

• 论 著 •

生活事件和情绪反应与心身健康的关系[△]

心理应激课题协作组 来桂英* 郭安娜 陈 炼 詹雅琴 沈阿素
陈春兰 刘 萍 林金仙 徐明莹 姜乾金

摘要 责任制护理的核心是计划护理,第一个护理程序是收集资料。本文通过 610 例问卷调查(其中健康人 260 名,病人 350 名),并对 610 例中的 365 例同时测定了 90 项心身症状自评量表,分析证实了生活事件是心理病史的重要资料,但过去的情绪经历是比生活事件更重要的心理资料,情绪体验与心身症状关系更密切。因此,在护理程序中收集以往心理学资料时,应同时了解和记录病人生活事件和情绪经历,以便于制订出切实有效的心理护理措施。

在心理护理工作中,除了应了解病人当前的心理状况及其各种影响因素外,还要求进一步了解病人以往生活中的一些重大事件,例如:家庭纠纷、经济困难等,这些生活事件也会影响病人目前的精神状态,如果在护理工作中不了解这些隐藏在背后的心理社会因素的影响,那么对病人的心理疏导将收效不大。目前常通过询问或使用生活事件问卷的方法,借以了解病人病史中的重要生活事件。但是,由于每个人对同样事件(如:家庭纠纷)的认识有差异,故调查到的生活事件往往不能真正反映这些事件对病人的影响程度。这是单纯了解生活事件的缺陷。为克服这种缺陷,寻找和证明更有效更简便的心理病史采集方法,我们在使用生活事件问卷的同时,增加了个人对事件情绪反应程度这一问卷,考察一个人对病史中的生活事件的情绪体验与保持心身健康之间的关系。如果病史中的情绪反应程度与目前的心身健康有更大的关系,则今后在心理护理中除了询问生活事件史以外,可将重点放在了了解病人以往的情绪反应程度方面,这就具有实际指导意义。

对象与方法

一、使用姜乾金 1987 年设计的 13 项生活事件问卷^[1],另外参考 Folkman 的方法^[2],并根据 SDS、SAS 等量表中有关焦虑和抑郁体验条目,经过反复筛选、调整,列出反应抑郁和

焦虑等消极情绪词汇 10 个,包括:害怕、苦恼、忧郁、紧张、气愤、绝望、焦虑、焦急、悲伤、无望;另列反应愉快的积极情绪词汇 5 个,包括:高兴、愉快、欢喜、兴奋、欣慰;将上述消极和积极各词汇混合后排列在所有生活事件问卷之后。在前面设一指导语:“对上述生活事件,你先后有过哪些既明显又持续时间较久的心情变化?”

二、用上述调查问卷调查 610 例被试者,其中健康人 260 名,各类综合性医院的病人 350 名,按统一指导语由被调查者根据自己情况逐项选勾 5 年内经历过的明显生活事件及对事件的情绪体验。

三、从 610 例中随机选取 365 例(病人 245 例,健康人 120 例)同时测定 90 项心身症状量表(Scl 90)。

四、用计算机统计分析结果,按如下方法将内容数值化:“疾病”项按病人记 1 分,健康人记 0 分;生活事件总数(Lif)按每选勾一项事件记 1 分,最高 13 分;消极情绪体验总分(NE)按每选勾一个消极情绪词汇记 1 分,最高 10 分;积极情绪体验总分(PE)按每选勾一个积极情绪词汇记 1 分,最高 5 分。

[△] 浙江省自然科学基金资助项目
* 浙江衢州化学工业公司职工医院
邮政编码 324004
收稿日期 1992-10-20

结 果

一、610例被试者10个消极情绪词汇和5个积极情绪词汇与NE和PE之间的相关系数见表1。其中总分中已减去所属词汇本身所得的1分,以消除因词汇本身得分而导致词汇与总分之间有相关的假阳性结果。结果显示,各消极情绪词汇与消极情绪体验总分NE呈高正相关,与积极情绪体验总分PE呈低相关,相反,各积极词汇与消极情绪体验总分NE呈低相关,与积极情绪体验总分PE呈高正相关,

这说明:15个反应消极情绪和反应积极情绪的词汇设计有内部一致性^[3]。设计基本合理,可以用于评价一个人的情绪反应性质和程度。

二、610例被试者的生活事件数Lif、消极情绪总分NE和积极情绪总分PE,与疾病及Scl 90总分的相关系数见表2。

结果显示:①Lif与疾病的相关系数 $\langle r \rangle = 0.17$ 说明病人报告的5年内生活事件比正常人多;②Lif与Scl 90 $\langle r \rangle = 0.32$,说明报告5年内生活事件多的人(不论健康或病人),其心身症状较严重;③消极情绪NE与疾病和Scl90

表1 610例被试者的情绪体验总分与情绪词汇的相关系数

情绪体验总分	消 极 情 绪 词 汇										积 极 情 绪 词 汇				
	害怕	苦恼	忧郁	紧张	气愤	绝望	焦虑	焦急	悲伤	无望	高兴	愉快	欢喜	兴奋	欣慰
消极情绪 体验总分 (NE)	0.41	0.46	0.50	0.48	0.37	0.36	0.51	0.48	0.43	0.35	0.17	0.09	0.26	0.24	0.18
积极情绪 体验总分 (PE)	0.10	0.10	0.05	0.17	0.24	0.17	0.11	0.23	0.10	0.12	0.63	0.66	0.57	0.53	0.53

表2 610例被试者的Lif、NE、PE与疾病和Scl90总分的相关系数

	疾 病	Scl90
Lif	0.17 ^{△△}	0.32 ^{△△}
NE	0.12 ^{△△}	0.44 ^{△△}
PE	-0.02	0.10 [△]

[△]P<0.05 ^{△△}P<0.01

的相关系数分别是 $r=0.12$ 和 0.44 ,说明报告5年内消极情绪体验多的人,同样以病人居多,所产生的心身症状也高(Scl 90总分高);④积极情绪PE与疾病和Scl 90相关较低,说明互相间无密切关系。

分析这一结果可以看出,比较生活事件和情绪体验与Scl 90的关系,发现情绪体验与心身症状关系更密切。从而证明,为了了解一个人以往的心理压力情况,询问他对生活事件的情绪体验情况,比单纯问一下生活事件情况可能更有意义。

讨 论

责任制护理的核心是计划护理,要求护理计划有四个基本程序。第一项就是收集资料,其中包括目前的心理状态和过去的心理学因素等心理学资料。心理因素在疾病的发生、发展和康复过程中起着重要作用,已被大量的研究所证明^[4]。护理工作必须找出病人有关的心理学病史,才能结合目前的心理情况相应地制订出切实有效的心理护理措施,使病人在最佳的心理状态下接受治疗。

从传统的研究角度看,生活事件对心身健康的影响很大,是心理病史中首先要采集的内容。但近年来各种研究证明:单纯生活事件的多与少,不一定能真正反映一个人的精神影响程度。其原因是生活事件之所以对个体的心身健康产生影响,是由于通过个体的不同情绪反应的作用,这种情绪反应在相同的生活事件中,个体差异很大,因为个人对事件的认识和评价,才是决定情绪反应的根本因素。因此,我们可以设想,在护理程序中收集以往心理学资料阶

段,除了了解并记录病人经历过的生活事件情况外,同时也应了解和记录病人的情绪经历。

本文通过实验设计,分析证实了上述设想。这就是:生活事件是心理病史的重要资料,但过去的情绪经历可能是比生活事件更重要的心理资料。总之,今后在心理病史资料中,应同时记录生活事件和情绪经历情况,后者资料可以通过有意识地深入询问获取,也可使用简单的问卷调查,就象本文的方法一样。

(本文承蒙姜乾金老师的指导及林玉凤等 20 位同志的协作,谨此表示衷心感谢)

参 考 文 献

1. 姜乾金,等.癌症病人发病史中心理社会因素临床对照调查分析.中国心理卫生杂志 1987; 1:38.
2. Folkman S & Lazarus RS. Stress processes and depressive symptomatology. J of abnormal psychology 1986; 95(2):107.
3. 彭凯平.心理测验——原理与实践.华夏出版社,1989:67.
4. 姜乾金.医学心理学.第 2 版.浙江大学出版社,1990:83