维普资讯 http://www.cqvip.com

论 著 文章编号:0253-3626(2008)07-0854-04

三峡库区中学生心理健康现状及教育对策

刘丽萍[1],王 宏[2]

(1. 重庆医科大学附属第一医院护理部,重庆 400016;
2. 重庆医科大学公共卫生学院妇幼保健与儿少卫生教研室,重庆 400016)

【摘 要】目的:了解重庆市三峡库区中学生心理健康状况,为更好地在库区中学开展心理健康教育提供依据。方法:采用症状自评量表(Symptom Checklist,SCL-90)对重庆市三峡库区 1 014 名中学生进行问卷调查。结果:库区中学生心理问题检出率为 19.8%,排在前 3 位的是敌对、强迫和人际关系敏感。女生总分及人际关系敏感、抑郁、焦虑和恐怖因子分均显著高于男生($P<0.05$ 或 $P<0.01$);高中生与初中生比较,除敌对、恐怖因子外,总分及其他因子分均显著大于初中生($P<0.05$ 或 $P<0.01$);与中学生常模比较,库区中学生在人际关系敏感、敌对、恐怖 3 因子方面的得分显著高于中学生常模($P<0.01$),而躯体化和焦虑 2 因子得分则显著低于中学生常模($P<0.05$)。结论:重庆三峡库区中学生心理健康状况较差,应加强库区中学生心理健康教育工作。

【关键词】三峡库区;中学生;心理健康;SCL-90;对策
【中国图书分类法分类号】R395 【文献标识码】A 【收稿日期】2007-09-18

Study on mental health status and educational strategies among middle school students in three-gorges area of Chongqing

LIU Li-ping, et al

(*Department of Nursing, the First Affiliated Hospital, Chongqing Medical University*)

【Abstract】*Objective*: To study the mental health status of middle school students in Three-Gorges area of Chongqing in order to provide theory support for mental health education. *Methods*: 1 014 middle school students in Three-Gorges area were tested by SCL-90. *Results*: The occurrent rate of mental problems with students was 19.8%, of which the first three factors were hostility, compulsiveness and interpersonal sensitivity. Girls' overall score and mean scores of interpersonal sensitivity, depression, anxiety and phobic anxiety were significantly higher than hoys'. The overall score and factor mean scores of senior high school students were significantly higher than those of junior high school students' except hostility and phobic anxiety factors. The mean scores of interpersonal sensitivity, hostility and phobic anxiety factors were significantly higher than the counterparts in the norms of middle school students, while the mean scores of somatization and anxiety factors were significantly lower than the counterpart in the norms of middle school students. *Conclusion*: The mental health status of middle school students in Three-Gorges area of Chongqing is poor, and mental health education should be enhanced by all of us.

【Key words】 Three-Gorges area; Middle school students; Mental health; SCL-90; Countermeasure

随着社会的发展和医学模式的转变,心理问题的存在越来越普遍,尤其是处于生长发育期的青少年,其心理状况日益受到社会的关注。研究表明,我国约有 10%~30%的中学生存在不同程度的各种心理问题和症状,在某些研究结果中这一比例甚至更高[1]。随着三峡水库的建成,库区周围的开发利用将对当地经济的持续发展和库区人民的生理健康和心理健康带来长期而深远的影响,特别是库区儿童少年这一特殊群体的身心发育值得关注。本研究以重庆三峡库区中学生为调查对象,采用 SCL-90 对其心理健康状况进行调查,并将结果与中学生常模进行比较,以期为库区中学生心理健康教育提供科学依据。

作者介绍:刘丽萍(1973-),女,主管护师,硕士,研究方向:健康教育。
通讯作者:王 宏,男,副教授,E-mail:wangh111111@yahoo.com.cn。
基金项目:重庆医科大学基金资助项目(XB0544)。

1 对象与方法

维普资讯 http://www.cqvip.com

1.1 调查对象

选取位于重庆三峡库区的忠县和云阳县作为研究点，采用分层多阶整群抽样方法，每个县分层选取两所中学(城、乡各一所)作为初级抽样单位，每所中学随机抽取初一、初二、高一、高二各 1 个班作为次级抽样单位，调查对象为所抽取班级的全部在读学生。本次调查发放问卷 1 023 份，回收问卷 1 023 份，回收率是 100%；有效问卷有 1 014 份，有效回收率是 99.12%。被调查者年龄范围在(11~20)岁之间，平均年龄(15.30 ± 1.78)岁。其中男生 586 人，女生 428 人。城镇学生 474 人，农村学生 540 人。初中学生 511 人，高中学生 503 人。

1.2 调查方法

调查工具采用 SCL-90 评定心理健康状况。SCL-90 在国外应用甚广，20 世纪 80 年代引入我国，随即广泛应用，在各种自评量表中是较受欢迎的一种。该量表包含比较广泛的精神病症状内容，如思维、情感、行为、人际关系、生活习惯等，有 90 个评定项目，共含 10 个因子，分别是躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性和其它。每个条目均采用 5 级评分制，1 分表示无此症状，2 分表示症状较轻，3 分表示症状中度，4 分表示症状偏重，5 分表示症状严重。

调查方法采用整班集体测试，请各学校协助组织学生以班为单位参加调查，由经过培训的调查员统一发放问卷，统一指导语，由学生按实际情况独立回答，当场作答，当场回收和核对。

1.3 统计分析

所有数据采用 EPIdata3.0 建立数据库，应用 SPSS10.0 软件进行统计分析。

2 结 果

2.1 库区中学生心理问题检出率

表 1 库区中学生心理问题检出人数及比例

	人数	比例	排序
躯体化	29	2.9	10
强迫症状	93	9.2	2
人际关系敏感	88	8.7	3
抑郁	63	6.2	4
焦虑	45	4.4	7
敌对	97	9.6	1
恐怖	42	4.1	8
偏执	52	5.1	6
精神病性	36	3.6	9
其它	57	5.6	5

SCL-90 各因子中只要有一个因子分超过 3 分，则被视为可能存在中度以上心理问题[2]。本调查发现，有 201 名学生可能存在中度以上心理问题，占全体学生 19.8%。其中男生 103 人(17.6%)，女生 98 人(22.9%)，女生心理问题检出率显著高于男生(χ^2=4.405，P=0.036)；初中学生 89 人(17.4%)，高中学生 112 人(22.3%)，两者之间检出率差异无统计学意义(χ^2=3.751，P=0.053)。

在各类可能的中度以上心理问题中，检出率排在前 3 位的是敌对、强迫症状和人际关系敏感。见表 1。

为了进一步分析库区中学生的主要心理问题，将 90 个项目按平均得分排序，前 10 位项目的平均得分见表 2，这 10 个项目的阳性出现率均在 65%以上。

2.2 库区中学生心理健康状况的性别比较

由表 3 可见，女生的总分和人际关系敏感、抑

表 2 SCL-90 前 10 位项目得分情况

序号	题号	测题	平均得分	百分率(%)
1	55	不能集中注意	2.54	80.2
2	11	容易烦恼和激动	2.46	74.6
3	9	忘性大	2.34	74.2
4	73	感到在公共场所吃东西很不舒服	2.33	70.3
5	86	感到要赶快把事情做完	2.33	70.2
6	10	担心自己的衣饰整齐及仪态的端正	2.30	73.5
7	85	认为因为自己的过错而受到惩罚	2.27	71.1
8	61	当别人看着您或谈论您时感到不自在	2.25	72.7
9	46	难以作出决定	2.19	68.3
10	41	感到比不上他人	2.16	65.3

维普资讯 http://www.cqvip.com

郁、焦虑、恐怖等 4 个因子均分均显著高于男生，其它则无统计学意义。

2.3 库区初中生和高中生心理健康状况的比较

由表 4 可见，除敌对、恐怖因子外，其他各因子均分及总分高中生均显著高于初中生。

2.4 库区中学生心理健康状况与国内中学生常模比较

表 5 中将本研究数据与刘恒等[1]人在 2004 年测定的中学生常模数据进行比较发现：本调查中学生的人际关系敏感、敌对、恐怖等 3 因子均分均显著高于中学生常模($P<0.01$)，而躯体化和焦虑 2 因子均分均显著低于中学生常模($P<0.05$)。

3 讨 论

表 5 库区中学生 SCL-90 各因子分与国内中学生常模比较 ($\bar{x} \pm s$)

项目	本研究(n=1 014)	中学生常模(n=2 209)
躯体化	1.54 ± 0.55	1.58 ± 0.62*
强迫症状	2.07 ± 0.62	2.10 ± 0.72
人际关系敏感	1.96 ± 0.66	1.82 ± 0.68**
抑郁	1.80 ± 0.64	1.77 ± 0.71
焦虑	1.71 ± 0.59	1.75 ± 0.69*
敌对	1.87 ± 0.72	1.81 ± 0.74**
恐怖	1.60 ± 0.59	1.53 ± 0.61**
偏执	1.74 ± 0.61	1.74 ± 0.68
精神病性	1.70 ± 0.55	1.67 ± 0.62

*：$P<0.05$，**：$P<0.01$

表 3 库区男女中学生心理健康状况比较($\bar{x} \pm s$)

因子分	男(n=586)	女(n=428)	u	P
总分	155.92 ± 44.95	164.58 ± 49.01	-2.915	0.004
躯体化	1.53 ± 0.53	1.57 ± 0.56	-1.245	0.214
强迫症状	2.05 ± 0.61	2.10 ± 0.63	-1.104	0.270
人际关系敏感	1.92 ± 0.64	2.02 ± 0.67	-2.384	0.017
抑郁	1.74 ± 0.61	1.89 ± 0.67	-3.791	0.000
焦虑	1.66 ± 0.57	1.78 ± 0.62	-3.155	0.002
敌对	1.85 ± 0.71	1.91 ± 0.73	-1.309	0.191
恐怖	1.49 ± 0.51	1.76 ± 0.65	-7.234	0.000
偏执	1.72 ± 0.60	1.78 ± 0.63	-1.687	0.092
精神病性	1.67 ± 0.54	1.73 ± 0.57	-1.551	0.121
其它	1.73 ± 0.57	1.78 ± 0.63	-1.390	0.165

表 4 库区初中生和高中生心理健康状况的比较($\bar{x} \pm s$)

因子分	初中生(n=511)	高中生(n=503)	u	P
总分	154.09 ± 48.11	165.15 ± 44.95	-3.780	0.000
躯体化	1.50 ± 0.54	1.58 ± 0.55	-2.360	0.018
强迫症状	1.94 ± 0.62	2.20 ± 0.59	-7.002	0.000
人际关系敏感	1.88 ± 0.68	2.05 ± 0.63	-3.918	0.000
抑郁	1.73 ± 0.64	1.87 ± 0.63	-3.434	0.001
焦虑	1.66 ± 0.60	1.76 ± 0.58	-2.705	0.007
敌对	1.84 ± 0.72	1.90 ± 0.72	-1.298	0.194
恐怖	1.62 ± 0.63	1.59 ± 0.55	0.961	0.337
偏执	1.71 ± 0.65	1.79 ± 0.57	-2.064	0.039
精神病性	1.62 ± 0.55	1.77 ± 0.55	-4.423	0.000
其它	1.67 ± 0.58	1.83 ± 0.60	-4.230	0.000

维普资讯 http://www.cqvip.com

本研究发现,有 201 名学生存在中度以上心理问题,占 19.8%,远远高于相关研究[3]。本调查结果与中学生常模比较:人际关系敏感、敌对、恐怖因子分高于常模,从具体项目上看,主要表现在敌对、强迫症状和人际关系敏感 3 个方面。表明三峡库区中学生心理健康状况堪忧,值得教育学家、心理学家以及全社会的密切关注与高度重视。

调查还发现,男女生生理特征表现不一致,总体讲女生较男生更易出现心理问题,女生在人际关系敏感、抑郁、焦虑和恐怖因子方面的得分显著高于男生,同国内大多数研究结果相同[4]。这可能与男生在面临某些负性生活事件如搬迁、变化、动荡等时的抵御、承受能力比女生要强有关。一般女生心理健康水平较低可能也与女生情绪不稳定,多愁善感,优柔寡断,交往中顾虑重重等心理、生理等方面的特点有关。

高中生的心理健康状况差于初中生,与国内其他研究结果相似[5]。这可能与高中生的自我意识发展有关。高中阶段的自我意识是中学生心理发展的主要成果之一。这一时期的自我意识已达到了一个新的水平,是自我意识分化和自我矛盾加剧时期,自我意识的分化使得理想与现实的矛盾冲突加剧。因此,高中学生比初中生更容易引发心理问题。此外,可能还与学业压力、升学压力等的迫近有关。

4 教育对策

对中学生进行心理健康教育可以提高中学生心理健康素质这一点是不言而喻的。为了提高库区中学生心理健康水平,准确定位心理健康教育工作是库区学校顺利开展中学生心理健康教育工作的必要前提之一。为此,我们提出以下几点对策。

4.1 搭建知识平台以帮助库区中学生提升自我调控能力和社会适应能力

中学生心理健康教育是一个长期持续的过程,学校应把心理健康教育作为全面推进学生素质教育的一项重要内容,切实将其纳入到中学生教育教学活动的整个体系之中。但要想从根本上长期持续有效地改善中学生整体的心理健康状况,提高其心理素质,主要还得借助中学生群体自身的努力。因为内因是决定一切因素的关键之所在。由于中学生普遍缺乏社会阅历和经验,因而更需要学校的教育和引导。所以,我们可以通过为中学生开办有针对性的心理卫生、心理健康知识讲座,如举办青春期心理卫生讲座和讨论,使学生掌握自我调适压力的方法和技巧,以及人际关系的处理和协调等,为其搭建获取心理卫生相关知识和技能的平台,以增强其自我调控能力和适应环境的能力。

4.2 鼓励中学生构建自己的社会支持系统

积极的社会支持可以帮助学生在陷入困境时能及时找到可以倾诉的对象或宣泄情感、压力的渠道,使其摆脱孤独和悲伤。因此,我们应该引导学生确立自己的交友准则,积极建立自己的人际交往圈,通过和同学、老师、朋友、亲人间的交流沟通来实现个体对社会现实的认识与理解,舒缓来自外界的心理压力。

4.3 为库区学生营造良好的心理健康发展环境

人的心理健康如同机器一样,是需要经常维护的,一个人的心理健康状态受到周边各种环境的影响,这就需要我们仔细分析其周边环境。由于库区中学生的生活比较单纯,主要受到家庭环境和学校环境的影响。为此,我们应为库区学生创造和谐向上的家庭环境和轻松愉快的校园环境,重视校园文化建设。一方面,要注重物质硬环境和人际文化软环境的建设,构筑优美的校园文化环境,加强人文关怀,为学生的心理健康提供良好的环境基础;另一方面,要多增加文化体育设施和娱乐体育场所,多开展文体娱乐活动,丰富学生校园生活,陶冶学生情操,这对增进学生相互交流和沟通,促进学生心理健康发展将起到十分积极的作用。

参 考 文 献

[1] 刘 恒,张建新.我国中学生症状自评量表(SCL-90)评定结果分析[J]. 中国心理卫生杂志,2004;18(2):88-90.

[2] 张明园. 精神科评定量表手册[M]. 长沙:湖南科学技术出版社,1998.16-27.

[3] 叶一舵,申艳娥.福建省中学生心理健康状况及其影响因素分析[J]. 中国心理卫生杂志,2002;16(11):796.

[4] 米万均,陈 力.中学生心理健康研究概况[J]. 哈尔滨医科大学学报,2002;36(1):85-86.

[5] 王东宇.影响农村中学生心理健康的家庭环境因素[J]. 中国学校卫生,2005;26(9):773-774.

(责任编辑:关蕴良)