

DOI:10.3969/j.issn.1000-9760.2021.05.009

应对方式、社会支持和婚姻满意度 对备孕妇女焦虑的影响

苏梦圆¹ 冯彦君² 陆席席³ 冯玉^{4△}

(¹天津师范大学心理学部,天津 300380;²济宁市中医院,济宁 272057;

³济宁市任城区妇幼保健院,济宁 272057;⁴济宁医学院精神卫生学院,济宁 272013)

摘要 **目的** 探讨备孕妇女的应对方式、社会支持和婚姻满意度对焦虑的影响,为减少备孕妇女的焦虑情绪,提高其心理健康水平提出合理建议。**方法** 采用《社会支持评定量表》《简易应对方式问卷》《OLSON 婚姻质量问卷》以及《焦虑自评量表》对 112 名备孕妇女进行调查。**结果** 备孕妇女焦虑自评量表的平均得分为(41.18±7.93)分,焦虑情绪的发生率为 16.1%;焦虑和积极应对、社会支持及其 3 个维度(客观支持、主观支持、对社会支持的利用度)以及婚姻满意度呈负相关($P<0.05$);社会支持和婚姻满意度可以有效负向预测焦虑($P<0.05$)。**结论** 备孕妇女存在焦虑问题,积极的应对方式,良好的社会支持和婚姻满意度是减少备孕妇女焦虑情绪的保护因素。

关键词 备孕妇女;应对方式;婚姻满意度;社会支持;焦虑

中图分类号:B842.6 文献标识码:A 文章编号:1000-9760(2021)10-339-04

Influence of coping styles, social support and marital satisfaction on anxiety among women preparing for pregnancy

SU Mengyuan¹, FENG Yanjun², LU Xixi³, FENG Yu^{4△}

(¹Department of Psychology, Tianjin Normal University, Tianjin 300380, China;

²Jining Hospital of Traditional Chinese Medicine, Jining 272057, China;

³Jining Rencheng District Maternal and Child Health Care Hospital, Jining 272057, China;

⁴School of Mental Health, Jining Medical University, Jining 272013, China)

Abstract; Objective To investigate the influence of coping styles, social support and marital satisfaction on anxiety among women preparing for pregnancy, and to provide suggestions for reducing their anxiety, protecting their mental health and making scientific preparation. **Methods** 112 women preparing for pregnancy were investigated with the Simple Coping Style Questionnaire, Social Support Rating Scale, Olson Enrich Marital Inventory and Self-rating Anxiety Scale. **Results** The average score of the self-rating anxiety scale for women preparing for pregnancy was 41.18±7.93, and the anxiety rate is 16.1%. The anxiety was negatively correlated with positive coping style, social support and its 3 dimensions (objective support, subjective support and utilization of social support), and marital satisfaction ($P<0.05$). Social support and marital satisfaction can negatively predict anxiety ($P<0.05$). **Conclusion** Women preparing for pregnancy had anxiety problems, while positive coping style, good social support and marital satisfaction are the protective measures to reduce their anxiety.

Keywords: Women preparing for pregnancy; Coping style; Social support; Marital satisfaction; Anxiety

怀孕和向父母的过渡涉及重大的生理和心理

变化,这些变化与焦虑症状的增加有关^[1-2]。妊娠对于女性来说是重大的应激性生活事件,伴随着心理和社会角色的改变,无论在妊娠前、中、后都可能

△[通信作者]冯玉, E-mail: fengyu4987@126.com

产生焦虑等不良应激反应,并且女性孕前的心理问题会导致妊娠并发症和不良的妊娠结局,甚至影响孩子未来的身心发展^[3-7]。同时,这些问题还会影响卵子的质量,进而影响受孕^[8]。而高社会支持^[9]、良好的应对方式^[10-12]和高婚姻满意度^[13]对备孕妇女的心理健康有着重要的保护作用。本研究通过分析备孕妇女的社会支持、应对方式和婚姻满意度的状况,探讨这些因素与备孕期女性的焦虑情绪的关系,从而为缓解备孕妇女的焦虑情绪、帮助她们科学备孕提供有效的建议和干预。

1 对象与方法

1.1 对象

本研究采用随机抽样的方法,选择在济宁市妇幼保健院进行孕前检查的 130 名备孕妇女为被试,年龄在 22~43 岁,平均年龄(33.47±5.11)岁。共发放问卷 130 份,得到有效问卷 112 份(有效回收率为 86.1%)。所有参与调查的备孕妇女均无精神疾病,为自愿参与。

1.2 方法

1.2.1 调查工具 1) 社会支持评定量表(SSRS)由肖水源^[14]于 1991 年编制,分为客观支持、主观支持和对社会支持的利用度 3 个维度,客观支持包括 2、6、7 三个项目,主观支持包括 1、3、4、5 四个项目,对支持的利用度包括 8、9、10 三个项目,共有 10 个项目。总分越高表示个体得到的社会支持越多,其内部一致性信度为 0.79。

2) 简易应对方式问卷(SCSQ)。由谢亚宁^[14]于 1995 年编制,共有 20 个项目,计分方式为 0~4 分 5 级评分,按照积极应对方式(1~12 题)和消极应对方式(13~20 题)两个分量表分别计分,分数越高说明个体更可能采取积极应对方式或消极应对方式来处理挫折,其内部一致性信度为 0.84。

3) OLSON 婚姻质量问卷(ENRICH)^[14]。测评采用 ENRICH 中婚姻满意度这一因子,计分方式为 1~5 分 5 级评分,总共包括 10 个项目,分数越高说明个体对自己的婚姻越满意,其内部一致性信度为 0.71。

4) 焦虑自评量表(SAS)。由 William W. K. Zung^[15]于 1971 年编制,共有 20 个项目,计分方法为 1~4 分 4 级评分,得到粗分,第 5、9、13、17、19 题为反向计分,标准分=粗分×1.25。依照中国常模的结果,SAS 标准分的分界值为 50 分,50~59 分

为轻度焦虑,60~69 分为中度焦虑,70 分及以上为重度焦虑,其内部一致性信度为 0.70。

1.2.2 调查方法 向各位调查对象发放《简易应对方式问卷》《社会支持评定量表》《婚姻满意度量表》和《焦虑自评量表》,并且回收问卷,剔除无效问卷,获得有效数据。

1.3 统计学方法

运用 SPSS22.0 统计软件,采取独立样本 *t* 检验探讨焦虑在不同人口统计学变量上的差异,采用皮尔逊相关考察积极应对、社会支持和婚姻满意度 3 个变量和焦虑的关系,采取逐步线性回归分析 3 个自变量对焦虑的影响。 $P<0.05$ 为具有统计学意义。

2 结果

2.1 备孕妇女焦虑情绪状况

备孕妇女焦虑自评量表的平均得分为(41.18±7.93)分,其中无焦虑症状占 83.9%,轻度焦虑占 13.4%,中度焦虑占 2.7%,无重度焦虑,出现焦虑情绪的备孕妇女占所有调查对象的 16.1%。

2.2 不同人口学特征备孕妇女焦虑得分情况

备孕妇女的焦虑在年龄、是否独生、居住地和是否已生育上均无显著差异($P>0.05$)。见表 1。

表 1 不同特征备孕妇女焦虑得分比较(分, $\bar{x}\pm s$)

项目	n	得分	<i>t</i>	<i>P</i>
年龄/岁				
≤34	59	41.31±7.34	0.183	0.855
>34	53	41.04±8.61		
是否独生				
是	14	40.45±8.01	-0.370	0.712
否	98	41.29±8.00		
居住地				
城镇	76	41.40±7.77	0.415	0.679
乡村	36	40.73±8.35		
是否已生育				
是	85	41.10±8.22	-0.189	0.851
否	27	41.44±7.06		

2.3 应对方式、婚姻满意度、社会支持和焦虑的相关性

备孕妇女的焦虑和积极应对呈负相关($P<0.05$),焦虑和社会支持及其 3 个维度(客观支持、主观支持、对支持的利用度)均呈显著负相关($P<0.05$),焦虑和婚姻满意度呈显著负相关($P<0.05$)。见表 2。

表 2 备孕妇女应对方式、社会支持、婚姻满意度和焦虑的相关($r, n=112$)

	$\bar{x}\pm s$	积极应对	消极应对	社会支持	客观支持	主观支持	支持利用度	婚姻满意度
积极应对	23.20±6.35	1						
消极应对	9.17±3.93	0.399**	1					
社会支持	42.29±6.8	0.556**	0.065	1				
客观支持	9.85±2.73	0.425**	0.045	0.722**	1			
主观支持	24.32±4.44	0.451**	0.092	0.897**	0.443**	1		
对支持的利用度	8.10±1.78	0.346**	-0.064	0.497**	0.140	0.277**	1	
婚姻满意度	35.82±6.22	0.101	0.001	0.264**	0.225*	0.259**	0.010	1
焦虑	41.18±7.93	-0.261**	0.110	-0.277**	-0.197*	-0.215*	-0.231*	-0.250**

注: * $P<0.05$, ** $P<0.01$

2.4 备孕妇女焦虑得分的逐步回归分析

以焦虑得分为因变量,婚姻满意度、社会支持及其 3 个维度、应对方式的 2 个维度为预测变量,进行逐步回归分析,建立回归方程,按照 $P<0.05$ 的筛选标准,最后只有婚姻满意度和社会支持 2 个预测变量进入了回归方程,共同解释总变异的 11%。见表 3。

表 3 备孕妇女焦虑得分的逐步回归分析

因变量	预测变量	B	标准误差	β	t	P
焦虑	社会支持	-0.265	0.109	-0.227	-2.428	0.017
	婚姻满意度	-0.242	0.119	-0.190	-2.024	0.045

3 讨论

拥有高社会支持和婚姻满意度,能够运用积极应对方式的备孕妇女的焦虑情绪更少,心理健康状况更好,然而,有些个体缺乏上述的有利因素,存在不同程度的焦虑情绪。如果缺乏社会支持和良好的应对方式,个体心理问题产生的可能性为 43.3%,是普通人群的 2 倍^[16],并且有研究^[4]发现低婚姻质量者存在的负性情绪明显高于高婚姻质量者,而婚姻满意度是衡量婚姻质量的重要指标。本文结果显示,备孕妇女焦虑自评量表的平均得分为(41.18±7.93)分,有 16.1% 的女性存在焦虑症状(轻度焦虑占 13.4%,中度焦虑占 2.7%),与张安慧等^[17]的研究结果较为相似。说明一定比例的备孕妇女在孕前存在焦虑问题。

本研究中,备孕妇女的积极应对和焦虑呈显著负相关,与以往研究^[18]的结果相符,提示多运用积极的应对方式有助于减轻备孕妇女的焦虑,因此,备孕妇女应认真学习备孕知识,避免因恐惧而产生消极情绪,多采用积极的方式应对挫折和压力,以

保护自己的心理健康,免受焦虑这一消极情绪的负面影响。备孕妇女的社会支持及其 3 个维度(客观支持、主观支持和对支持的利用度)与焦虑均呈负相关,并且通过逐步回归分析,可以确定社会支持可以有效负向预测焦虑,即备孕妇女获得的社会支持越多,焦虑情绪越少,与以往研究^[12]相符。社会支持能为处在应激中的个体提供保护,即能对应激起缓冲作用,并且社会支持可以对维持良好情绪体验和保持个体的心理健康起作用^[19]。因此,备孕妇女的家人、伴侣应该多陪伴她们,给予其更多精神、情感和物质上的支持,并且医院以及妇幼保健机构应当加强备孕知识的宣传,倡导伴侣和她们共同学习,为她们提供家庭外的支持,减少备孕妇女对于备孕的恐慌情绪,尤其是对于那些第一次备孕、未生育过的女性。此外,备孕妇女应当学习充分利用社会支持的方法,使其获得的社会支持能更好地发挥正面积积极的作用。

除了社会支持以外,备孕妇女的婚姻满意度也可以有效负向预测焦虑,即婚姻满意度越高的备孕妇女的焦虑情绪越少,本文结果与以往研究^[13]一致,拥有高婚姻满意度的女性,对伴侣的性格等更加满意,与伴侣的相处更融洽,对彼此在家庭中的分工更加满意,婚姻质量更高,对生活的信心充足,对未来有良好的期待。因此,在备孕期间,备孕妇女和伴侣应建立良好的沟通模式,按照适合两人相处的方法生活,合理处理彼此间的摩擦,其伴侣应充分考虑到备孕妇女所处的情境,多体谅她们,提高其婚姻满意度,使其焦虑情绪减少,对家庭和生活更加有信心,减少其备孕的恐惧和焦虑的情绪。

综上所述,部分备孕妇女的心理健康还是存在问题,应引起社会关注,积极保护其心理健康,使其

免受焦虑的负性情绪的消极影响。本研究中积极应对、婚姻满意度和社会支持均与焦虑有关系,因此,家人、社会等应提供给她们更多的支持,促使她们更多采用积极应对方式来面对挫折和压力,有更多的资源可以缓解焦虑。同时,备孕妇女和伴侣应共同提高婚姻满意度,减少她们的负面情绪,科学健康地备孕。未来可以进一步探讨和细化不同情况的备孕妇女的焦虑,有针对性地对她们进行有效的心理干预,普及优生优育的科学知识,医院除了身体方面的孕前检查,也要提供心理方面的咨询。

利益冲突:所有作者均申明不存在利益冲突。

参考文献:

- [1] Gourounti K, Lykeridou K, Taskou C, et al. A survey of worries of pregnant women: Reliability and validity of the Greek version of the Cambridge Worry Scale [J]. Midwifery, 2012, 28 (6): 746-753. DOI: 10. 1016/j. midw. 2011. 09. 004.
- [2] 刘霞, 张跃兵, 李志莹. 某医学院学生时间管理倾向与焦虑的相关性研究[J]. 济宁医学院学报, 2020, 43 (1): 68-71. DOI: 10. 3969/j. issn. 1000-9760. 2020. 01. 016.
- [3] 聂旭刚, 徐继红, 陈平. 备孕妇女社会支持状况及影响因素分析[J]. 中国计划生育学杂志, 2017, 25 (12): 838-842. DOI: 10. 3969/j. issn. 1004-8189. 2017. 12. 007.
- [4] 李利娜, 陈瑞君, 徐冬梅. 婚姻质量与妊娠中后期抑郁焦虑情绪的关系[J]. 中国妇幼保健, 2007, 22 (19): 2634-2636. DOI: 10. 3969/j. issn. 1001-4411. 2007. 19. 014.
- [5] 徐继红, 马旭. 二胎备孕妇女孕前抑郁、焦虑状况及影响因素分析[J]. 中国公共卫生, 2018, 34(7): 957-960. DOI: 10. 11847/zgggws1116090.
- [6] Witt WP, Wisk LE, Cheng ER, et al. Preconception mental health predicts pregnancy complications and adverse birth outcomes: A national population-based study [J]. Matern Child Health J, 2012, 16(7): 1525-1541. DOI: 10. 1007/s10995-011-0916-4.
- [7] 黄晓洁, 杨俊波, 刘永红, 等. 孕妇焦虑与抑郁情绪及生活事件对妊娠结局的影响[J]. 青岛大学医学院学报, 2016, 52 (1): 21-24. DOI: 10. 13361/j. qdyxy. 201601008.
- [8] 国家人口计生委科技司. 健康教育指南[M]. 北京: 中国人口出版社, 2010.
- [9] Liu LJ, Gou ZG, Zuo JN. Social support mediates loneliness and depression in elderly people [J]. J Health Psychol, 2016, 21 (5): 1-9. DOI: 10. 1177/1359105314536941.
- [10] 廖友国. 中国人应对方式与心理健康关系的元分析[J]. 中国临床心理学杂志, 2014, 22(5): 897-900.
- [11] 李正英, 刘雪琴, 陈玉平, 等. 初产孕妇分娩前焦虑与社会支持应对方式的相关性研究[J]. 护理学报, 2010, 17(4): 4-5.
- [12] Sarabia-Cobo CM, Suárez SG, Menéndez EJ. et al. Emotional intelligence and coping styles: An intervention in geriatric nurses [J]. Appl Nurs Res, 2017, 35: 94-98. DOI: 10. 1016/j. apnr. 2017. 03. 001.
- [13] 王梦霖, 张宪武, 刘洪丰, 等. 乳腺癌患者术后化疗期间婚姻质量对焦虑情绪的影响[J]. 世界最新医学信息文摘, 2018, 18(71): 11-13.
- [14] 汪向东, 王希林, 马弘. 心理卫生评定量表手册[M]. 北京: 中国心理卫生杂志, 1999.
- [15] Zung WW. A rating instrument for anxiety disorders [J]. 1971, 12(6): 371-379.
- [16] 陈向韵, 袁秀珍, 岳鹏. 社会支持应对方式与初产妇产后压力的相关性研究[J]. 中妇产科护理, 2009, 24 (12): 42-44. DOI: 10. 3870/hlxzz. 2009. 12. 042.
- [17] 张安慧, 王幼玲, 石小孟, 等. 芜湖市育龄期妇女心理健康状况调查分析[J]. 中国妇幼保健研究, 2016, 27 (11): 1325-1327. DOI: 10. 3969/j. issn. 1673-5293. 2016. 11. 012.
- [18] 徐雯, 莫应平, 朱侠, 等. 初产妇情绪与应对方式、相关内分泌激素及妊娠结局的相关性[J]. 检验医学与临床, 2018, 15(6): 848-851.
- [19] 朱培培, 卓文燕, 陈玲. 癫痫患者焦虑抑郁、社会支持状况与主观幸福感的相关性[J]. 中国神经精神疾病杂志, 2014, 40 (9): 527-531. DOI: 10. 3936/j. issn. 1002-0152. 2014. 09. 004.

(收稿日期 2021-05-14)

(本文编辑:石俊强)