

• 调查报告 •

重庆市某 4 所中小学学生心理健康状况 MHT 问卷调查分析*

宁 源¹,孔 亚¹,温茂霖¹,王 丽¹,张 玲¹,张 勇²,曾 缓²,韩令力²,赵 勇^{2△}
(重庆医科大学:1. 第五学办;2. 公共卫生与管理学院,重庆 400016)

摘 要:目的 了解重庆市中小学生的身心健康状况,为中小学生健康教育和心理咨询提供参考依据。方法 采用华东师范大学周步成教授的心理健康诊断测验量表(MHT),采用随机整群抽样方法,抽取重庆市某 2 所小学和 2 所中学,共 20 个班级的 796 名同学进行问卷调查,分析身心健康状况及其在性别与年级之间的关联性。结果 符合条件的 741 名学生中,存在明显心理健康问题(得分大于或等于 65 分)的学生检出率为 1.2%,各分项中学习焦虑表现最为明显,检出率为 26.6%;学习焦虑分项女生显著高于男生,且差异有统计学意义($\chi^2=12.36, P=0.0004$);在学习焦虑和自责倾向与年级的相关性中,初中生的焦虑明显高于小学生,学习焦虑($\chi^2=13.74, P=0.0010$)、自责倾向($\chi^2=16.60, P=0.0002$)和过敏倾向($\chi^2=8.05, P=0.0179$),其差异均有统计学意义($P<0.05$)。结论 重庆市中小学生身心健康状况总体情况较好,其中学习焦虑较其他焦虑相对明显;女生更容易出现学习焦虑;初中生比小学生更容易焦虑。

关键词:身心健康;心理健康诊断测验量表;重庆市;中小學生
doi:10.3969/j.issn.1671-8348.2013.22.027 文献标识码:A 文章编号:1671-8348(2013)22-2641-03

The questionnaire survey by MHT on the physical and mental health of primary and secondary students in four schools in Chongqing*

Ning Yuan¹,Kong Ya¹,Wen Maolin¹,Wang Li¹,Zhang Ling¹,Zhang Yong²,Zeng Huan²,Han Lingli²,Zhao Yong^{2△}
(Chongqing Medical University:1. the Fifth Student Office;2. the School of Public Health and Management,Chongqing 400016,China)

Abstract: Objective This survey aims at finding out the physical and mental status of primary and secondary students in Chongqing and providing referential data for the health education and psychological consultation of primary and secondary students. **Methods** The method used in this survey was Mental Health Test(MHT) by professor Zhou Bucheng in East China Normal University. 796 students in 20 classes, from two primary schools and two secondary schools in Chongqing, were questioned with random cluster sampling method to analyze their physical and mental status and the relation between sex and grade. **Results** Among the qualified 741 students, the relevance ratio of students who have obvious psychological health problems(the score was greater than or equal to 65) was 1.2%. And the most noticeable aspect of the survey was about the study tension whose relevance ratio was 26.6%. There were more girls than boys who suffered from the study tension, which had no statistical significance($\chi^2=12.36, P=0.0004$). Furthermore, the study tension and the tendency to self-accusation were related to the grade. It was easy to realized that the study tension of secondary students was more highly than that of primary pupils. There was statistical significance in the differences between these two different stages in the study tension, the tendency to self-accusation and hypersusceptibility. **Conclusion** The overall status of physical and mental health of students from primary and secondary students in Chongqing is good. And the study tension is more apparent than others. It is easier for girls to suffer from the study tension. Besides, the secondary students are more likely to experience the sufferings of the study tension than the primary pupils.

Key words: physical and mental health; mental health test; Chongqing; primary and secondary students

中小学时期正是由童年过渡到成年时期,是性格、认知、世界观形成最重要的时期,也是心理变化最剧烈的一个时期。在这个时期,面对种种压力,使他们超负荷的承担着,近年来国内有关中小学生心理卫生方面的调查表明,在中小学生中具有不同程度的心理问题者达 10%~30%^[1]。在墨西哥每 11 名青少年中有 1 名青少年患有心理障碍^[2],在韩国首尔的一项调查显示,其初中学生有心理健康问题者高达 57%^[3]。心理健康水平关系到中小学生的学业、性格的形成,人生观、价值观、社会适应能力等都会受到不同程度的影响。中小學生是国家未来的接班人,他们的健康直接关系到国家未来的繁荣与兴衰。有关资料显示,中小學生的心理障碍患病率为 21.6%~

32.0%^[4],随着社会不断发展,中小學生的心理健康问题越来越严重,表现出低龄化的趋势^[5],因此,中小學生的身心健康问题逐渐引起政府、社会、家庭和关注者的关注。中小學生的身心健康问题有地域和文化差异^[6],西部地区的社会文化、经济和教育水平落后于东部地区,而这些因素影响着中小學生的身心健康。四川省德阳市的调查显示,其学生的学习焦虑的比例高达 46.8%^[7],重庆位于中国西南地区,中小學生的心理方面的研究情况较少,其中只有西南大学的王卫红等^[8]在 2000 年对重庆市小学校中高年级学生进行了心理健康状况调查,其学生的心理问题的总检出率为 10.9%。

为了解重庆市中小學生的心理健康现状,并为其开展健康

* 基金项目:重庆市教育科学“十一五”规划项目(10-GJ-0414);重庆市高等教育教学改革研究项目(1203131)。 作者简介:宁源(1989~),学生,本科,主要从事健康教育研究。 △ 通讯作者, Tel:13883460842; E-mail:zhaoyongzb@qq.com。

表 1 不同性别中小学生学习心理问题结果比较									
性别	学习焦虑	对人焦虑	孤独倾向	自责倾向	过敏倾向	身体症状	恐怖倾向	冲动倾向	总体
男	85	4	1	22	17	28	6	4	3
女	112	7	2	23	15	20	12	5	6
χ^2	12.36	1.37	0.51	0.47	0.01	0.42	3.12	0.32	1.54
P	0.000 4	0.241 3	0.475 1	0.491 3	0.933 3	0.519 0	0.077 2	0.569 2	0.210 0

表 2 不同阶段中小学生学习心理问题结果比较									
阶段	学习焦虑	对人焦虑	孤独倾向	自责倾向	过敏倾向	身体症状	恐怖倾向	冲动倾向	总体
初中	120	7	1	36	24	32	8	4	5
小学	77	4	2	9	8	16	10	5	4
χ^2	13.74	0.84	0.44	16.60	8.05	5.61	0.64	0.32	0.20
P	0.001 0	0.656 1	0.800 6	0.000 2	0.017 9	0.060 7	0.726 9	0.854 2	0.905 5

教育和心理咨询提供参考。作者于 2011 年 9 月对重庆市 4 所中小学的五~八年级共计 796 名学生进行了心理健康诊断测验分析,现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 采用随机整群抽样方法,选取重庆市主城区某 2 所小学、2 所中学,抽取每所小学五年级和六年级各 2 个班,每所中学初中一年级和二年级各 3 个班,共计 796 名学生。本次调查共发放问卷 796 份,全部收回,剔除 18 份项目不全和 37 份效度量表大于或等于 7 分者,回收有效问卷共 741 份,有效回收率为 93.1%。对回收有效问卷进行分析,其中,男生 399 名(53.8%),女生 342 名(46.2%);初中生和小学生各调查 381、360 名,年龄 9~14 岁,平均(11.94±1.27)岁。

1.2 方法

1.2.1 调查工具 问卷调查采用华东师范大学心理学系周步成^[9]于 1991 年编制的心理健康诊断测验量表(mental health test,MHT)为调查工具,辅以访谈法。全量表共有 100 个条目,由 8 个内容量表和 1 个效度量表构成,8 个内容量表分别是:学习焦虑(A)、对人焦虑(B)、孤独倾向(C)、自责倾向(D)、过敏倾向(E)、身体症状(F)、恐怖倾向(G)、冲动倾向(H)。第 9 个内容量表为效度量表。由每个内容量表的原始得分,根据全国常模表换算成标准分,得出每位学生各内容量表的标准分及全量表总焦虑倾向的标准分。各内容量表标准分高于 8 分,说明有较强的焦虑倾向;全量表总焦虑倾向的标准分在 65 分以上者为高焦虑者。所得资料须经重复测验或被剔除。

1.2.2 现场调查 在重庆医科大学公共卫生与管理学院高年级本科学生中选拔调查员,并进行统一培训。在掌握调查方法后,在附近中小学进行了预调查。正式调查时间选择中小学上自习课的时候,每个班 3 名调查员,在讲解了问卷填写方法后,发放调查问卷,并课堂上独立完成,仔细核查后收卷。问卷调查完之后,随机抽取 2~3 名同学进行访谈,主观询问其健康教育知识及其认知态度。

1.2.3 质量控制 问卷调查回收后,由专项小组同学对每一份问卷进行质量检查,检查其问卷填写完成情况,剔除基本内容填写不全、问题回答不全、整页填写缺失等填写不全的问卷,并对剩下的完整问卷进行统一编号。

1.3 统计学处理 数据采集结束后利用 Epidata 进行双录入,对录入数据采用 SAS9.1 软件进行卡变描述和统计推断

(χ^2 检验分析不同性别和不同年级之间的心理健康差异),以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 学生心理健康问题总检出率 741 名学生中心理健康问卷量表得分大于或等于 65 分的有 9 名,表明存在明显心理健康问题的学生检出率为 1.2%;得分小于 65 分的有 732 名(98.8%)。调查结果表明 8 个内容量表中出现异常学生(≥ 8 分)的情况,健康问题程度检出情况依次为:学习焦虑 197 名(26.6%)、身体症状 48 名(6.5%)、自责倾向 45 名(6.0%)、过敏倾向 32 名(4.3%)、恐怖倾向 18 名(2.4%)、对人焦虑 11 名(1.5%)、冲动倾向 9 名(1.2%)、孤独倾向 3 名(0.4%)。

2.2 不同性别学生心理状况比较 男、女生在心理健康总体水平上比较,差异无统计学意义($\chi^2=1.54,P=0.210 0$)。但各分量表中女生学习焦虑方面明显高于男生,差异有统计学意义($\chi^2=12.36,P=0.000 4$),而在其他 7 个方面比较差异无统计学意义($P>0.05$),见表 1。

2.3 不同阶段学生心理状况比较 初中生与小学生在心理健康总体水平上无显著差异,但分量表中学习焦虑、自责倾向和过敏倾向与年级的相关性却存在显著差异,初中生的学习焦虑($\chi^2=13.74,P=0.001 0$)、自责倾向($\chi^2=16.60,P=0.000 2$)和过敏倾向($\chi^2=8.05,P=0.017 9$)均明显高于小学生($P<0.05$),而在其他 5 个方面比较差异无统计学意义($P>0.05$),见表 2。

3 讨论

从已报道的研究结果来看,全国青少年心理健康水平现状为:有心理和行为问题的小学生约占 13%、初中生约占 15%、高中生约占 19%、大学生约占 25%,随年级升高呈递增趋势^[10]。因此,深入探讨青少年群体的心理特点,并采取针对性措施,改善其成长的社会和心理环境,对中国教育的发展具有重要意义。本研究结果显示,重庆市中小学多数学生心理发展在总体上还是比较健康,重庆市中小学生学习心理问题总检出率为 1.2%。这个比例低于陕西省 7 地市中小学生学习心理健康状况总检出率(1.55%)^[11]、保定市的总检出率(1.8%)^[12]、中国中小学心理健康研究的回顾(心理问题总检出率 10%~30%)^[13]。但不能通过本次调查结果就得出重庆市中小学生学习心理健康状况好于其他地区的结论,因为心理状况不是短期积累所致,且具有动态的波动性。

3.1 重庆市中小学生学习健康状况总体情况良好,但在焦虑、身体症状、自责倾向、过敏倾向分项中检出率较高。本次调查中出现异常问题较高的方面是学习焦虑(26.6%)、身体症状(6.5%)、自责倾向(6%)、过敏倾向(4.3%)。无论是初中生还是小学生学习焦虑都已成为首要问题。学习焦虑会导致一系列的问题,或许更应该说是学习焦虑是其他焦虑的主要影响因素。学习焦虑的学生对考试怀有恐惧心理,无法安心学习,十分关心考试分数;而当成绩不理想,在极度紧张焦虑的时候,就可能会出现一些身体症状,如会出现呕吐失眠、小便失禁等明显症状;这些原因就可能导致他们产生自责的倾向,出现自卑,常怀疑自己的能力,常将失败、过失归咎于自己等现象;这时候的他们就特别的敏感,常常会因为一些小事而烦恼、焦虑。

3.2 中小学男、女生之间的心理健康状况存在差异,主要表现在学习焦虑女生明显高于男生。而其他方面,女生的焦虑情况总体都高于男生,这与不同性别青少年 MHT 量表的 Meta 分析^[14]、中小学生学习焦虑状况与父母期望的调查与分析的结果^[15]相符合。本调查结果显示,存在学习焦虑的学生中女生明显高于男生。女生平时比男生乖巧,内向,在中小学阶段,女生比男生爱学习,家长对女孩子本身的期望值较高,督促也较多;再加上女生比男生提前进入青春期,此时的女生心思更加细腻,更加敏感,而对学习成绩的在乎程度更加严重,导致她们的学习焦虑较男生高出许多。

3.3 中小学生学习不同年级心理健康水平存在显著差异,在学习焦虑、自责倾向、过敏倾向分项中,初中生高于小学生。本调查还发现,除了学习焦虑以外,自责倾向和过敏倾向是也是主要存在的焦虑问题。这 3 种焦虑问题,其男、女生没有差异,但是在其年龄上差异较大,初中生明显比小学生存在这些焦虑。升学造成的巨大的学习压力,导致其在自责和过敏中存在焦虑。家长和老师的过高期望,使学生存在过重的心理负担,害怕家长和老师的失望,故在其学习上,当成绩一旦下降,就存在严重的自责焦虑。每天担心成绩的升降,造成心理上的过敏倾向。

3.4 中小学生学习普遍对健康教育课有浓厚的兴趣,并表示希望学校开展关于健康教育与心理健康的课程。在调查中,通过主观询问的方式,问及中小学生对心理健康课、健康教育课的需求,大多数学生对其健康教育与心理课表示兴趣浓厚,现在的学生通过网络、书籍及学校的一些关于身心健康教育的展板和广播对其有一定的了解,同时希望开展相关的课程。

3.5 通过以上的调查分析,建议从以下几个方面开展工作,改善和提高重庆市中小学生的心理健康水平。(1)加强学校教育方面的力度,改善教育制度,不要让学生只专注学习及学习成绩,从而增加学习、自责、过敏方面的心理压力,应全方位发展教育,尤其是加强心理健康方面的教育。(2)家长的教育。在学校加强健康教育的同时,家长也应积极配合,学生的心理压力,家长方面是其重要来源,学生主要是不想让家长失望,所以,家长在心理健康方面的教育应比学校更加注意,对孩子的关心应多一些,对其成绩的要求不要过分苛求,减少责骂,积极鼓励孩子。(3)社会对中小学生学习健康的重视,社会对于学生的要求不能只以学习成绩为主,不能单方面地考虑问题,应

全方位看待,注重学生的心理品质、动手能力。(4)需要学校、家庭、社会互相配合,为学生创造良好的心理氛围,科学地培养学生良好的心理素质,全面提高学生的素质水平就有了一个坚实、牢固的基础,合格人才的培养也有了实现的可能。

致谢:感谢重庆市沙坪坝区中小学卫生保健所所长杨彬、刘兵科长、重庆市建设中学校医张蕾、重庆市杨公桥中学校医董怡忻所做的现场协调工作。感谢参与调查的重庆医科大学丁雅芳、曾豪、卢俊珈、杨灿然、王乐琴、何小程等同学。

参考文献:

[1] 王玲,郑雪,宇斌. 1 758 名城镇中小学生学习焦虑的测量与分析[J]. 中国心理卫生杂志,2000,14(4):271-273.

[2] Benjet C. Youth mental health in a populous city of the developing world: results from the Mexican Adolescent Mental Health Survey[J]. J Child Psychology Psychiatry,2009,50(4):386-395.

[3] Kim Y. Adolescents' health behaviours and its associations with psychological variables[J]. Cent Eur J Public Health,2011,19(4):205-209.

[4] 高小爱,贺改芹,程晖. 家庭环境对农村中小学生学习健康成长的影响[J]. 体育学刊,2006,13(6):97-99.

[5] 卫萍,葛明贵,陈雪梅. 合肥 848 名中小学生学习心理健康状况的调查分析[J]. 合肥学院学报,2007,11(24):6.

[6] 廖全明. 中小学生学习心理健康服务内容现状调查[J]. 现代中小学教育,2010,62(3):62-65.

[7] 杨兆华,李亚萍,蔡世春,等. 德阳市中小学生学习心理健康现状[J]. 预防医学情报杂志,2010,26(4):289-292.

[8] 王卫红,赵淑兰. 重庆市小学中高年级学生心理健康状况的调查及教育对策[J]. 西南师范大学学报:人文社会科学版,2000,6(2):64-69.

[9] 周步成. 心理健康诊断测验手册[M]. 上海:华东师范大学出版社,1991:5-10.

[10] 唐建良. 青少年心理问题现状分析[J]. 临床心身疾病杂志,2008,14(3):263-264.

[11] 韩晓琴,康伟. 陕西省 7 地(市)中小学生学习心理健康状况调查研究[J]. 陕西省教育学院学报,2004,20(2):118-122.

[12] 刘卉兰,张香云. 保定市 1 919 名中小学生学习心理健康调查[J]. 河北职工医学院学报,2006,23(4):20-21.

[13] 杨宏飞. 我国中小学心理健康研究的回顾[J]. 中国心理卫生杂志,2001,14(4):289-290.

[14] 姚应水,康耀文,龚伟志,等. 不同性别青少年 MHT 量表的 Meta 分析[J]. 中国循证医学杂志,2011,11(2):211-219.

[15] 王丽. 中小学生学习焦虑状况与父母期望的调查与分析[J]. 中国健康心理学杂志,2010,8(4):437-439.

(收稿日期:2013-01-08 修回日期:2013-04-22)

欢迎投稿 欢迎订閱