

免费师范生自伤行为与焦虑抑郁情绪的相关分析

袁璐 黄任之 杨天霞 周红宇

【摘要】目的 探讨免费师范生自我伤害行为的一般现状及其与抑郁、焦虑情绪的关系。**方法** 于 2012 年 12 月 随机抽取湖南第一师范学院 470 名免费师范生 采用青少年自伤行为量表、流调中心抑郁量表(CES - D) 和焦虑自评量表(SAS) 让其进行自陈式评估。**结果** ①免费师范生自我伤害行为总检出率 75. 17% , 自伤行为总分在是否独生子女和性别上差异均有统计学意义(P 均 $< 0. 05$) 。②免费师范生焦虑、抑郁情绪检出率分别为 66. 59% 、 40. 89% 。焦虑标准分($51. 42 \pm 4. 79$) 和抑郁总分($35. 62 \pm 9. 98$) 高于中国常模(P 均 $< 0. 001$) 。③自伤行为分与抑郁和焦虑分呈高正相关($r = 0. 418, 0. 422$, $P < 0. 001$) 。**结论** 免费师范生自我伤害行为发生率中 独生子女高于非独生子女; 女生高于男生。对自我伤害行为的干预应同时处理焦虑、抑郁等负性情绪。

【关键词】 自我伤害行为; 免费师范生; 抑郁; 焦虑

中图分类号: B844. 2

文献标识码: A

doi: 10. 3969/j. issn. 1007-3256. 2014. 01. 008

Relationship between self - injury and depression or anxiety among the tuition - free normal college students

YUAN Lu , HUANG Ren - zhi , YANG Tian - xia , ZHOU Hong - yu

Hunan First Normal University , Changsha 410205 , China

【Abstract】Objective To investigating the general situation of tuition - free Normal College student s' self - injury and the relationship between self - injury behavior and negative emotion such as anxiety and depression. **Methods** By using self - injury behavior scale , self - rating anxiety scale and center for epidemiological survey of depression scale to investigate 470 tuition - free normal college students who were recruited by random sampling method in December 2012. **Results** ①75. 17% of tuition - free Normal College students had self - injury behavior. There was a significant variation between non - only and only child and a borderline significance between male students and female students ($P < 0. 05$) . ②The detection rates of anxiety and depression were 66. 59% and 40. 89% , which all had significant variation with Chinese norms($P < 0. 001$) . ③The self - injury behavior of the tuition - free normal college students' had a significant moderate correlation with anxiety($r = 0. 42$, $P < 0. 001$) and depression($r = 0. 42$, $P < 0. 001$) . **Conclusion** ①The occurrence rate of self - injury behavior of tuition - free normal college student were higher than that of the ordinary youth , and the only child is higher than non - only child. ②The average scores of negative emotion had a significant variation with that of Chinese norms. ③Self - injury behavior had the moderate positive correlations with anxiety and depression.

【Key words】 Self - injury behavior; The tuition - free normal college students; Depression; Anxiety

近年来 ,免费师范生的心理状况成为社会关注的热点问题之一^[1]。免费师范生正处于青春期 ,身心发展的敏感期和关键期 ,身心发展的不成熟与相对自由的教育环境的不协调 ,使他们容易出现非自

杀性的自我伤害行为(以下简称自伤行为)和情绪困扰等心理问题。

自伤是指“无自杀意图的情况下 ,直接地、有意识地伤害身体组织”^[2]。是一种复杂且危险的心理病理行为 ,表现为个体蓄意以不同方式破坏自己的身体组织 ,如用利器割伤划伤、打火机烧伤、以头撞墙等 ,具体伤害形式可能超过十多种。从流行病学调查结果看 ,国内普通青少年自伤比例高于西方 ,达 36% ~ 57% ,但该行为在国内所受关注不多、相关研究甚少^[3]。

基金项目: 湘一师自科基金([2013]XYS13N07) ; 湘研究性学习和创新性实验项目([2012]464) ; 湘科技厅科技项目([2014]ZK3016) 。

作者单位: 410205 湖南第一师范学院教育科学系(枫林三路 1015 号)

通信作者: 黄任之 E - mail: rebecca2001138@ 163. com

大学生心理健康的研究也一再表明:一些强烈而持久的负性情绪(如抑郁、焦虑等)对大学生的心理健康产生了重要影响。因此,大学生情绪健康问题应该成为心理健康教育的重要研究课题^[4]。本研究初步探讨免费师范生自伤行为的现状及其与抑郁、焦虑之间的关系,以期促进免费师范生心理健康和谐发展。

1 对象与方法

1.1 对象 运用整群随机抽样方法,于 2012 年 12 月整群抽取湖南第一师范学院不同专业六年制免费师范生 470 人,进行团体问卷施测,回收有效问卷 443 份(94.26%)。被试年龄 14~17 岁,其中男生 79 人(17.8%),女生 364 人(82.2%);来自城市 23 人(5.2%),城镇 164 人(37%),农村 256 人(57.8%);独生子女 205 人(46.3%),非独生子女 238 人(53.7%)。

1.2 研究工具

1.2.1 青少年自伤行为量表 Lloyd 等于 1997 年编制的自我伤害功能评估量表,郑莹等对其改编而成,共 20 个条目,内容包括:在过去 6 个月内有无故意打自己、拽头发、撞头、掐自己、抓伤自己、咬自己、烫自己和割伤自己等 20 种自伤方式。主要记录自伤方式和频次,分为 0~3 分四级评价标准,分别代表“从来没有”、“很少有”、“有时有”和“经常有”4 种自我伤害行为频次。

1.2.2 焦虑自评量表(Self-Rating Anxiety Scale, SAS) 由 Zung 于 1971 年编制,采用 4 级评分,共 20 个条目,主要评定症状出现的频度,主要统计指标为总分。按照中国常模结果,SAS 标准分的分界值为 50 分,其中 50~59 分为轻度焦虑,60~69 分为中度焦虑,70 分以上为重度焦虑。焦虑检出率为在 50 分及以上的人数占样本总体的比例。

1.2.3 流调中心用抑郁量表(Center for Epidemiological Survey Depression Scale, CES-D) 由美国国立精神卫生研究所 Radloff 于 1977 年编制,共 20 个条目,广泛用于流行病学调查,着重于抑郁情感或心境。填表时要求受试者说明最近一周内症状出现的频度。流调中心用抑郁量表,以 36 分为分界值,总分 ≤ 35 分为无抑郁症状,36~39 为可能有抑郁症状, ≥ 40 分为肯定有抑郁症状。

1.3 研究过程 调查采取团体施测,获得被试知情同意后,每班派两名经专业训练的工作人员指导填写。问卷采取不记名方式,所有参与者首先填写基本人口学资料,剔除无效作答问卷,并以平均数加减三个标准差剔除极端值。

1.4 统计方法 采用 SPSS16.0 进行数据分析,统计方法包括简单描述统计、单样本 t 检验、皮尔逊积差相关、独立样本非参数检验(曼-惠特尼 U 检验)等。

2 结果

2.1 自伤行为状况 443 人中至少曾经有过一次自伤行为者 333 人,其中男生 66 人,女生 267 人,总检出率 75.17%。检出率最高的 6 种自伤方式分别为:打自己(39.95%),用手打墙或玻璃等较硬的东西(39.05%),扯自己的头发(29.12%),划伤自己的皮肤(28.89%),戳开伤口(28.22%),在手里点火或触摸火焰(28.22%)。免费师范生自伤行为检出率男生(83.54%)高于女生(73.35%),独生子女(78.54%)高于非独生子女(71.85%),差异均有统计学意义(P 均 <0.05)。

2.2 焦虑、抑郁情绪情况 免费师范生焦虑标准分(51.42 ± 4.79)和抑郁总分(35.62 ± 9.98)分别与中国常模总分(42.98 ± 9.94)和 CES-D 协作组常模总分 31.52 进行单样本 t 检验分析,差异均有统计学意义(P 均 <0.001)。

2.3 自伤行为与焦虑抑郁情绪的相关分析 结果显示,自伤行为与抑郁和焦虑分呈高正相关($r = 0.418, 0.422, P < 0.001$)。

3 讨论

本研究数据显示,免费师范生自伤行为总体检出率 75.17%,高于普通大学生,可能与免费师范生特殊年龄阶段的情绪化特点有关。在具体自伤方式上,“打自己”和“用手打墙或玻璃等较硬的东西”是使用人数最多、频次最高的。与黄任之等^[5]调查的普通大学生存在差异,但是都体现为以硬物撞击、尖利物切割等方式获得肢体疼痛,以缓解应激情绪。在自伤部位的选择上,免费师范生和普通大学生一样,主要易于触碰的手腕、头部。在性别差异上,免费师范生自伤行为的发生率男生高于女生,与张安慧等^[6]的研究结果不一致,可能是因为取样群体男生过少导致的抽样误差。

国内流行病学研究显示,我国中学生抑郁症状检出率为 20% ~ 40%^[7]。免费师范生抑郁症状检出率 40.89%。免费师范生抑郁情绪检出率略高于全国中学生抑郁症状检出率上限。免费师范生焦虑情绪检出率 66.59%,高于李玉霞等^[8]的调查结果。免费师范生处于 14 ~ 17 岁个体发展敏感期,同时也是个体发展的叛逆期,身心发展均不成熟,直接越过高考进入大学学习,缺乏必要的挫折经历,大学生活相对宽松的管理、师范技能和课程的压力以及身处省会城市所面对的各种社会压力等,导致他们在遭遇各种生活事件时不能有效处理、积极应对,导致抑郁、焦虑等各种负性情绪的产生。

自伤行为分与抑郁和焦虑分呈显著中等正相关 ($P < 0.001$),与江光荣等^[3]的研究结果一致。可见,免费师范生自伤行为和抑郁、焦虑存在显著的正相关。抑郁、焦虑等负性情绪与免费师范生的自伤行为具有共生性,提示在对免费师范生进行自伤行为干预时可能要从消除或减轻其抑郁、焦虑情绪着手。

本研究仅限于描述自伤现象和自伤与抑郁、焦

虑的关系,而不能得出因果关系,更无法揭示出自伤青少年的内在心理机制。期待以后有更多研究者关注这一研究领域。

参 考 文 献

- [1] 丁道群,蒋珊珊. 湖南地区高校免费师范生的教师职业认同感调查研究[J]. 教师教育研究, 2011, 23(5): 60-65.
- [2] 于丽霞,凌霄,江光荣. 自伤青少年的冲动性[J]. 心理学报, 2013, 45(3): 315-320.
- [3] 江光荣,于丽霞,郑莺,等. 自伤行为研究:现状、问题与建议[J]. 心理科学进展, 2011, 19(6): 861-873.
- [4] 孔庆荣. 浅析负性情绪对大学生心理健康的影响[J]. 教育与职业, 2011, 709(32): 92-93.
- [5] 黄任之,彭孝玉,詹小平,等. 大学生自我伤害行为的初步调查[J]. 中国心理卫生杂志, 2011, 25(5): 389-390.
- [6] 张安慧,陶芳标. 青少年中的自我伤害行为[J]. 现代预防医学, 2008, 35(11): 2032-2034.
- [7] 徐伏莲,黄奕祥. 青少年抑郁症状研究进展[J]. 中国学校卫生, 2013, 2(34): 255-256.
- [8] 李玉霞. 青少年抑郁、焦虑情绪与其相关因素[J]. 中国健康心理学杂志, 2013, 21(3): 415-416.

(收稿日期:2014-02-07)

书 讯

喻东山等主编《精神病症状学》一书,由江苏科学技术出版社于 2014 年 4 月初出版,40 余万字,500 多页,与沈渔邨精神病学(第五版)精神病症状学的术语接轨,分为常用精神病症状学、次常用精神病症状学、不常用精神病症状学、精神症状的病因和治疗四篇,由易到难,由浅入深,适合于新、老精神科医师、司法精神科医师、心理科医师、心理咨询师阅读,

可供有兴趣的精神病家属参阅,定价 38 元,免邮资。预订者将于 2014 年 6 月底以前收到邮局挂号寄来的书籍。汇款地址:210029 南京市广州路 264 号南京脑科医院 喻东山 收,附言注明:症状学 几本。预订或订购者务必注明你的邮编、详细收件地址、姓名和手机号。