

DOI:10.3969/j.issn.1000-9760.2024.02.012

# 济南市信访工作者睡眠质量 与心理健康的关系

李旭<sup>1</sup> 史高岩<sup>2</sup> 顾香<sup>3</sup> 李仁军<sup>4</sup><sup>1</sup> 济宁医学院精神卫生学院, 济宁 272013; <sup>2</sup> 山东省精神卫生中心临床心理二科, 济南 250014;<sup>3</sup> 菏泽市立医院精神科, 菏泽 274031; <sup>4</sup> 山东省精神卫生中心临床二党总支, 济南 250014)

**摘要** **目的** 探讨信访工作者睡眠质量与心理健康之间的关系, 为信访工作者心理健康干预提供依据。**方法** 于 2021 年 4 月—6 月, 采用匹兹堡睡眠质量指数量表 (PSQI) 和症状自评量表 (SCL-90) 对 352 名在职信访工作者进行调查。结果 信访工作者心理健康问题检出率为 25.6%。信访工作者 SCL-90 总均分、躯体化、强迫、抑郁、焦虑、恐怖、偏执、精神病性因子得分均高于全国常模 1, 且差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。信访工作者的 SCL-90 躯体化、强迫、人际关系敏感、抑郁、焦虑、恐怖、偏执、精神病性因子得分均高于全国常模 2, 且差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。睡眠质量检出率为 11.9%, 且有睡眠质量问题的信访工作者心理问题阳性检出率高于无睡眠质量问题的 ( $\chi^2 = 33.087, P < 0.05$ )。PSQI 总分和睡眠质量、入睡时间、睡眠时间、睡眠障碍、睡眠药物、日间功能障碍等 6 个因子与 SCL-90 总分及各因子均呈正相关 ( $P < 0.05$ )。除一般人口学特征中的文化程度和工作年限是心理健康的影响因素外, 睡眠质量中的睡眠障碍和日间功能障碍是心理健康状况的 2 个危险因素 [ $\beta = 1.35, OR(95\%CI) = 3.844(2.09 \sim 7.06)$ ;  $\beta = 1.67, OR(95\%CI) = 5.316(2.95 \sim 9.60)$ ]。结论 济南市信访工作者心理健康状况存在一定问题, 且与睡眠质量相关, 睡眠障碍及日间功能障碍的问题越严重, 信访工作者的心理健康状况相应越差。

**关键词** 信访工作者; 睡眠质量; 心理健康; 心理干预

中图分类号: R395 文献标识码: A 文章编号: 1000-9760(2024)04-138-04

## Relationship between sleep quality and mental health status of petition workers in Jinan

LI Xu<sup>1</sup>, SHI Gaoyan<sup>2</sup>, GU Xiang<sup>3</sup>, LI Renjun<sup>4</sup><sup>1</sup> School of Mental Health, Jining Medical University, Jining 272013, China;<sup>2</sup> Department of Clinical Psychology II, Shandong Mental Health Center, Jinan 250014, China;<sup>3</sup> Department of Psychiatry, Heze Municipal Hospital, Heze 274031;<sup>4</sup> Clinical Second Party Branch, Shandong Mental Health Center, Jinan 250014, China)

**Abstract: Objective** This study aims to explore the relationship between the sleep quality and mental health status of petition workers to provide a basis for future mental health interventions. **Methods** A survey was conducted on 352 petition workers using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) and the Symptom Checklist-90 (SCL-90). **Results** The positive detection rate of mental health problems among petition workers was 25.6%. The overall scores and scores for somatization, compulsion, depression, anxiety, terror, paranoia, and psychosis were higher than the national norms one, with statistical significance ( $P < 0.05$ ). Compared to the national norms two, Petition workers also had higher scores on factors such as somatization, obsession-compulsion, interpersonal sensitivity, depression, anxiety, phobic anxiety, paranoid ideation, and psychoticism, and these differences were statistically significant ( $P < 0.05$ ). The detection rate of sleep quality problems was 11.9%, and the mental health positive rate of petition workers with sleep quality problems was higher than those without sleep quality problems ( $\chi^2 = 33.087, P < 0.05$ ). Spearman correlation analysis revealed

positive correlations between PSQI total score and six sleep factors (sleep quality, sleep latency, sleep duration, sleep disorders, sleep medications, and daytime dysfunction) and SCL-90 total score as well as its factors ( $P < 0.05$ ). Logistic regression analysis showed that besides educational level and years of work experience, sleep disorders and daytime dysfunction in sleep quality were two risk factors for psychological health [ $\beta = 1.35, OR(95\%CI) = 3.844(2.09 \sim 7.06)$ ;  $\beta = 1.67, OR(95\%CI) = 5.316(2.95 \sim 9.60)$ ]. **Conclusion** There are some problems in the mental health of petition workers in Jinan city which is related to sleep quality. The more severe the sleep disorders and daytime dysfunction, the worse the mental health of the petition workers.

**Keywords:** Petition workers; Sleep quality; Mental health; Psychological intervention

信访工作是连接人民群众和党之间的纽带及桥梁。从事该工作的信访工作者责无旁贷地承担起联系群众的重任。信访工作者作为社会稳定的守护者和民众权益的维护者,承受着巨大心理压力,其身心健康直接关系到信访工作能否顺利开展。睡眠是健康的核心,改善睡眠是改善心理健康的优先选择<sup>[1-2]</sup>。睡眠质量及心理健康之间的联系已经广泛受到大家关注,但对信访工作者这一群体的研究较少。本研究旨在深入了解信访工作者心理健康状况和睡眠质量,探究两者之间关系,为相关部门决策提供科学依据,制定出更具针对性的干预措施,进而改善信访工作者的睡眠质量及心理健康状况。

## 1 对象与方法

### 1.1 研究对象

于 2021 年 4 月—6 月在济南市及其下辖各区的信访局进行整群随机抽样,以在职信访工作者为调查对象。调查前,课题组专家对参与调查人员进行统一培训,统一调查方法和填表说明。征得调查对象知情同意后由调查人员负责实施完成并收回发放问卷,调查人员负责向调查对象解释说明。调查问卷当场发放当场回收,并及时检查填写完整性。本研究已通过山东省精神卫生中心伦理委员会批准([2022](研)伦审第[70]号)。

### 1.2 研究方法

**1.2.1 症状自评量表(Symptom Checklist 90, SCL-90)** 采用 SCL-90 测量信访工作者心理健康状况<sup>[3]</sup>。该量表分为 10 个维度由 90 个条目组成,10 个维度分别是躯体化、强迫、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对性、恐怖、偏执及精神病性及其他。题目均为 1~5 分的五级评分制,1~5 分由低到高分别对应“无”“轻”“中等”“偏重”“严重”程度。量表总分为 90 个条目的和,且得分越高代表心理健康状况越差,将总分大于 160 分者筛选为心理异常。

本研究该量表 Cronbach's  $\alpha$  为 0.98,信度较好。

**1.2.2 匹兹堡睡眠质量指数(Pittsburgh sleep quality index, PSQI)**<sup>[4]</sup> 该量表共 19 个自评条目,包含了睡眠质量、入睡时间、睡眠时间、睡眠效率、睡眠障碍、睡眠药物、日间功能障碍共 7 个因子,采用 0、1、2、3 的 4 级评分方式,总分为 0~21 分,分数越高,睡眠质量越差,将 PSQI 总分大于 7 分者筛选为有睡眠质量问题的。本研究该量表的 Cronbach's  $\alpha$  为 0.83,信度较好。

### 1.3 统计学方法

使用 SPSS26.0 软件进行数据的录入及统计分析。定量资料,检验为正态性和方差齐性时,采用  $\bar{x} \pm s$  进行统计描述,单样本均数的比较采用  $t$  检验。定性资料采用频数和构成比进行统计描述。心理健康和睡眠质量的相关分析采用 Spearman 等级相关分析。采用二元 logistic 回归方法分析睡眠质量对心理健康的影响。检验水准  $\alpha = 0.05$ 。

## 2 结果

### 2.1 一般资料

共发放问卷 370 份,回收有效问卷 352 份,有效率 95.14%。其中参与本次调查的 352 名在职信访工作者男性 250 人,女性 102 人;年龄为 24~61 岁,平均(44.14 $\pm$ 8.81)岁;未婚 36 人,已婚 316 人;受教育程度为高中及以下学历 20 人,大专 44 人,本科 232 人,硕士及以上 56 人;工作年限小于 5 年 140 人,6~10 年 66 人,大于 10 年 146 人。

### 2.2 信访工作者心理健康状况

352 名在职信访工作者中有 90 名的 SCL-90 总分 > 160 分,检出率为 25.6%;济南地区信访工作者 SCL-90 总均分、躯体化、强迫、抑郁、焦虑、恐怖、偏执、精神病性因子得分均高于全国常模 1<sup>[5]</sup>( $P < 0.05$ )。除敌对因子无统计学意义外( $P > 0.05$ ),济南地区信访工作者其余各因子得分均高于全国常模 2<sup>[6]</sup>( $P < 0.05$ )。见表 1。

表 1 济南地区信访工作者 SCL-90 与全国常模的比较(分,  $\bar{x} \pm s$ )

项目	济南地区		全国常模 1		全国常模 2		
	信访工作者	(1986 年)	<i>t</i>	<i>P</i>	(2018 年)	<i>t</i>	<i>P</i>
SCL-90 总均分	1.54±0.47	1.44±0.43	4.003	<0.001	-	-	-
躯体化	1.54±0.54	1.37±0.48	5.869	<0.001	1.37±0.46	5.869	<0.001
强迫	1.82±0.60	1.62±0.58	6.451	<0.001	1.66±0.58	5.192	<0.001
人际关系敏感	1.60±0.56	1.65±0.61	-1.634	0.103	1.51±0.55	3.097	0.002
抑郁	1.56±0.55	1.50±0.59	2.062	0.040	1.45±0.53	3.777	<0.001
焦虑	1.52±0.53	1.39±0.43	4.575	<0.001	1.40±0.48	4.223	<0.001
敌对	1.51±0.54	1.46±0.55	1.790	0.074	1.48±0.57	1.089	0.277
恐怖	1.29±0.42	1.23±0.41	2.829	0.005	1.23±0.39	2.829	0.005
偏执	1.49±0.54	1.43±0.57	1.997	0.047	1.41±0.50	2.698	0.007
精神病性	1.41±0.46	1.29±0.42	4.678	<0.001	1.34±0.44	2.652	0.008

### 2.3 352 名信访工作者睡眠质量状况

310 人(88.1%)睡眠质量正常,42 人(11.9%)的睡眠质量有问题,主要表现在睡眠质量、睡眠障碍及入睡时间 3 方面。见表 2。

表 2 PSQI 各因子得分情况(n=352)

因子	各因子得分[n(%)]			
	0	1	2	3
睡眠质量	90(25.6)	206(58.5)	42(11.9)	14(4.0)
入睡时间	126(35.8)	168(47.7)	46(13.1)	12(3.4)
睡眠时间	254(72.2)	82(23.3)	12(3.4)	4(1.1)
睡眠效率	286(81.3)	50(14.2)	10(2.8)	6(1.7)
睡眠障碍	82(23.3)	222(63.1)	44(12.5)	4(1.1)
睡眠药物	334(94.9)	10(2.8)	6(1.7)	2(0.6)
日间功能障碍	160(45.5)	166(47.2)	24(6.8)	2(0.6)

### 2.4 信访工作者睡眠质量与心理健康的关系

有睡眠质量问题的信访工作者心理健康问题检出率(61.9%)高于无睡眠质量问题组(20.6%),差异有统计学意义( $P < 0.05$ ),见表 3。PSQI 总分与睡眠质量、入睡时间、睡眠时间、睡眠障碍、睡眠药物、日间功能障碍 6 个因子和 SCL-90 总分及各因子均呈正相关( $P < 0.05$ ),见表 4。

### 2.5 心理状况的影响因素

以心理健康作为因变量,采用逐步法进行二元 logistic 回归分析,以 PSQI 总分、PSQI 7 个因子分及性别、年龄、婚姻状况、文化程度、工作年限作为自变量纳入回归模型,纳入水准 0.05,剔除水准 0.10,最后一步中 Hosmer-Lemeshow 为 0.385 > 0.05,说明模型对数据的拟合度较好,此次预测总符合率为 81.3%。一般人口学资料中的文化程度、从业年限为 6~10 年和 PSQI 中的睡眠障碍、日

表 3 不同睡眠质量组信访工作者心理健康状况的比较[n(%)]

项目	n	心理		$\chi^2$	<i>P</i>
		正常	异常		
无睡眠质量问题组	310	246(79.4)	64(20.6)	33.087	<0.001
有睡眠质量问题组	42	16(38.1)	26(61.9)		

表 4 信访工作者睡眠质量与其心理健康之间的相关性(*r*)

SCL-90	睡眠 质量	入睡 时间	睡眠 时间	睡眠 效率	睡眠 障碍	睡眠 药物	日间功 能障碍	PSQI 总分
总分	0.41*	0.25*	0.20*	-0.02	0.41*	0.19*	0.46*	0.42*
躯体化	0.41*	0.28*	0.20*	-0.01	0.43*	0.20*	0.43*	0.44*
强迫	0.35*	0.23*	0.19*	0.00	0.40*	0.13*	0.42*	0.39*
人际敏感	0.40*	0.21*	0.20*	0.00	0.36*	0.18*	0.40*	0.39*
抑郁	0.37*	0.22*	0.21*	0.01	0.35*	0.26*	0.38*	0.37*
焦虑	0.37*	0.21*	0.20*	-0.07	0.41*	0.16*	0.41*	0.40*
敌对	0.37*	0.17*	0.12*	0.01	0.40*	0.19*	0.42*	0.36*
恐怖	0.25*	0.15*	0.17*	-0.02	0.25*	0.16*	0.27*	0.26*
偏执	0.37*	0.19*	0.22*	-0.01	0.33*	0.17*	0.41*	0.38*
精神病性	0.39*	0.23*	0.15*	-0.03	0.41*	0.17*	0.43*	0.40*

注: \* $P < 0.05$ 。

间功能障碍 4 个变量进入方程( $P < 0.05$ )。学历为本科及本科以上的信访工作者发生心理健康问题的概率分别是学历为本科以下的 0.297、0.187 倍。工作从业年限为 6~10 年的信访工作者发生心理健康问题的概率为从业年限 5 年及以下的 2.91 倍。睡眠障碍和日间功能障碍是心理健康状况的危险因素,睡眠障碍和日间功能障碍程度高的工作者心理健康状况差。见表 5。

表 5 心理健康影响因素的 logistic 回归分析

自变量	参照	$\beta$	标准误	Wald $\chi^2$ 值	OR 值	95%CI	<i>P</i>
常量	-	-2.95	0.49	35.66	0.053	-	-
本科	本科以下	-1.21	0.40	9.40	0.297	0.14~0.65	0.002
本科以上	本科以下	-1.68	0.55	9.20	0.187	0.06~0.55	0.002
从业 6~10 年	从业 5 年及以下	1.07	0.41	6.94	2.910	1.31~6.44	0.008
从业 10 年以上	从业 5 年及以下	0.01	0.35	0.001	1.009	0.51~1.98	0.980
睡眠障碍	-	1.35	0.31	18.82	3.844	2.09~7.06	<0.001
日间功能障碍	-	1.67	0.30	30.75	5.316	2.95~9.60	<0.001

## 3 讨论

本研究结果显示,352 名信访工作者中存在心理健康问题的占 25.6%,其 SCL-90 总均分、躯体化、强迫、抑郁、焦虑、恐怖、偏执、精神病性因子得分均高于全国常模 1,除敌对因子外,其余各因子得分均高于全国常模 2,说明信访工作者心理健康

水平低于全国正常水平,心理健康状况较差。这与以往研究大致相同<sup>[7]</sup>,提示多数信访工作者在这些方面的问题较为突出。由于信访工作的特殊性,作为传达民意的渠道需要长期面对大量上访群众,置身于化解社会矛盾的一线上,信访工作者在当下信访制度、工作环境及工作负荷等影响下导致心理承受超载,长此以往且未加以疏导最终出现焦虑、抑郁、躯体不适等一系列心理问题<sup>[8]</sup>。

信访工作者存在睡眠质量问题的占 11.9%,其中主观睡眠质量、睡眠障碍及入睡时间在睡眠质量问题中较为突出,这与公务员群体研究结果接近<sup>[9]</sup>(17.9%)。睡眠质量与不同劳动者职业紧张有关,较高水平的职业紧张易引起睡眠质量问题<sup>[9]</sup>。睡眠问题与心理健康问题有内在联系,睡眠不足会导致一系列心理问题的发生,主观睡眠质量的缺乏是导致抑郁症的最大因素<sup>[10]</sup>。本研究发现有睡眠问题组的心理健康阳性检出率高于无睡眠问题组的,睡眠质量问题中多数因子与心理健康状况及其各因子均显著正相关,因此,改善睡眠状况对心理健康的改善有一定的积极作用。

睡眠障碍和日间功能障碍是信访工作者产生心理健康问题的独立危险因素。文化程度是心理健康问题的保护因素,工作年限是心理健康问题的危险因素。可能是因为高学历者通过更多选拔及考验有着更强的心理承受力,掌握更多心理健康知识及技能,当面对心理健康问题时有更多的解决方式<sup>[11]</sup>。而中等年资的工作者可能一是承担更重的工作应酬压力,二是面临着抚养家庭的压力,而压力对心理健康水平尤其是抑郁、焦虑有显著的正向影响<sup>[12]</sup>。普遍认知睡眠质量和心理健康之间存在密切的双向关系,但有研究认为睡眠对心理健康的影响要大于后者对前者的影响<sup>[8]</sup>。因此,可以加强对信访工作者睡眠及心理健康方面的宣教,及时发现问题并提供必要的心理干预和支持,对保障信访工作者心理健康起到积极意义。

本研究存在一定的局限性,一是样本量较小,仅局限于济南地区,代表性有待进一步提高;二是作为横断面调查研究,无法反映信访工作者心理健

康问题的发展;三是问卷为自评问卷,可能存在记忆偏差,且未能纳入同期人群进行对比,需要进一步比较研究,以更好了解信访工作者心理健康状况。

利益冲突:所有作者均申明不存在利益冲突。

### 参考文献:

- [1] 刘芳. 信访工作人员自尊、心理授权与焦虑关系研究[D]. 南京:南京大学,2018.
- [2] Kyle SD, Henry AL. Sleep is a modifiable determinant of health: implications and opportunities for health psychology[J]. Br J Health Psychol, 2017, 22(4): 661-670. DOI: 10. 1111/bjhp. 12251.
- [3] 陈树林, 李凌江. SCL-90 信度效度检验和常模的再比较[J]. 中国神经精神疾病杂志, 2003(5): 323-327.
- [4] 汪向东. 心理卫生评定量表手册[M]. 增订版. 北京:中国心理卫生杂志社, 1999: 160-161, 202-203.
- [5] 金华, 吴文源, 张明园. 中国正常人 SCL-90 评定结果的初步分析[J]. 中国神经精神疾病杂志, 1986(5): 260-263.
- [6] 刘媛媛, 武圣君, 李永奇, 等. 基于 SCL-90 的中国人心理症状现状调查[J]. 中国心理卫生杂志, 2018, 32(5): 437-441.
- [7] 陈晓科, 高俊杰. 信访干部的心理现状及其干预机制[J]. 重庆科技学院学报(社会科学版), 2014(3): 16-18, 37. DOI: 10. 19406/j. cnki. cqkjxybskb. 2014. 03. 007.
- [8] 薛晓光. 信访干部心理亚健康问题原因与对策探析[J]. 法制与经济(下旬), 2012(1): 128-129.
- [9] Tononi G, Cirelli C. Sleep and the price of plasticity: from synaptic and cellular homeostasis to memory consolidation and integration[J]. Neuron, 2014, 81(1): 12-34. DOI: 10. 1016/j. neuron. 2013. 12. 025.
- [10] 余璐, 盛兴汝, 林丽, 等. 高中生人格特质、睡眠状况与焦虑的关系[J]. 济宁医学院学报, 2021, 44(6): 411-414. DOI: 10. 3969/j. issn. 1000-9760. 2021. 06. 008.
- [11] Minkel JD, Banks S, Htaik O, et al. Sleep deprivation and stressors: evidence for elevated negative affect in response to mild stressors when sleep deprived[J]. Emotion, 2012, 12(5): 1015-1020. DOI: 10. 1037/a0026871.
- [12] Triantafillou S, Saeb S, Lattie EG, et al. Relationship between sleep quality and mood: ecological momentary assessment study[J]. JMIR Ment Health, 2019, 6(3): e12613. DOI: 10. 2196/12613.

(收稿日期 2023-08-11)

(本文编辑:石俊强)