

· 护理教育 ·

藏区免费职业教育护生心理弹性与生活事件的相关性^{*}

杨玉玲¹, 黄鸿², 宋慧敏¹, 周瑶¹, 兰婷¹

(1南充市中心医院 川北医学院第二临床学院, 四川南充, 637000; 2西华师范大学, 四川南充, 637000)

[摘要] **目的** 了解藏区免费职业教育护生(以下简称藏区护生)心理弹性与生活事件现状,并探讨两者的相关性,提出相应的对策,以促进其身心健康发展。**方法** 采用中文版Connor-Davidson心理弹性量表和青少年生活事件量表(adolescent self-rating life events check list, ASLEC)对120名藏区护生进行调查。两者的相关性采用Pearson相关分析。**结果** 藏区护生心理弹性得分与全国常模比较,差异均有统计学意义($P<0.05$);ASLEC总得分为 (39.88 ± 9.75) 分。藏区护生心理弹性及各因子与ASLES总分及其与学习压力、受罚和丧失维度均呈负相关($P<0.05$),与人际关系和健康与适应维度均呈正相关($P<0.05$)。**结论** 无论在藏区护生生活适应还是在专业学习上,学校和医院应制订和实施相应教学和心理支持措施,以提高藏区护生应对挫折和适应社会的能力,从而促进其身心健康。

[关键词] 藏区免费职业教育;护生;心理弹性;生活事件

[中图分类号] R47 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1671-8283(2014)12-0048-04 **[DOI]** 10.3969/j.issn.1671-8283.2014.12.014

Relationship between psychological resilience and life events in Tibetan nursing students receiving free vocational nursing education

Yang Yuling, Huang Hong, Song Huimin, Zhou Yao, Lan Ting//Modern Clinical Nursing, -2014, 13(12):48.

[Abstract] **Objective** To explore relationship between psychological resilience and life events of Tibetan nursing students receiving free vocational nursing education. **Method** The questionnaire of Symptom Checklist 90 (SCL-90) and ASLEC were used in the survey among 120 nursing students to investigate the psychological resilience and life events and SPSS 17.0 was used to look into the correlations between them. **Results** The scores on psychological resilience of Tibetan nursing students was higher than the norm ($P<0.05$). There were negative correlations between life events and psychological resilience ($P<0.05$). Their psychological resilience was positively related to personal relations and health conditions ($P<0.05$) but negatively to learning pressure, punishment and losses ($P<0.05$). **Conclusion** The school and hospital should make teaching measures to psychologically support them in daily life to strengthen the abilities to handle failure and adjust to the society.

[Key words] Tibetan free vocational education; nursing students; psychological resilience; life events

藏区免费职业教育是指四川省省委、省政府为提高藏区人民受教育水平在2009年6月针对藏区实施的免费职业教育,即在9年制义务教育的基础上,再对藏区学生免费进行3年的中等职业教育^[1]。藏区免费职业教育护生(以下简称藏区护生)全部来自藏族地区,不论是社会风俗文化、生存环境或者教育方式均与内地有很大不同,文化、民族习俗、

语言等多方面的迥异直接导致其适应不良,从而影响其心理健康发展^[2]。研究表明^[3],生活事件可通过神经系统、内分泌及免疫系统等一系列变化,影响机体内环境平衡,出现器官功能障碍,威胁人们的健康。生活事件通过影响心理健康从而影响心理弹性水平。心理弹性指虽然身处挫折、负性环境和危险因素中,但个体调动自身认知和资源使得个体在这种保护下没有形成创伤性体验,而且其心理特质和心理防御能力也在认知资源的调动下变得更加强^[4]。为减少负性生活事件对藏区护生的影响,改善其心理健康状况。本研究对藏区护生心理弹性与生活事件状况进行调查,并探讨两者的相关性,提出相应的对策,现将结果报道如下。

[基金项目] * 本课题为四川省教育厅科研课题,项目编号为SC12E016。

[收稿日期] 2014-03-19

[作者简介] 杨玉玲(1972-)女,四川阆中人,副主任护师,本科,主要从事临床护理及护理管理工作。

[通信作者] 黄鸿,硕士,E-mail:huangnana1009@163.com。

1 对象与方法

1.1 对象

采用方便抽样方法,2013年5~8月抽取南充1所卫校的藏区护生120名,其中1、2、3年级护生各40名。120名护生均为藏族,来自于农村,均为女性,年龄15~21岁,平均 (18.35 ± 3.14) 岁;基础学历均为初中。

1.2 调查工具

1.2.1 一般资料调查表 调查表内容包括藏区护生民族、年龄、年级、生源地和基础学历等。

1.2.2 中文版 Connor-Davidson 心理弹性量表 该量表包括坚韧、力量和乐观3个因子。从0“完全不是这样”到4“几乎总是这样”进行5点计分。总分0~100分,分数越高表示心理弹性水平越高。该量表内部一致性系数为0.91,坚韧性、力量和乐观性3个因子的内部一致性系数分别是0.88,0.80和0.60^[5]。

1.2.3 青少年生活事件量表 (adolescent self-rating life events check list, ASLEC) 该量表包括人际关系、学习压力、受罚、丧失、健康与适应、其他6个维度27个问题,每个问题按照护生在过去12个月内该事件的发生与否及其影响分为0~5分6个等级,得分越高表示个体受到的影响越大^[6]。

1.3 资料收集方法

调查遵循知情同意、自愿、保密的原则。问卷由经过统一培训的调查人员以班级为单位发放,要求护生独立完成,问卷当场回收。本次调查共发放问卷120份,均有效回收,回收有效率为100.00%。

1.4 统计学方法

数据采用SPSS17.0统计软件进行统计学分析。藏区护生心理弹性与常模得分比较采用独立样本 t 检验,藏区护生心理弹性与生活事件相关性采用Pearson相关分析。

2 结果

2.1 藏区护生心理弹性与常模得分比较

藏区护生心理弹性与常模^[7]得分比较见表1。从表1可见,藏区护生心理弹性与常模得分比较,差异均有统计学意义($P < 0.05$)。藏区护生坚韧因子得分和心理弹性总分均低于常模;而力量和乐观因子得分均高于常模。

2.2 藏区护生生活事件情况

藏区护生 ASLEC 总得分为 (39.88 ± 9.75) 分,所面临的主要生活事件依次为学习压力 (9.89 ± 2.29) 分、受罚 (9.03 ± 2.49) 分、人际关系 (7.95 ± 3.08) 分、健康与适应 (5.36 ± 2.17) 分、其他 (4.66 ± 2.25) 分和丧失 (4.55 ± 1.81) 分。

2.3 藏区护生心理弹性与生活事件相关分析

藏区护生心理弹性与生活事件相关分析见表2。从表2可见,藏区护生心理弹性及各项因子与 ASLEC 总分及其与学习压力、受罚和丧失维度均呈负相关(均 $P < 0.05$),与人际关系和健康与适应维度均呈正相关($P < 0.05$)。

3 讨论

3.1 藏区护生生活事件情况分析

藏族护生来到汉族地区学习、生活时,因其

表1 藏区护生心理弹性与常模得分比较 (分, $\bar{x} \pm s$)

组别	n	坚韧	力量	乐观	总分
藏区护生	120	28.64 ± 6.04	23.25 ± 5.21	9.60 ± 3.76	51.34 ± 12.04
常模	2000	32.04 ± 5.34	21.34 ± 6.28	8.05 ± 3.01	65.34 ± 14.27
t		-6.670	3.242	5.363	-10.394
P		< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05

表2 藏区护生心理弹性与生活事件相关分析 ($n=120, r$)

项目	人际关系	学习压力	受罚	丧失	健康与适应	其他	总分
坚韧	0.578*	-0.401*	-0.607*	-0.678*	0.613*	0.445*	-0.458*
力量	0.575*	-0.473*	-0.549*	-0.567*	0.522*	0.452*	-0.619*
乐观	0.474*	-0.399*	-0.508*	-0.489*	0.538*	0.588*	-0.588*
总分	0.458*	-0.618*	-0.543*	-0.558*	0.475*	0.529*	-0.515*

注: * $P < 0.05$

原本生活的社会风俗文化、生存环境与内地迥异,来自文化、民族习俗、语言、人际等多方面的冲突将会影响其心理健康。本结果显示,藏区护生 ASLEC 总得分为 (39.88 ± 9.75) 分,所面临的主要生活事件依次为学习压力 (9.89 ± 2.29) 分、受罚 (9.03 ± 2.49) 分、人际关系 (7.95 ± 3.08) 分、健康与适应 (5.36 ± 2.17) 分、其他 (4.66 ± 2.25) 分和丧失 (4.55 ± 1.81) 分。分析原因如下,藏族护生到内地学校就读,面临新的领导、管理人员及同学等,需建立新的交际圈子,但由于文化背景、语言沟通方式、交际能力等的差异,自感人际交往障碍或人际适应困难,造成人际关系不和谐等现象^[8]。内地学校管理和教学与藏区存在较大的差异^[9],护生为了在短时期内适应此种差异并在陌生的环境中取得与之前相当的学习效果有相当的压力,使藏族护生对学业、对人际交往的需求较大。初来内地,风土人情和风俗习惯的适应需要漫长的时间,这也导致健康和适应力容易受到冲击。担负了藏族同胞所寄予的重托、父母的殷切期望,她们害怕让家乡亲人失望,使其对自身及他人的健康和适应状况较为关注和产生患得患失的情绪。

3.2 藏区护生心理弹性现状

本研究还发现,藏区护生心理弹性总分及其坚韧因子得分均低于常模 ($P < 0.05$)。原因可能与以下因素有关:护生来自藏区,地理环境和生活方式与内地相比差异较大,地理位置的迁徙只需要短暂时间即可达成,但心理迁徙需要漫长的时间去适应;初来内地人际网络尚未完全建立,而自身对环境的认知和认同还未完全展开,又远离已经构建成功的早期人际支持网络,所以心理弹性即使发挥作用,其结果也是相对不理想的,这些让护生在生活方面和情绪认知方面存在落差从而造成心理弹性的走低。同时本调查还发现,藏区护生力量和乐观因子得分均高于常模。可能与藏区人民不屈不挠的精神和乐观的态度有关。

3.3 藏区护生心理弹性与生活事件相关性分析

研究结果表明^[10],心理弹性的水平发生取决于个体生活环境内的保护性因素和危险性因素相互制衡的结果,如果保护性因素相比危险性因素力量更加雄厚,力度更大,因素范围比较全面,而危险性因素相对种类较少,持续时间不长,压力程度不强,那么心理弹性作用的结果相对比较好,

反之则是危险性因素占上风,导致心理弹性的结果是在挫折环境中防御不理想,心理水平产生波动。本结果显示,藏区护生心理弹性及各项因子与 ASLEC 总分均呈负相关 (均 $P < 0.05$)。结果表明,护生面临较多的生活事件时,其心理弹性水平会下降;而当护生的心理弹性水平越高,便会启动自身的内外保护因素以减少生活事件带来的负性情绪。

研究发现^[11-12],心理弹性水平越高的人心理健康程度越好,心理弹性在环境作用于人体的时候起到了一个缓冲和防御保障的作用。人的潜在认知,能力和心理水平在受挫过程中被激发,运用内外资源进行修补和调适让其身心处于更加健康的水平。本结果显示,藏区护生心理弹性及各因子与人际关系和健康与适应维度呈正相关 (均 $P < 0.05$);与学习压力、受罚和丧失维度呈负相关 (均 $P < 0.05$)。为了帮助护生建立和谐的有助于缓解心理问题的人际圈子,学校和医院应为藏区护生提供更多平台,让其有空间展示自身能力和才艺,使其发挥特长,建立自信心;在课程设置和管理方面根据藏区护生和实践课程的特点,选择多种教学方式,例如:启发式、情景式、角色扮演和案例式教学法^[13],以提高其学习兴趣,培养解决问题的能力,建立护理实践自信心;设置专门的心理咨询课程及时有效地对护生心理问题进行关注和帮助^[14-15];帮助护生解决学习、生活上的困难。同时针对生活事件对护生开展有针对性的心理健康教育,以促进其心理健康发展。

4 结论

本结果表明,藏区护生心理弹性得分低于全国常模,其心理弹性及各项因子与 ASLES 总分呈负相关。学校和医院应加强联系,密切合作,无论在生活适应还是在专业学习上,制订相应的心理支持措施,使藏区护生正确认识自我,增强自信心,提高她们应对挫折和适应社会的能力,促进身心健康发展。

参考文献:

- [1] 柴剑峰. 四川藏区“9+3”免费职业教育管理模式探索—兼谈“9+3”计划与内地西藏班的比较[J]. 现代人才, 2012, 52(3): 36-40.

- [2] 闵玉娟,张玉珍,陈玉琴. 藏汉两族护生心理状况的调查分析[J]. 现代临床护理,2013,12(8):8-12.
- [3] 于肖楠,张建新. 韧性(resilience)-在E力下复原和成长的心理机制[J]. 心理科学进展,2005,13(5):658-665.
- [4] Kathleen Tusaie, Janyce Dyer. Resilience: A historical review of the construct [J]. Continuing Education, 2004, 22(1): 47-53.
- [5] 汪向东,王希林,马弘,等. 心理卫生评定量表手册[J]. 中国心理卫生杂志,1999,13(增订版):108-109.
- [6] 刘贤臣. 青少年生活事件量表的编制及信效度检验[J]. 中国临床心理学杂志,1997,5(1):34-36.
- [7] 张钰,任景敏,黄健. 心理弹性问卷中文版在军校大学生中的信效度[J]. 中国心理卫生杂志,2010,24(11):868-869.
- [8] 万华麒. 四川省“9+3”免费中职教育模式下藏族学生文化适应研究[J]. 当代职业教育,2012,23(1):87-90.
- [9] 周影,肇丽群,肖思洁,等. 藏区“9+3”护理专业学生临床实习体验的质性研究[J]. 护理学杂志,2013,28(1):76-78.
- [10] 王珏翎,柴剑峰,罗伟,等. 民族教育发展模式创新-基于四川藏区“9+3”免费职业教育实践[J]. 成都理工大学学报(社会科学版),2012,38(6):86-89.
- [11] 席居哲,桑标. 心理弹性研究的回顾和展望[J]. 健康心理学杂志,2002,31(4):33-37.
- [12] 马伟娜,桑标,洪灵敏. 心理弹性及其作用机制的研究述评[J]. 华东师范大学学报(教育科学版),2008,26(1):89-96.
- [13] 梅碧琪,周英,周薇. 案例式教学法在护理本科生传染病护理教学中的应用[J]. 现代临床护理,2012,11(11):57-59.
- [14] 龙卿志. 西藏自治区在校大学生心理健康状况调查研究[J]. 中国健康心理学杂志,2008,16(12):1321-1322.
- [15] 李凤梅. 藏族大学生自我概念与心理健康的相关研究[J]. 中国健康心理学杂志,2009,17(6):710-713.

[本文编辑:郑志惠]

· 编读往来 ·

《现代临床护理》杂志投稿程序

注册 登录《现代临床护理》杂志的网站 <http://www.xdlchl.com> → 于首页在线办公区点击注册 → 注册用户名及密码(第二次投稿,如曾注册过,则直接输入用户名和密码) → 按照系统提示填写注册信息(*项的信息必须填写,其他项目可在不影响您信息安全的前提下选择填写)。

投稿 用您的用户名和密码登录后 → 点击我要投稿 → 点击上传稿件 → 按照系统提示上传相关信息(即可按提示逐项填写稿件信息) → 上传稿件全文 → 点击预览稿件信息,确定无误后即可确认投稿成功。

查询稿件 用您的用户名和密码登录后 → 点击作者在线查稿区 → 点击稿件状态查询 → 可见“初审”、“外审”、“专家审”、“待发表”、“退稿”等稿件状态。

提醒 ①投稿或查询稿件时均用此用户名和密码登录。

②如发现《现代临床护理》杂志回复的意见非广州市地址或有其他疑义时,请及时与本编辑部联系。电话:020-87330961;020-87755766-8050。

③投稿前,请仔细阅读本杂志网站首页的“投稿须知”一栏。

[本刊编辑部]