

南宁市初三学生焦虑抑郁状况调查

温 健^{1*}, 温舒雯¹, 蒋敏贞¹, 李潇洁², 吴俊林³, 何文知⁴

(1. 南宁市第十人民医院, 广西 南宁 530105;

2. 共青团南宁市委, 广西 南宁 530012;

3. 绵阳市第三人民医院·四川省精神卫生中心, 四川 绵阳 621000;

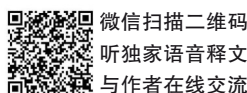
4. 川北医学院精神卫生学院, 四川 南充 637000

*通信作者: 温 健, E-mail: wm6395303@163.com)

【摘要】 目的 了解南宁市初三学生焦虑、抑郁水平及其与考试焦虑的关系, 为对学生进行有针对性的心理干预提供参考。**方法** 于2021年5月-6月, 采用简单随机抽样方法, 在南宁市每个区/县内随机抽取一个初中学校, 以每个学校初三年级中3个班级的学生为调查对象。采用考试焦虑量表(TAS)、焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)进行调查, 采用Pearson相关分析考察各量表评分的相关性。**结果** 共2 080名学生参与此次调查, 回收有效问卷1 826份(87.79%)。其中, 999名(54.71%)初三学生感受到考试带来的不适感, 检出存在焦虑和抑郁情绪者分别有577人(31.60%)、830人(45.45%)。女生TAS评分高于男生[(16.75±6.78)分 vs. (15.08±6.97)分, $t=-5.136, P<0.01$], 女生SAS评分高于男生[(46.05±10.43)分 vs. (44.16±10.87)分, $t=-3.769, P<0.01$], 女生SDS评分高于男生[(52.34±12.44)分 vs. (49.98±12.17)分, $t=-4.039, P<0.01$]。相关分析显示, 初三学生SAS、SDS评分与TAS评分均呈正相关($r=0.574, 0.531, P$ 均 <0.01), 控制年龄和性别后, 相关性仍存在($r=0.570, 0.526, P$ 均 <0.01)。**结论** 南宁市初三学生的焦虑和抑郁症状检出率较高, 且与考试焦虑均呈正相关。另外, 女生的焦虑和抑郁水平均高于男生。

【关键词】 中学生; 考试焦虑; 抑郁; 焦虑

开放科学(资源服务)标识码(OSID):



微信扫描二维码

听独家语音释文

与作者在线交流

中图分类号: R749.4

文献标识码: A

doi: 10.11886/scjsws20220130001

Survey on anxiety and depression among the third-year junior high school students in Nanning city

Wen Jian^{1*}, Wen Shuwen¹, Jiang Minzhen¹, Li Xiaojie², Wu Junlin³, He Wenzhi⁴

(1. Nanning Tenth People's Hospital, Nanning 530105, China;

2. Nanning Municipal Committee of the Communist Youth League, Nanning 530012, China;

3. The Third Hospital of Mianyang·Sichuan Mental Health Center, Mianyang 621000, China;

4. School of Mental Health, North Sichuan Medical College, Nanchong 637000, China

*Corresponding author: Wen Jian, E-mail: wm6395303@163.com)

【Abstract】 Objective To study the anxiety and depression status of the third-year junior high school students in Nanning city, and to discuss their relationships with test anxiety, so as to provide references for targeted psychological intervention for students.

Methods From May to June, 2021, a simple random sampling method was adopted to randomly enroll three classes of third-grade students from one junior high school in each district and county of Nanning city. The selected students were assessed using Test Anxiety Scale (TAS), Self-rating Anxiety Scale (SAS) and Self-rating Depression Scale (SDS). Thereafter, Pearson correlation analysis was conducted to explore the correlation among each scale score. **Results** A total of 2 080 students participated in the survey, and 1 826 (87.79%) valid questionnaires were collected. Among them, 999 students (54.71%) felt uncomfortable due to the test. Anxiety and depression were detected in 577 (31.60%) and 830 (45.45%) students, respectively. TAS score of female students was higher than that of male students [(16.75±6.78) vs. (15.08±6.97), $t=-5.136, P<0.01$], SAS score of female students was higher than that of male students [(46.05±10.43) vs. (44.16±10.87), $t=-3.769, P<0.01$], and SDS score of female students was higher than that of male students [(52.34±12.44) vs. (49.98±12.17), $t=-4.039, P<0.01$]. Correlation analysis showed that SAS and SDS scores were positively correlated with TAS score ($r=0.574, 0.531, P<0.01$), and the correlation still existed after further controlling for age and gender ($r=0.570, 0.526, P<0.01$). **Conclusion** The third-year junior high school students in Nanning city suffer a high prevalence rate of anxiety and depression, and the two psychological states have positive relations with TAS. Furthermore, both anxiety and depression are more severe in female students than in male students.

【Keywords】 Junior high school students; Test anxiety; Depression; Anxiety

初中阶段是个体心理发展的重要时期,进入初中后,学业压力增大,可能会影响个体的情绪状态和主观幸福感^[1],这可能是由于学业负担、考试压力及家长对其学习的过分关注,学生更容易产生焦虑情绪。焦虑和抑郁是个体面对应激事件时常见的情绪反应,可能会加剧心理健康风险,进而引起个体免疫系统功能下降^[2];而抑郁情绪则会增加个体自杀意念和自杀行为的发生风险^[3]。考试焦虑是与即将到来的负性结果预期相关联的一系列情绪、生理和行为反应^[4],过度的考试焦虑对学生的人格和心理健康水平存在不可逆的影响^[5]。有研究表明,学生的焦虑状态与其遭遇的生活事件密切相关^[6],而考试是学生群体中常见的压力性生活事件,学业压力与焦虑、抑郁等情绪及自杀意念均呈正相关^[7]。对初三学生而言,由于面临重要的考试,其压力相对增加,更容易出现焦虑抑郁症状。张喜燕等^[8]研究显示,与非毕业班中学生相比,毕业班中学生的负性情绪、快感缺乏、低效能、低自尊和人际关系等问题更明显。基于此,本研究通过对南宁市初三年级学生焦虑和抑郁状况进行调查,并分析其考试焦虑情况,以期对初三学生开展有针对性的心理干预提供参考。

1 对象与方法

1.1 对象

采用简单随机抽样方法,于2021年5月-6月在南宁市15个区/县中,各选取1所初中学校,在选中学校的初三年级中,再简单随机选取3个班级,最终得到2 080名学生作为调查对象。共发放问卷2 080份,回收有效问卷1 826份,有效问卷回收率为87.79%。

1.2 评定工具

采用考试焦虑量表(Test Anxiety Scale, TAS)^[9]评定学生的考试焦虑程度。TAS共37个条目,每个条目以“是”或“否”作答,回答“是”计1分,回答“否”计0分。各条目评分之和为TAS总评分,总评分越高表明考试焦虑程度越严重。TAS评分<12分为低水平考试焦虑,12~20分表示中等程度,>20分为高水平考试焦虑。TAS评分≥15分表明个体感受到考试带来的相当程度的不适感。

采用焦虑自评量表(Self-rating Anxiety Scale, SAS)^[10]评定学生过去一周的焦虑情绪。SAS共20

个条目,采用1~4分4级评分,各条目评分之和为总粗分,总粗分乘以1.25以后取整数部分,即为SAS评分。SAS评分≥50分为存在焦虑情绪,50~59分为轻度焦虑,60~69分为中度焦虑,>69分为重度焦虑。

采用抑郁自评量表(Self-rating Depression Scale, SDS)^[11]评定学生过去一周的抑郁情绪。SDS共20个条目,采用1~4分4级评分,各条目评分之和为总粗分,总粗分乘以1.25以后取整数部分,即为SDS评分。SDS评分≥53分为存在抑郁情绪,53~62分为轻度抑郁,63~72分为中度抑郁,>72分为重度抑郁。

1.3 调查方法与质量控制

调查前对研究者进行统一培训,熟悉问卷的填写规范。问卷调查时,以班级为单位,由南宁市第十人民医院精神心理科的专业人员和各班主任在教室中发放问卷,使用统一指导语,学生自愿参加并匿名填写问卷。问卷填写完成后当场回收。由专人录入数据,由专人核对数据,对于关键信息缺失、漏填或答案相同的答卷予以剔除。

1.4 统计方法

采用SPSS 21.0进行统计分析。计数资料以 $n(\%)$ 表示,计量资料经正态性检验为近似正态分布,以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示,两组间比较采用 t 检验。采用Pearson相关分析考察各变量间的相关性。检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结 果

2.1 研究对象一般资料及量表评分结果

在完成有效问卷填写的1 826名初三学生中,男生770人(42.17%),女生1 056人(57.83%);年龄12~18岁 (15.21 ± 0.74) 岁。检出存在焦虑情绪者577人(31.60%),其中轻度焦虑388人(21.25%),中度焦虑147人(8.05%),重度焦虑42人(2.30%)。存在抑郁情绪者996人(54.55%),其中轻度抑郁407人(22.29%),中度抑郁349人(19.11%),重度抑郁74人(4.05%)。考试焦虑方面,轻度考试焦虑549人(30.07%),中度811人(44.41%),重度466人(25.52%),考试焦虑水平为中等及以上者共1 277人(69.93%);999人(54.71%)感受到考试带来的不适感。

2.2 不同性别的初三学生各量表评分比较

初三学生 TAS、SAS 和 SDS 评分分别为(16.05±6.91)分、(45.25±10.66)分、(51.35±12.38)分。男生 TAS、SAS 和 SDS 评分均低于女生,差异均有统计学意义($t=-5.136$ 、 -3.769 、 -4.039 , P 均 <0.01)。见表 1。

表 1 不同性别的初三学生 TAS、SAS 和 SDS 评分比较($\bar{x}\pm s$,分)

Table 1 Comparison of TAS, SAS and SDS scores among third-year junior high school students of different genders

组别	TAS 评分	SAS 评分	SDS 评分
男生($n=770$)	15.08±6.97	44.16±10.87	49.98±12.17
女生($n=1056$)	16.75±6.78	46.05±10.43	52.34±12.44
t	-5.136	-3.769	-4.039
P	<0.010	<0.010	<0.010

注:TAS,考试焦虑量表;SAS,焦虑自评量表;SDS,抑郁自评量表

2.3 相关分析

初三学生 SAS、SDS 评分与 TAS 评分均呈正相关($r=0.574$ 、 0.531 , P 均 <0.01)。控制年龄和性别后进行偏相关分析,SAS、SDS 评分与 TAS 评分的相关性有所减弱($r=0.570$ 、 0.526 , P 均 <0.01)。

3 讨 论

本研究中,69.93%的初三学生存在中等及以上水平的考试焦虑,高于孙靛等^[12]对北京市中学生的调查结果。这可能与本研究仅纳入了初三学生有关,既往研究表明,中学生年级越高,考试焦虑越明显^[13]。由于初三学生面对即将到来的中考,可能存在较多的紧张和担心,故更多的学生存在考试焦虑。

在本研究的初三学生群体中,31.60%的学生存在焦虑情绪,45.45%的学生存在抑郁情绪,高于银梦云等^[14]对广西部分地区中学生的调查结果(中学生焦虑和抑郁检出率分别为 15.7%和 22.8%),也高于马静等^[15]对长沙地区中学生的调查结果(中学生抑郁检出率为 30.7%)。研究表明,初中生对考试压力的感知与抑郁倾向显著相关^[16-17],初三学生感知到的考试压力更大。相比于学业压力较小的初一和初二学生以及情绪调控能力较强的高中学生,初三学生可能更容易受到学习、人际关系等压力性事件的影响,其不良情绪更普遍、程度更严重。在认知策略上,年龄较低者更少将负性情绪赋予积极意义^[18],故初中生缓解焦虑抑郁情绪的能力较弱。

在性别差异上,女生 TAS、SAS 和 SDS 评分均高于男生,与既往研究得出的女生情绪健康状态较男生更差的结果一致,男生在处理内疚、羞耻、沮丧、痛苦等消极情绪方面的能力优于女生,男生的整体心理健康水平高于女生^[13,15]。与男生相比,女生往往更细腻敏感,有更多焦虑不安的想法,表现为对学业成绩、形体、社交等多方面的关注和焦虑,对情感也有更多的需求,尤其是对考试压力的感知可能导致其焦虑和抑郁情绪的产生。

在本研究中,初三学生 TAS 评分与 SAS、SDS 评分均呈正相关,提示初三学生的考试焦虑情况与其焦虑抑郁情绪密切相关,与既往研究结果一致^[19-20]。因此,对于存在考试焦虑的初三学生,尤其在中考前,对学生进行必要的心理疏导与健康教育,调节其负性情绪,避免恶性循环。

综上所述,南宁市初三学生焦虑和抑郁情绪普遍存在,这些负性情绪与考试焦虑密切相关。应及时筛查和评估初三学生的情绪问题,采取有效的干预措施以缓解学生的考试焦虑,提高其心理健康水平。本研究不足之处:本研究为回顾性研究,可能存在不同程度的回顾性偏倚;其次,仅对初三学生考试焦虑干预提出了大致方向,未涉及具体干预措施。未来研究可以通过了解初三学生对考试焦虑的应对方式,分析外部资源对其考试焦虑的影响,并基于以上结果,有针对性地改善学生的考试焦虑状态,缓解焦虑抑郁情绪,提升其心理健康水平。

参考文献

- [1] 栗鑫. 初中生主观幸福感与学习成绩关系的研究[J]. 河南职工医学院学报, 2008, 20(3): 275-276.
Su X. A study on the relationship between subjective well-being and academic performance of junior high school students [J]. Journal of Henan Medical College for Staff and Workers, 2008, 20(3): 275-276.
- [2] Cohen S, Tyrrell DA, Smith AP. Psychological stress and susceptibility to the common cold[J]. N Engl J Med, 1991, 325(9): 606-612.
- [3] von der Embse N, Barterian J, Segool N. Test anxiety interventions for children and adolescents: a systematic review of treatment studies from 2000-2010 [J]. Psychol Schools, 2013, 50(1): 57-71.
- [4] Sareen J, Cox BJ, Afifi TO, et al. Anxiety disorders and risk for suicidal ideation and suicide attempts: a population-based longitudinal study of adults [J]. Arch Gen Psychiatry, 2005, 62(11): 1249-1257.
- [5] 黄琼, 周仁来. 中国学生考试焦虑的发展趋势: 纵向分析与横向验证[J]. 中国临床心理学杂志, 2019, 27(1): 113-118.

- Huang Q, Zhou R. The development of test anxiety in Chinese students: longitudinal analysis and horizontal verification [J]. Chinese Journal of Clinical Psychology, 2019, 27(1): 113-118.
- [6] 徐宁, 张玲玲, 张伟波, 等. 上海市初中生焦虑情绪与生活事件的相关性研究[J]. 上海医药, 2021, 42(14): 40-42, 51.
- Xu N, Zhang L, Zhang W, et al. Correlation study of anxiety and life events among junior middle school students in Shanghai [J]. Shanghai Medical and Pharmaceutical Journal, 2021, 42(14): 40-42, 51.
- [7] 姚逸斌. 初中生学业压力、学业压力易感性与焦虑、抑郁及自杀意念的关系研究[D]. 重庆: 重庆师范大学, 2016.
- Yao Y. The relationship between juniors' academic stress, susceptibility of academic stress, and anxiety, depression suicidal ideation [D]. Chongqing: Chongqing Normal University, 2016.
- [8] 张喜燕, 孙喜蓉, 胡建军, 等. 上海市毕业班和非毕业班中学生抑郁情况调查[J]. 海南医学, 2021, 32(6): 802-806.
- Zhang X, Sun X, Hu J, et al. Investigation of depressive status of graduating and non-graduating middle school students in Shanghai [J]. Hainan Medical Journal, 2021, 32(6): 802-806.
- [9] 宋飞, 张建新. 考试焦虑量表(TAS)在北京市中学生中的适用性[J]. 中国临床心理学杂志, 2008, 16(6): 623-624, 629.
- Song F, Zhang J. Applicability of Test Anxiety Scale in high school students in Beijing [J]. Chinese Journal of Clinical Psychology, 2008, 16(6): 623-624, 629.
- [10] Zung WW. A rating instrument for anxiety disorders [J]. Psychosomatics, 1974, 12(6): 371-379.
- [11] Zung WW. A self-rating depression scale [J]. Arch Gen Psychiatry, 1965, 12: 63-70.
- [12] 孙靓, 苏风华, 魏群. 北京市东城区4所中学学生考试焦虑现状及影响因素[J]. 职业与健康, 2019, 35(3): 399-402.
- Sun L, Su F, Wei Q. Examination anxiety of students in 4 middle schools in Dongcheng District of Beijing and its influencing factors [J]. Occupation and Health, 2019, 35(3): 399-402.
- [13] 王惠惠, 徐洋, 王瑜萍. 我国中学生考试焦虑影响因素的Meta分析[J]. 中国学校卫生, 2014, 35(9): 1342-1345, 1348.
- Wang H, Xu Y, Wang Y. Factors affecting middle school students' test anxiety in China: a meta-analysis [J]. Chinese Journal of School Health, 2014, 35(9): 1342-1345, 1348.
- [14] 银梦云, 黎家鸿, 黄时华, 等. 广西部分地区中学生心理健康及影响因素分析[J]. 卫生职业教育, 2022, 40(2): 146-149.
- Yin M, Li J, Huang S, et al. Analysis on mental health and influencing factors of middle school students in some areas of Guangxi [J]. Health Vocational Education, 2022, 40(2): 146-149.
- [15] 马静, 禹顺英, 梁珊, 等. 长沙市中学生抑郁伴/不伴焦虑的调查[J]. 中国临床心理学杂志, 2013, 21(5): 708-712.
- Ma J, Yu S, Liang S, et al. A survey of middle school students with or without depression and anxiety in Changsha [J]. Chinese Journal of Clinical Psychology, 2013, 21(5): 708-712.
- [16] 马笑风, 侯国权, 罗文秀. 上海市金山区初中生抑郁流行情况及影响因素调查[J]. 职业与健康, 2020, 36(13): 1831-1836.
- Ma X, Hou G, Luo W. A survey on depression prevalence and influencing factors among junior high school students in Jinshan District of Shanghai [J]. Occupation and Health, 2020, 36(13): 1831-1836.
- [17] 冉艳飞. 初中生学业压力与抑郁的关系: 情绪调节自我效能感的调节作用及其干预[D]. 重庆: 西南大学, 2021.
- Ran Y. Association between academic stress and depression in junior middle school students: the moderating role of emotion regulation self-efficacy and its intervention [D]. Chongqing: Southwest University, 2021.
- [18] Garnefski N, Legerstee J, Kraaij VV, et al. Cognitive coping strategies and symptoms of depression and anxiety: a comparison between adolescents and adults [J]. J Adolesc, 2002, 25(6): 603-611.
- [19] 叶婷, 赵建新, 闫志英. 初三学生考试心理控制感与抑郁倾向的关系: 考试焦虑认知的中介作用[J]. 海南师范大学学报(自然科学版), 2019, 32(4): 461-467.
- Ye T, Zhao J, Yan Z. The relationship between test psychological control and depression tendency in junior three students: the mediating effect of test anxiety cognition [J]. Journal of Hainan Normal University (Natural Science), 2019, 32(4): 461-467.
- [20] 符欣, 刘汉涛. 考试对重点和普通高中生焦虑和抑郁分值影响的比较[J]. 健康教育与健康促进, 2017, 12(1): 56-57, 78.
- Fu X, Liu H. Comparison of the influences of examination on anxiety and depression scores among key and ordinary high school students [J]. Health Education and Health Promotion, 2017, 12(1): 56-57, 78.

(收稿日期: 2022-01-30)

(本文编辑: 陈霞)