

中学生心理问题干预方法的探讨

何海英, 王玲, 王梅, 陈坚, 贾小飞, 沈洋

基金项目: 广西北海市科技局科技基金资助项目(科技攻关 200502067)

作者单位: 536000 广西, 北海市人民医院儿科

作者简介: 何海英(1957-), 女, 主任医师, 研究方向: 儿科临床诊治。E-mail: hhybh@126.com

[摘要] 目的 探讨中学生心理问题的性别差异及干预方法。方法 选择两所有代表性的学校初、高中学生 8 个班为研究对象, 随机分为干预组与对照组, 调查男女生心理问题的性别差异并针对问题进行干预。干预前后均进行症状自评量表(SCL-90)测试。结果 干预后干预组与对照组心理问题检出率分别为 9.6%(22/230)与 16.1%(39/242), 差异有统计学意义($P < 0.05$); 干预前 SCL-90 中女生抑郁、焦虑、恐怖因子明显高于男生($P < 0.05$); 分组后干预组干预前女生抑郁、焦虑、恐怖因子分偏高, 与男生差异有统计学意义($P < 0.05$), 男生敌对、偏执因子分偏高, 与女生差异有统计学意义($P < 0.05$); 干预后男女生各因子分均降低, 除女生抑郁因子分偏高, 与男生差异有统计学意义外, 其余各项均无差异。结论 对中学生心理问题早期综合干预, 并注重心理活动的性别差异, 对改善心理卫生状况是有效的。

[关键词] 中学生; 心理问题; 干预方法

[中图分类号] R 749.94 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1674-3806(2009)02-0113-03

Study on the intervention methods of psychological problems in middle school students HE Hai-ying, WANG Ling, WANG Mei, et al. Pediatric Department, Beihai People's Hospital, Beihai, Guangxi 536000, China

[Abstract] **Objective** To study the sexual difference and intervention methods of psychological problems existed in middle school students. **Methods** The students who were from different grade of two middle schools were randomly divided into two groups, interventional group and control group. The sexual difference of psychological problems between male and female students were investigated and practiced different intervention on different problems, and then all the students were tested by the symptom self-evaluation form (SCL-90) before and after intervention. **Results** After intervention, the discovery rate of psychological problems in interventional group and control group was 9.6% (22/230) and 16.1% (39/242) respectively, which had statistical significance ($P < 0.05$). Before intervention, the discovery rate of depression, anxiety and phobia among female students was significantly higher than that of male students ($P < 0.05$), on the other hand the discovery rate of hostility and paranoia among male students was significant higher than that of female students ($P < 0.05$). Except depression, the discovery rate of all the symptom mentioned above decreased after intervention and there was no statistical significance of the difference between male and female students. **Conclusion** In order to improve the psychological health condition in middle school students, it is necessary for us to pay attention to the sexual difference of psychological problems and practise early comprehensive intervention.

[Key words] Middle school students; Psychological problems; Intervention methods

随着医学模式的转变和感染性疾病的有效控制, 心理因素在人类健康中的地位和作用越来越得到人们的重视。中学生心理、行为问题的发生率有逐步上升趋势, 为探讨对中学生心理问题进行干预的方法、内容和效果, 我们自 2005-03~2007-10 月进行了有关研究, 现报告如下。

1 对象与方法

1.1 对象 选择两所重点中学的初一、初二、高一、高二学生 8 个班共 508 人, 男 285 人, 女 223 人。随机选取 4 个班为干预组, 4 个班为对照组。两次回收有效问卷分别为 480 和 472 份, 有效问卷率为 95. % 和 93. %。干预前对两组学生性别进行均衡性

检验,两组间的差异进行方差检验($P>0.05$)。

1.2 方法

1.2.1 采用 SCL-90 测试法 分别在干预前后对学生各进行测试 1 次,时间相隔 2 年,调查方法以团体测试,以班为单位,使用统一指导语,要求学生根据自己实际情况进行选择。按照 SCL-90 中总分 ≥ 160 分或总均分 ≥ 3 分、任何因子分 ≥ 3 分者为心理问题阳性判断界值。

1.2.2 干预实验方法 建立青少年心理咨询门诊或热线电话,开展连续及针对性的心理辅导与支持。(1)在完成干预前 SCL-90 测试后,分别于每学期开学初期,各举办老师和被干预学生的心理健康教育专题讲座 1 次,由广西医科大学教授主讲中学生的心理特点、青春期常见的心理卫生问题和自我保健方法等;(2)不定期或期末考试前,由课题研究者或专职心理医师到干预班对学生进行心理辅导,讲授心理卫生知识,开展自我保健,针对男女学生心理问题的有所不同和青春期发育问题进行重点辅导;(3)对干预组学生开辟心理咨询信箱,与我们心理医师书面交流,或以网络聊天形式及心理热线电话,进行多样化心理辅导及放松训练;(4)联合学校心理教育专职老师或心理咨询校医,开展心理教育与咨询;(5)对干预组 SCL-90 测试结果中的有问题学生,将其结果反馈本人并通知老师和校医,进行个别心理支持与疏导治疗,方法一是利用心理咨询信箱,二是预约到医院“青少年心理咨询门诊”进行面对面交

谈,严重者给予辅助药物。

1.2.3 资料的整理与分析 将全部数据录入计算机,用 dBASE 建立数据库,利用 SPSS 统计软件对数据进行统计分析。

2 结果

2.1 干预前后两组心理问题检出率比较 干预前干预组与对照组心理问题检出率分别为 18.9% (45/237)与 18.1% (44/243),差异无统计学意义($P>0.05$);干预后两组心理问题检出率分别为 9.6% (22/230)与 16.1% (39/242),差异有统计学意义($P<0.05$);干预组干预前后心理问题检出率分别为 18.9% (45/237)与 9.6% (22/230),差异有统计学意义($P<0.05$)。

2.2 干预前两组男女学生 SCL-90 结果比较 总分、总均分无性别差异($P>0.05$);阳性项目数女生高于男生($P<0.05$),阳性均分男生高于女生($P<0.05$);女生抑郁、焦虑、恐怖因子分明显高于男生($P<0.05$)外,其余项目差异无统计学意义。见表 1。

2.3 干预组干预前后男女生 SCL-90 因子分比较 干预前性别主要差异表现为女生抑郁、焦虑、恐怖因子分明显高于男生,差异有统计学意义($P<0.05$),而男生敌对、偏执因子分明显高于女生,差异有统计学意义($P<0.05$)。干预后除女生焦虑因子分与男生差异有统计学意义外,男女生其他项目因子分差异均无统计学意义($P>0.05$)。见表 2。

表 1 干预前两组男女学生 SCL-90 测试结果比较($\bar{x} \pm s$,分)

组别	例数	总分	总均分	躯体化	强迫	人际关系	抑郁	焦虑	敌对	恐怖	偏执	精神病性
女生	226	137.41 $\pm$ 59.96	1.800 $\pm$ 0.32	1.632 $\pm$ 0.49	1.693 $\pm$ 0.64	1.732 $\pm$ 0.54	1.913 $\pm$ 0.75	1.872 $\pm$ 0.35	1.851 $\pm$ 0.59	1.692 $\pm$ 0.62	1.723 $\pm$ 0.65	1.720 $\pm$ 0.60
男生	254	133.20 $\pm$ 53.34	1.654 $\pm$ 0.35	1.662 $\pm$ 0.50	1.664 $\pm$ 0.62	1.720 $\pm$ 0.55	1.812 $\pm$ 0.73	1.653 $\pm$ 0.32	1.882 $\pm$ 0.56	1.553 $\pm$ 0.58	1.75 $\pm$ 0.63	1.741 $\pm$ 0.58
<i>t</i>	-	1.354	1.861	1.523	1.122	0.990	2.092	3.012	0.092	2.553	1.375	0.076
<i>P</i>	-	>0.05	>0.05	>0.05	>0.05	>0.05	<0.05	<0.01	>0.05	<0.05	>0.05	>0.05

表 2 男女学生干预前后 SCL-90 因子分比较($\bar{x} \pm s$,分)

项目	干预前		<i>t</i>	<i>P</i>	干预后		<i>t</i>	<i>P</i>
	女生(<i>n</i> =112)	男生(<i>n</i> =125)			女生(<i>n</i> =109)	男生(<i>n</i> =121)		
躯体化	1.654 $\pm$ 0.60	1.631 $\pm$ 0.62	1.547	0.058	1.563 $\pm$ 0.35	1.521 $\pm$ 0.36	0.091	0.282
强迫	1.620 $\pm$ 0.54	1.593 $\pm$ 0.53	0.079	0.160	1.592 $\pm$ 0.47	1.565 $\pm$ 0.55	1.023	0.313
人际关系	1.774 $\pm$ 0.67	1.714 $\pm$ 0.64	1.450	0.065	1.536 $\pm$ 0.41	1.513 $\pm$ 0.42	0.220	0.067
抑郁	1.985 $\pm$ 0.76	1.861 $\pm$ 0.75	2.091	0.032	1.868 $\pm$ 0.51	1.832 $\pm$ 0.53	0.396	0.085
焦虑	1.918 $\pm$ 0.76	1.730 $\pm$ 0.74	2.785	0.010	1.847 $\pm$ 0.63	1.771 $\pm$ 0.61	2.057	0.036
敌对	1.872 $\pm$ 0.67	1.951 $\pm$ 0.65	2.085	0.040	1.847 $\pm$ 0.58	1.880 $\pm$ 0.56	1.263	0.127
恐怖	1.755 $\pm$ 0.55	1.687 $\pm$ 0.57	1.997	0.039	1.639 $\pm$ 0.55	1.610 $\pm$ 0.53	0.376	0.082
偏执	1.760 $\pm$ 0.61	1.809 $\pm$ 0.64	2.016	0.042	1.740 $\pm$ 0.47	1.761 $\pm$ 0.43	0.925	0.056
精神病性	1.656 $\pm$ 0.55	1.644 $\pm$ 0.54	0.584	0.258	1.629 $\pm$ 0.38	1.608 $\pm$ 0.36	0.951	0.235

3 讨论

3.1 重视中学生心理问题,早期采取干预措施是必要的。国内研究表明,10%~30%的学生存在心理健康问题,并且其比例在逐年上升^[1]。本研究是在前期本市青少年心理健康问题调查研究基础上的干预研究^[2]。虽然本市中学生心理问题检出率略低于全国及广西其他城市,但从检出的心理问题来看不容忽视,比较集中地表现在压力大而得不到理解。咨询的问题包括学习困难或注意力不易集中、厌学、人际关系、性格偏执倔强、郁闷或容易激动、孤独失眠、精力不足或缺乏自信等,有些甚至直接影响他们的学习和生活质量。随着年级增高,中学生的心理健康水平不断下降^[3]。本研究通过对干预组进行多种形式干预,如学校聘请医科大学从事医学心理的教授或心理医生作为辅导员,学校老师、心理辅导员和家长等多方面配合,随时有辅导员或医生接受其倾诉、咨询和帮助放松,使他们有宽松的心理环境,早期纠正不良的心理卫生习惯和心理问题,治疗心理障碍,减少心理疾病和改善生活环境等带给的压力,尤其在学习和家庭、生活环境高压状态下,及时帮助缓解紧张焦虑心情,增进他们对心理现象的了解,改善对人、对己、对事的认知,从而起到改善情绪的效果。研究结果显示,干预后干预组与对照组心理问题检出率分别为 9.6%与 16.1%,差异有统计学意义($P<0.05$);干预组干预前后心理问题检出率分别为 18.9%与 9.6%,差异有统计学意义($P<0.05$)。可见早期综合干预对促进学生的身心健康,改善和提高心理卫生状况是很有必要的^[4]。

3.2 不同性别心理健康状况不同,综合干预方法应注重心理活动性别差异。本研究结果显示中学生心理问题存在性别差异,高中女生自我评分不佳范围比男生大,而男生自我评分不佳程度比女生重,可能与男女学生心理特点及表现形式不同有关^[5]。如女生进入青春期早于男生,生理问题多,偏于胆小、内向、

敏感及自尊心强性格,加上趋于保守紧张状态,社交能力和情绪稳定性不如男生,常对现实困难和心理矛盾时出现“闭锁心理”,因此易发生抑郁、焦虑、恐怖情绪问题;而男生的心理问题特点为冲动、逞强好胜、独立意识及社交能力强,表现为在思想上易走极端,出现偏执、敌对等行为问题。因此在综合干预同时,注重男女生心理活动和生理特点辅导,重点在保护自尊,树立自信,减轻压力,调解情绪,纠正不良习惯方面^[6]。文献指出,学生的心理健康意识较强,自我教育能力较高,能自觉运用适当的方法解决问题,有学习心理学相关知识的强烈愿望和主动求助意识。本研究针对影响男女学生心理健康的主要因素,采取早期综合干预方法,追踪观察两年,对干预效果进行对照研究,结果显示,干预组干预后男女生各项因子均有下降,除女生焦虑因子分偏高,与男生差异有统计学意义($P<0.05$)外,其余各项差异无统计学意义($P>0.05$),这与中学生处在情绪敏感、行为性格个性差异而且波动性较大的年龄阶段有关。其心理健康问题大多属于发育上的偏差,而非真正意义上的心理疾病。因此,早期综合干预对降低心理问题的危险性,减少心理疾病发生有积极和良好的促进作用。

参考文献

- 1 杨宏飞.我国中小学生心理健康研究的回顾[J].中国心理卫生杂志,2001,15(4):289-290.
 - 2 何海英,王玲,王梅,等.广西北海市青少年心理问题现状研究[J].中国儿童保健杂志,2006,14(6):581-582.
 - 3 王振勇.中学生心理健康状况的调查分析[J].中国心理卫生杂志,2001,15(4):226-227.
 - 4 Kaltiala-Heino R, Marttunen M, Rantanen P, et al. Early puberty is associated with mental health problems in middle adolescence[J]. Soc Sci Med, 2003, 57(6):1055-1064.
 - 5 刘恒,张建新.我国中学生症状自评量表评定结果分析[J].中国心理卫生杂志,2004,18(2):88-90.
 - 6 罗天玉.对初中生心理健康意识和自我教育的现状调查[J].中国健康心理学杂志,2008,15(1):84-85.
- [收稿日期 2008-11-10][本文编辑 谭毅 刘京虹]