

DOI: 10.16781/j.0258-879x.2021.02.0224

• 短篇论著 •

外军留学生焦虑、抑郁与领悟社会支持的关系

周娜, 何静文, 李玲, 崔轶*

海军军医大学(第二军医大学)心理系心理健康教育与咨询中心, 上海 200433

[摘要] **目的** 探究在华外军留学生的焦虑、抑郁水平及两者与领悟社会支持之间的关系。**方法** 采用整群抽样, 用自编人口学问卷、领悟社会支持量表(PSSS)、焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)对某军队院校148名外军留学生进行调查, 并采用多重线性回归分析(Stepwise法)探讨焦虑、抑郁与领悟社会支持之间的关系。**结果** 共发放问卷148份, 回收有效问卷135份, 有效率为91.2%。135名外军留学生的平均PSSS得分为(57.89±14.37)分。SAS平均得分为(48.33±9.21)分, 其中47名(34.8%)学生存在轻度及以上的焦虑症状, 且女生的SAS得分高于男生($P<0.01$)。SDS平均得分为(53.12±9.03)分, 其中82名(60.7%)学生存在中度及以上抑郁。多重线性回归分析结果显示, 外军留学生的领悟社会支持水平越低其焦虑、抑郁症状越严重($\beta=-0.211$, $P=0.016$; $\beta=-0.462$, $P<0.01$)。**结论** 外军留学生的焦虑、抑郁问题较严重, 且严重程度与领悟社会支持水平有关。

[关键词] 外军留学生; 领悟社会支持; 焦虑; 抑郁

[中图分类号] R 395.6 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 0258-879X(2021)02-0224-04

Relationship between anxiety, depression and perceived social support of international military students in China

ZHOU Na, HE Jing-wen, LI Ling, CUI Yi*

Mental Health Education and Consultation Center, Faculty of Psychology, Naval Medical University (Second Military Medical University), Shanghai 200433, China

[Abstract] **Objective** To explore the severity of anxiety and depression in international military students in China and its relationship with perceived social support. **Methods** With cluster sampling, 148 international military students from a military university were investigated with self-compiled demographic questionnaire, perceived social support scale (PSSS), self-rating anxiety scale (SAS) and self-rating depression scale (SDS). The relationship between anxiety, depression and perceived social support was explored using multiple linear regression analysis (Stepwise regression). **Results** A total of 148 questionnaires were sent out, and 135 valid questionnaires were collected, with an effective rate of 91.2%. The average score of PSSS of the 135 students was 57.89±14.37. The average score of SAS was 48.33±9.21, and 47 students (34.8%) had mild anxiety or above; and the SAS score of the females was significantly higher than that of the males ($P<0.01$). The average score of SDS was 53.12±9.03, and 82 students (60.7%) had moderate depression or above. Multiple linear regression analysis revealed that the lower the perceived social support level, the more serious the anxiety and depression ($\beta=-0.211$, $P=0.016$; $\beta=-0.462$, $P<0.01$). **Conclusion** The anxiety and depression of international military overseas students in China are serious, and the severity is related to the level of perceived social support.

[Key words] military overseas students; perceived social support; anxiety; depression

[Acad J Sec Mil Med Univ, 2021, 42(2): 224-227]

近年来, 随着军队院校外军留学生的数量日益增长, 他们的心理健康状况也越来越受到关注。留学生是一个相对特殊的群体, 他们常年身处异国他乡, 不仅面对陌生的文化与环境, 还要应对学业、

生活和人际关系压力, 容易产生各种心理问题。WHO一项关于国际留学生心理健康的调查研究发现, 在调查的13 984名全日制留学生中, 35%的学生存在至少1种生活中常见的心理障碍^[1]。陈磊

[收稿日期] 2019-10-30 **[接受日期]** 2020-06-09

[基金项目] 2017年海军军医大学(第二军医大学)军事医学专项课题。Supported by 2017 Military Medical Project of Naval Medical University (Second Military Medical University).

[作者简介] 周娜, 硕士, 讲师. E-mail: 373873940@qq.com

*通信作者(Corresponding author). Tel: 021-81871699, E-mail: cuiyi210@163.com

等^[2]研究发现,与普通医学本科生相比国际医学留学生的心理问题相对突出。

领悟社会支持是指个体感受到自己在社会中被支持、被理解和被尊重的情绪体验,它是人们适应社会和环境非常重要的应对资源^[3]。相比于社会支持,它并不十分关注受试者的客观社会支持资源,而更加反映个体对资源的发掘能力和利用能力,体现社会支持资源对个体心理健康的增益性作用。多项研究发现,领悟社会支持与个体的焦虑、抑郁等情绪有关^[4-7]。良好的领悟社会支持有助于改善心理健康水平。

目前国内针对在华留学生,特别是外军留学生的心理健康状况及领悟社会支持的研究仍相对缺乏。为了解外军留学生的心理健康状况和社会支持情况及两者之间的关系,本研究对某军队院校外军留学生的心理健康状况和社会支持情况进行了调查,现将结果报告如下。

1 对象和方法

1.1 研究对象 2019年3—5月,采用整群抽样法,对某军队院校外军留学生的领悟社会支持、焦虑与抑郁情况进行调查。测试均在研究者统一指导下进行。

1.2 研究工具 (1)自编的一般人口学问卷:包括年龄、性别、国籍及婚姻状况。

(2)领悟社会支持量表(perceived social support scale, PSSS):由Zimet等^[8]于1988年编制,是一个强调个体自我理解和自我感受的社会支持量表。PSSS由12个自评项目组成,包括家庭支持、朋友支持和其他支持3个维度。采用7点计分法,总分为12~84分,得分越高代表个体领悟到的社会支持程度越高。总得分12~36分为低领悟社会支持状态,37~60分为中领悟社会支持状态,61~84分为高领悟社会支持状态。

(3)焦虑自评量表(self-rating anxiety scale, SAS):由Zung^[9]于1971年编制,由20个条目组成。采用4级评分法(4个选项“无、有时、经常、持续”分别对应1、2、3、4分),其中5个条目(条目5、9、13、17、19)为反向计分,其余按顺序计分。评分结果乘以1.25后取整数,即得到标准分。总得分50~59分为轻度焦虑,60~69分为中度焦虑,69分以上为重度焦虑。

(4)抑郁自评量表(self-rating depression scale, SDS):由Zung^[10]于1965年编制,能全面、准确、迅速地反映被试的抑郁症状及严重程度。该

量表由20个条目组成,采用4级评分法(4个选项“无、有时、经常、持续”分别对应1、2、3、4分),其中10个条目(2、5、6、11、12、14、16、17、18、20)为反向计分,其余按顺序计分。总得分53~62分为轻度抑郁,63~72分为中度抑郁,72分以上为重度抑郁。

1.3 统计学处理 应用SPSS 22.0软件进行统计学分析。计量资料以 $\bar{x} \pm s$ 表示,组间比较采用独立样本 t 检验和单因素方差分析;计数资料以人数和百分数表示。相关性分析采用Pearson相关分析,回归分析采用多重线性回归并使用Stepwise法。检验水准(α)为0.05。

2 结果

共发放问卷148份,回收有效问卷135份,有效率为91.2%。

2.1 一般人口学情况 135名外军留学生的年龄为19~30岁,平均年龄为(22.86±2.47)岁,其中男81人(60.0%)、女54人(40.0%)。92.6%(125人)的学生未婚,4.4%(6人)已婚,0.7%(1人)离异,2.2%(3人)丧偶。外军留学生主要来自老挝、吉尔吉斯斯坦、柬埔寨、塔吉克斯坦及马尔代夫等23个国家。

2.2 外军留学生领悟社会支持及焦虑、抑郁得分情况 135名外军留学生的PSSS平均得分为(57.89±14.37)分,其中6.7%(9人)的学生处于低领悟社会支持状态,47.4%(64人)处于中领悟社会支持状态。SAS平均得分为(48.33±9.21)分,其中34.8%(47人)的学生存在轻度及以上的焦虑。SDS平均得分为(53.12±9.03)分,其中60.7%(82人)的学生存在中度及以上抑郁。SAS全国常模得分为(37.23±12.59)分、SDS全国常模得分为(41.88±10.57)分^[11],本研究得分均高于全国常模,且差异均有统计学意义($t=14.002$ 、 14.466 , P 均 <0.01)。

按照性别、婚姻状况及年级分组,组间比较结果(表1)显示,仅有SAS得分在男女组间差异有统计学意义,女生得分高于男生($P<0.01$)。

2.3 外军留学生焦虑、抑郁与领悟社会支持之间的关系 Pearson相关分析结果显示,PSSS得分与SAS、SDS得分呈负相关($r=-0.181$ 、 $P<0.05$; $r=-0.462$ 、 $P<0.01$);SAS得分与SDS得分呈正相关($r=0.635$, $P<0.01$)。

多重线性回归分析结果显示,性别和领悟社会支持是外军留学生焦虑的影响因素($\beta=0.251$,

$t=3.013, P=0.002; \beta=-0.211, t=-0.257, P=0.016$), 调整后 R^2 为 0.081; 领悟社会支持是外军

留学生抑郁的影响因素 ($\beta=-0.462, t=-6.000, P<0.01$), 调整后 R^2 为 0.207。

表1 按性别、婚姻状况及年级分组外军留学生的 PSSS、SAS、SDS 得分比较

变量	n	PSSS		SAS		SDS		$\bar{x} \pm s$
		得分	统计值	得分	统计值	得分	统计值	
性别			$t=1.852$		$t=7.192^{**}$			$t=0.001$
男	81	56.52±13.68		46.63±8.79		53.10±9.11		
女	54	59.94±15.24		50.87±9.31		53.14±8.98		
婚姻状况			$F=1.330$		$F=1.836$			$F=0.757$
未婚	125	58.29±13.91		48.32±9.14		53.16±9.02		
已婚	6	47.17±23.38		45.83±6.50		49.79±9.59		
离异	1	68.00		68.75		63.75		
丧偶	3	59.33±8.02		47.08±13.12		54.58±9.46		
年级			$F=0.654$		$F=0.853$			$F=0.417$
一	20	59.15±15.69		48.81±9.01		52.06±10.60		
二	28	57.68±13.47		47.23±7.39		54.64±7.94		
三	28	58.14±14.78		50.35±12.72		52.36±9.67		
四	22	54.86±12.24		49.94±9.25		54.09±9.52		
五	14	63.21±13.23		47.32±8.75		51.25±7.61		
六	23	56.39±16.63		45.86±6.10		53.31±8.85		

** $P<0.01$. PSSS:领悟社会支持量表;SAS:焦虑自评量表;SDS:抑郁自评量表。

3 讨论

本研究通过对 135 名在华外军留学生进行调查,发现他们的焦虑和抑郁问题比较突出。国内有关大学生群体焦虑、抑郁的研究比较多,结果表明医学院校学生的焦虑、抑郁问题更加突出^[12]。本研究调查的 135 名外军留学生所学习的专业也是临床医学专业。国内医学院校学生焦虑、抑郁的相关因素包括学业压力大、就业前景问题等。与本课题组前期调查结果^[13]一致,学业压力也是外军留学生的主要压力源之一,这可能与医学生培养过程中课程多、内容多、涉及面广有关。外军留学生不仅要应对较高的学业压力,还要克服学习中的语言障碍。中文是世界上比较复杂的语言体系,外军留学生入学后如不能很好地适应我军较为严格的军事管理模式及适应学习生活、地理环境和文化上的巨大差异,很容易产生焦虑、抑郁情绪。

本研究结果显示,外军留学生的焦虑情绪与性别有关,婚姻状况、学龄等因素对其没有影响。本研究发现女性外军留学生的焦虑程度较高,与既往研究结果^[14-17]一致。Skromanis 等^[18]研究发现,与澳大利亚本土学生相比,留学生尤其是男生的心理健康状况较差,并且他们很少主动寻求心理帮助;

梁社红等^[19]对浙江大学留学生的心理状况进行了调查,发现留学生的心理健康状况整体较差。

影响留学生心理健康的主要因素包括陌生的社会制度、交流与学习障碍、生活质量较低、自我照顾能力不足及社会歧视和孤立等^[20]。本次调查的外军留学生大多来自经济不发达的国家,因经济和文化原因导致他们在人际关系中可能无法形成自信,加上外军留学生的特殊身份和军队的管理模式,均可能造成心理健康问题。本研究不同年级及不同婚姻状况的外军留学生之间,焦虑、抑郁的评分差异均没有统计学意义,表明在外军留学生群体中焦虑和抑郁程度没有因为求学时间的延长或婚姻状况的改变而发生明显变化。

本研究通过多重线性回归分析进一步发现外军留学生的焦虑、抑郁症状与领悟社会支持水平有关,留学生的领悟社会支持水平越低焦虑、抑郁症状越严重。良好的社会支持能在一定程度上有效缓解心理压力,减少负性事件带来的不良情绪,改善焦虑、抑郁症状。该结果与既往的研究结果一致,陆斯琦等^[21]研究发现,临床医师的领悟社会支持与焦虑、抑郁情绪密切相关;Tambag 等^[22]也发现产后女性的领悟社会支持水平与抑郁症状有关。纵向研究也发现,较低水平的领悟社会支持能预测抑

郁症状^[23]。提示本研究中外军留学生较高的焦虑、抑郁评分可能与他们较低水平的领悟社会支持有关。领悟社会支持与社会支持不同,现实中他人和环境给予的社会支持能否被当事人很好地利用是领悟社会支持的关键,这很好地体现了当事人的人际关系质量。外军留学生在我国建立高质量人际关系的困难阻碍了其领悟社会支持水平的提升^[24]。

本研究中外军留学生的焦虑、抑郁问题相对突出,而良好的领悟社会支持有助于改善学生的负性情绪。学校相关各级机构应为他们提供更多可利用的社会支持资源,同时加强留学生的心理健康教育,帮助其克服文化差异,建立良好的人际关系,使他们能更加充分地利用自身及周围的社会资源,有效维护心理健康。

[参考文献]

- [1] AUERBACH R P, MORTIER P, BRUFFAERTS R, ALONSO J, BENJET C, CUIJPERS P, et al. WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: prevalence and distribution of mental disorders[J]. *J Abnorm Psychol*, 2018, 127: 623-638.
- [2] 陈磊,丛征途,聂宏光,刁焯芳.医学院校国际留学生心理健康状况调查[J]. *中国继续医学教育*, 2018, 10: 36-37.
- [3] 牛玉柏,郝泽生,王任振,洪芳.老年人乐观、领悟社会支持与主观幸福感的关系——控制策略的中介作用[J]. *心理发展与教育*, 2019, 35: 227-235.
- [4] LEE R B, MARIA M S, ESTANISLAO S, RODRIGUEZ C. Factors associated with higher levels of depressive symptoms among international university students in the Philippines[J]. *Southeast Asian J Trop Med Public Health*, 2013, 44: 1098-1107.
- [5] 张妍,谭小宏,黄素蓉,张琪,孔繁昌,郭英.领悟社会支持在灾区大学生抑郁焦虑与心理控制源间的中介效应[J]. *中国学校卫生*, 2014, 35: 679-681, 684.
- [6] 郭然,付勤.患者领悟社会支持和乐观中介变量与抑郁关系[J]. *中国公共卫生*, 2014, 30: 670-671.
- [7] GÜNDÜZ N, ÜSEN A, AYDIN ATAR E. The impact of perceived social support on anxiety, depression and severity of pain and burnout among Turkish females with fibromyalgia[J]. *Arch Rheumatol*, 2018, 34: 186-195.
- [8] ZIMET G D, DAHLEM N W, ZIMET S G, FARLEY G K. The multidimensional scale of perceived social support[J]. *J Pers Assess*, 1988, 52: 30-41.
- [9] ZUNG W W. A rating instrument for anxiety disorders[J]. *Psychosomatics*, 1971, 12: 371-379.
- [10] ZUNG W W. A self-rating depression scale[J]. *Arch Gen Psychiatry*, 1965, 12: 63-70.
- [11] 陈晶晶,王珊珊,王磊,熊波.健康体检人群焦虑抑郁状况调查分析[J]. *中国健康心理学杂志*, 2015, 23: 1317-1320.
- [12] 冯凤莲,王春洋,王誉然,胡苏婉,史海水.医学院校大学生焦虑抑郁情绪的调查研究及成因分析[J]. *河北医科大学学报*, 2018, 39: 636-639.
- [13] 宋澍深,吴加帅,张帆.压力对军校医学生社交焦虑的影响:心理弹性的中介作用[J]. *第二军医大学学报*, 2019, 40: 346-348.
- [14] SONG S S, WU J S, ZHANG F. Mediating role of resilience between stress and social anxiety in military medical university students[J]. *Acad J Sec Mil Med Univ*, 2019, 40: 346-348.
- [15] 郑群.阿拉伯女性留学生跨文化适应性研究——以浙江师范大学为例[J]. *管理观察* 2016, 1: 130-131, 142.
- [16] 李晓冰,侯俊林,李新民,闫盼盼,杨丽萍.大学生考前焦虑抑郁状况性别分析[J]. *中国中医药现代远程教育*, 2012(22): 146-147.
- [17] 刘红梅.对留学英国的中国已婚女性学生的调查研究[J]. *培训与研究:湖北教育学院学报*, 2004, 3: 66-68.
- [18] 余小芳,邓小农,王立皓.性别角色与焦虑及抑郁的相关研究[J]. *中国学校卫生*, 2004, 25: 39-40.
- [19] SKROMANIS S, COOLING N, RODGERS B, PURTON T, FAN F, BRIDGMAN H, et al. Health and well-being of international university students, and comparison with domestic students, in Tasmania, Australia[J/OL]. *Int J Environ Res Public Health*, 2018, 15: 1147. DOI: 10.3390/ijerph15061147.
- [20] 梁社红,陈南菲,李娟,周玉芹.来华留学生社交焦虑、孤独及应对方式对心理健康的影响[J]. *电子科技大学学报(社会科学版)*, 2017, 19: 109-112.
- [21] WYNADEN D, WICHMANN H, MURRAY S. A synopsis of the mental health concerns of university students: results of a text-based online survey from one Australian university[J]. *High Educ Res Dev*, 2013, 32: 846-860.
- [22] 陆斯琦.临床医生领悟社会支持与焦虑、抑郁相关性研究[J]. *中国职业医学*, 2018(1): 71-74.
- [23] TAMBAG H, TURAN Z, TOLUN S, CAN R. Perceived social support and depression levels of women in the postpartum period in Hatay, Turkey[J]. *Niger J Clin Pract*, 2018, 21: 1525-1530.
- [24] 徐含笑.领悟社会支持对大学生焦虑抑郁情绪的影响[J]. *临床以身疾病杂志*, 2008, 14: 45-46.
- [25] 邹春林,滕夏虹,赵斌,韦建辉.外国留学生跨文化交际能力培养研究[J]. *教育现代化*, 2018, 5: 276-277.