

# 监狱警察睡眠质量与应对方式的相关性研究

关念红<sup>1</sup>, 张晋碚<sup>1</sup>, 王旭东<sup>2</sup>, 甘照宇<sup>1</sup>, 陈敏华<sup>1</sup>

(1. 中山大学附属第三医院心理科, 广东 广州 510630; 2. 广东省司法检察医院, 广东 广州 510430)

**摘要:** 【目的】了解监狱警察睡眠和应对方式的关系。【方法】用匹兹堡睡眠质量指数(PSQI)和应对方式问卷(CSQ)对广东省监狱管理局的 2093 名监狱警察的睡眠和应对方式进行了调查。【结果】监狱警察 PSQI 均分为  $7.10 \pm 3.68$ , 40.71% 的监狱警察有睡眠问题。最常用的应对方式是解决问题 ( $0.65 \pm 0.16$ ) 和求助 ( $0.53 \pm 0.23$ )。不同性别、年龄和工作性质者的睡眠障碍和应对方式是有差异的。多元回归分析发现, PSQI 分与自责和合理化的得分成正相关, 与解决问题和求助的得分成负相关。【结论】对监狱警察的应对方式的干预可能有助于改善其睡眠质量。

**关键词:** 监狱警察; 睡眠质量; 应对方式

中图分类号: R852.6

文献标识码: A

文章编号: 1672-3554(2007)03-0358-03

## Relationship between Sleep Quality and Personality in Prison Police Officers

GUAN Nian-hong, ZHANG Jin-bei, WANG Xu-dong, GAN Zhao-yu, CHEN Min-hua

(Department of Psychology, The Third Affiliated Hospital, SUN Yat-sen University, Guangzhou 510630, China)

**Abstract:** 【Objective】 To study the relationship between sleep quality and personality in prison police officers. 【Methods】 Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) and Eysenck personality Questionnaire (EPQ) were evaluated the sleep status and personality of 2093 prison police officers of Guangdong Province Prison Administration Bureau. 【Results】 Their average score of PSQI was  $7.10 \pm 3.68$ . 40.71% of them had sleep problem. The sleep status of the policemen was bad than the policewomen. The sleep status were different among different type of job. The score of PSQI was correlated positively with the score of N and negatively with the score of E. 【Conclusions】 The sleep quality of the prison police officers was serious. Their sleep quality is different with character.

**Key words:** prison police officer; sleep quality; personality

[J SUN Yat-sen Univ(Med Sci), 2007, 28(3):358-360]

监狱警察作为特殊的职业群体, 其职业对心理、生理有双重的高负荷, 职业紧张可诱发各种应激性身心反应, 如睡眠问题。有报道指出用不同应对方式应对职业紧张的高原武装警察的应激身心反应不同<sup>[1]</sup>, 但对监狱警察有关研究未见报道。为了解监狱警察的睡眠和应对方式的关系, 本文采用应对匹兹堡睡眠质量指数和应对方式问卷对广东部分监狱警察进行了调查, 以便对其心理、生理保健提供有益的依据和心理健康教育提供科学有效的参考。

## 1 对象与方法

### 1.1 对象

采用整群随机抽样, 2002 年-2003 年抽取广东省阳江、四会、东莞、怀集、连平和英德八所监狱的全体监狱警察作为调查对象, 总例数为 2500, 回收有效问卷为 2093。年龄为 ( $32.78 \pm 7.98$ ) 岁, 其中 35 岁 1461 人 (69.80%), 35 岁以上 632 人 (30.20%); 行政人员 404 人 (19.30%), 后勤人员 241 人 (11.51%), 监区警察 1 448 人 (69.18%); 男 1674

收稿日期: 2005-12-09

作者简介: 关念红(1969-), 女, 广东新会人, 硕士, 副主任医师, E-mail: kuwanhong@yahoo.com.cn; 张晋碚, 通讯作者

人(79.98%),女419人(20.01%)。

## 1.2 评定工具和实施

匹兹堡睡眠质量指数(PSQI)<sup>[2]</sup>:该量表由18个条目组成7个成份,划分为主观睡眠质量、入睡时间、睡眠时间、睡眠效率、睡眠障碍、催眠药物和日间功能障碍。每个成份按0、1、2、3来计分,7个成份得分累计为PSQI总分。PSQI分范围为0~21,以7分作为判断睡眠质量问题的界值,PSQI分>7睡眠质量差,7睡眠质量好。肖计划编制的应对方式问卷<sup>[2]</sup>:问卷有62个题项,每题只有两个答案,选择“是”记1分,“否”记0分,其中有4题反向计分。评定时行集体测试。施测人员在场指导,要求被测对象独立完成,量表完成后当场收回。

## 1.3 统计学处理

测验结果进行频数分布统计、t检验、方差分析、 $\chi^2$ 检验、q检验和多重线性回归分析。统计软件采用SPSS 11.0版软件包。

# 2 结果

## 2.1 监狱警察 PSQI 分分析

监狱警察 PSQI 总分 0~21,均分为 7.10 (S=3.68)。对不同性别、不同年龄监狱警察的 PSQI 总分进行 t 检验,见表 1。对不同工作性质的监狱警察的 PSQI 总分进行方差分析,见表 1,发现差异有统计学意义,q 检验发现行政人员与监区警察之间的差异有统计学意义(P<0.05),监区警察的得分较高。

## 2.2 监狱警察睡眠问题发生率分析

以 PSQI >7 作为判断睡眠质量问题的标准,则 40.71% (852 人)的监狱警察有睡眠质量问题。对不同性别、不同年龄监狱警察的睡眠问题发生率进行  $\chi^2$  检验,见表 1。对不同工作性质的监狱警察的睡眠问题发生率进行  $\chi^2$  检验,发现差异有统计学意义( $\chi^2=271.78, P<0.0001$ ),其中后勤人员与监区警察之间的差异无统计学意义( $\chi^2=0.34, P=0.84$ ),行政人员与后勤人员、监区警察之间的差异有统计学意义( $\chi^2=7.87, P=0.005$ ),行政人员的睡眠问题发生率较低。

## 2.3 监狱警察应对方式的特点

各种应对方式得分依次为解决问题(0.65±0.16)、求助(0.53±0.23)、退避(0.52±0.18)、合理化(0.45±0.20)、幻想(0.40±0.21)和自责(0.29±0.20)。对不同性别、不同年龄监狱警察的应对方式的各因子得分进行 t 检验,见表 1。对不同工作性质的监狱警察的应对方式的各因子得分进行方差分析,见表 1。现解决问题、自责和合理化不同工作性质之间的差异有统计学意义,q 检验发现解决问题因子后勤警察的得分较行政和监区警察低,自责和合理化则是后勤警察的得分较行政和监区的高。

## 2.4 监狱警察睡眠质量与应对方式的相关因素

以 PSQI >7 作为判断睡眠质量问题的标准把监狱警察分为有和无睡眠问题两组,对其应对方式的各因子得分进行 t 检验,得到 4 个有统计学意义的变量。以 PSQI 分(Y)为因变量,以其应对方式的六个分量表为自变量进行多元回归分析,在  $\alpha=0.05$  时,得方程  $Y=7.71+2.72X_2-2.97X_1+2.29X_6-$

表 1 不同性别、年龄、工作性质监狱警察的 PSQI 总分、睡眠问题以及应对方式的比较

Table 1 Different types of prison police officers and their score of PSQI, sleep quality, and personality

	Gender		Age		Kinds of work		
	Male	Female	35	>35	Administrator	Logistics	Prison police
n	1674	419	1461	632	404	241	1448
Score of PSQI	7.18±3.59	7.18±3.59 <sup>1)</sup>	7.11±3.64	7.04±3.70	6.54±3.74	6.92±3.81	7.28±3.64 <sup>2)</sup>
With SP	698(41.70%)	152(36.28%) <sup>1)</sup>	592(40.52%)	259(40.98%)	139(34.40%)	100(41.49%)	610(42.13%) <sup>2)</sup>
Without SP	976(58.30%)	267(63.72%)	869(59.348%)	373(59.12%)	265(65.60%)	141(58.51%)	848(57.87%)
Solve SP	0.66±0.16	0.63±0.18 <sup>2)</sup>	0.65±0.17	0.66±0.16	0.65±0.16	0.62±0.17	0.66±0.16 <sup>1)</sup>
Self blame	0.29±0.19	0.29±0.20	0.29±0.19	0.31±0.20 <sup>1)</sup>	0.27±0.19	0.33±0.21	0.29±0.19 <sup>2)</sup>
Ask for help	0.52±0.22	0.55±0.23 <sup>1)</sup>	0.54±0.23	0.51±0.22 <sup>2)</sup>	0.54±0.23	0.51±0.22	0.53±0.23
Fantasy	0.40±0.21	0.40±0.20	0.40±0.21	0.40±0.21	0.40±0.21	0.42±0.20	0.40±0.21
Escapism	0.52±0.18	0.51±0.17	0.50±0.18	0.55±0.17 <sup>2)</sup>	0.51±0.17	0.54±0.18	0.51±0.18
Rationalize	0.45±0.20	0.44±0.18	0.43±0.19	0.50±0.19 <sup>2)</sup>	0.45±0.18	0.49±0.20	0.44±0.20 <sup>2)</sup>

SP: sleep problems; 1) P<0.05; 2) P<0.01

0.90 $X_3$  ( $F=55.29, P=0.000$ ), 其中  $X_1$  为解决问题,  $X_2$  为自责,  $X_3$  为请求帮助,  $X_6$  为合理化。

### 3 讨 论

监狱警察的睡眠情况差于一般人群 (发生率高于深圳市民的 10.8%,  $\chi^2=271.78, P<0.001$ ) 和生理心理负荷较大的特殊职业 [飞行员 PSQI 得分为 (5.20 $\pm$ 3.20)<sup>[3]</sup>,  $t=23.42, P<0.001$ ]。这可能与监狱警察的职业特点有关。监狱警察工作涉及面广, 处在直面罪恶的第一线, 经常处于高度警惕状态而导致心理压力过重; 其次是监狱警察的任务广泛而繁重, 加班加点, 又经常要应付一些突发性事件, 吃无定量, 睡无定时, 致使“生物钟”遭受破坏。此外, 加上还有来自社会和家庭等方面的诸多压力, 必然造成严重的心理负荷, 出现睡眠障碍。

与女监狱警察相比, 男警的 PSQI 分较高, 睡眠问题发生率也较高, 这提示男警的睡眠状况差于女警, 与普遍认为两性的睡眠障碍无差异或女性稍差不相符<sup>[4-7]</sup>; 可能是因为样本来自男子监狱, 男警所承受的压力较大有关。35 岁和 35 岁以上的监狱警察的 PSQI 分和睡眠问题发生率均无差异, 与国内的研究报道相符<sup>[5]</sup>。

PSQI 分监区警察高于行政人员, 睡眠问题发生率监区警察和后勤人员高于行政人员, 提示不同工作性质的监狱警察的睡眠状况有差异, 以监区警察为差, 后勤人员其次, 行政人员较好。这可能因为监区警察与犯人接触比较多, 时时要注意犯人的违纪行为, 工作压力比较大, 而且需要轮夜值班, 而睡眠障碍较明显; 而后勤工作是属于相对不受重视的岗位, 且与监狱外的社会接触较多, 承受较多来自社会上的压力, 导致睡眠障碍也不少; 行政人员作为管理者, 较少接触犯人, 承受的直接压力相对较少, 从而出现睡眠障碍较轻。

监狱警察最常用解决问题和求助的应对方式, 也就是说他们较多地使用成熟的应对方式。本研究还发现男警的解决问题得分较高、求助的得分较低, 这提示了不同性别的监狱警察运用成熟的应对方式时男警较多地使用了解决问题, 而女警较多地使用求助。35 岁的监狱警察的自责、退避和合理化得分较低, 求助得分较高, 提示 35

岁以下的监狱警察比 35 岁以上运用成熟型应对方式的能力要强, 与李氏报道的列车乘务员随着年龄的增加, 消极应对方式更为明显相一致<sup>[8]</sup>, 这可能是因为相对封闭而稳定单调的生活使人们的应对方式渐趋不成熟和保守消极。解决问题因子后勤警察的得分较行政和监区警察低, 自责和合理化则是后勤警察的得分较行政和监区的高, 这提示后勤警察运用成熟的应对方式较少而采用不成熟和混合型的应对方式较多。

本研究发现有睡眠问题的监狱警察的解决问题和求助得分较低, 而自责、幻想、退避和合理化得分较高, 多元回归分析发现, PSQI 分与自责和合理化的得分成正相关, 与解决问题和求助的得分成负相关, 即睡眠问题越严重的警察越少采用成熟的应对方式, 而较多地采用不成熟和混合的应对方式。这提示了对监狱警察进行心理健康教育和心理干预, 以利于其较多地采用成熟的应对方式, 可能有助于改善其睡眠状况。

#### 参考文献:

- [1] 刘晓秋, 解亚宁, 白志军, 等. 驻高原武装警察部队官兵心理应激状况及其影响因素 [J]. 中国临床康复, 2006, 10(3D):60-62.
- [2] 汪向东, 王希林, 马弘, 等. 心理卫生评定量表手册 [M]. 北京:中国心理卫生杂志社, 1999: 375-378.
- [3] 敖景文, 刘军, 陈强, 等. 飞行员睡眠质量与个性及心理健康的关系 [J]. 中国心理卫生杂志, 2003, 17(10):317-319.
- [4] 陆亚文, 程志让, 李英霞, 等. 深圳市民睡眠质量调查 [J]. 中国心理卫生杂志, 2003, 17(10):917-919.
- [5] 王刚, 张景行, 徐元勇, 等. 一般人群睡眠质量的现状调查 [J]. 健康心理学杂志, 2002, 10(6):430-432.
- [6] BLIWISE D L, KING A C, HARRIS R B, et al. Prevalence of self-reported poor sleep in a health population aged 50-65 [J]. Soc Sci Med, 1992, 36(4): 407-410.
- [7] MORRISON D N, MCGEE R, STANTON W R. Sleep problems in adolescence [J]. J Am Acad Child Adolesc Psychiatr, 1992, 31(1): 94-99.
- [8] 李继红, 高锴. 列车乘务员应激水平和应对方式评定结果分析 [J]. 职业与健康, 2002, 18(1):26-27.

(编辑 刘清海)