [17] Fox C, Haw TK. 防止青少年自我伤害[M].高翔,王晓辰,译.北京:世界图书出版社,2006.
- [18] 高荣.基于提高心理社会应对能力的预防青少年自杀心理行为训练教程的标志及其应用研究[D].合肥:安徽医科大学,2010.
- [19] 袁建勤,戈琴.高校学生自杀危机干预及应急处置机制研究[J].教育与职业,2006(23):102-103.
- [20] 周凯,叶广俊.生活技能教育对提高学生心理健康的干预研究[J].中国心理卫生杂志,2002,16(5):323-326.
- [21] Luthar SS, Cicchetti D, Becker B. The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work[J]. Child Development, 2000, 71(3):543-562.
- [22] Richardson GE. The metatheory of resilience and resiliency[J]. Journal of Clinical Psychology, 2002, 58(3):307-321.

(责任校对 谢宜辰)