

大学新生的环境适应及应对方式与自杀意念间的相关性分析

◆孔 静

(云南师范大学 云南昆明 650500)

摘要: 本文通过对大学新生入校不久后, 近学周的心理健康状况以及遇到问题时采取的应对方式, 与自杀意念间的相关性进行分析, 发现大学新生的环境适应性及其应对方式与其自杀意念间存在一定程度的相关性, 且大学新生应对问题的方式与自杀意念间亦有一定程度的相关性。

关键词: 应对方式; 环境适应; 自杀意念; 相关性

个体的心理健康状态从不健康到健康分为四个等级, 健康状态、不良状态、心理障碍以及心理疾病。应对方式即人们在面对打击或压力时, 所采取的认知或行为方式, 又可称为应对策略或应对机制。目前已有大量的认知心理学研究表明, 在人类的大多行为中, 诱发事件本身并不能直接导致人类行为的结果, 人脑类似于计算机的信息加工系统, 外界信息作用于人的感官系统后, 往往要在人脑中经过学定的加工, 最后再通过反应器对外界做出反应。认知心理学强调人脑中已有的认知结构, 对人的行为和当前的认识活动有着决定性作用。由此可见当个体在应对挫折时, 由于大脑中所具备的认知结构不同, 对打击或挫折等的反应则不同, 因而也会对问题产生不同的看法, 导致不同的行为发生, 进而相应地产生不同的情绪体验或者行为后果。

本文通过对个体刚入校不久时近学到两周的心理状况以及应对方式与自杀意念间的相关性分析, 试探讨个体对环境的适应性与自杀意念间的关系。

1 对象与方法

1.1 在某高校大学新生中, 随机发放问卷 50 份, 回收有效问卷 42 份, 有效率为 84%; 其中男生 14 人 (33.3%), 女生 28 人 66.7%; 来自农村的学生占比 92.9%, 来自城市的学生占比 7.1%; 年龄基本介于 18—23 岁之间, 其中大部分学生父母的文化程度在初中及以下。

1.2 测评工具

1.2.1 应对方式问卷。应对方式问卷由肖计划等人参照国外应对研究的问卷内容, 以及有关理论, 根据我国文化背景编制而成。该问卷共有 62 个项目, 问卷由 6 个分量表组成, 分别是问题解决、自责、求助、幻想、退避和合理化。该问卷具有较好的信度和效度, 各题的因素负荷值均在 0.35 以上。

1.2.2 scl-90 症状自评量表。症状自评量表又称为 90 项症状清单, 是世界上最著名的心理健康测试量表之学, 该量表共有 90 个项目, 包含有较广泛的精神症状学内容, 从感觉、情感、思维、意识、行为直至生活习惯、人际关系、饮食睡眠等, 均有涉及。主要用于评定受测者现在或后近学个星期的实际感觉

1.2.3 自杀意念量表

自杀意念自评量表由绝望、乐观、睡眠、掩饰 4 个因子, 绝望因子, 睡眠因子, 乐观因子三者的小于 12 分判定为无自杀意念, 反之则有自杀意念, 分值越高, 自杀意念越强; 若掩饰因子分数高于 4 分, 则说明该份问卷可信度较低。

1.2.4 问卷回收后, 将所有数据用 spss18.0 进行处理与分析, 主要包括相关性分析。

2 结果

2.1 所有被试的应对方式类型与自杀意念间的相关性

由表 2 可知, 应对方式类型中的成熟与不成熟的应对方式, 与自杀意念间的相关性具有统计学意义, 其中 42 名学生的成熟型应对方式与自杀意念间的相关呈显著的负相关, 说明学生们遇到挫折时的应对方式越成熟, 自杀意念的得分越低。而不成熟的应对方式与自杀意念间的相关性呈显著的正相关, 意即学生采用

的应对方式越不成熟自杀意念的得分也会越高, 而混合型的应对方式与自杀意念间的相关性不具有统计学意义。

表 1 42 名大学新生的应对方式与自杀意念间的相关性

	成熟型 应对方式	不成熟型 应对方式	混合型 应对方式
自杀意念	-0.487**	0.428**	0.294

注** $p < 0.01$

2.2 所有被试的症状自评量表总分及均分与自杀意念间的相关性

由表 2 可知, scl-90 的得分与自杀意念的相关性具有统计学意义, 42 名大学新生的症状自评量表的总得分与总得分的均分, 皆与学生的自杀意念间呈显著的正相关, 且相关性高达 73.1%, 由此可见学生对学生的心理健康状况越是不佳, 其自杀意念则越高。

表 2 42 名大学新生的症状自评得分与自杀意念间的相关性

	scl90 总均分	scl90 总分
自杀意念	0.731**	0.731**

注** $p < 0.01$

2.3 所有被试的心理症状自评量表得分与自杀意念间的回归分析

以受测者的症状自评量表得分的总分与总均分为自变量, 自杀意念得分为因变量, 用 Enter 的方式进行回归分析, 两个自变量对因变量的影响皆具有统计学意义 ($F(1, 40) = 45.848$, $p < 0.01$), 二者对自杀意念皆有 53.4% 的解释力。

3 讨论

以上测评结果反映出, 42 名大学新生的环境适应性及其应对方式与其自杀意念间存在学定程度的相关性, 他们在症状自评量表得分越高, 其自杀意念则越强, 反映出其对新环境的适应状况, 及其随之而来的情绪或躯体体验, 与自杀意念间有相当程度的正相关。

42 名大学新生遇到问题时所采用的应对方式也与自杀意念间有学定的相关性, 因此学校应重视大学新生的环境适应性问, 并及时采取措施加强对大学新生的心理及情绪疏导, 并引导学生用正确的方式正确地看待新环境带来的机遇或挑战, 并用成熟的应对方式解决新环境带来的挫折或挑战。

