

• 精神·心理康复 •

高校图书馆员工心理健康与社会支持及应对方式的相关性研究

张馨

[摘要] 目的 探讨高校图书馆员工的社会支持、应对方式与心理健康的相关程度。方法 应用精神症状自评量表(SCL-90)、社会支持评定量表(SSRS)、简易应对方式量表(SCSQ)对 421 名高校图书馆员工进行心理测评、分析。结果 支持利用度与 SCL-90 部分因子负相关($P < 0.05$ 或 $P < 0.01$);消极应对与 SCL-90 部分因子正相关($P < 0.05$ 或 $P < 0.01$)。社会支持各因子与积极应对呈显著正相关($P < 0.01$)。不同职称的社会支持,除支持利用度维度外,其余 3 个维度都有显著性差异($P < 0.05$ 或 $P < 0.01$)。在消极应对维度,经两两比较后初级与中级职称有显著性差异($P < 0.05$)。不同年龄组社会支持与应对方式无差异($P > 0.05$),经两两比较,个别年龄组之间在主客观支持与积极应对上有差异($P < 0.05$)。结论 图书馆员工的社会支持和应对方式与其心理健康水平有密切关系。

[关键词] 图书馆员工;心理健康;应对方式;社会支持

Relationship among Social Support Coping Style and Mental Health on University Librarians ZHANG Xin. Library of Xi'an Shiyou University, Xi'an 710065, Shaanxi, China

[Abstract] Objective To investigate the relationship among social support, coping style and mental health on university librarians. Methods 421 librarians were assessed with the symptom checklist 90 (SCL-90), social support rating scale (SSRS) and simplified coping style questionnaire (SCSQ) in 2005. Results Some factor of SCL-90 negatively correlated with utility percentage of social support ($P < 0.05$), and positively correlated with passive coping style ($P < 0.05$). Except utility percentage, the other three factors of social support showed significant difference among different academic titles ($P < 0.05$), and it was significant different ($P < 0.05$) on passive coping factor among them. The score of social support improved with ages except for utility percentage ($P < 0.05$). On positive coping factor but not negative, there were significant difference among different age groups ($P < 0.05$). Conclusion The social support and coping style obviously correlate with the mental health of university librarians.

[Key words] librarians; mental health; social support; coping style

中图分类号:R395.6 文献标识码:A 文章编号:1006-9771(2006)05-0449-03

[本文著录格式] 张馨.高校图书馆员工心理健康与社会支持及应对方式的相关性研究[J].中国康复理论与实践,2006,12(5):449—451.

心理学研究认为,生活事件作为应激源能否诱发心身不良反应,除取决于事件自身的属性(强度、频度和时限)外,还受个体的人格特征、认知评价、归因方式及社会环境等多种因素的影响^[1],其中个体采取应对方式的风格及获得社会支持的程度在刺激-反应的过程中起重要的作用。有研究显示,个体在高应激状态下,如果缺乏社会支持和良好的应对方式,则心理损害的危险度高达 43.13%,为普通人群危险度的两倍^[2]。社会支持是个体面对应激性生活事件时从外部获得的物质和精神支持。应对是个体对现实环境变化有意识、有目的和灵活的调节行为。积极应对的特点是寻求支持、改变价值观念体系和看到事物好的一面等;而消极应对的特点是回避和发泄。很多研究证实,良好的社会支持和积极的应对方式具有缓解挫折打击的作

用,有利于身心健康;而劣性的社会关系和消极的应对方式不利于缓解精神紧张,对身心健康维护有害^[3-4]。图书馆员作为一个普通群体,在社会转型期,研究其应对方式、社会支持与心理状况的关系,有助于掌握图书馆员工的心理变化的规律,并为制定有效的心理管理方案提供科学依据。

1 对象与方法

1.1 对象 按整群抽样法抽取西安市 15 所高校图书馆员工进行问卷调查。共发放问卷 615 份,回收有效问卷 421 份,回收率 68%。人口学资料构成如下,性别:男 120 名,女 301 名;年龄:23 ~ 59 岁,平均(37.75 ± 9.52)岁;学历:研究生 19 名,大学本科 208 名,大学专科 142 名,中专 45 名,初中 7 名;职称:高级 49 名,中级 166 名,初级 97 名,无职称 109 名;工龄:1 ~ 42 年,平均(14.21 ± 6.63)年;行政级别:处级 9 名,科级 28 名,无行政职务 384 名;婚姻状况:未婚 79 名,已婚 327 名,离异 15 名。

1.2 方法 采用问卷式表格由被试独立填写完成,告

作者单位:西安石油大学图书馆,陕西西安市 710065。作者简介:张馨(1974),女,陕西渭南市人,硕士研究生,馆员,主要研究方向:应用心理学。

知其测试的目的、意义,不要求填写姓名。

调查工具选用症状自评量表(Symptom Checklist 90,SCL-90)^[5]、社会支持评定量表(Social Support Rating Scale,SSRS)^[5]和简易应对方式量表(Simplified Coping Style Questionnaire,SCSQ)^[5]。

1.3 统计学分析 用 SPSS 12 软件进行处理,主要方法有 *t* 检验、相关分析、方差分析。

表 1 SCL-90 各症状因子与社会支持、应对方式的相关分析(*r*)

	躯体化	强迫症状	人际关系敏感	抑郁	焦虑	敌对	恐怖	偏执	精神病性
社会支持总分	-0.021	-0.067	-0.051	-0.065	-0.064	-0.084	0.019	-0.060	-0.041
客观支持分	0.019	-0.021	-0.015	-0.013	-0.022	0.012	0.025	-0.004	-0.017
主观支持分	-0.012	-0.035	-0.011	-0.049	-0.040	-0.072	0.032	-0.033	-0.004
支持利用度	-0.091	-0.147 ^a	-0.156 ^a	-0.115 ^b	-0.119 ^b	-0.173 ^a	-0.054	-0.154 ^a	-0.132 ^a
积极应对	-0.017	-0.061	-0.083	-0.059	-0.055	-0.060	0.004	-0.013	0.002
消极应对	0.090	0.084	0.116 ^b	0.086	0.095 ^b	0.063	0.127 ^a	0.127 ^a	0.110 ^b

注:a: $P<0.01$,b: $P<0.05$ 。

2.2 社会支持与应对方式的相关性 社会支持各因子与积极应对呈显著正相关($P<0.01$)。见表 2。

2.3 社会支持与应对方式的职称差异比较 不同职称组社会支持总分有显著性差异($P<0.05$)。方差分析显示,除无职称与初级职称组间外,其余各组间在总分、客观支持、主观支持上方面均有显著性差异($P<0.05$)。在应对方式上,不同职称组间无显著性差异,但在消极应对维度上,中级职称组高于初级职称组($P<0.05$)。见表 3。

2.4 社会支持与应对方式的年龄差异比较 不同年龄组在社会支持与应对方式得分方面无显著性差异($P>$

2 结果

2.1 心理健康与社会支持、应对方式的相关性 支持利用度与 SCL-90 的抑郁、焦虑 2 个因子负相关($P<0.05$),与强迫症状、人际关系敏感、敌对、偏执、精神病性等 5 个因子显著负相关($P<0.01$)。消极应对维度与 SCL-90 人际关系敏感、焦虑、精神病性 3 个因子上正相关($P<0.05$)。见表 1。

0.05);对不同年龄组两两比较后显示,≤25 岁与 26~35 岁组在客观支持维度、≤25 岁与 ≥46 岁组在主观支持维度有显著性差异($P<0.05$)。在积极应对维度上,≤25 岁与 ≥46 岁有显著性差异($P<0.05$)。消极应对维度,各组间无显著性差异。见表 4。

表 2 图书馆人员社会支持与应对方式的相关性分析(*r*)

	总分	客观支持	主观支持	支持利用度
积极应对	0.286 ^a	0.233 ^a	0.186 ^a	0.265 ^a
消极应对	-0.077	-0.040	-0.075	-0.043

注:a: $P<0.01$ 。

表 3 不同职称社会支持与应对方式比较(分)

项目	无职称(<i>n</i> =109)	初级职称(<i>n</i> =97)	中级职称(<i>n</i> =166)	高级职称(<i>n</i> =49)	<i>F</i>	<i>P</i>
社会支持总分	38.63±7.35	39.88±7.38	42.14±8.06	43.00±7.23	6.464	0.000
客观支持	8.74±2.71	9.64±3.03	10.55±3.56	10.73±3.70	8.055	0.000
主观支持	21.72±5.35	21.95±4.81	23.28±5.17	23.90±5.01	3.613	0.013
支持利用度	8.17±1.99	8.29±1.90	8.31±1.71	8.37±1.73	0.190	0.903
积极应对	22.67±7.57	23.35±5.58	23.75±6.32	22.82±7.76	0.661	0.576
消极应对	10.01±4.62	8.88±3.96	10.33±4.86	9.39±5.27	2.179	0.090 ^a

注:a:初级职称与中级职称比较, $P<0.05$ 。

表 4 不同年龄社会支持与应对方式比较(分)

	≤25 岁(<i>n</i> =49)	26~35 岁(<i>n</i> =103)	36~45 岁(<i>n</i> =162)	≥46 岁(<i>n</i> =107)	<i>F</i>	<i>P</i>
社会支持总分	38.84±8.20	41.38±8.20	40.27±7.14	41.98±7.95	2.324 ^b	0.074
客观支持	9.14±3.15	10.45±3.79	9.75±3.14	9.93±3.21	1.888	0.131 ^a
主观支持	21.59±5.49	22.78±5.09	22.31±5.00	23.50±5.27	1.901	0.129 ^b
支持利用度	8.10±2.06	8.16±1.84	8.21±1.85	8.56±1.66	1.233	0.297
积极应对	21.67±7.26	23.00±6.32	23.12±6.99	24.50±6.13	2.237	0.083 ^b
消极应对	10.04±4.90	10.04±4.88	9.54±4.72	9.85±4.33	0.229	0.826

注:a:≤25 岁组与 26~35 岁组比较, $P<0.05$;b:≤25 岁组与 ≥46 岁组比较, $P<0.05$ 。

3 讨论

本研究显示,图书馆员工的支持利用度、消极应对与其心理健康水平相关,其中支持利用度与身心症状负相关,消极应对方式与身心症状正相关,社会支持与积极应对之间存在显著正相关。说明对社会支持的有

效利用,是一种有效的应对资源,它能够为个体提供安全感和用以应对压力的条件,使员工以积极的观点和态度面对外界提出的要求,采取有效的行为去处理生活中各种有待于解决的问题,从而提高身心健康水平。社会支持水平越高,越有可能促进个体采取积极的应

对方式去解决问题。同时也说明了积极应对不会增加应激反应,消极应对不利于保持健康,并会产生心身症状。这与有关研究结果一致^[6-9]。

不同职称社会支持和积极应对差异显著,随职称升高呈上升趋势。

高级职称组别员工随学术水准和业务能力的提高,经验的积累等,其社会支持网络不断扩大,提示高级职称群体的心理健康程度好于其他群体。

无职称组别员工,包括刚步入社会的大学生和低学历员工,他们未构建起强大的社会支持系统,从而社会支持水平较低。前者在进入社会,完成角色转变过程中尚缺乏充足心理准备,正处于心理和生理发育过渡阶段,心理防御机制尚不成熟,且社会支持网络稳定性差,因而在刚就业时表现出较强的心理应激反应。提示无职称组的心理健康状况值得关注。

本研究显示,在消极应对维度上,初级与中级职称有显著差异,中级职称得分最高,初级职称得分最低,高级职称得分界于其他三者之间。这可能与初级职称刚步入社会,为了建树自我,他们较少以消极对抗来应对生活中的应激有关;而中级职称组步入到中年,事业、生活等各方面的压力较大,可能出于自我保护,更多采取消极应对方式。有研究表明,消极应对方式在面临急性且严重的应激时可在一定程度上防止身心崩溃,并非一定导致消极后果^[10-11];而高级职称已界不惑或知天命之年,他们已取得一定的学术与社会地位,多数人崇尚顺其自然,不必强求等观念。

本研究结果还显示,社会支持与应对方式的年龄组整体无差异,但在主客观社会支持的及积极应对维度上,方差分析显示个别年龄组间有显著差异:≥46 岁员工社会支持(除客观支持外)及积极应对维度得分最高,≤25 岁员工组得分最低;≤25 岁与 26~35 岁组更倾向于采用消极应对方式。这与有关研究结果一致^[12-13]。

不同学科专业的社会支持力度不一致,对本学科的认识态度也不同。由于经济文化观念等因素影响,图书馆员工在高校中处于劣势地位,接受系统的心理卫生教育对维护图书馆员工的健康是必要的。图书馆员工要善于培养和增强自身对外部环境支持的主观感受性,在可能的条件下,积极争取并接受这些支持;遇到不良应激造成心理刺激时,应采取主动的、积极的心理策略和行为模式,而不应一味逃避现实和消极对待。

对新员工,使他们了解单位的生活、工作特点和面临的任务性质,最终从心理上适应单位环境,掌握应付挫折困难的技巧。

社会支持对心理健康的影响主要通过两条途径:

①作为社会心理刺激的缓冲因素或中介因素,对应激状态下的个体提供保护作用,缓冲应激事件对员工心理健康的冲击;②社会支持在平时可维持个体良好的情绪体验,从而有益于健康^[14]。提示在高校图书馆员工的心理素质培养中,应重视图书馆员工的心理健康问题,加强各种应对技巧的指导,引导他们正确对待社会现实。

[参考文献]

- [1] Rabkin J, Struening EL. Life events, and illness[J]. Science, 1979, 194: 1013.
- [2] Andrew SG. Life event stress, social support, coping style and risk psychological impairment[J]. J Nerv Ment Dis, 1978, 166: 307-316.
- [3] 廖晓平, 解亚宁, 朱秀清, 等. 社会支持和应对方式与装甲兵车辆乘员患神经衰弱的相关性研究[J]. 解放军预防医学杂志, 1997, 15(2): 117.
- [4] 闻吾森, 王义强, 赵国秋, 等. 社会支持、心理控制感和心理健康的关系研究[J]. 中国心理卫生杂志, 2000, 14(4): 258.
- [5] 汪向东, 王希林, 马弘. 心理卫生评定量表手册[M]. 增订版. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999.
- [6] Ystgaard M, Tambs K, Dalgaard OS. Life stress, social support and psychological distress in late adolescence: A longitudinal study[J]. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol, 1999, 34: 12-19.
- [7] Brian LP. Stress-buffering factors related to adolescent coping: A path analysis[J]. adolescence, 1999, 34: 715-734.
- [8] 张虹, 陈树林. 高中生心理应激及其中介变量的研究[J]. 心理科学, 1999, 22(6): 508-511.
- [9] Tarrier N, Humphreys AL. PTSD and the social support of the interpersonal environment: the development of Social Cognitive Behavior Therapy[J]. J Cognitive Psychotherapy, 2003, 17(17): 187-198.
- [10] Violani JM, Marshall JR. The police stress process[J]. J Police Science Administration, 1983, 11(4): 389-394.
- [11] Bishop GD, Tong EMW, Diong SM, et al. The relationship between coping and personality among police officers in Singapore[J]. J Res Personality, 2001, 35(3): 353-374.
- [12] 黄希庭, 余华, 郑涌, 等. 中学生应对方式的初步研究[J]. 心理科学, 2000, 23(1): 1-4.
- [13] 王振宏. 初中生自我概念、应对方式及其关系的研究[J]. 心理发展与教育, 2001, (3): 20-24.
- [14] 姜乾金. 医学心理学[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1998: 80-81.

(收稿日期: 2006-03-20)