

四川地震灾后阿坝州 中小学教师心理创伤研究报告

游永恒¹, 张皓¹, 刘 晓²

(1. 四川师范大学 教师教育学院, 成都 610068; 2. 四川工商职业技术学院, 成都都江堰 611830)

摘要:课题组使用事件影响量表(ISE-R)和有关内疚、压抑、失望、社会支持、无生命意义感、无信心感的六个附加题对四川 5·12 地震极重灾区阿坝州的 181 名中小学及幼儿园教师创伤后应激障碍进行了调查, 统计分析结果表明:(1)有创伤后应激障碍重度症状的人群为 7.9%;(2)女性教师的事件影响量表的平均分高于男性教师;(3)不同年龄段的人们之间在 PTSD 症状上差异不显著(都大于 0.05);(4)常常出现内疚、压抑、失望、无生命意义感的教师受到地震的影响和冲击明显高于没有或很少出现这些感受的教师;(5)社会支持的程度不影响地震对教师的影响和冲击程度;(6)无论感受到地震的影响和冲击有多大, 大多数教师在现阶段对未来都充满信心。

关键词:创伤后应激障碍; 四川地震灾区; 阿坝州; 中小学教师; 心理创伤研究报告

中图分类号:G443 **文献标志码:**A **文章编号:**1000-5315(2010)02-0052-05

一 引言

四川汶川 5·12 大地震给人的心理带来强烈和显著的影响, 特别是身临其境的受灾者, 当灾难过后, 强烈的惊吓和悲恸刺激会使其中一部分人处于一种非正常的心理状态, 造成地震后的心理创伤。

四川师范大学心理干预课题组于汶川大地震后三个月(8 月 20—28 日)对阿坝州重灾区和极重灾区的 181 名中小学教师进行了心理创伤的评估测验。这一时间段恰好是创伤后应激障碍出现的一个相对高发时期, 因此这一时间段的样本收集和研究表明显然具有重要的学术价值。

创伤后应激障碍(post traumatic stress disorder, PTSD), 是指个体遭遇异乎寻常的威胁性或灾难性心理创伤, 导致延迟出现并长期持续的精神

障碍^{[1]95-101}。

PTSD 最初仅被认为是由战争经历引起的, 现在已扩展为包括地震、火灾、暴力袭击、强奸、虐待、绑架、重大交通事故等自然灾害和生活事件在内的一切可引起严重精神创伤的事件所引发的精神障碍^[2]。

PTSD 的症状主要有:(1)反复重现创伤性的体验, 患者不愿意但却不自觉地反复回忆当时的痛苦体验, 形成创伤事件重演的生动体验, 如“闪回”(flash back);(2)回避与创伤事件有关的活动, 不能回忆创伤性体验的某一重要方面, 此外患者还会产生一系列的退缩症状, 如与人疏远、与亲人的感情变得淡漠、对未来失去希望、不想工作、觉得活着没有意义等;(3)持续的警觉性增高, 常伴有神经兴奋、对

收稿日期:2009-12-18

基金项目:四川师范大学 2008 年四川地震灾区心理援助项目成果。

作者简介:游永恒(1955—), 男, 四川荣经人, 四川师范大学教师教育学院教授;

张皓(1964—), 女, 四川彭州人, 四川师范大学教师教育学院副教授;

刘晓(1983—), 女, 四川都江堰人, 四川工商职业技术学院教师。

细小的事情过分敏感、注意力集中困难、失眠或易惊醒、激惹性增高、焦虑、抑郁、自杀倾向等表现,长时间的症状可能引起人格改变。

国内外关于创伤后应激障碍研究的历史并不长,直到1980年美国的疾病与统计分类手册才把创伤后应激障碍正式列为焦虑症中的一个类型^[3]¹⁶⁴。

二 研究方法

(一)被试

在研究中,课题组共发放问卷181份,收回有效问卷164份,其中男教师146人(89.0%),女教师18人(11.0%);教师年龄在35岁以下的有77人(47.0%),35岁至50岁的有84人(51.2%),50岁以上的有3人(1.8%)。参见表1。

表1. 被试情况一览表

性别		年龄			总计
男	女	35岁以下	35—50岁	50岁以上	
146	18	77	84	3	164

(二)工具

1. 事件影响量表(ISE-R)

事件影响量表是一个对被试的特殊生活事件中的灾难性体验进行测量和评估的自陈式问卷,用来测定过去七天里个体的PTSD症状水平,该量表也可以用于测量在治疗过程中来访者获得改善和进步的情况(Horowitz, et al 1979; Corcoran & Fischer, 1994)。这次使用的量表由Weiss和Marmar于1997年修订而成。该量表共22个题目,分为侵袭性症状、回避症状、高唤醒症状三个分量表。量表采用5点记分,总分9—25分为轻度影响,26—43分为中度影响,44分及以上为重度影响。从量表的效度来看:高唤醒分量表对创伤有着较高的预测效度(Briere, 1997),侵袭性症状分量表和回避症状分量表可以预测来访者的改变和对创伤事件反应的严重程度(Weiss and Marmar, 1997; Horowitz et al, 1979)。Weiss and Marmar (1997)报告三个分量表的内部一致性信度很高(α 系数从0.87到0.92)^[4]。本研究测定的三个分量表的 α 系数分别为:0.82、0.81、0.82。

2. 附加问题及开放式问题

为了使调查与更广泛的生活事件相联系,以便对地震后心理创伤做出更有实践意义的分析,课题组专门设计了相关的附加问题和开放式回答的问

题。量表的6个附加题分别测试教师在事件中感到内疚的程度、心情压抑的程度、对人的表现失望的程度、感受到的社会支持的程度、感到生命没意义的程度及对自己没有信心的程度。开放式问题共3题,分别是:地震中你最大的丧失是什么?你对未来最大的期待是什么?写下你最想说的几句话。

(三)数据处理

对收集的数据采用SPSS15.0进行处理,主要运用独立样本T检验、单因素方差分析、相关分析。

三 研究结果

(一)事件影响量表结果

1. 事件影响量表总体基本统计结果

由表2统计表明,164名教师的事件影响量表的平均分为24.48,标准差为12.90,教师的事件冲击量表得分从总体上看属轻度到中度创伤。

表2. 事件影响量表得分描述统计结果

	总数	最小值	最大值	平均数	标准差
事件影响量表得分	164	0.10	54.00	24.48	12.90

在调查的样本人群中,受到轻度影响的教师有90人,占总人数的54.9%,受中度影响的教师有61人,占总人数的37.2%,而占总人数7.9%的13名教师则受到了重度影响,如表3所示。

表3. 事件影响量表影响程度分类统计结果

	轻度人群	中度人群	重度人群
人数	90	61	13
百分数	54.9	37.2	7.9

2. 不同性别教师的创伤情况分析

表4. 不同性别教师在事件影响量表的得分情况

性别	人数	平均数	标准差
男	146	23.97	12.82
女	18	28.61	13.24

对不同性别教师在事件影响量表上的得分进行比较分析发现,男女教师的平均得分有差异,表现为女教师略高于男教师。

3. 不同年龄阶段的教师的创伤情况分析

表5. 不同年龄阶段教师在事件影响量表的得分情况

年龄	人数	平均数	标准差
35岁以下	77	24.01	12.77
35—50岁	84	24.72	13.22
50岁以上	3	29.67	8.39

总计	164	24.48	12.90
----	-----	-------	-------

对不同年龄阶段教师在事件影响量表上的得分进行比较分析发现,各个年龄阶段教师的得分没有显著差异($p>0.05$)。

(二)附加题调查的统计描述

将附加题的程度做两类区分:没有或很少出现,常常出现(包括有时出现、常常出现和总是出现)。将这两类样本在事件冲击量表中的得分做独立样本的 T 检验。

1. 附加题 1:“因为那件事中的遗憾,我感到内疚”的得分情况及内疚的程度在事件影响量表中得分的独立样本 T 检验结果如表 6、表 7。

表 6. 附加题 1“因为那件事中的遗憾,我感到内疚”的得分情况

	一点没有	很少出现	有时出现	常常出现	总是出现
百分数	57.3	20.7	15.9	4.9	1.2

表 7. 内疚程度与事件影响量表得分的独立样本 T 检验分析表

	人数	平均数	标准差	t 值	p 值
没有或很少出现	128	22.27	12.65	-4.81**	.00
常常出现	36	32.36	10.64		

注: ** $P<0.01$

如表 7 检验结果所示,没有或很少出现内疚的教师的事件影响量表的得分平均分为 22.27,而常常出现内疚的教师的事件影响量表的得分平均分为 32.36,两者的差异极其显著($P<0.01$)。由此可知,常常出现内疚的教师受到地震带来的影响和冲击显著高于那些没有或很少出现内疚的教师,受到地震影响和冲击大的教师更易产生内疚感。

2. 附加题 2:“我经常感到心情压抑,没有快乐感”的得分情况及不同压抑程度在事件冲击量表中得分的独立样本的 T 检验结果如表 8、表 9。

表 8. 附加题 2“我经常感到心情压抑,没有快乐感”的得分情况

	一点没有	很少出现	有时出现	常常出现	总是出现
百分数	47.6	25.0	19.5	5.5	2.4

表 9. 压抑程度与事件影响量表得分的独立样本 T 检验分析表

	人数	平均数	标准差	t 值	p 值
没有或很少出现	128	22.27	12.65	-4.81**	.00
常常出现	36	32.36	10.64		

没有或很少出现	119	20.55	11.77	-7.96**	.00
常常出现	45	34.87	9.65		

注: ** $P<0.01$

表 9 的检验结果表明,有 45 名教师常常感到心情压抑,他们在事件影响量表的得分的平均分为 34.87,这极其显著地高于 119 名没有或很少感到压抑的教师的得分($P<0.01$)。这说明,常常出现压抑感的教师受到地震带来的影响和冲击要显著高于那些没有或很少出现压抑感的教师,在地震中受到影响和冲击大的教师更易感到心情压抑,没有快乐感。

3. 附加题 3:“我对那件事情中人的表现感到失望”的得分情况及不同失望程度在事件冲击量表中得分的独立样本的 T 检验结果如表 10、表 11。

表 10. 附加题 3“我对那件事情中人的表现感到失望”的得分情况

	一点没有	很少出现	有时出现	常常出现	总是出现
百分数	46.3	28.7	18.9	3.1	3.0

表 11. 失望程度与事件影响量表得分的独立样本 T 检验分析表

	人数	平均数	标准差	t 值	p 值
没有或很少出现	123	22.25	12.59	-4.18**	.00
常常出现	41	31.17	11.56		

对不同失望程度的教师在事件影响量表得分的独立样本 T 检验显示(见表 11),没有或很少出现失望感的教师为 123 人,事件影响量表的平均分为 22.25,常常出现失望感的教师有 41 人,事件影响量表的平均分达到了 31.17,极其显著地高于没有或很少出现失望的教师的得分($P<0.01$)。结果表明,常常出现失望感的教师受到地震带来的影响和冲击要显著高于那些没有或很少出现失望感的教师,受到地震影响和冲击大的教师更易产生失望感。

4. 附加题 4:“在那件事情中我感受到了很好的社会支持”的得分情况及社会支持程度在事件影响量表中得分的独立样本 T 检验结果如表 12、表 13。

表 12. 附加题 4“在那件事情中我感受到很好的社会支持”的得分情况

	一点没有	很少出现	有时出现	常常出现	总是出现
百分数	2.4	9.1	22.0	40.2	26.3

表 13. 社会支持程度与事件影响量表得分的
独立样本 T 检验分析表

	人数	平均数	标准差	t 值	p 值
没有或很少出现	19	19.53	10.88	-2.06*	.05
常常出现	145	25.13	13.04		

由表 13 所示,在地震后没有或很少感受到社会支持的教师只有 19 人,而常常感受到社会支持的教师有 145 人,两者在事件冲击量表中的得分有显著的差异。

5. 附加题 5:“经历了这件事情后,常感到生命没意义”的得分情况及生命无意义感程度在事件影响量表中得分的独立样本 T 检验结果如表 14、表 15。

表 14. 附加题 5“经历了这件事情后,
常感到生命没意义”的得分情况

	一点没有	很少出现	有时出现	常常出现	总是出现
百分数	58.5	22.0	14.6	3.7	1.2

表 15. 无生命意义程度与事件影响量表得分的
独立样本 T 检验分析表

	人数	平均数	标准差	t 值	p 值
没有或很少出现	132	22.56	12.41	-3.75**	.00
常常出现	32	32.41	13.79		

结果分析如表 15 所示,地震后没有或很少感到生命没意义的教师有 132 人,常常感到生命没意义的教师有 32 人。常常感到生命没意义的教师在事件影响量表中的平均分高达 32.41,这极其显著地高于没有或很少感到生命无意义的教师的得分($P < 0.01$)。这表明,在地震中受到巨大影响和冲击的教师明显比那些受到影响和冲击较小的教师更容易感到生命意义的丧失,产生生命无意义感。

6. 附加题 6:“经历这件事后,我对未来已经没有什么信心”的得分情况及无信心程度在事件影响量表中得分的独立样本的 T 检验结果如表 16、表 17。

表 16. 附加题 6“经历这件事后,我对未来已经
没有什么信心”的得分情况

	一点没有	很少出现	有时出现	常常出现	总是出现
百分数	69.5	23.8	4.3	2.4	0.0

表 17. 无信心程度与事件影响量表得分的
独立样本 T 检验分析表

	人数	平均数	标准差	t 值	p 值
没有或很少出现	153	23.95	12.86	-2.12	.06
常常出现	11	31.82	11.76		

没有或很少出现	153	23.95	12.86	-2.12	.06
常常出现	11	31.82	11.76		

检验结果如表 17 所示,地震后没有或很少感到无信心的教师有 153 人,常常感受到对未来丧失信心的教师有 11 人,两者在事件冲击量表中的得分并没有显著的差异($P > 0.05$)。结果表明,无论对未来是否有信心,教师受到地震的影响和冲击没有显著差异。可以发现,无论受到地震的影响和冲击程度如何,在此阶段,大多数教师对未来都充满了信心。

四 讨论

1. 调查表明,汶川大地震后,阿坝州中小学教师在心理上受到的冲击和负面影响在三个多月后仍然是比较严重的。具有创伤后应激反应的教师达到 7.90%,有部分症状的教师有 37.2%,基本没有症状、心理健康状况良好的教师只有 54.9%。灾后教师的心理状态对灾后学生的心理康复有极大的影响,教师是学校心理健康教育和学生心理康复最重要、最积极的资源。高度关注教师的心理康复,对这一人群的心理创伤进行必要的干预,是灾后重建的一项重要任务。

2. 从统计数据看出,不同性别的教师虽然在“事件冲击量表”的得分中有差异,女教师高于男教师,但独立样本 T 检验表明,不同性别的教师受到地震冲击而导致的 PTSD 症状特征并没有显著差异(P 值为 0.21)。但是,值得注意的是,我们在心理辅导的过程中发现,在具有同等创伤反应的人群中,女教师的求助愿望明显高于男教师,女教师情感化特征明显,更喜欢通过交往、倾诉、向专家求助等行为来使自己得到解脱,这就减少了她们的心理创伤发展为创伤后应激障碍的可能性;相反,男教师较少表达自己的情感反应,他们不自觉地把求助行为视为“软弱”的表现,是女性化的一种特征,创伤后他们的求助行为明显少于女性,这样,他们在遭遇创伤后发展成创伤后应激障碍的可能性就比女教师大。这是在应激性事件发生以后特别值得关注的一个问题。

3. 在研究中,为了更好地反映创伤同生活事件以及当事人重要的心理感受之间的关系,我们对选出的几个重要特征与事件冲击量表的得分各自作了独立样本 T 检验。结果显示,内疚程度、对事件中

人的失望程度、压抑程度、无生命意义的程度和对未来无信心的程度得分高的教师,在 PTSD 症状的表现上得分也高,并且与这些指标得分低的教师相比,两类人群在 PTSD 症状上的差异显著。问题的复杂性在于,以上几个方面的表现,既是相对独立的生活事件和重要心理反应,有些在某种程度上又是 PTSD 症状的某一方面的特征。但这一调查还让我们注意到那些在地震后感到内疚、无助、压抑、无信心、生命无意义的人受到的创伤更大,他们更可能成为 PTSD 症状的易感人群,需要在心理干预的过程中予以特别的关注。

4. 调查发现,在地震后,无论感受到高社会支持还是感受到低社会支持的人在创伤的反应上均没有显著性差异。这一结果看起来出乎意料。根据大多数人的观点,感受到良好社会支持的人,应该有较轻的创伤反应;而感受到社会支持弱的人,更容易产生无助感和愤怒感,并由此而体验到更多的创伤。为什么我们的研究结果不符合多数人的常识呢?在实际调查中,我们发现,在这次大地震中,人员集中、相对富裕、丧失程度高的城区居民得到的社会支持更强,按理讲这部分人由于“丧失”方面的原因受到的创伤更重,但这些地方由于交通相对方便、人员集中、得到的社会支持系统更为强大,这在一定程度上减弱了他们的创伤反应。而感受到社会支持系统较弱的人群大都处在边远地区,这些地区相对丧失程度较低,他们的社会期待也相对较低,这就使他们的创伤反应相对较弱。这种此消彼涨的作用就使得两类人群在创伤反应上没有出现显著的差异。这表明,良好的社会支持并非没有意义。得到良好社会支持的人群丧失更大,良好的社会支持其实减弱了

他们的创伤反应;同时,感受到社会支持弱的人群由于社会期待和丧失程度相对较低,创伤反应并未因此而提高,但这并不意味着对这部分人的社会支持不重要,他们的创伤反应未高于得到良好社会支持的人群,这只是表明了他们的丧失程度相对较低,社会支持系统对减弱他们的创伤反应同样起到了积极的作用。

五 结论

1. 汶川大地震后,阿坝州的中小学教师出现了创伤后应激障碍的一些相关症状(是否诊断为医学意义上的创伤后应激障碍应由专业医生作出判断)。45.1%的教师受到了比较明显的事件冲击影响,这部分教师处于心理的亚健康状态,心理基本健康的为 54.9%。但是,阿坝州中小学教师的心理健康情况好于全省地震灾区中小学教师的整体情况(笔者 2008 年 6 月 25 日—8 月 10 日的调查表明,受重度影响的有 18.7%,中度影响的有 47.8%^[5])。

2. 灾区男女教师心理创伤的程度没有显著差异,但是与女教师相比,男教师的心理问题更显得隐蔽化,他们在遇到心理创伤时求助的动机更弱,因此对男教师的心理问题应该引起更多的关注。

3. 地震中重要的生活事件对创伤的体验有显著影响,良好的社会支持、较少的由相关事件引起的遗憾与内疚有助于积极应对创伤体验。

4. 研究结果显示,内疚、对他人失望、压抑、无生命意义感和对未来无信心的得分较高的教师表现出更多的 PTSD 症状,但感觉到的社会支持程度高低似与教师的 PTSD 症状没有正相关,这提示出 PTSD 与个人心理因素和创伤易感性有更多的关联。

参考文献:

- [1]中华医学会精神科分会. 中国精神障碍分类与诊断标准(第三版)[M]. 济南:山东科学技术出版社,2001.
- [2]论创伤后应激障碍的司法精神病学鉴定[J]. 中国实用神经疾病杂志,2008,4(4).
- [3]David H. Barlow, V. Mark Durand. 异常心理学[M]. 杨霞,等译. 北京:中国轻工业出版社,2006.
- [4]中国心理网心理测评中心. <http://www.psych.gov.cn/tests/testsdetail.asp?id=81>.
- [5]游永恒,张皓,刘晓. 四川地震震后中小学教师心理创伤评估报告[J]. 心理科学进展,2009,17(3).

[责任编辑:李大明]