

·论著·

# 职业女性应激状况调查

沈峥嵘<sup>1</sup> 陈龙<sup>1</sup> 裴华<sup>2</sup> 张凤阁<sup>2</sup> 张本<sup>2</sup> 马文有<sup>2</sup>

**【摘要】目的:**调查不同职业女性的心理应激状况。**方法:**采用自编的社会应激事件调查量表,对某集团公司的1854名职业女性进行测量,计算不同职业女性的各因素得分并分析其心理应激源。**结果:**不同职业女性的心理应激状况存在显著差异;51-60岁年龄组的职业女性和下岗人员心理应激最高;职业女性的心理应激源主要为社会环境、工作压力和子女问题。**结论:**应帮助职业女性采取正确的应对措施,保护她们的身心健康。

**【关键词】** 心理卫生 应激 横断面调查 职业女性

## A Survey of Stress Level of Career Women

SHEN Zheng-Rong, CHEN Long, PEI Hua et al

Institute of Psychology, Chinese Academy of Sciences, Beijing 100101

**【Abstract】Objective:** To compare stress levels of various groups of career women. **Methods:** Social Stressor Questionnaire was administered to a stratified random sample(N=1854) of a group Corp., evaluated their stress levels and explore their stress source. **Results:** Different career women have significant difference on stress levels. Groups of 51~60yrs and laid-off workers have higher score. The main factors of career women's stress are social environment, job stress and children problem. **Conclusion:** Career women should be helped to cope with stress correctly in order to protect their health.

**【Key words】** mental health stressor cross-sectional studies career women

当今社会,生活节奏快,竞争激烈,人们往往感到有压力。生活事件作为压力源,与心身健康的关系一直受到人们的关注<sup>[1]</sup>。为了研究压力,Holmes和Rahe在1967年提出了第一个生活事件应激量表<sup>[2]</sup>。但由于人的社会生活不同,压力也有特殊性。持刺激观点的学派认为,心理压力也称心理应激,是一种刺激,是外部强加的负担或要求,就是说,压力是一个事件或一种情境,这个事件或情境影响了个体,并对个体存在潜在的危害性,它同工程学上对压力的定义是相似的<sup>[3]</sup>。

随着社会和经济的发展,女性越来越多地参与社会工作,她们不仅身处一个工作压力较大的环境,而且在事业与生活的关系上也比男性面临更多的冲突和困扰。据对全国9个城市4种职业群体调查,酒精依赖率为37.23%,其中女性为0.92%<sup>[4]</sup>。前国内外相关研究少有报道。本研究旨在了解不同职业女性的心理应激状况,以便帮助职业女性采取有效的应对措施,为企业提高对职业女性的管理水平及维护她们的身心健康提供依据。

### 对象与方法

**对象** 对某大型企业采用分层随机抽样原则,共抽取1854名女性员工为研究对象,按标准化程序开展现场调查。样本按职业可分为:管理人员33人、技术人员568人、工人1195人、下岗人员58人;按年龄可分为:20~30岁组292人、31~40岁组1039人、41~50岁组475人、51~60岁组48人;按文化程度可分为:低学历668人、中等学历786人、高学历400人;按月人均收入可分为:低收入(月人均收入200元)768人、中低收入(月人均收入400元)681人、中等收入(月人均收入600元)250人、中高收入(月人均收入800元)91人、高收入(月人均收入1000元及以上)64人。

**方法** 采用自编社会应激事件调查量表。在参考国内外有关量表<sup>[2,5,6]</sup>的基础上,结合被调查公司的情况,编制了“社会应激事件调查量表”。该量表包含89个测试项目,分别为社会环境、个人成就、工作变动、工作压力、住房医疗、经济压力、社会支持、子女问题、人际关系、家庭生活等10个方面的社会应激事件,如“社会分配不公现象对你有影响吗?”“你有因取得工作成就和荣誉带来的压力吗?”“工作调动对你有压力吗?”“你感到工作任务繁重吗?”“你有住房紧张的压

基金项目:中国科学院知识创新工程(KSCX2-2-03)资助项目

1. 中国科学院心理研究所(100101), 中国科学院研究生院(100015) 2. 开滦集团有限责任公司(063000)

力吗?”“你的家庭收入维持生活周转有困难吗?”“你有过工作中得不到同事配合的苦恼吗?”“你有抚养子女的压力吗?”“你和你的上级发生过冲突吗?”“家庭成员关系不和?”等等,要求被试根据该事件对自己产生的心理影响程度做出判断,记分方式由轻到重为0-4分,得分越高表示应激越高。该量表具有良好的信度和效度<sup>[7-10]</sup>

用 SPSS11.0 进行方差分析和多元逐步回归分析。

## 结果

### 2.1 职业女性压力总分及差异比较

职业女性的压力总分为  $62.6 \pm 31.4$ , 显著低于男性的压力总分  $70.8 \pm 35.2$  ( $t=8.25, P<0.001$ )。以年龄、学历和收入水平为自变量,压力总分为因变量进行多因素方差分析,结果显示:年龄对职业女性的压力总分有显著影响,而文化程度和收入水平的影响不显著。不同年龄阶段 20-30 岁、31-40 岁、41-50 岁、51-60 岁职业女性的压力总分分别为:  $66.7 \pm 28.5$ 、 $62.8 \pm 31.0$ 、 $58.4 \pm 32.6$ 、 $73.0 \pm 37.2$ , 组间方差分析差异有显著性 ( $F=6.38, P<0.05$ ), 其中 51-60 岁年龄组的压力总分显著高于其余各组。

### 2.2 不同职业的女性应激事件得分比较(见表 1)

应激源	管理人员 (n=33)	技术人员 (n=568)	工人 (n=1195)	下岗人员 (n=58)	F
社会环境	1.3±1.0	1.4±0.8	1.2±0.8	1.2±0.9	5.64**
个人成就	1.0±0.8	0.9±0.7	0.7±0.6	0.8±0.7	21.00**
工作变动	0.7±0.7	0.9±0.6	0.5±0.6	0.5±0.5	51.39**
工作压力	1.1±1.1	1.1±0.9	0.8±0.8	0.9±0.9	27.55**
住房医疗	1.1±1.1	1.1±1.0	1.3±1.0	1.2±1.0	5.45**
经济压力	1.3±1.1	1.1±0.7	1.3±0.9	1.4±0.9	9.20**
社会支持	0.7±0.7	0.6±0.6	0.6±0.6	0.6±0.6	0.29
子女问题	1.2±1.2	1.0±1.1	1.2±1.1	1.2±1.2	3.88*
人际关系	0.3±0.5	0.3±0.4	0.2±0.4	0.3±0.5	7.25**
家庭问题	0.2±0.4	0.2±0.5	0.1±0.5	0.6±0.3	3.06
压力总分	69.6±26.6	68.7±31.7	59.1±31.0	69.7±28.3	13.80**

\*  $P<0.01$ , \*\*  $P<0.01$ . 下同。

表 1 方差分析结果显示,四种职业群体中,管理人员在个人成就、人际关系方面的应激最高;技术人员在社会环境、工作变动、工作压力方面的应激最高;工人在住房医疗和子女问题方面的应激最高,下岗人员在经济压力方面的应激和压力总分最高;四种职业女性在社会支持因素方面的应激差异无统计学意义。

### 2.3 职业女性心理压力应激源(见表 2)

以 10 个应激源为自变量,压力总分为因变量进行多元逐步回归分析,结果显示造成职业女性心理压力的主要应激源分别为社会环境、工作压力和子女问题。

表 2 心理压力应激源逐步回归分析

	偏回归系数	标准误	标准化回归系数	t 值
社会环境	3.638	1.041	0.095	3.49**
工作压力	3.553	1.044	0.092	3.41**
子女问题	1.588	0.648	0.057	2.45*

## 讨论

本调查结果发现从事不同职业的女性,其心理应激状况差异显著,与 Sparks 等的研究结果相似<sup>[11]</sup>。本调查还发现,51-60 岁年龄组的压力总分最大,这是因为,女性进入 45 岁以后将步入更年期,体内雌激素水平的逐渐减退,使雌激素对女性的精神保护作用下降<sup>[12]</sup>,对外界刺激的敏感性增加,容易和外界发生冲突,从而引起各类心理问题的产生。当今是高度竞争的社会,下岗、待岗、提前退休等社会因素发生在她们身上的机会远大于其他人,因此更年期女性承受的各种应激特别多<sup>[13]</sup>,心理压力特别大。

调查结果显示下岗人员的压力总分最大,并且在经济压力方面的应激显著高于其他人员,在子女问题、人际关系和家庭问题等方面的应激也较高,这与已有的结果一致<sup>[14]</sup>,这是由于下岗后随着经济收入的下降,一系列日常生活问题以及家庭矛盾的出现,造成下岗人员的心理应激非常高。

调查结果显示工作压力是职业女性的主要应激源之一,这与已有的结果相似<sup>[15]</sup>,其中技术人员的工作压力应激最高,且显著高于其他职业女性。本调查中技术人员主要由教职人员和医务人员构成。有研究表明,教师属于一个高压力的职业<sup>[16]</sup>,67.4%的中小学教师认为自己面临着较大的或很大的工作压力<sup>[17]</sup>;有关医务人员应激的研究表明,医务人员在工作方面的应激源,如时刻担心工作中出现差错、工作量太大等是最大的应激源<sup>[18]</sup>,主要由这两个人群组成技术人员组,该组的工作压力应激高于其他职业人群就可以理解了。

有研究表明,良好的应对方式可降低心理应激水平,而不良的应对方式可能增强应激事件的负性影响<sup>[19]</sup>,积极的认知或行为的应对能减轻生活事件的影响,对心理健康起到积极的作用<sup>[20]</sup>。因此,应通过对职业女性心理应激状况的调查和分析,帮助她们正确地认识应激事件,采取积极的应对方式,提高她们的心理健康水平,从而也促进企业管理水平的提高。

## 参考文献

- 1 沈贵林, 华德林, 姜乾金, 等. 应激和应对方式与非胃溃疡性消化不良. 中国行为医学科学杂志, 1998(4):288-289.
- 2 Holmes TH, Rahe RH. The social readjustment rating scale. Psychosom, 1967(11):213-218.
- 3 Kahn RL, Byosiere P. Stress in organizations. Handbook of industrial and organizational psychology, 1992(3):571-650.
- 4 酒精依赖与有关问题协作组. 中国9个城市4个职业人群酒精依赖协作研究. 中国心理卫生杂志, 1992(6):112-115.
- 5 张瑶, 宋维真. 生活事件调查表对心身疾病患者试用结果分析. 中国心理卫生杂志, 1989, 3(2):74-76.
- 6 郑延平, 杨德森. 生活事件、精神紧张与神经症. 中国神经精神疾病杂志, 1983, 9(2):65-68.
- 7 高飞, 陈龙, 裴华等. 企业员工应激源因素结构研究. 中国临床心理学杂志, 2004, 12(1):45-47.
- 8 李皓, 陈龙, 裴华等. 人格特征与职工应激评价的相关性研究. 中国临床心理学杂志, 2003, 11(4):270-272.
- 9 睦衍波, 陈龙, 裴华等. 煤矿矿工的人格、应激与心理健康状况调查. 中国临床心理学杂志, 2003, 11(4):273-275.
- 10 马煊, 陈龙, 裴华等. 应对方式、人格特征与应激水平的关系. 中国临床心理学杂志, 2004, 12(1):48-49.
- 11 Sparks K, Cooper CL. Occupational differences in the work-strain relationship: Toward the use of situation-specific models. J Occupational Organ psychology, 1999, 72:219-229.
- 12 上海市医学科技情报研究所. 雌激素在精神分裂症性别差异中的作用. 精神医学最新文摘汇编, 1991, 1(2):22.
- 13 李亚明, 吴品玉, 应芸等. 已婚妇女心理健康状况调查分析. 健康心理学, 2002, 10(5):18.
- 14 杨廷忠. 社会转型中城市人群心理压力研究. 中华流行病学杂志, 2002, 23(6):473-475.
- 15 吴谅谅, 冯颖, 范巍. 职业女性工作家庭冲突的压力源研究. 应用心理学, 2003(9)1:43-46.
- 16 Kyriacou C. Teacher stress and burnout: an international review. Educational Research, 1987(2):34-36.
- 17 徐富明. 中小学教师的工作压力现状及其与职业倦怠的关系. 中国临床心理学杂志, 2003, 11(3):195-197.
- 18 田丽华, 宫玉花. 护理人员应激源及应对方式的调查研究. 护理研究, 2003, 17(1):9-11.
- 19 Murgatroyd S, Woolfe R, eds. Coping with crisis. London: Harper & Row Publishers, 1982.
- 20 Burchfield SR. Stress: psychological Interactions. Hemisphere Publishing Corporation, 1985: 223-240.

责任编辑:王希林

04-04-10 收稿, 04-08-20 修回

## ·调查研究·

## 青海地区汉、藏大学生心理健康现状对比分析

青海师范大学教育系民族教育心理学(810008) 魏凤英

本研究以问卷调查的方法, 采用症状自评量表(SCL-90), 选取青海师范大学、青海大学、青海医学院、青海民族学院四所大学生320人作被试, 汉藏男女各半。对被试进行集体测试, 测试使用统一指导语, 由被试独立填写, 采用SPSS 10.0软件对数据进行分析。

## 结果

汉、藏大学生SCL-90各因子分均分 $\geq 3$ 的检出率由高到低分别是偏执、强迫症状与忧郁、人际关系敏感、敌对、恐怖、精神病性、其他、焦虑、躯体化。

青海高原汉、藏大学生强迫症状因子分存在差异( $P < 0.05$ ), 藏族大学生强迫症状因子分高于汉族大学生, 其余差异无统计学意义( $P > 0.05$ )。

青海高原汉、藏大学生敌对因子分男生高于女生( $P > 0.05$ ); 精神病性因子分男生明显高于女生( $P < 0.01$ ); 其他因子均无差异( $P > 0.05$ )。4青海高原汉、藏大学生心理健康状况存在学校间差异, 本次调查选取的四所高校中, 青海大学是一所典型的理工科院校, 青海师范大学、青海医学院、青海民族学院是兼具文、理科学生的院校。调查结果表明, 青海大学与其他三所大学的差异最大, 而其他三所院校之间也存在差异。

## 讨论

随着高校的扩招和高校收费的增长, 大学生就业的压力及潜在的学历危机使当今大学生出现了偏执、忧郁等特点, 且普遍出现人际关系敏感问题。从测

试结果可看出, 生活在青海高原的汉、藏族大学生, 在这方面存在一定的心理问题, 并表现出一定的区域特征。

青海高原经济发展相对滞后, 加之独特的人文、地理环境的影响, 导致社会发展和精神文明建设相对滞后。知识经济的挑战, 就业形势的严峻, 使大学生的心理负担加重。而面对就业与继续深造的选择, 面对日益激烈的竞争, 与有可能出现的“一毕业, 就失业”的现象, 大学生容易出现焦虑、忧郁情绪和挫折感。出现这种结果, 原因可能有很多。文、理科学生的家庭社会背景应该是大致类似的, 他们之间的差别主要还是专业, 其中, 文、理科学生学习和生活中的观念与思维方式的不同可能占重要地位, 还有待于进一步探讨。