

珠江三角洲某校高中生心理健康状况调查与管理

邓碧兰¹, 李晓玲², 李文轩², 黄 炜², 缪祝意¹, 黄仁保¹, 黎雪松^{2*}

(1. 佛山市第二中学, 广东 佛山 528000;

2. 佛山市第三人民医院, 广东 佛山 528000

*通信作者: 黎雪松, E-mail: fs83315006@163.com)

【摘要】 目的 调查珠江三角洲(简称“珠三角”)某高级中学学生的心理健康状况,分析比较不同性别、年级、文理分科及成绩排名的学生心理健康状况,推进学生心理健康个体化管理。**方法** 于2019年11月7日-18日采用中国中学生心理健康量表(MSSMHS)对珠三角某中学全校1 917名高中学生的心理健康状况进行测评,比较该校高中生心理健康状况与常模的差异,分析性别、年级、学习成绩等因素与心理健康的相关性。**结果** 高中生心理异常检出率为31.4%,各因子异常检出率前三者依次为学习压力感(55.3%)、情绪波动性(52.6%)、焦虑(51.6%),而心理不平衡的异常检出率最低(21.7%)。其中,女生心理异常检出率高于男生(29.2% vs. 33.5%),文科生心理异常检出率高于理科学生(31.1% vs. 27.5%),学习成绩排名一般的学生心理异常检出率最高(43.3%),高一年级学生心理异常检出率最高(36.4%)。**结论** 珠三角某中学高中生心理健康状况不容乐观,需重点关注高一年级学生、女生以及成绩一般的学生。

【关键词】 高中生;心理健康;中学生心理健康量表;个体化管理

开放科学(资源服务)标识码(OSID):  微信扫码二维码
听独家语音释文
与作者在线交流

中图分类号:B844.2

文献标识码:A

doi:10.11886/scjsws20200817002

Investigation and management of mental health status of high school students in a school in Pearl River Delta

Deng Bilan¹, Li Xiaoling², Li Wenxuan², Huang Wei², Miao Zhuayi¹, Huang Renbao¹, Li Xuesong^{2*}

(1. No. 2 Middle School of Foshan, Foshan 528000, China;

2. The Third People's Hospital of Foshan, Foshan 528000, China

*Corresponding author: Li Xuesong, E-mail: fs83315006@163.com)

【Abstract】 Objective To investigate the mental health status of students in a senior high school in the Pearl River Delta, analyze and compare the health status of students of different genders, grades, arts and science, grade ranking, so as to promote the individualized management of students' mental health. **Methods** From November 7 to 18, 2019, the mental health status of 1917 senior high school students in a middle school in the Pearl River Delta was assessed by using the Middle School Students Mental Health Scale (MSSMHS). and the relationship between gender, grade, academic achievement and mental health was analyzed. **Results** The detection rate of psychological abnormality in senior high school students was 31.4%. The top three detection rates of each factor were learning pressure (55.3%), emotional volatility (52.6%) and anxiety (51.6%), while the detection rate of psychological imbalance was the lowest (21.7%). Among them, the detection rate of psychological abnormality of female students was higher than that of male students (29.2% vs. 33.5%). In the aspect of arts and science, the detection rate of psychological abnormality of liberal arts students was higher than that of science students (31.1% vs 27.5%). In terms of performance ranking, the average students had the highest detection rate of psychological abnormality (43.3%). In terms of grade, the detection rate of psychological abnormality of the students in grade one was the highest (36.4%). **Conclusion** The mental health status of senior high school students in a middle school in the Pearl River Delta is not optimistic. The attention should be paid to the grade one senior high school students, girls and average students.

【Keywords】 Senior high school student; Mental health; Middle school students mental health scale; Individualized management

近年来,中国政府对于社会公众心理健康的重视程度不断提高。2019年,国家卫健委组织出台了

《健康中国行动(2019-2030年)》^[1],明确将“心理健康促进行动”作为其重大专项行动之一,特别强调

要针对青少年、孕产妇、老年人、高压职业人群等重点人群分别设计相对应的心理健康服务措施,以学校、社区和综合性医疗机构心理卫生服务为重点,构建多学科多部门共同参与的心理健康服务、预警干预工作机制。高中阶段是青少年向成人转变的过渡时期,期间青少年的生理和心理会发生巨大变化,在面临不断增强的升学压力下,其可能在不同阶段存在不同程度的心理冲突,容易出现强迫、人际敏感、敌对、焦虑、抑郁等各种心理问题^[2-4],影响他们的学习和身心健康。据《中国国民心理健康发展报告(2017-2018)》报道,青少年心理健康水平随年龄增长呈下降趋势,而其中高中生心理健康指数最低^[5]。“心理健康促进行动”要求“教育部门要定期开展学生心理健康状况和学校心理健康教育状况调查,督促学校完善心理健康教育机制,以积极导向将结果反馈学生家长”^[1]。本研究基于近几年高中生因心理问题困扰而去医院就诊的人数呈显著增长的趋势,提出“家庭-学校-专科医院共同努力促进高中生心理健康”设想,以珠江三角洲(下称“珠三角”)某高级中学作为试点,调查学生的心理健康状况,分析比较不同性别、年级、文理分科及成绩排名的学生心理健康状况,推进学生心理健康个体化管理。

1 对象和方法

1.1 对象

于2019年11月7日-18日,以珠三角某高级中学就读的全体学生作为研究对象,展开问卷调查。纳入标准:①参加测试时身体健康;②既往无严重躯体疾病和精神疾病。排除标准:①既往曾因严重精神疾病住院治疗者;②1周内因伤病住院、刚出院或虽无住院但未完全康复者;③因病休学或请假者;④测试答卷存在重复或遗漏者。本研究测试经学生家长及学生知情同意,自愿参加。珠三角某高级中学三个年级学生共2200人,符合入组标准且不符合排除标准者共有1956人,剔除39份项目填写不全或重复勾选的无效问卷,收回有效问卷1917份,有效问卷回收率为98.0%。

1.2 调查工具

采用自编调查问卷收集学生的性别、年级等一般资料,高二、高三学生还要求填写年级排名、选考科目(文科或理科)。

采用王极盛编制的中国中学生心理健康量表

(Middle School Students Mental Health Scale-60, MSSMHS-60)^[6],该量表由10个分量表组成,包括强迫症状(不能自控的想法和行为,并为此烦恼)、偏执(多疑、不信任别人)、敌对(易怒、不友好)、人际关系敏感(人际交往中紧张、不自然)、抑郁(心情不佳、情绪低落)、焦虑(担心、着急)、学习压力感(学业带来的心理压力)、适应不良(对学校生活的不适应)、情绪波动性(情绪不稳定)、心理不平衡(不服气、嫉妒)。每个分量表包括6个条目,共60个条目。采用李克特5级评分,1~5分别表示“从无”“轻度”“中度”“偏重”“重度”。依据MSSMHS-60的评分标准,总评分 ≥ 2 则认为心理健康检出异常。总评分及各因子评分为2~2.99分表示存在轻度的心理健康问题,3~3.99分表示存在中等程度的心理健康问题,4~4.99分表示存在较重的心理健康问题,5分表示有严重心理问题,量表总评分与各分量表的相关在0.765~0.873,各分量表之间的相关在0.403~0.759。总评分=各条目评分之和除以60。

1.3 调查方法

调查前全校班主任接受统一培训,熟悉量表内容及调查目的,使用统一的指导语。利用班会课时间通过网络发放问卷,学生根据其近期的真实情况进行自评。所有填写问卷的学生及家长在参与前知情并同意。问卷完成时间约12 min。

1.4 统计方法

使用SPSS 24.0进行统计分析,计数资料采用 $[n(\%)]$ 表示,鉴于本研究为健康普查,对性别、年级、理科、成绩排名等类别学生各因子评分及异常人数采用描述统计。

2 结果

2.1 一般情况

共1917人完成本次调查,年龄为15~19岁,其中男生922人(48.1%),女生995人(51.9%);高一、高二、高三年级分别为653人(34.1%)、640人(33.4%)、624人(32.5%)。高二、高三年级共1264人,其中文科生470人(37.2%),理科生794人(62.8%);成绩优(年级排名前70名者)为376人(29.7%),良(年级排名第71~250名)者有768人(60.7%),一般(年级排名250名以后者)为120人(9.6%)。

2.2 高中生MSSMHS-60总评分及各因子评分

1 917 名被测高中生 MSSMHS-60 总评分为 0.98~4.44 分[(1.83±0.49)分],学习压力感、焦虑、情绪波动性因子评分大于2,达到轻度异常;强迫症状、偏执、敌对、人际关系敏感、抑郁、适应不良、心理不平衡因子评分小于2。见表1。

表1 高中生MSSMHS-60总评分及各因子评分(分)

项 目	MSSMHS-60评分				
	最小值	最大值	平均值	标准差	方差
总评分	0.98	4.44	1.83	0.49	0.24
强迫症状	1.00	4.33	1.98	0.55	0.30
偏执	1.00	5.00	1.71	0.58	0.33
敌对	1.00	4.67	1.60	0.59	0.35
人际关系敏感	1.00	4.50	1.84	0.62	0.39
抑郁	1.00	4.83	1.84	0.62	0.38
焦虑	1.00	5.00	2.01	0.73	0.53
学习压力感	1.00	5.33	2.04	0.66	0.43
适应不良	1.00	4.83	1.83	0.56	0.31
情绪波动性	1.00	4.83	2.03	0.62	0.38
心理不平衡	1.00	4.33	1.58	0.50	0.25

注:MSSMHS-60,中国中学生心理健康量表

2.3 高中生心理健康状况总体情况

高中生 MSSMHS-60 总评分在正常范围者共 1 315 人(68.6%),达轻度心理健康异常者 554 人(28.9%),中度心理健康异常者 45 人(2.3%),重度心理健康异常者 3 人(0.1%),每个年级各有 1 人。各因子异常检出率前三者依次为学习压力感(55.3%)、情绪波动性(52.6%)、焦虑(51.6%),而心理不平衡的异常检出率最低(21.7%)。见表2。

表2 高中生心理健康状况[n(%)]

项 目	心理健康状况检出情况				
	正常	轻度异常	中度异常	重度异常	异常合计
总评分	1315(68.6)	554(28.9)	45(2.3)	3(0.1)	602(31.4)
强迫症状	934(48.7)	867(45.2)	112(5.8)	4(0.2)	983(51.3)
偏执	1333(69.5)	501(26.1)	72(3.8)	11(0.6)	584(30.5)
敌对	1474(76.9)	364(19.0)	67(3.5)	12(0.6)	443(23.1)
人际关系敏感	1179(61.5)	612(31.9)	115(6.0)	11(0.6)	738(38.5)
抑郁	1180(61.6)	621(32.4)	100(5.2)	16(0.8)	737(38.4)
焦虑	928(48.4)	768(40.1)	179(9.3)	42(2.2)	989(51.6)
学习压力感	857(44.7)	871(45.4)	161(8.4)	28(1.5)	1060(55.3)
适应不良	1183(61.7)	649(33.9)	77(4.0)	8(0.4)	734(38.3)
情绪波动性	909(47.4)	836(43.6)	156(8.1)	16(0.8)	1008(52.6)
心理不平衡	1501(78.3)	381(19.9)	30(1.6)	5(0.3)	416(21.7)

注:MSSMHS-60,中国中学生心理健康量表

2.4 不同人口学资料的高中生心理健康状况

结果显示,女生心理异常检出率高于男生(29.2% vs. 33.5%);文理科方面,文科生心理异常检出率高于理科学生(31.1% vs. 27.5%);成绩排名方面,排名一般的学生心理异常检出率最高(43.3%),其次为良(27.9%)、优(26.1%);年级方面,高一年级学生心理异常检出率最高(36.4%),其次为高三(30.9%)、高二(26.7%)。见表3。

3 讨 论

本研究中珠三角某高级中学31.4%的学生受到不同程度的心理问题困扰。虽然总体低于同是关于对珠三角地区中学生心理健康状况的调查结果^[6-8],但有超半数的学生有感到学习压力大或有焦虑及情绪不稳定等心理异常倾向,应当引起学校和家长重视。

本研究结果显示,高中生心理健康状况存在性别差异。女生心理异常人数(百分比)高于男生,尤其是在敌对、抑郁、焦虑、人际关系方面,与常模及国内其他地区研究结果类似^[9-11]。文科学生以女性居多,心理健康状况总体不如理科生。高一年级女生情绪不稳定发生率接近90%。有研究报告,儿童期男女生抑郁没有显著差异,但从青春期早期开始,男女生的抑郁水平开始有显著差异,到青春期晚期女生抑郁水平是男生的两倍^[12]。所以,学校心理健康促进工作既要全面普及,又要有所侧重,应加强对女生的关注和情绪疏导,着重引导她们形成积极的心态和良好的自我认知,以及独立正确处理问题的能力。

表 3 不同人口学资料的高中生 MSSMHS-60 评分异常情况[n(%)]

项 目	性别		文理分科		成绩排名			年级		
	男生 (n=922)	女生 (n=995)	文科 (n=470)	理科 (n=794)	优 (n=376)	良 (n=768)	一般 (n=120)	高一 (n=653)	高二 (n=640)	高三 (n=624)
总评分	269(29.2)	333(33.5)	146(31.1)	218(27.5)	98(26.1)	214(27.9)	52(43.3)	238(36.4)	171(26.7)	193(30.9)
强迫症状	472(51.2)	511(51.4)	226(48.1)	379(47.7)	64(17.0)	152(19.8)	32(26.7)	378(57.9)	304(47.5)	300(48.1)
偏执	289(31.3)	295(29.7)	134(28.5)	225(28.3)	124(33.0)	290(37.8)	63(52.5)	225(34.5)	166(25.9)	193(30.9)
敌对	206(22.3)	237(23.8)	104(22.1)	167(21.0)	70(18.6)	165(21.5)	36(30.0)	172(26.3)	135(21.1)	136(21.8)
人际关系敏感	329(35.7)	409(41.1)	181(38.5)	265(33.4)	114(30.3)	272(35.4)	60(50.0)	292(44.7)	215(33.6)	231(37.0)
抑郁	293(31.8)	444(44.6)	200(42.6)	277(34.9)	124(33.0)	290(37.8)	63(52.5)	260(39.8)	218(34.1)	259(41.5)
焦虑	426(46.2)	523(56.6)	266(56.6)	373(47.0)	185(49.2)	380(49.5)	74(61.7)	350(53.6)	301(47.0)	338(54.2)
学习压力感	473(51.3)	579(58.2)	253(53.8)	380(47.9)	157(41.8)	395(51.4)	81(67.5)	419(64.2)	326(51.9)	307(49.2)
适应不良	347(37.6)	387(38.9)	188(40.0)	257(32.4)	122(32.4)	271(35.3)	52(43.3)	289(44.3)	197(30.8)	248(39.7)
情绪波动性	460(49.9)	548(51.1)	228(48.5)	370(46.6)	163(43.4)	360(46.9)	75(62.5)	410(62.8)	291(45.5)	307(49.2)
心理不平衡	230(24.9)	196(19.7)	87(18.5)	161(20.3)	64(17.0)	152(19.8)	32(26.7)	168(25.7)	112(17.5)	136(21.8)

注:MSSMHS-60,中国中学生心理健康量表

本调查结果显示,高一年级学生存在心理健康异常检出率最高,高三次之,高二年级最低,高一学生强迫、学习压力感、焦虑、抑郁、情绪稳定性等因子评分高于其他两个年级,可能是因为:①高一年级学生刚从初中升上高中不久,尚处于适应阶段,社交关系尚未完全建立,可能无法通过与周围同学、朋友交流缓解压力,情绪波动较为明显;②受该校教育风格和心理健康教育重视程度的影响;③高二学生不再像高一新生那样面临角色的转变,课外活动较多,积极参与体育活动及社团活动,也没有高三学生那样过多的高考压力,心态较为轻松,而高三年级的学生在较高压状态下持续学习生活,学会了自我调节,其心理健康水平逐渐趋于平稳状态。在本项目实施过程中发现,该校重视高一年级学生心理健康促进,思政教育课程多于其他年级,鼓励学生培养自己的兴趣爱好,参加社团组织的各项文体活动。

既往有关学生的学业成绩与心理健康关联性的研究较少。有研究显示,普通高中学生的心理健康状况优于职业高中的学生^[12],城市重点中学的中等生和后进生,可能由于压力过大、准备不充分等因素,加上情绪调控能力比较弱,更容易产生焦虑感^[13]。本研究表明,学习成绩优良的学生心理健康异常人数所占比例较低,提示心理健康与学习成绩存在一定关系。成绩优异的学生易受到学校及老师的赞赏,是同学羡慕和学习的对象,更易树立强大的自信和积极的自我形象,对人际关系、情绪、学

习态度、意志行为等都有好的推动^[14]。而成绩排名靠后的学生人际关系敏感、抑郁心境、敌对情绪、学习压力感重,对老师的教学方法或对环境适应不良,自我评价过低,自我认同低,存在自卑心理,造成学习倦怠^[15],可能对认知功能和学习效率造成影响,继而影响学习成绩。

影响高中生心理健康的因素较多,可按下列线索进行排查分析:①生理因素,如男女性别差异或先天的生理缺陷;②个体因素,如个人素养、品行以及身体健康状况等;③社会因素,如当时的社会环境;④家庭环境因素,如父母关系、家庭教养方式、家庭经济状况等;⑤学校因素,如办校理念、教师素质、课程编排等,其中,学校教育和家庭环境因素对高中生心理健康影响最大^[16]。高中阶段是心身发育的重要时期,其心理健康问题应引起学校、家庭、社会的高度重视。因此,学校、家庭、社会及专业医疗机构共同协作,分析影响每个高中生心理健康的具体因素,建立学生的心理健康档案,制定个体化的干预策略,实施个体化管理已势在必行。

综上所述,珠三角某高中学生心理健康状况不容乐观,普遍存在不同程度的学习压力感、焦虑、强迫症状、情绪不稳定等异常,且因性别、年级、成绩排名等不同而各有差异,重点关注女生、高一年级、成绩排名落后的高中生心理健康问题,实行个体化管理。本研究不足之处在于未对学生的心理健康问题出现的原因,如学校、家庭等方面存在的问题进行分析,未来将针对以上问题进行深入探讨。

参考文献

- [1] 健康中国行动推进委员会. 健康中国行动(2019-2030年)[EB/OL]. http://www.gov.cn/xinwen/2019-07/15/content_5409694.htm, 2019-07-15.
- [2] 操小兰, 文丝莹, 刘剑波, 等. 深圳市中学生非自杀性自伤行为检出率及相关危险因素调查[J]. 四川精神卫生, 2019, 32(5): 449-452.
- [3] 宋献惠. 高中生心理健康教育现状与对策研究[J]. 教育理论与实践, 2017, 37(8): 21-23.
- [4] 张璐. 西北地区某校高中生的心理健康现状[J]. 西部素质教育, 2019, 5(17): 78-80.
- [5] 傅小兰, 张侃, 陈雪峰, 等. 心理健康蓝皮书: 中国国民心理健康发展报告(2017-2018) [M]. 北京: 社会科学文献出版社, 2019: 1-55.
- [6] 王极盛, 李焰, 赫尔实. 中国中学生心理健康量表的编制及其标准化[J]. 社会心理科学, 1997(4): 15-20.
- [7] 黄海如. 中山市高中生心理健康状况及对策研究 [D]. 西宁: 青海师范大学, 2017.
- [8] 伍颖华, 梁侨任, 曲亚斌, 等. 台山市中学生心理健康状况调查分析[J]. 华南预防医学, 2018, 44(1): 87-90.
- [9] 郭潇潇, 辜良宝, 周红伟. 武汉高中生心理健康状况问卷调查分析[J]. 中国健康心理学杂志, 2016, 24(3): 446-450.
- [10] 姚雁, 莫琼琼. 浙北地区高中生心理健康问题频发的现状分析及策略解决[J]. 教师, 2020(14): 11-14.
- [11] 郑晓丽. 中学生心理健康状况调查分析[J]. 当代护士(下旬刊), 2018, 25(11): 35-37.
- [12] 俞国良, 李天然, 王勃. 高中生心理健康的横断历史研究[J]. 教育研究, 2016, 37(10): 113-122.
- [13] 张楠. 城市重点高中生心理健康状况的比较研究[D]. 南宁: 广西民族大学, 2017.
- [14] 李映红. 职高学生学业成绩与心理健康状况相关性研究[J]. 亚太教育, 2019(11): 159-160.
- [15] 喻庆明. 高中生学习倦怠与心理健康的关系[J]. 中小学心理健康教育, 2020(4): 14-17.
- [16] 陈丹, 权治行, 艾梦瑶, 等. 青少年心理健康状况及影响因素[J]. 中国健康心理学杂志, 2020, 28(9): 1402-1409.

(收稿日期: 2020-08-17)

(本文编辑: 吴俊林)