

# 924 名中小學生心理健康狀況調查

徐銘<sup>1</sup>, 陳珍妹<sup>1</sup>, 林文光<sup>2</sup>

[摘要] 目的 了解福安市中小學生心理健康狀況。方法 選取 1 所小學 4~6 年級學生 428 人, 1 所中學學生 496 人, 採用華東師範大學心理系周步成修訂的《心理健康診斷測驗》, 全部測驗經由訓練的主試嚴格按照該測驗的實施程序和規則進行全部數據輸入計算機。結果 在測驗的 924 人中, 總檢出率為 39.83%, 異常者中只 1 項、2 項、3 項、4 項異常者分別占 51.63%、23.37%、14.13%、10.87%, 排前 3 位的為: 恐怖傾向(18.09%)、衝動傾向(17.53%)、身體症狀(15.43%)。結論 應加強對中小學生的心理健康教育。

[关键词] 兒童; 青少年; 精神衛生/ 統計和數值數據

為了解中小學生心理健康狀況, 我們於 2010 年 3 月對福安市第四中學和福安市陽頭小學進行心理健康調查研究。現報告如下。

## 1 對象和方法

- 1.1 對象 選取福安市陽頭小學 4~6 年級學生 478 人, 福安市第四中學學生 528 人, 共計 1 006 人。測試採用問卷方式現場調查, 用統一指導語當場填寫, 當場收卷。根據《心理健康診斷測驗》中測量表表的檢驗, 得分可信的學生共計 924 人, 其中男 639 人, 女 285 人; 小學 428 人, 初中 306 人, 高中 190 人; 新學期剛入校(新生)為 158 人, 已入校半年(舊生)為 766 人。
- 1.2 方法 採用華東師範大學心理系周步成修訂的心理健康診斷測驗(MHT)量表, 該量表各分量表的折半信度係數為 0.91。全部測驗由經訓練的主試嚴格按照該測驗的實施程序和規則進行。全部數據輸入計算機, 採用 Z 檢驗的方法進行統計處理。
- 1.3 確診 根據 MHT 測驗結果, 被試在各分量表上所得分 ≥8 分者, 即被視為該項目得分異常。

## 2 結果

- 2.1 中小學生心理健康問題的檢出率 在測驗的 924 人中, 具有 1 項以上異常者多達 368 人, 總檢出率為 39.83%, 在異常者中, 1 項異常的占 51.63%, 2 項異常占 23.37%, 3 項異常占 14.13%, 4 項或 4 項以上異常占 10.87%。按構成比各項問題的重輕進行排序, 排前 3 位的為: 恐怖傾向(18.09%)、衝動傾向(17.53%)、身體症狀(15.43%)。
- 2.2 中小學生心理健康問題年級特點 對 368 名有心理健康問題的學生按年級進行統計, 結果顯示, 小學異常檢出率最高為 45.56%, 其次是初中為 36.93%, 最低是高中為 31.58%。各分量表的年級分布見表 1。
- 2.3 中小學生心理健康問題的性別特點 男生總體異常檢出率為 37.25%, 女生異常檢出率為 45.61%。男生在學習焦

慮、孤獨傾向、自責傾向、過敏傾向、衝動傾向得分比例明顯高於女生, 而女生在對人焦慮、恐怖傾向、身體症狀得分比例明顯高於男生。

表 1 368 名學生心理健康問題者年級段分布

項目	小學		初中		高中	
	人次數	構成比(%)	人次數	構成比(%)	人次數	構成比(%)
學習焦慮	13	3.36	14	6.54	10	8.93
對人焦慮	57	14.73	19	8.88	11	9.82
孤獨傾向	21	5.43	6	2.80	6	5.36
自責傾向	54	13.95	26	12.15	21	18.75
過敏傾向	54	13.95	28	13.08	9	8.04
身體症狀	53	13.69	37	17.29	20	17.86
恐怖傾向	68	17.57	42	19.63	19	16.96
衝動傾向	67	17.32	42	19.63	16	14.29

- 2.4 新生與舊生心理健康狀況比較 新生總異常檢出率為 41.1%, 舊生為 39.6%, 新生異常檢出率高於舊生, 但差異無統計學意義( $P>0.05$  表 2)。新生除身體症狀有顯著高於舊生外( $P<0.01$ ), 其他項目差異無統計學意義( $P>0.05$ )。

表 2 新生與舊生得分異常者檢出情況

項目	小學		中學		合計	
	新生	舊生	新生	舊生	新生	舊生
總人數	45	383	113	383	158	766
檢出人數	21	174	44	129	65	303
檢出率(%)	46.7	45.4	38.9	33.7	41.1	39.6
Z 值	0.51		2.09		1.72	
P 值	> 0.05		< 0.05		> 0.05	

## 3 討論

- 3.1 影響學生心理健康的家庭因素
- 3.1.1 學生家庭的文​​化環境和家長的職業傾向對學生心理健康的影響 學生家長的文​​化環境和家長的職業傾向, 在被調查的 321 名中學生中, 他們的父親 55.8%是經商者, 46.9%文化程度在高中以下, 他們母親 45.2%為家庭主婦, 54.1%文化程度在高中以下。學生父母經商是這 2 所學校的一大特點, 這一特點警示我們, 由於經商家庭商品經濟意識的日益增強, 孩子從中接受的经济意識也隨之增加, 這種過早萌動的经济意識會使學生在很大程度上降低對學校教育的興趣和作

[作者單位] 1. 福安市疾病預防控制中心(福建 福安 355000); 2. 福安市第四中學

[作者簡介] 徐銘(1962—), 男, 福建福安人, 副主任醫師, 本科學歷, 主要從事學校心理學研究。

[收稿日期] 2010-09-02

用, 导致社会主义市场经济体制下的学生的许多不良个性品质的形成。另外, 家庭文化环境的不佳, 必然导致家庭教育水平的低下。首先, 由于缺乏文化的支持, 使许多家长忽视了对子女的全面发展的教育与人性特长的培养, 不能挖掘家庭教育蕴藏的丰富多彩的内容。其次由于知识的缺陷, 使得家长看问题肤浅、片面。如: 纵容包庇子女的缺点, 对子女只养不教, 放任自流, 片面认为教育孩子是学校的事, 从而丧失家庭教育对孩子整个人生的奠基与发展有重大的制约与导向作用。

3.1.2 家长教养方式不良 (1) 某些学生受家长专制型、溺爱型、放任型、矛盾型教育的影响, 离家家庭又多采用放任型教育, 导致一些学生形成骄横、自我中心、依赖、恐惧、自卑、不合群、情绪不稳定等问题。(2) 家长对子女重物质轻精神、重智轻德及不注意检点自己的行为, 都会导致子女不健康的性格和不良行为习惯。

3.2 社会复杂矛盾的信息源对学生心理健康的影响 复杂多变的社会信息、文化市场(如影视、音像、书刊、报纸、娱乐活动)多渠道、快速地、直接传给学生, 因此学生的课余文化活动的热点和倾向, 受社会思潮影响极大。由于改革开放以来, 我们的社会文化环境消极矛盾现象突出, 使正处于好奇、好模仿、是非鉴别能力差的学生想入非非, 精神受到刺激, 从而容易导致心理脆弱的学生心理异常。

3.3 影响学生心理健康的主观心理因素 (1) 适应能力差。由于父母工作繁忙, 亲子交往时间少, 又由于现代视听媒介的发展, 看电视成为学生在家生活的重要内容, 学生参加户外活动的时间相对减少, 伙伴交往时间不足, 导致子女的社会化行为和发展受到较大影响, 在学校表现最突出的就是由于社交经验不足, 造成师生间或同学间人际关系不和谐。另外这些学生多数都在顺境中成长, 因此情感、意志都比较脆弱, 在学校碰到一点挫折, 就失去信心, 情绪波动大, 而这些不良情绪又加剧了心理上的适应困难。(2) 身心发育的反差: 由于家庭物质财富的丰富, 气温逐年上升等, 促使青少年学生在生理上的成熟期提早, 而家庭教养方式的不得当等因素的影响, 使学生在心理发育方面相对滞后, 因而在部分学生中出现生理年

龄与心理年龄明显反差的现象, 学生中的幼稚心理现象也日趋严重。

3.4 学校环境的影响 (1) 某些教师的一些习惯性看法: 如重视激发学生学习知识的积极性, 忽视了心理素质的; 重视外损性问题行为, 忽视内损性问题行为; 重视行为问题, 忽视人格问题。(2) 学生的学风不良, 表现为缺乏学习动力, 对学习不感兴趣, 上课注意力易分散, 对老师不够尊重等。

#### 4 对学生心理问题应采取的对策

4.1 教师应主动密切与学生家长联系 教师要尽力创设条件, 促使家长对学生心理健康教育的理解、参与、支持及配合, 使家庭与学校教育相统一。要达到这一目的, 学校应向家长开展心理健康讲座和开展咨询活动, 为家长答疑解惑, 以提高家长的教育素质。

4.2 对心理有问题的学生实施心理咨询与辅导 通过心理咨询与辅导, 让学生把心中积压的问题, 毫无顾忌地宣泄出来, 尽快摆脱心理障碍, 以获得心理平衡。

4.3 有意识地开展对学生的系列专题心理训练活动 通过活动帮助学生在自我意识、承受挫折、适应环境, 以及学习交际等方面获得充分发展, 以提高学生的心理素质和人格水平。

4.4 培养一支高素质的心理健康教育师资队伍 提高广大教师的心理健康水平, 是保障学生心理健康教育开展的重要条件。要把对班主任、任课教师的培训列入学校师资培训计划。通过培训使他们提高对心理健康重要性的认识, 掌握心理健康教育所具备的知识和能力。

4.5 在学科教学活动中渗透对学生的心理教育 教学过程可能培养学生的健康心理, 也可能产生对学生的心理压力, 造成心理问题。因此, 教师在教学过程中, 必须努力提高对学生心理健康的正效应, 减少和消除负效应。其次, 注意发掘教材内容中心理教育因素, 这些因素是心理健康教育的重要资源。各科教师在备课与课堂教学中应最大限度发掘这一资源, 培养学生良好的健康心理。

[编辑] 汤伊明

(上接第 82 页)

敌意, 情绪体验积极。就自我效能感而言, 不同的环境氛围提供给学生的信息是大不一样的, 在容易引起焦虑的情境中, 学生的自我效能感水平与强度就会降低。然而, 在民主合作的班级氛围中, 教师不再是权威者、领导者和控制者, 而是指导者、朋友和促进者, 学生不必畏惧教师的权威, 也不需担心个人学习的失败, 同学之间互勉互助的合作环境保护了学生的自尊心和自信心, 而且, 同伴群体通过相互模仿对学生的自我效能感发展起着作用。因此培养学生的自我效能感, 尤其是通过改善班级环境来培养学生的自我效能感是有必要的。

#### [参考文献]

[1] Zhang JX, Schwarzer R. Measuring optimistic self-beliefs: a Chinese adaptation of the general self-efficacy scale[J]. Psychologia 1995 38(3): 174-181.

[2] 吴增强. 自我效能: 一种积极的自我信念[J]. 心理科学, 2001, 24(4): 499-500.

[3] Schwarzer R, Arnti B. Optimistic self-beliefs: Assessment of general perceived self-efficacy in thirteen cultures[J]. World Psychology, 1997, 3(1-2): 177-190.

[4] 屈智勇, 邹乱, 王英春. 不同班级环境类型对学生学校适应的影响[J]. 心理科学, 2004, 27(1): 31-33.

[5] Fraser BJ. Classroom Environment[M]. London: Croom Helm, 1986. 1-119.

[6] 王才康, 胡中锋, 刘勇. 一般自我效能感量表的信度和效度研究[J]. 应用心理学, 2001, 7(1): 37-40.

[7] 江光荣. 中小学班级环境: 结构与测量[J]. 心理科学, 2004, 27(4): 839-843.

[8] 王才康, 刘勇. 一般自我效能感与特质焦虑、状态焦虑和考试焦虑的相关研究[J]. 中国临床心理学杂志, 2000, 8(4): 229-230.

[编辑] 汤伊明