

青少年自我分化水平的影响因素及其与青少年心理健康的关系

赵雅宁^{1*}, 孙宗琪², 郭霞¹

1 华北理工大学护理与康复学院, 河北 唐山 063000; 2 唐山市第一中学, 河北 唐山 063000

【摘要】目的 分析青少年对自我分化水平的影响因素及其与青少年心理健康的关系。**方法** 以540例13-18岁青少年作为研究对象,采用一般自我分化量表、症状自评量表评价青少年的自我分化水平和心理健康情况;结合青少年家庭情况分析青少年自我分化的影响因素及与心理健康的关系。**结果:**多因素 Logistic 分析显示性别、家庭功能、家庭结构、家庭教养方式、父母自我分化水平及受教育程度水平与青少年自我分化水平有关(OR 值分别为1.558、1.775、1.535、1.518、1.634和1.567);Pearson 相关分析青少年自我分化水平与症状自评量表评测的强迫、人际关系、抑郁、焦虑、躯体化和总分呈负相关($r=-0.672$ 、 -0.683 、 -0.664 、 -0.624 、 -0.632 和 -0.636);与敌对、偏执的相关系数分别为 -0.240 和 -0.224 ,虽然 $P<0.05$,但无临床实际意义。**结论** 青少年自我分化水平受家庭中多种因素影响,应注重从不同方面提升青少年自我分化水平,以促进青少年心理健康成长。

【关键词】自我分化;青少年;心理健康

A study of the influence factors of self-differentiation and its relationship with psychological health of youth

ZHAO Ya-ning¹, Sun Zong-qi², GUO Xia¹

(Department of Nursing and Rehabilitation college, North China Science and Technology University, China, 063000)

[Abstract] Objective: To study of the influence factors of self-differentiation and its relationship with psychological health of youth. **Methods:** The 540 adolescents was selected in the 3 joint community from 13-18. The self-differentiation and psychological health status were evaluated by Differentiation of Self Inventory scale and Symptom Check List 90 so as to study of the influence factors of self-differentiation and its relationship with psychological health of youth. **Results:** Logistic regression analysis shows that the factors related to self-differentiation are sex, family function, family structure, parenting style, the self-differentiation of parents and the education degree of parents ($OR=1.558, 1.775, 1.535, 1.518, 1.634$ and 1.567 , $P<0.05$); There were significant difference in scores of somatization, coercion, interpersonal relationship, depression, anxiety, hostility and no significant difference in scores of terror and paranoid; The Pearson test showed that there was a significant negative correlation between the self-differentiation and psychological health (somatization, obsessive/compulsive, interpersonal, sensitivity and depression, anxiety, somatization and total score) ($r=-0.672$ 、 -0.683 、 -0.664 、 -0.624 、 -0.632 and -0.636 , $P<0.05$). There was a significant negative correlation between the self-differentiation and hostility and paranoid. ($r=-0.240$ and -0.224). **Conclusions** There was lots of factors among the adolescents. The self-differentiation level should be evaluated in different aspects so as to promote the psychological health of youth.

[Key Words] self-differentiation; teenagers; psychological health

青少年阶段是个体身心发育的关键时期,由于身心方面的成长不平衡发展以及外部环境因素叠加影响,引发的青少年心理健康问题日益突出,已成为现阶段影响中国青少年健康的新问题之一^[1]。自我分化是家庭系统心理学家Bowen提出的,是指个体能够区分理性思维和情绪反应的能力,包括个体内心方面的分化和人际方面的分化^[2];且个体的自我分化水平能够反映其心理健康状况^[3]。国外的研究显示自我分化水平程度高的个体能够在与人

Corresponding author: ZHAO Ya-ning, E-mail: zyning789@126.com

赵雅宁(1974-),女,河北省唐山市人,汉族,博士研究生,
Email: zyning789@126.com。

相处时保持灵活的距离,有清晰的自我感,反映其较高的心理成熟度和心理幸福感;而自我分化程度低的个体,在人际交往中易置于情感的融合或黏附的状态,容易依赖他人,其思想、情感都容易受到他人的影响而缺乏理性的判断,更容易受到压力带来的消极影响。国内有关自我分化的研究主要集中在大学生这一心智相对成熟的群体。目前有关青少年自我分化情况研究尚少。考虑到青少年主要生活的环境仍以家庭为中心,因此本研究以13~18岁青少年作为研究对象,评价青少年的自我分化水平和心理健康情况;结合青少年家庭情况分析青少年自我分化的影响因素及与心理健康的关系。

1. 对象与方法

1.1 研究对象

采取方便取样,在2011年1月-2012年1月期间,选取常居在唐山市市内的13~18岁之间的青少年(排除有精神疾病病史)568例,其中女272人、男296人,采用自我分化量表(DSI)对青少年的自我分化水平进行评估。发放调查问卷568份,回收568份,剔除无效问卷28份,有效问卷540份,有效率95.8%。纳入的540例青少年其中女264人、男276人,平均年龄 16.4 ± 2.8 。

1.2 研究方法

由接受了统一使用方法培训人员在受试者知情同意情况下进行青少年一般资料采集、自我分化水平、心理健康情况调查;同时评价了青少年父母教养方式及家庭功能等。

1.2.1 青少年自我分化水平:采用自我分化量表(Differentiation of Self Inventory, DSI)中文版,此量表是最初由Skowron与Friedlander以Kerr和鲍文提出的自我分化四维度结构的设想为基础编制成了自我分化问卷(Differentiation of self inventory, DSI)。后由吴煜辉(2008)修订的中国版《自我分化问卷》,该问卷主要用于测量个体与生活中重要人物的关系,包含27个项目,分为4个维度,即自我位置(5题)、情绪反应、情感阻断、与他人融合三个维度各7题。项目采用6级得分,完全不符合记1分,完全符合记6分,总分分数越高,自我分化程度越好。其总量表的Q系数为0.896,各分量表的Q系数值0.684-0.851间;总量表的分半信度为0.868,各分量表的分半信度在0.689-0.819之间,以上信度分析说明该量表的内部一致性以及稳定性均达到了测量学的要求。本研究将各维度 ≥ 4 分的定义为自我分化高水平组,各维度均 < 4 分定义为自我分化低水平组。同时也可采用此量表对父母的自我分化水平,对双亲家庭的父母的自我分化水平进行评测,取总分的平均值,对于单亲家庭只测一方的自我分化水平^[4]。

1.2.2 心理健康情况:采用症状自评量表(symptom check list 90, SCL-90):共有90个条目,包括躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、偏执、精神病性等9个因子以及总分。量表采用5级评分,从1分无症状到5分症状严重,依次递进,任意一个因子超过2.5分即为异常,说明可能存在该因子所代表的轻微的心理问题,超过3分说明有明显的心理问题。陈树林等的研究表明,SCL-90量表的同质性信度为0.97,各分量表的同质性信度在0.96以上,重测信度大于0.7。各分量表与总量表的相关为0.79~0.92,各分量表之间的相关为0.59~0.83,说明SCL-90量表内容和结构效应较好,在正常人群中有较好的信度和效度^[5]。

1.2.3 家庭功能评测:采用家庭功能评定量表(Family Assessment Device, FAD)包括7个分量表:沟通、问题解决、情感反应、角色、行为控制、情感介入、总的功能。本论文选择家庭总的功能(General Functioning, GF),本因子是从总体上评定家庭的功能,包括1、6、11、16、21、26、31、36、41、46、51、56共12个条目。每个条目均被设置为4个选择项:完全同意、同意、不同意、完全不同意,分别被计为1分、2分、3分和4分(部分条目需反向计分)。对各条目计分而言,1分、2分代表健康,3分、4分代表不健康。每个分量表的各条目得分平均数即为该分量表的分值,分数越高,表示该条目测评结果越差,说明其

相应的家庭功能就越差。分别记 1~4 分,分数越高表示家庭功能越好。根据文献将家庭功能得分小于 3 分的定义为家庭功能差, 将家庭功能得分大于等于 3 分的定义为家庭功能好 [6]。

1.2.4 父母教养方式:采用教养方式评价量表(Egma Minnen Bardndom Uppforstran,EMBU) 对父母教养方式进行评价调查。6 个因子: 情感温暖, 惩罚、严厉, 过分干涉, 偏爱被试, 拒绝、否认, 过度保护。每个条目以 1~4 分量化其轻重程度。因子分总分越高说明该因子程度越重。11 个分量表的 Cronbach's a 系数在 0.57-0.90 之间, 分半信度在 0.60-0.90 之间, 符合心理评测的相关要求[7]。

1.3 统计学分析 采用 SPSS 17.0 进行统计学分析, 计量资料采用 $\bar{X} \pm S$ 表示, 计数资料采用百分数表示, 统计量比较用 χ^2 检验。多因素分析采用 Logistic 回归分析。采用 Pearson 相关分析对青少年自我分化水平和心理健康的相关性进行分析。 $P < 0.05$ 为差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 青少年自我分化状况 经评测 540 例青少年中自我分化程度高水平者有 449 人, 占 83.1%, 自我分化低水平者有 91 人, 占 16.9%。单因素卡方检验, 不同性别、家庭结构、教养方式、家庭功能、父母自我分化水平程度和受教育程度间的高、低自我分化水平青少年人数比例, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$) 见表 1。

表 1 影响青少年自我分化水平的单因素分析 (n, %)

项目	n	自我分化高水平组 (n=449)	自我分化低水平组 (n=91)	χ^2/t	P
年龄(岁, $\bar{X} \pm S$)		16.1 \pm 2.4	15.8 \pm 2.8	1.07	0.74
性别(例, %)					
	男 276	246 (89.1)	30(10.9)	16.78	0.03
	女 264	203(76.8)	61(23.2)		
家庭结构(例, %)					
	单亲 92	44(45.6)	48(54.4)	25.21	0.00
	双亲 448	405(90.4)	43(9.6)		
教养方式(例, %)					
	温和 298	264(87.9)	34(12.1)	16.43	0.03
	严厉 242	185(76.5)	57(23.5)		
家庭功能(例, %)					
	好 288	250(90.2)	38(9.8)	25.37	0.00
	差 252	199(78.9)	53(21.1)		
父母受教育程度(例, %)				12.04	0.00
	高中及以上 295	262(88.8)	33(11.2)	14.89	0.00
	初中及以下 245	187(76.3)	58(23.7)		
父母自我分化水平(例, %)					
	高水平 386	336(87.0)	50(13)	18.37	0.02
	低水平 154	113(73.3)	41(26.7)		

2.2 影响青少年自我分化水平多因素Logistic回归分析结果 以青少年自我分化水平为因变量, 选择上述进入单因素Logistic回归分析方程的6个自变量为自变量进行多因素Logistic回归分析, 变量选人标准选择为0.05、变量剔除的标准选择为0.10, 结果发现:

性别、家庭功能、家庭结构、家庭教养方式、父母自我分化水平及受教育程度水平是青少年自我分化水平的影响因素。见表2及表3

表2 青少年自我分化水平影响因素的赋值表

因素	赋值说明	
性别	男=0;	女=1
家庭结构	双亲=0;	单亲=1
教养方式	温和=0;	严厉=1
家庭功能	好=0;	一般=1
父母文化程度	初高以上=0;	小学及以下=1
父母自我分化水平	高=0;	低=1

表 3 青少年自我分化水平影响因素 Logistic 回归分析结果

项目	<i>B</i>	<i>Wald</i>	<i>P</i>	OR	95%CI
性别	0.377	15.342	0.000	1.458	1.106~3.406
家庭结构	0.429	12.189	0.000	1.535	1.053~4.287
教养方式	0.417	18.120	0.000	1.518	1.551~4.386
家庭功能	0.574	23.190	0.000	1.775	1.409~6.720
父母文化程度	0.449	13.367	0.001	1.567	1.241~5.894
父母自我分化水平	0.491	15.672	0.000	1.634	1.149~5.662

2.3 青少年自我分化水平和心理症状的相关性分析：经 Pearson 相关分析自我分化总分与 SCL-90 各维度(强迫、人际关系、抑郁、焦虑、躯体化和总分)呈负相关（-0.672、-0.683、-0.664、-0.624、-0.632 和-0.636）；与敌对、偏执的相关系数分别为-0.240 和-0.224，虽然 $P < 0.05$ ，但无临床实际意义。见表 4

表 4 青少年自我分化水平和心理症状的相关性分析（n=540）

项目	青少年自我分化水平总分	
	<i>r</i>	<i>P</i>
躯体化	-0.632	0.004
强迫	-0.672	0.003
人际关系	-0.683	0.002
抑郁	-0.664	0.000
焦虑	-0.624	0.000
敌对性	-0.240	0.042
恐怖	-0.168	0.050
偏执	-0.224	0.041
精神病性	-0.234	0.142
总分	-0.636	0.003

3. 讨 论

3.1 青少年自我分化水平的影响因素

自我分化是指是个体把自己的情绪理智区分开来的能力，是对个体成熟和心理健康而言的关键品质之一^[8]。本组青少年自我分化总均分为 3.30，略高于中等水平，说明青少年在总体上能意识到自己对他人的依赖，在不易受情感的影响下，能处理与他人之间的亲密关系。个体自我分化水平的影响因素是自我分化研究领域中的另外一个重要方面。本研究结果显示家庭结构、教养方式、家庭功能、父母的自我分化均可影响青少年的心理健康。家庭是人类最早社会化的场所，对自我分化的形成有着重要影响。许多心理学家研究证明，

早期生活经验，特别是原生家庭对个人性格起着至关重要的作用，对个人的生活会产生长期、深远的影响。良好的家庭功能让生活于其中的儿童体验到来自家庭的关爱和支持，从而对问题行为的发生起到良好的预防作用。柴莉颖采用 Olson 编制的家庭亲密度和适应性量表，采用分层整群抽样的方法，对四所高校 480 名大学生的亲密度和适应性与大学生自我分化的关系进行研究^[9]。结果表明，自我分化各个维度均与家庭功能量表中的亲密度和适应性呈显著正相关。研究显示适应性较好的家庭，其成员在应对外界的压力或突发事件时，能灵活的调整家庭权势结构，重新分配角色，他们以积极、正面的态度去面对生活中可能的压力源。因此本研究作者认为良好的家庭氛围、教养方式，父母与子女相互信任、减少叛逆期的青少年与父母的疏离感。有利于父母在情感、生活、学习以及价值观和自我形成过程中提供更多支持和帮助，有利于青少年身心发展；而不良的家庭功能无法满足青少年健康发展的需求会导致个体消极的发展结果。所以，青少年家庭亲密度与个体的自我分化密不可分^[10]。此外本研究发现性别影响青少年的自我分化水平，女性青少年的自我分化差于男性青少年，表明女生比男生更容易现情绪上的波动，且反应较男生强烈；在坚定自己立场方面，女生更容易受他人的影响；而且在与父母或朋友的关系上，女生比男生更具依赖性。这就提示对青春期的女性青少年应给与相对较多的关注，更多从理性角度引导其自我成长。本研究结果还显示父母自我分化对青少年自我分化的形成是一个影响的因素，可能是因为青少年在与父母交往中逐渐得到了父母的情绪管理与自我规划模式、父母的压力应对策略与人际关系认知模式。高自我分化父母具有理性的压力应对方式及对亲子关系的合理认知与建构提升了青少年对环境与关系的正确认知，有助于其自我分化水平提高，青少年身心健康与生活的环境密切，本研究选取的青少年均来自唐山市市内，所处的社会环境和学校环境基本相似，因此上本研究主要分析了和家庭环境对青少年心理健康的影响。

3.2 青少年自我分化水平与心理健康的关系

自我分化与个体心理健康非常密切。国外曾对25-28岁的青年人做过研究，发现自我分化水平较高的青年人其社会焦虑水平低、躯体症状少^[11]。个体感受到的焦虑水平和个体自我分化水平有关，对于分化良好的个体，分化不良的个体可能受到更多的焦虑，自我分化较低的个体不能很好地区分理智和情绪，容易在人际互动中产生情绪化的反应，Friedlander对609名成人的研究结论：个体的自我分化水平与慢性焦虑显著负相关，且能有效预测个体的特质焦虑。姚玉红对1069名学生的自我分化进行研究，结果显示学生的心理健康因子得分均与自我分化的因子得分呈正相关，提示学生的调节自我情绪的能力越差，在面对应激事件和挫折时越难以坚持自我观点，与父母或其他亲密的依恋对象的关系过度卷入，在面对亲密关系时越容易表现出不适，使他们在面对应激事件和挫折时就容易出现焦虑、抑郁、犹豫等负性情绪或行为，从而引起心理健康状况下降。可见，自我分化水平与心理调节水平、慢性焦虑等相关^[11]。本组入选的青少年平均年龄在16岁左右，此阶段的青少年在对实现自我的统一性、道德和价值观念认知方面的程度还不够，在处理人际关系方面逐渐展示出思维推理能力的增强、对家庭的依赖性减弱，但情绪、情感的调控能力相对较弱，情绪波动大，面对学习、生活及人际方面的问题容易产生躯体、人际关系、焦虑等心理问题。本研究结果相关分析结果显示自我分化水平与强迫、人际关系、抑郁、焦虑、躯体化和总分呈显著负相关，相关系数在-0.624~-0.683。说明青少年自我分化水平可影响其身心健康的发展，即自我分化水平较高的青少年，其焦虑、抑郁、强迫、人际关系敏感水平越低，心理健康状况越好。研究认为自我分化水平较高的个体更倾向于采用积极、客观、问题导向的应对策略来解决问，他们能够冷静面对生活中的压力或挫折，并能采取积极有效的策略加以应对，这可能是自我分化水平越高，青少年心理健康问题越少的原因。

总之，本研究青少年自我分化水平受家庭中多种因素影响，且影响青少年心理健康成长。

自我分化关注的是面对压力时个体对压力的敏感度及压力下维持个体的自制能力的水平，作为社区的医护人员，应从不同方面、采取不同措施提升青少年自我分化水平，对提高青少年抗挫折能力、心理健康程度有积极作用。

参考文献

- [1]Anderson,S.A., Fleming,M. Late adolescence's homeleaving strategies :Predicting ego identity and college adjustment[J]. Adolescence,1986,21(82),453-459.
- [2]Skowron Elizabeth A,Friedlander Myrna L.The Differentiation of self Inventory: Development and Initial Validation[J]. Journal of Counseling Psychology,1998, 45(3):235-246.
- [3]Bowen, M. Family therapy in clinical practice[R]. Northvale, NJ: Jason Aronson.
- [4]Skowron,E.&Schmitt,A. Assessing interpersonal fusion: reliability and validity of a new DSI fusion with others subscales. Journal of Marital and Family Therapy.April 2003:209-222.
- [5]牛荣华,姜桂兰,张赛芳.大学生述情障碍与心理健康的关系[J].实用预防医学, 2010,17(8):1555-1556.
- [6]苏银花, 段功香.家庭功能评定量表及临床应用进展[J].护理研究, 2008,22 (7) : 1794-1796.
- [7]周朝当, 王秀锦, 吴俊遐. 首发精神分裂症患者家庭动力、父母教养方式对心理特质及疗效的影响[J]. 中华行为医学与脑科学杂志, 2013, 22 (11) :1007-1009.
- [8]Bray, J. H., Williamson, D. S., Malone, P. E.An evaluation of an intergenerational consultation process to increase personal authority in the family system.[J]. Fam Process.1986 Sep;25(3):423-36.
- [9]柴莉颖.大学生自我分化与家庭功能、社交焦虑的关系[D].河北: 河北师范大学, 2010.
- [10]杨双波, 易晓岚, 牟劲松, 等.某县农村中学留守青少年心理健康状况现状调查[J].实用预防医学杂志,2013,20(9):1063-1065.
- [11]姚玉红, 刘亮, 赵旭东,等.不同性别低年级大学生的自我分化与心理健康: 自尊的调节作用[J].中国心理卫生杂志,2011,25(11):856-861.