

军队新入职文职人员领悟社会支持与心理应激关系：弹性的中介作用

胡迪¹, 白昕¹, 张洋², 孙洪涛³

¹武警后勤学院学兵二大队, 天津

²新疆总队塔城支队卫生队, 新疆 伊犁

³武警特色医学中心神经创伤及修复研究所, 天津

收稿日期: 2023年3月2日; 录用日期: 2023年5月1日; 发布日期: 2023年5月12日

摘要

目的: 了解军队新入职文职人员领悟社会支持、弹性与心理应激的关系。方法: 采用领悟社会支持量表、压力(应激)反应问卷、弹性量表, 对374名军队新入职文职人员进行测量, 使用逐层回归法和Bootstrap法验证弹性的中介作用。结果: 1) 军队新入职文职人员领悟社会支持与心理应激呈显著正相关($r = 0.43, P < 0.01$); 军队新入职文职人员领悟社会支持与弹性呈显著正相关($r = 0.50, P < 0.01$); 军队新入职文职人员弹性与心理应激呈显著正相关($r = 0.39, P < 0.01$)。2) 逐层回归显示军队新入职文职人员弹性在领悟社会支持与心理应激间起中介作用。Bootstrap检验结果表明, 领悟社会支持不仅对心理应激有直接预测作用, 而且还能通过间接作用影响心理应激。结论: 弹性在军队新入职文职人员领悟社会支持与心理应激之间起中介作用。

关键词

领悟社会支持, 心理应激, 弹性, 军队新入职文职人员

The Relationship between Perceived Social Support and Psychological Stress among the Newly-Recruited Military Civilian Staff: The Mediating Effect of Resilience

Di Hu¹, Xin Bai¹, Yang Zhang², Hongtao Sun³

¹Trainee Group 2 of Logistics University of People's Armed Police Force, Tianjin

²Health Team of Tacheng Detachment, Yili Xinjiang

³Institute of Trauma and Repair in Special Medicine of Armed Police, Tianjin

Received: Mar. 2nd, 2023; accepted: May 1st, 2023; published: May 12th, 2023

文章引用: 胡迪, 白昕, 张洋, 孙洪涛(2023). 军队新入职文职人员领悟社会支持与心理应激关系：弹性的中介作用. 心理学进展, 13(5), 1721-1727. DOI: 10.12677/ap.2023.135208

Abstract

Objective: The purpose of this study is to understand the relationship between perceived social support, resilience and psychological stress of the newly-recruited military civilian staff. **Methods:** Using the Perceived Social Support Scale, Stress Response Questionnaire, Resilience Scale, 374 newly-recruited military civilian staff tested for perceived social support, resilience and psychological stress, and the mediating effects of resilience were verified using hierarchical regression and Bootstrap methods. **Results:** 1) There was a significant correlation between perceived social support and psychological stress of the newly-recruited military civilian staff ($r = 0.43, P < 0.01$); Perceived social support was significantly correlated with resilience ($r = 0.50, P < 0.01$); Resilience was significantly correlated with psychological stress ($r = 0.39, P < 0.01$). 2) Layer-by-layer regression showed that resilience played a mediating role between perceived social support and psychological stress. Bootstrap test results show that perceived social support not only has a direct predictive effect on psychological stress, but also affects psychological stress through indirect effects. **Conclusion:** Resilience played a mediating role in the relationship between perceived social support and psychological stress of the newly-recruited military civilian staff.

Keywords

Perceived Social Support, Psychological Stress, Resilience, Newly-Recruited Military Civilian Staff

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

心理应激是指一个人觉察或意识到自己处于或即将处于一个难以应付的环境时所产生的的一种紧张的身心状态,通常通过各种心理和生理反应表现出来。新入职文职人员岗前培训是普通地方青年向非现役文职人员身份过渡的过程,面临一系列角色转换问题,往往处于生理和心理的应激状态。研究表明,心理应激可抑制人体免疫系统,并引起内分泌激素水平的改变,与抑郁、自杀倾向显著正相关(王倩倩,杨振斌,李焰,2014)。

社会支持作为一种重要的心理资源与个体的心理健康关系密切。领悟社会支持(perceived social support)是相对于实际社会支持(received/enacted social support)而言,指个体对社会支持的期望和评价,是对可能获得的社会支持的信念(Barrera, 1986)。相较于实际社会支持,领悟社会支持更能有效预测个体心理健康(Brisette, Scheier, & Carver, 2002)。社会支持的缓冲器模型认为,个体领悟到的社会支持水平对负性事件有良好的缓冲作用(黄鹏, 2019)。研究表明,社会支持与个体的总体幸福感和心理健康有着密切的关系,领悟社会支持水平较高的个体具有更强的抗压能力(Gençöz, Özlale, & Lennon, 2004)。

弹性是个体的一种人格特质,是指个体能够从压力和逆境中恢复的能力(Connor & Davidson, 2003)。研究已经证实,弹性与心理应激之间存在显著负相关(朱志坚,王乾宇,张猜,曹振宇,张月娟,2020)。在弹性形成及发展过程中起关键中介作用的“保护性因素”有社会支持,自我效能感等(马伟娜,桑标,洪灵敏,2008)。

对于心理应激的研究,以往更多关注新兵的集训应激状况,而新入职文职人员岗前培训期心理应激

状况的研究还较少。该研究旨在对培训期间新入职文职人员领悟社会支持、弹性与心理应激的关系进行分析。从探索军队新入职文职人员领悟社会支持、弹性与心理应激水平之间的关系入手,有针对性地制定军队新入职文职人员的心理健康教育方案和心理干预措施提供科学依据,为维护军队新入职文职人员的心理健康提供支撑。

2. 资料与方法

2.1. 一般资料

采用方便抽样法,整群抽取武警某部新晋社招文职集训单位文职人员为调查对象,发放问卷 405 份,删除不完整作答问卷 31 份,获得有效问卷 374 份(92.3%)。总体样本基本情况如下:男性 117 名(47.3%),女性 194 名(52.7%);年龄段 25 岁以下 29 名(7.8%),26~35 岁 283 名(75.7%),36~45 岁 62 名(16.6%);汉族 349 名(93.3%)少数民族 25 名(6.7%)其中满族 7 名,苗族 4 名,回族和土家族 3 名,蒙族壮族羌族 2 名,黎族和布依族 1 名,博士学历 5 名(1.3%),硕士 44 名(11.8%),本科 311 名(83.2%),大专 14 名(3.7%)。

2.2. 方法

1) 自编一般情况调查表:包括被试年龄、性别、民族、籍贯、受教育程度等一般人口学特征。

2) 领悟社会支持量表(PSSS):由 Zimet 等人编制,我国学者姜乾金修订。包含朋友支持、家庭支持、其他支持 3 个维度,12 个条目,采用 7 点计分法从 1~7 分别表示极不同意、很不同意、稍微不同意、中立、稍同意、很同意、极同意。各维度所属项目之和为维度分,所有项目之和为量表总分,得分越高说明领悟社会支持水平越高,本次调查中 α 系数为 0.89。

3) 压力(应激)反应问卷(SRQ):该量表由姜乾金编制,包含情绪反应(FER)、躯体反应(FPR)和行为反应(FBR)三个维度,28 个条目,采用 5 点计分法从 1~5 分别表示是、基本是、中等是、有点是、不是。各维度所属项目之和为维度分,所有项目之和为量表总分,表示应激(压力)反应程度。本次调查中 α 系数为 0.82。

4) 弹性量表(CD-RISC):该量表由 Connor 等人编制,我国学者张建新等翻译修订(席居哲,桑标,2002)。包含坚韧性、力量性、乐观性 3 个维度,25 个条目,采用 5 点计分法从 0~4 分别表示完全不是这样、很少这样、有时这样、经常这样、几乎总是这样。各维度所属项目之和为维度分,所有项目之和为量表总分,得分越高,说明弹性越好,本次调查中 α 系数为 0.91。

采用问卷调查的方法,以集训队为单位进行现场施测,调查时间为新晋文职入伍后集训的第二个月。施测前由培训过的研究员采用统一的指导语说明研究目的及作答规范,为消除被试顾虑,以匿名的方式独立作答,待被试作答完毕以后,统一回收。被试均知情同意,研究程序和内容是符合武警特色医学中心伦理委员会的标准,并获得该委员会的批准。

2.3. 统计处理

为保证数据录入的准确性,采用双人录入的形式建立数据资料库,用 SPSS26.0 软件对数据资料进行分析。使用独立样本 t 检验和单因素方差分析检验不同人口学特征在各变量得分上的差异;使用吉尔逊积差相关分析各变量之间的相关关系;使用 Harman 单因素检验共同方法偏差;使用逐步回归法和 Process 程序 bootstrap 对中介效应进行检验。检验水准为 $\alpha = 0.05$ 。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差检验

采用 Harman 单因子检验方法,将领悟社会支持、弹性、心理应激等变量的所有条目进行未旋转的

探索性因子分析,结果显示,最大特征根变异系数为 30.10%,小于 40%,表示不存在严重的共同方法偏差。

3.2. 不同类别变量中人口学特征分析

Table 1. Analysis of demographic characteristics in different categories of variables
表 1. 不同类别变量中人口学特征分析

项目		心理应激	社会支持	弹性
性别	男	125.35 ± 16.77	66.12 ± 10.96	66.67 ± 12.748
	女	129.82 ± 9.35	71.92 ± 8.73	68.95 ± 11.603
	t	-3.13	-5.62	-1.81
	P	0.002	0.001	0.071
学历	博士	123.00 ± 13.546	61.60 ± 9.317	61.40 ± 13.849
	硕士	120.68 ± 21.136	65.34 ± 11.680	66.50 ± 13.641
	本科	128.61 ± 12.097	69.75 ± 10.073	68.21 ± 12.059
	大专	131.36 ± 6.452	71.14 ± 6.100	66.93 ± 9.950
	F	5.10	3.52	0.76
	P	0.002	0.015	0.517

使用独立样本 t 检验和方差分析检验不同性别、受教育程度在心理应激、领悟社会支持和弹性得分上的差异。结果表明,不同性别新晋文职人员在心理应激和社会支持的得分上存在显著差异。受教育程度不同的新晋文职人员在心理应激和社会支持的得分也存在显著差异。见表 1。

3.3. 军队新入职文职人员领悟社会支持程度、弹性和心理应激水平的相关分析

对军队新入职文职人员领悟社会支持得分、弹性得分及心理应激得分进行 Pearson 相关分析。结果显示,军队新入职文职人员领悟社会支持得分与弹性得分及心理应激得分均呈现相关显著,弹性得分与领悟社会支持得分及心理应激得分均呈现相关显著,心理应激得分与领悟社会支持得分及弹性得分均呈现相关显著关。见表 2。

Table 2. The correlation analysis between perceived social support, resilience and psychological stress (r)
表 2. 领悟社会支持和弹性、心理应激得分的相关分析(r)

	$\bar{x}$	s	1	2	3
领悟社会支持 1	69.18	10.26	1		
心理应激 2	128.26	14.00	0.430**	1	
弹性 3	67.88	12.22	0.499**	0.393**	1

注: **表示 $P < 0.01$ 。

3.4. 弹性在军队新入职文职人员领悟社会支持与心理应激之间的中介效应检验

根据温忠麟等的中介效应检验步骤对军队新入职文职人员弹性在领悟社会支持与心理应激水平关系中的中介效应进行检验(温忠麟等, 2004)。军队新入职文职人员领悟社会支持可显著正向预测弹性和心理

应激,同时弹性可以显著的正向预测心理应激,说明领悟社会支持对心理应激关系的作用同时存在直接效应和间接效应。其中,领悟社会支持对心理应激的直接效应是 0.424,占总效应(0.586)的 72.4%,间接效应为 0.162,占总效应的 27.6%。此外,SPSS 软件分析数据结果表明,“领悟社会支持→弹性→心理应激”路径的 95%置信区间(LIICL = 0.0436, ULICL = 0.2535)不包括 0,表明了弹性在领悟社会支持与心理应激之间起显著的中介作用。由此可知,军队新入职文职人员领悟社会支持、弹性和心理应激之间的关系支持了中介效应模型。见图 1。

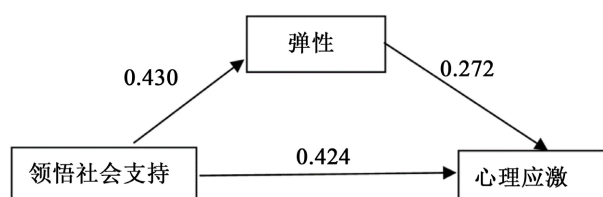


Figure 1. The mediation path of reliance
图 1. 弹性的中介路径图

4. 讨论

4.1. 领悟社会支持、弹性与心理应激的关系

本研究发现,军队新入职文职人员领悟社会支持、弹性、心理应激之间两两相关。军队新入职文职人员的领悟社会支持对心理应激水平有正向预测作用。该结论与张水森等的研究结果一致(张水森等, 2017)。领悟社会支持量表主要测量个体领悟社会支持的程度,这也说明,个体对社会支持的领悟水平会直接影响心理应激。本研究结果显示,高心理应激组军队新入职文职人员的弹性水平显著低于心理应激组,弹性与心理应激显著负相关,坚韧性、乐观性、力量性对心理应激有显著预测力。这与徐媛媛等对二炮军人的研究结果一致(徐媛媛等, 2015)。

4.2. 弹性的中介效应分析

领悟社会支持正向预测军队新入职文职人员心理应激水平。领悟社会支持水平越高,相应的心理应激水平越低。这与赵鹏林等人对民兵的研究结果一致(赵鹏林等, 2015)。弹性在领悟社会支持与心理应激之间起中介作用。根据对比中介效应可知领悟社会支持水平越高的个体,弹性越强,体验到心理压力越小,越不可能造成心理应激,而领悟社会支持越差的个体,弹性越弱,体验到心理压力越大,越可能造成心理应激,即领悟社会支持主要是通过影响弹性进而影响心理应激水平(黄鹏, 2019)。

4.3. 建议

综上所述,军队新入职文职人员的心理应激与领悟社会支持及弹性密切相关,因此在集训过程中要有针对性的开展一些活动,来增强文职人员社会支持的领悟和提升其弹性水平,缓解其过度的心理应激状况,使其保持良好的心理健康状态,从而顺利地完从地方社会青年向非现役文职人员的转变,我认为应该从以下几个方面入手。1) 严格检查标准:将心理健康状况调查纳入非现役文职人员体检工作中,并且对体检工作者进行短期心理卫生培训,调查应征青年既往心理健康状况及家人心理健康水平。体检增设心理筛查部分,防止适应能力差和易感素质者进入文职队伍。2) 加强心理保健服务:积极开展心理卫生知识及心理健康宣讲,帮助军队新入职文职人员及时化解不良情绪。向其提供情绪调节的小策略。提升集训骨干心理健康素养,有针对性的对军队新入职文职人员进行弹性训练,培养军队新入职文

职人员坚韧的个性、乐观开朗的性格、和谐的人际关系、正确的自我意识及良好的适应能力。提升新入职文职人员的弹性水平,降低心理应激水平。3) 合理安排集训内容,循序渐进,由易到难。为军队新入职文职人员留出适应军队生活的时间与空间。营造有利于文职人员快速适应的军营环境,向其提供良好的物质、精神环境,结合集训的目标与个人实际情况施行人性化管理等,增强文职人员弹性,以减轻其的心理压力。4) 增强军队新入职文职人员的抗压能力,帮助其领悟环境中的支持因素。培养其弹性,提高个体弹性水平。在集训中注意建立良好的人际关系,加强自我认同,引导自我调节。

4.4. 研究意义和未来展望

首先,本研究结果有助于更好地理解军队新入职文职人员弹性影响心理应激的中介机制,这提示我们在缓解文职人员过度的心理应激状况,保持良好的心理健康过程中,要重视弹性的重要作用。具体而言,可以采用提升军队新入职文职人员对社会支持的领悟水平增强弹性,进而缓解其过度的心理应激状况,保持心理健康。此外,本研究也存在以下不足:首先本次研究的样本偏小存在一定的局限,后续研究会纳入更多的被试,进一步验证研究结果。其次本研究在内容上仅考察了领悟社会支持对心理应激的影响,但领悟社会支持还影响个体的其他方面,如自我效能感等,因此,后续的研究还要纳入其他变量,完善军队新入职文职人员领悟社会支持对心理应激的影响机制;最后,本研究在研究方法上仅采用了问卷调查法,后续的研究可以辅之结构式的访谈进一步验证领悟社会支持与弹性和心理应激的关系。

基金项目

国家自然科学基金(32070791);军队后勤科研计划重点项目(BYCXTD0303);军队后勤科研计划重点项目(WJBWS22J1009)。

参考文献

- 黄鹏(2019). 军人自我效能感、社会支持对组织认同的影响研究: 职业适应能力的中介作用. 硕士学位论文, 长沙: 国防科技大学.
- 马伟娜, 桑标, 洪灵敏(2008). 心理弹性及其作用机制的研究述评. *华东师范大学学报(教育科学版)*, (1), 89-96.
- 王倩倩, 杨振斌, 李焰(2014). 心理应激对自杀倾向的影响: 有调节的中介模型. *中国临床心理学杂志*, 22(6), 1016-1019+1027.
- 温忠麟, 张雷, 侯杰泰, 刘红云(2004). 中介效应检验程序及其应用. *心理学报*, (5), 614-620.
- 席居哲, 桑标(2002). 心理弹性(Resilience)研究综述. *健康心理学杂志*, (4), 314-318.
- 徐媛媛, 蔡云, 黄伟容, 孟玉峰, 谢钧润, 石磊, 陈琰, 彭李, 刘波涛, 于永菊, 李敏(2015). 二炮某部军人心理应激水平与心理弹性、认知偏向和积极情绪的关系. *第三军医大学学报*, 37(7), 698-702.
- 张水淼, 李新利, 崔轶, 蔡文鹏, 邓光辉(2017). 领悟社会支持和海军官兵急性应激反应的关系: 心理弹性的中介效应. *第二军医大学学报*, 38(2), 234-238.
- 赵鹏林, 丁魁, 苏宗义, 惠鹏, 曹冠平(2015). 民兵维稳期间应对方式、社会支持与心理应激的关系. *解放军预防医学杂志*, 33(2), 154-156.
- 朱志坚, 王乾宇, 张猜, 曹振宇, 张月娟(2020). 新兵集体效能感与集训应激后成长的关系: 积极情绪和应对方式的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 28(3), 566-570+575.
- Barrera, M. (1986). Distinctions between Social Support Concepts, Measures, and Models. *American Journal of Community Psychology*, 14, 413-445. <https://doi.org/10.1007/BF00922627>
- Brissette, I., Scheier, M. F., & Carver, C. S. (2002). The Role of Optimism in Social Network Development, Coping, and Psychological Adjustment during a Life Transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 102-111. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.102>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience

Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76-82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>

Gençöz, T., Özlale, Y., & Lennon, R. (2004). Direct and Indirect Effects of Social Support on Psychological Well-Being. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 32, 449-458. <https://doi.org/10.2224/sbp.2004.32.5.449>