

DOI: 10.3969/j.issn.1672-8874.2013.01.006

野外驻训演习前青年学员心理健康状况调查及对策分析 ——以国防科学技术大学为例

郭滕达¹, 杨清清¹, 王亮²

(国防科学技术大学 1. 信息系统与管理学院; 2. 指挥军官与基础教育学院, 湖南 长沙 410073)

[摘要] 野外驻训演习前保持士兵心理健康可以减少由心理障碍引起的非战斗性减员, 使我军士兵在完成多样化军事任务中发挥更大作用。以国防科技大学即将奔赴某训练基地参加强化训练演习的青年学员作为研究对象, 利用心理症状 SCL-90 量表, 采取抽样统计进行心理健康状况调查, 在调查结果的基础上提出心理应对方法和措施, 对野外驻训前期的思想工作起到指导作用。

[关键词] 野外驻训; 青年学员; 心理健康

[中图分类号] E251 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1672-8874(2013)01-0019-04

The Psychological Health Investigation and Analysis of the Young Cadets before GUO Teng - da, YANG Qing - qing, WANG Liang

YANG Xue - jun

- (1. Information System and Management Department, National University of Defense Technology, Changsha 410073, China;
2. Basic Education for Commanding Officers Department, National University of Defense Technology, Changsha 410073, China)

Abstract: Keeping the soldiers in good mental health can avoid the depletion of non-combat strength caused by mental disorder before the field training, and bring our soldiers' role into greater play in completing various military tasks. This paper makes use of psychological symptoms SCL-90s to investigate the young cadets who are going to take part in the intensified training on summer vacation, and apply sampling statistics to obtain the measures for psychological health. We hope to provide reference for our ideological and political work.

Key words: filed training; young students; psychological health

如今很多90后士兵正处于生理上成熟但心理上并不成熟的矛盾时期, 尤其是一些作为地方高中生直接入伍的青年学员, 对野外驻训演习了解尚浅, 心理波动情况经常发生。野外驻训演习具有过程周期长、行动节奏快、任务要求紧等诸多因素, 容易使部分学员产生紧张、焦虑、抑郁和恐惧等心理特征。有学者曾做过调查统计, 军人的生理负荷和心理负荷远远超出普通人的水平, 更加容易出现痛苦、自责、受挫和丧失信心等不良心理反应^[1]。野外驻训演习前保持学员心理健康对于提高部队应对多种安全威胁、完成多样化军事任务的能力具有十分重要的意义。

一、研究对象与工具

(一) 调查问卷设计

本调查研究采用心理学分析中普遍使用的《症状自评量表 SCL-90》作为问卷样本。《症状自评量表 SCL-90》, 又名90项症状清单, 是世界上最著名的心理健康测试量表之一。该量表共有90个自我评定项目, 包含从感觉、情

感、思维、意识、行为直至生活习惯、人际关系、饮食睡眠等内容。依照 SCL-90 量表, 本次测验采用的九个心理因素影响因子分别为: 躯体化、强迫症状、人际关系、抑郁、焦虑、敌对性、恐怖、偏执及精神病性。

(二) 样本选择

选取我校指挥军官基础教育学院暑假即将奔赴某战术训练基地驻训的某队青年学员为研究对象。被调查的学员作为青年士兵群体, 虽然在大二暑期曾到某高炮旅实习, 但是实习学员主要承担公差勤务工作, 没有真正接触到严格紧张的基层连队生活。暑期前往的某战术训练基地生活条件较为艰苦, 会给参训学员造成一定的心理影响。此外, 暑假时间缩短甚至取消, 无法与外界沟通, 将会承担较为繁重的训练、演习是导致学员心理波动的主要原因。运用症状自评量表(SCL-90)对被调查者的心理状况进行测试, 采用随机抽样的调查问卷方式, 以个人为单位, 对被调查学员实施测试, 采用1~5级评分法, 根据统一指导语, 由被调查者自行填写量表。共发放问卷109份, 对无效的

[收稿日期] 2012-07-02

[作者简介] 郭滕达(1982-), 女, 辽宁鞍山人, 国防科学技术大学信息系统与管理学院讲师, 博士。

问卷予以剔除,收回有效问卷102份,有效回收率94%。利用SPSS统计分析软件进行统计分析。

二、野外驻训演习前青年学员心理健康状况分析

(一) 统计结果

1. 被测学员自然情况统计

被测学员的自然情况设置包括入伍原籍(城镇、农村)、是否独生子女、南北方人和家庭人均月收入等。通过调查统计,被测学员农村籍和城镇籍所占比例分别为57%和43%;独生子女比率占55%;南北方比例分别为60%和40%;被测学员家庭人均月收入为1000元以下者占34%,家庭人均月收入为1000-2000元之间者占32%,家庭人均月收入为2000元以上者占34%。

2. 被测学员身心症状分析

(1) 被测人员总分与标准160分比较

在SCL-90评分方法中,用1~5的5级评分标准评分时,总分超过160分,可考虑筛选阳性。测验表明,有超过四分之一的被测者心理健康水平被筛选阳性,建议进行进一步的心理健康检查。

(2) 被测人员任意因子分 ≥ 3 的人数及比例

一般认为因子分 ≥ 3 ,则其严重程度已达到中度水平,

提示可能有比较明显的心理问题。测验表明,任一因子分 ≥ 3 的人数占有效问卷的72%。本研究中,被测者存在的心理症状依出现的频率从高到低依次为抑郁、强迫、精神病性、人际敏感、敌意、焦虑、躯体化、偏执、恐怖。

(3) 各项总分区间分析

一般认为因子分在上限分数以上,可能有比较明显的心理问题。测验表明,在躯体化、强迫、焦虑、恐惧和精神病性等五个方面分别有2%、6%、2%、2%、2%的被测者表现为症状严重。另外,有超过四分之一的被测者人际关系比较敏感。

3. 被测人员因子分与常模对比分析(单样本T检验)

表1列示了被测人员因子分与中国常模^[2]、中国青年常模^[3]、中国军人常模^[4]的对比情况。如果因子分超过常模即为异常。项目因子分组成 $M \pm SD$ 。(注:M-平均数,SD-标准差)。*表示该项 $p < 0.05$,**表示该项 $p < 0.01$ 。

表1显示,被测人员SCL-90量表各因子中,除人际关系、抑郁、恐怖和偏执,其他因子分显著高于中国常模;除抑郁、恐怖和偏执,其他因子分显著高于中国青年常模;各项因子分显著低于中国军人常模。

表1 因子分常模与中国常模、中国青年常模、中国军人常模对比情况

项目名称	中国常模(n=1388)		青年常模(n=781)		军人常模		学员(n=102)
	M \pm SD	t	M \pm SD	t	M \pm SD	t	M \pm SD
躯体化	1.37 \pm 0.48	4.195**	1.34 \pm 0.45	5.163**	1.70 \pm 0.62	-6.453**	1.50 \pm 0.74
强迫	1.62 \pm 0.58	4.880**	1.69 \pm 0.61	3.268**	1.93 \pm 0.58	-2.259*	1.83 \pm 0.94
人际关系	1.65 \pm 0.61	-0.972	1.76 \pm 0.67	-3.996**	1.93 \pm 0.60	-3.996**	1.61 \pm 0.75
抑郁	1.50 \pm 0.59	1.675	1.57 \pm 0.61	-0.599	1.79 \pm 0.60	-7.747**	1.55 \pm 0.76
焦虑	1.39 \pm 0.43	3.343**	1.42 \pm 0.43	2.465*	1.62 \pm 0.52	-3.387**	1.50 \pm 0.74
敌对性	1.46 \pm 0.55	3.636**	1.50 \pm 0.57	2.787**	1.73 \pm 0.62	-2.098*	1.63 \pm 0.79
恐怖	1.23 \pm 0.41	1.525	1.33 \pm 0.47	-1.370	1.41 \pm 0.47	-3.687**	1.28 \pm 0.63
偏执	1.43 \pm 0.57	1.915	1.52 \pm 0.60	-0.222	1.81 \pm 0.65	-7.110**	1.51 \pm 0.70
精神病性	1.29 \pm 0.42	5.421**	1.36 \pm 0.47	3.454**	1.68 \pm 0.54	-5.534**	1.48 \pm 0.77

4. 以自然情况分组进行因子单项比对(只列示主要对比情况)

(1) 城乡被测者的因子比对(独立样本T检验)

表2显示,农村与城镇的不同被测者因子评分组间差异无显著性(* $p < 0.05$,** $p < 0.01$)。

(2) 独生子女被测者的因子比对(独立样本T检验)

表3显示,独生子女在人际关系、恐怖和偏执三个方面的因子分显著低于非独生子女($p < 0.05$),而其他因子评分组间差异无显著性(* $p < 0.05$,** $p < 0.01$)。

(3) 南北方人被测者的因子比对(独立样本T检验)

表4显示,南方人北方人因子评分组间差异无显著性

(* $p < 0.05$,** $p < 0.01$)。

(二) 心理健康状况分析

1. 心理症状分析

本调查数据结果发现:

(1) 总分超过160分占有效问卷的25.53%,说明有超过四分之一的被测者心理健康存在问题。对于109人的被调查对象整体进行估计,有近28人心理健康值得格外关注,在14个自然班中平均每班有2个人次。随着野外驻训演习的临近,期末考试的压力和不断升高的气温等引起的心理健康问题会更加凸显,极易发生不假外出、群体打

表2 城乡被测者的比对

项目名称	农村	城镇	t	P
躯体化	1.47 ± 0.41	1.54 ± 0.54	-0.456	0.651
强迫	1.71 ± 0.42	1.99 ± 0.78	-1.557	0.126
人际关系	1.61 ± 0.41	1.62 ± 0.48	-0.027	0.979
抑郁	1.49 ± 0.35	1.63 ± 0.46	-1.116	0.272
焦虑	1.48 ± 0.43	1.54 ± 0.53	-0.372	0.712
敌对性	1.56 ± 0.42	1.73 ± 0.52	-1.155	0.256
恐怖	1.28 ± 0.29	1.29 ± 0.47	-0.045	0.965
偏执	1.48 ± 0.31	1.56 ± 0.46	-0.734	0.467
精神病性	1.45 ± 0.32	1.52 ± 0.56	-0.524	0.605

表3 独生子女被测者的比对

项目名称	独生	非独生	t	p
躯体化	1.38 ± 0.37	1.59 ± 0.51	-1.554	0.127
强迫	1.75 ± 0.68	1.89 ± 0.55	-0.784	0.438
人际关系	1.48 ± 0.37	1.73 ± 0.46	-2.049	0.046 *
抑郁	1.50 ± 0.43	1.59 ± 0.38	-0.744	0.461
焦虑	1.40 ± 0.47	1.58 ± 0.46	-1.253	0.217
敌对性	1.60 ± 0.47	1.66 ± 0.47	-0.471	0.640
恐怖	1.16 ± 0.20	1.38 ± 0.44	-2.193	0.034 *
偏执	1.39 ± 0.35	1.60 ± 0.39	-2.056	0.046 *
精神病性	1.42 ± 0.47	1.53 ± 0.41	-0.891	0.378

表4 南北方人被测者的比对

项目名称	北方人	南方人	t	P
躯体化	1.54 ± 0.57	1.47 ± 0.38	0.493	0.626
强迫	1.86 ± 0.58	1.81 ± 0.64	0.293	0.771
人际关系	1.70 ± 0.56	1.56 ± 0.33	1.047	0.301
抑郁	1.57 ± 0.43	1.54 ± 0.39	0.262	0.795
焦虑	1.50 ± 0.52	1.50 ± 0.44	0.012	0.991
敌对性	1.69 ± 0.60	1.59 ± 0.35	0.745	0.460
恐怖	1.32 ± 0.50	1.26 ± 0.26	0.449	0.657
偏执	1.59 ± 0.48	1.46 ± 0.30	1.145	0.258
精神病性	1.56 ± 0.41	1.43 ± 0.45	1.064	0.293

架斗殴等不良事件。所以，应该得到医务工作者和中队的高度重视，注重心理健康方面的疏导。

(2) 任一因子分 ≥ 3 的人数占有效问卷的72%。从其频率来看，较高的为抑郁、强迫、精神病性，均超过了

40%，表明生活兴趣的减退，动力缺乏，活力丧失等心理特征存在于被测群体中。同时失望、悲观以及与抑郁相联系的认知和躯体方面的感受亦很明显；另外，在被测者中存在明知没有必要，但又无法摆脱的无意义的思想、冲动

和行为。青年学员的军人意识和军人养成还不够稳定,对部队的纪律要求通常只是被迫接受。对于暑假可能因驻训而取消存在一些抵触情绪,训练基地生活条件的诸多约束对学员心理上产生了一定的影响。(如据了解在综合训练基地的战士宿舍没有电源插口,这对驻训学员手机和电脑的使用带来非常不便的影响。这两种电子设备是目前军校学员最主要的通讯和娱乐工具。)各种因素综合作用,使学员易产生一些抑郁、强迫等心理症状。

(3)在躯体化、强迫、焦虑、恐惧和精神病性方面,分别有2%、6%、2%、2%、2%的被测者超过上限分数。另外,有超过四分之一的被测者人际关系比较敏感。数据表明,在躯体化、恐惧和人际关系等方面,少数被测者存在较为严重的心理问题。野外驻训演习前参加的400米障碍建制比武对体能要求极高,训练量很大,一些体能素质较差的学员已经出现身体不适感,包括胃肠道、呼吸不适以及头痛、背痛、肌肉酸痛等,是躯体化因子分超过上限分数的主要原因。此外,少数被测者恐惧症状比较严重,有大多数被测者在人际关系方面有轻度问题。在人际交往中的自卑感,心神不安,明显的不自在,以及人际交往中的不良自我暗示,消极期待等是这方面症状的典型原因。

2. 与常模对比分析

被测者SCL-90评定中因子分与常模对比结果表明,在野外驻训演习前青年学员心理健康程度虽然与国内同龄青年有一些差距,但是作为军人群体,属于正常可控范围。SCL-90评定常模存在差异,可能与下述几个因素有关:(1)指挥军官基础教育学院该队近年来重视全体学员的心理健康教育,经常组织心理健康辅导,鼓励学员参加“心之桥”活动,本学院聘请政治工作经验丰富的教授作为大队长期的心理辅导员,人文与社会科学学院的思想政治教员与学员中队一一挂钩,并且邀请知名教授开展士兵思想政治及法律教育。(2)政治教导员基础工作经验丰富,思想政治工作能力强、方法多样。在学员队开展广泛的谈心交心活动,设置中队意见箱,定期开展士兵恳谈会及时了解学员的实际问题,并且充分发挥好军人委员会政治民主组、军事民主组和经济民主组的作用,广泛听取学员意见、收效明显。(3)在学员模拟连的模式上,每班选举一名思想骨干,每学期在岗前进行培训,在工作中由中队党支部具体指导,切实做到搭台子、教法子、引路子,及时解决思想疙瘩、定期组织汇报思想。

3. 自然情况分组分析

在按自然情况分组后,对数据均值进行比对并进行独立样本T检验和方差分析,结果发现,只有独生子女在人际关系、恐怖和偏执三个方面的因子分显著低于非独生子女,而其他分组因子评分组间差异均无显著性。以上数据表明:

(1)农村基础条件的建设发展近些年日益加快,目前城乡差距已经不再明显,导致来自城乡的学员心理状态差异不再显著。(2)城市独生子女政策实行三十余年,随着思想观念的转变,独生子女是家庭的小公主小皇帝等现象已经淡化,而90后的非独生子女尤其是家中子女排行较小的,不但受到父母的疼爱,哥哥姐姐的照顾也是无微不至。在人际关系、恐怖和偏执等方面反而比独生子女更加敏感。

(3)南北方不同来源的被测者心理健康水平不存在统计学上的差异,这可能是由于现代以来,尤其是当代,中国境内的移民现象十分普遍,各地文化的交流与融会十分活跃与深入,地域文化差异越来越小的原因所导致。

三、提高野外驻训演习前青年学员心理健康水平的建议

野外驻训演习的行动节奏、任务要求、现场情景、过程周期和社会环境等诸多因素,对学员的心理构成了严峻挑战。针对上述的调查分析,本文提出以下建议。

(一) 以心理自助为关键抓手,完善心理教育机制

对于第一次进行野外操练的士兵学员,在驻训演习前产生一些心理波动是正常的。这些心理问题的解决,除了依靠他人的帮助,更关键的是靠自助。对大部分90后青年学员来讲,尤其是一些非独生子女家庭出生的90后青年学员,避免因个人的恐惧、偏执、紧张、焦虑等不良情绪引起“多米诺骨牌效应”,从而影响到整个集体的精神面貌,自我心理的修复和调适能力十分重要。因此,以心理调节、心理自助教育为关键抓手,可以《心理健康知识读本》、《军人心理健康教材》和《军人心理健康常识》等为基本教材,定期组织学员学习心理健康基本常识,向学员传授自我心理调节的方法,并引导学员正确看待心理问题。

(二) 以心理救援为突破口,开展心理危机干预

通过心理测试发现,在野外驻训演习前,一些学员容易出现紧张、恐惧和偏执等心理现象。若学员不能够实现心理自救,又缺乏正确的干预疏导,这些心理现象很可能导致心理问题,并使学员产生偏激或极端化行为。因此,把握学员心理动态,组织心理救援力量,使心理危机干预与心理教育相辅相成。以心理救援为突破口,鼓励学员互相倾诉,在野外驻训前和演习间歇,特别是利用每天开饭前和睡觉前的时间,可以把学员分为若干小组,以情景模拟或团队游戏方式,让学员讲述当天遇到的最为深刻的事情,以充分表达内心的真实感受,尽量宣泄负面情绪,释放压力。通过倾诉和宣泄,也可将注意力转移到他人身上,使学员缓解心理冲突,化解不良心理和情绪。

(三) 以心理养成为立足点,提高学员心理素质

健康心理的养成是军事素养养成的一个重要组成部分。以心理养成为立足点,通过强化军魂意识,扎实筑牢学员思想根基;通过战斗精神培育,增强学员对野外驻训、非战争军事行动以至军事行动的认同感和使命感,坚定军事信念;通过加强人文关怀,深入细致地做好野外驻训演习前的动员工作,增强学员完成任务的信心;人文关怀同样可以体现在驻训演习过程中,学员可能会长时间与孤独、焦虑、紧张、劳累、恐惧相伴,要协调随队心理医生并且保障学员必要的休息、睡眠,保证学员基本的饮食和卫生条件,让演习训练场真正成为学员放飞信心的战场,进而全方位地提高学员心理素质,这是减少由心理障碍引起的非战斗性减员的重要保障。

学员心理状态如何,直接影响和支配着学员的具体行为,对战斗士气的发挥和行动任务的开展起着至关重要的作用。把部队心理管理作为政治工作的重要方面突出出来,是部队完成多样化军事任务的可靠政治保证。(下转第25页)

(3) 追溯原创思想, 培育创新思维

创新实践活动其核心和内涵是创新, 培养学生的创新思维和创新意识是最主要的一个目的。在创新实践过程, 以前人的原创思想来激发学生创新思想。高频课程中的各经典电路本身就是一个个创新的结果, 包含了许多原创思想。指导学生不能仅停留在学习知识的层面上, 更要深入体会课程中的创新思想。通过我们的介绍和学生主动追溯原创思想, 引起学生的思考, 学会运用创新思维进行选题设计和实现。有意识在生活、学习和工作中发现问题和提出问题, 学会从树上掉下来的苹果想到引力问题, 学会以新思路解决问题。

(4) 在研究和解决问题中学习

选题的完成就是一个个问题的研究和解决的过程, 这与科研的过程并无二致, 因此, 以科研为鉴, 指导学生学会如何研究和解决问题, 学会如何在其中学习和锻炼, 从中培养他们的钻研精神和科研素质。

开展创新实践活动, 除指导学生掌握一些必要的理论知识、软件设计、仪器使用外, 注重引导他们了解和接触一般的科研方法和过程, 让他们学习采用这些方法开展设计研究。包括在任务开展前通过文献资料进行技术现状了解, 对现有设计方法的利弊分析, 再进行自主的创新设计, 以及电路实现和调试遇到难题, 进行独立思考和提出解决方案等。学生能够初步掌握和应用这些科研方法, 对他们的各种设计研究有很大帮助, 对他们今后的工作和深造也很有益。

(5) 多学科知识的学习与应用

多数学生的选题都有多学科知识综合应用的特点, 高频电路仅是其中一部分, 往往会涉及数学、物理、计算机、机械设计、自动控制等其它学科的相关知识和理论, 这其中又有相当一部分的知识和理论并未学过, 因此, 指导学生进行多学科知识的学习也是很重要的环节。对学生的指导依然遵循前面(1)和(2)条原则, 围绕所涉及到的知识点, 指导学生收集资料, 以自学为主进行学习, 边学边实践。比较深入的理论和知识则需要向相关领域的专家和教员请教, 开放式指导是多学科知识学习的一个特点。

多学科知识综合应用能力是科研创新能力素质中的重要元素, 因此必须重视对学生的多学科知识综合应用能力的培养。多学科知识的交叉应用一般都较难, 对于初次接触的学生, 这方面不宜过难, 以尝试和锻炼为主。在方案设计中, 协助学生想办法降低实现难度, 尽量采用常规的设计和制作方法, 提高可实现性。

(6) 总结提炼成果, 锻炼科技写作能力

对成果进行总结和提炼, 撰写技术总结报告和学术论

文, 申请专利, 这是科研创新很重要的一环。由于学生在理论基础和科技写作能力方面的不足, 在学生的创新实践活动中往往被忽视。但是在国际知名大学中本科学学生写出高水平论文的报导屡见不鲜, 因此, 培养学生善于总结和提炼成果, 善于写作的能力是很有必要的。在完成选题后, 我们指导学生就其中创新性比较强的部分进行提炼和理论升华, 申请专利或者写成论文在学术期刊发表。例如案例1的实践小组申请并且获得了1项专利, 案例2的实践小组在学术期刊上发表了3篇论文。

四、结束语

通过合理的选题、科学的指导, 所指导学生多数能够出色完成选题。从教学效果来看, 学生对高频电路从最初的畏惧、躲避, 变得乐于其中, 能够熟练掌握高频电路的设计和实现方法, 电路设计能力得到极大提高。就课程的考试成绩来看, 参加创新实践活动的学生也要远高于其他同学。对这些学生进行了追踪了解, 他们在之后其他课程的学习中同样表现得比其他同学更为优秀, 毕业时获得优异生的比例也更高。从创新实践效果来看, 所采取选题引导和科学实践指导方法符合学生的实际情况, 科学有效地培养了学生的创新实践能力。把他们从新手变成了充满信心、能力素质高的优秀学生。参加各类电子设计竞赛都获得了不同等级的奖项, 并且有的实践小组获得了省级或校级的创新基金项目资助。

[参考文献]

- [1] 陆珉, 黄春琳, 刘安芝, 库锡树. 综合电路实验课程改革探索[J]. 电气电子教学学报, 2009, 31(S): 121-124.
- [2] 刘静波. 高频电子线路实践教学建设和探索[J]. 电气电子教学学报, 2006, 28(4): 87-90, 111.
- [3] 陈雅琴. 清华“高频电路系统课程设计”的实践创新[J]. 计算机教育, 2006(8): 16-18.
- [4] 董昌文, 马彦兵. 高频电路实验教学改革与创新实践[J]. 贵州民族学院学报: 哲学社会科学版, 2006(4): 178-179.
- [5] 王永生, 屈波, 刘拓, 范玲. 构建本科生科研训练与创新实践的长效机制[J]. 中国高等教育, 2010(6): 21-25.
- [6] 王丽威, 刘政, 张红梅. 学生进入企业参与创新实践的模式研究[J]. 高教论坛, 2010(4): 89-91, 102.
- [7] 唐朝京, 涂瑞斌, 库锡树, 李贵林, 关永峰. 电子信息类大学生创新能力培养体系建设研究[J]. 高等教育研究学报, 2009, 32(2): 88-90.

(责任编辑: 卢绍华)

(上接第22页)

本文的研究希望能够为驻训演习、非战争军事行动乃至军事行动前士兵的心理状况分析提供参考借鉴。

[参考文献]

- [1] 李等松, 宋雯, 石胜刚等. 驻陕甘宁青地区不同兵种士兵心理状况比较[J]. 解放军预防医学杂志, 2008, 26(4): 279-280.
- [2] 金华. 中国正常人 SCL-90 评定结果的初步分析[J]. 中国神

经精神疾病杂志, 1986, 12(5): 260-263.

- [3] 张明圆. 精神科评定量表手册[M]. 长沙: 湖南科学技术出版社, 1993.
- [4] 中国人民解放军总后勤部卫生部. 部队心理医生培训教材[M]. 北京: 解放军出版社, 2001: 1-30.

(责任编辑: 赵惠君)