

# 小学生心理健康与家庭环境相关性分析\*

马梁红<sup>①</sup> 蓝琼丽<sup>②</sup> 田昕<sup>③</sup> 骆桂秀<sup>④</sup> 陈意曼<sup>④</sup> 张小玲<sup>⑤</sup> 农超英<sup>⑥</sup> 韦家成<sup>⑦</sup>

**【摘要】目的** 了解小学生心理健康状况及其家庭环境影响因素,探讨小学生心理健康问题的干预对策。**方法** 采用小学生心理健康诊断测验(MHT)和家庭环境量表(FES)对柳州市4所小学三、四年级1781名小学生的心理健康状况及其家庭环境进行调查,用SPSS软件包统计分析。**结果** 小学生心理健康问题总分检出率为4.49%;除恐怖倾向外,其它各因子分男生高于女生,两组得分有显著性差异( $P < 0.05$ );非独生子女的学习焦虑、孤独倾向、自责倾向3因子得分高于独生子女,有显著性差异( $P < 0.05$ );三年级对人焦虑、孤独倾向、恐怖倾向3因子分高于四年级,有显著性差异( $P < 0.05$ )。四年级自责倾向、冲动倾向2因子分高于三年级,有显著性差异( $P < 0.05$ )。多元回归分析发现家庭环境中的亲密性、情感表达、知识性、娱乐性、组织性对小学生心理健康有积极影响;家庭环境中的矛盾性、独立性、成功性、道德宗教、控制性对小学生心理健康有消极影响。**结论** 家庭环境对小学生心理健康水平有重要影响,必须重视家庭环境各因素的作用。

**【关键词】** 小学生;心理健康;家庭环境;相关分析

**Correlative Analysis of Elementary School Students' Mental Health Problems and the Family Environment.** Ma Lianghong, Lan Qiongli, Tian Xin, et al. The 4th Hospital Affiliated to Guangxi Medical University, Liuzhou 545005, P.R. China

**【Abstract】Objective** To study mental health of the elementary school students and the factors of family environment which affect the problems, and discuss the intervening countermeasures for mental health of elementary school students. **Methods** To use mental health tests (MHT) for schoolchildren and family environment statistics (FES) to investigate the mental health and family environment of 1781 schoolchildren of grade three and grade four of four primary schools in Liuzhou city, and SPSS software packages for statistics. **Results** 4.49% of the students suffer from mental health problems; Apart from fear trend, boy students are notably higher than girl students in all the other elements ( $P < 0.05$ ). Learning anxiety, lonely and self-disapproving trends of the students who live in more-than-one-child families are notably higher than those who live in one-child families ( $P < 0.05$ ). Person anxiety, lonely and fear trends of the 3rd grade students are notably higher than those of the 4th grade ones ( $P < 0.05$ ). Fear and impulsive trends of the 4th grade students are notably higher than those of the 3rd grade ones ( $P < 0.05$ ). The plurality of regression analysis shows that the degree of intimacy, expression of emotions, knowledge, entertainment, and organization of family environment have positive influence on schoolchildren's mental health while the conflicts, independence, success, morality and religious belief and control of family environment have passive effects on it. **Conclusion** Family environment has great influence on school children's mental health, so it is necessary to pay much attention to the factors of family environment.

**【Key words】** Elementary school students; Mental health; Family environment; Correlative analysis

小学生作为一种特殊的社会群体,正处于生理、心理迅速发育的关键时期,容易出现各种心理健康问题,对小学生进行心理健康状况调查及其影响分析研究一直是心理学重点研究领域。本课题组于2005年对柳州市1781名小学生进行了心理健康状况调查,并对家庭环境因素与小学生心理健康的关系进行了研究。

## 1 对象与方法

1.1 对象 以柳州市4所小学三、四年级1781名小学生为调查对象。其中男生903名,女生878名,年龄8~10岁。

### 1.2 方法

1.2.1 小学生心理健康现状调查 采用华东师范大学心理学系周步成等编制《心理健康诊断测验》(MHT)为调查工具,全量表由8个内容量表和1个效度量表构成。8个内容量表分别是:学习焦虑(A)、对人焦虑(B)、孤独倾向(C)、自责倾向(D)、过敏倾向(E)、身体症状(F)、恐怖倾向(G)、冲动倾向(H)。每题有“是”与“否”两个答案供选择。以各内容量表得分

8分及总分65分界定为有心理健康问题。

1.2.2 小学生家庭环境的调查 采用家庭环境量表(FES),该量表包括90个问题,归为10个因子来评价家庭特征,分别为家庭的亲密性、情感表达、矛盾性、成功性、知识性、娱乐性、组织性、控制性等。

1.2.3 调查及统计方法 以班级为单位,利用团体测试方法,由经过培训的测试员对样本进行测试,每所学校在同一时间内完成测试,4所学校在一个月内完成测试。利用中科院心理研究所《小学生心理健康诊断测验软件》及上海《德诚心理测试软件》进行原始数据处理,利用SPSS10.0统计软件包进行统计分析。

## 2 结果

2.1 小学生心理健康问题 小学生心理健康问题总分检出率为4.49%,各项检出率依次排序为:学习焦虑、过敏倾向、身体症状、自责倾向、对人焦虑、恐怖倾向、孤独倾向、冲动倾向。见表1。

① 中国·广西医科大学第四附属临床医院(柳州市) 545005 E-mail: mlh7658@163.com ② 柳州医学高等专科学校 ③ 柳州市教科所  
④ 柳州市公园路小学 ⑤ 柳州市景行小学 ⑥ 柳州市柳邕小学 ⑦ 柳州市鱼峰山小学 \* 广西柳州市科技攻关项目(编号:20040125)资助

表 1 柳州市小学生心理健康问题检出率

| 项 目    | 学习焦虑  | 对人焦虑  | 孤独倾向 | 自责倾向  | 过敏倾向  | 身体症状  | 恐怖倾向 | 冲动倾向 | 总分 65 分以上 | 合计*   |
|--------|-------|-------|------|-------|-------|-------|------|------|-----------|-------|
| 人 数    | 1004  | 214   | 61   | 389   | 422   | 398   | 147  | 39   | 80        | 1154  |
| 检出率(%) | 56.37 | 12.02 | 3.42 | 21.84 | 23.69 | 22.35 | 8.25 | 2.19 | 4.49      | 64.79 |

注: \* 不含重复人数

2.2 不同性别、不同年级、独生子女与非独生子女小学生心理健康问题比较 除恐怖倾向外,其它各因子分男生高于女生,两组得分有显著性差异( $P < 0.05$ );三年级对人焦虑、孤独倾向、恐怖倾向 3 因子分高于四年级,有显著性差异( $P <$

0.05)。四年级自责倾向、冲动倾向 2 因子分高于三年级,有显著性差异( $P < 0.05$ );非独生子女的学习焦虑、孤独倾向、自责倾向 3 因子得分高于独生子女,有显著性差异,其余因子得分无显著性差异( $P < 0.05$ ),见表 2。

表 2 不同性别、不同年级、独生子女与否小学生心理健康问题结果比较( $\bar{x} \pm s$ )

|      | 性 别                |                    | <i>t</i> | 年 级       |           | <i>t</i> | 是否独生子女    |           | <i>t</i> |
|------|--------------------|--------------------|----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|----------|
|      | 男( <i>n</i> = 903) | 女( <i>n</i> = 878) |          | 三年级       | 四年级       |          | 是         | 否         |          |
| 学习焦虑 | 8.29±3.49          | 7.35±3.51          | 5.66*    | 7.81±3.58 | 7.83±3.47 | -0.12    | 7.74±3.52 | 8.15±3.57 | -2.03*   |
| 对人焦虑 | 4.73±2.52          | 4.11±2.52          | 5.17**   | 4.55±2.54 | 4.29±2.53 | 2.09*    | 4.38±2.55 | 4.57±2.51 | -1.26    |
| 孤独倾向 | 3.05±2.34          | 2.34±1.99          | 6.85**   | 2.88±2.56 | 2.51±2.14 | 3.57**   | 2.62±2.21 | 3.02±2.16 | -3.12*   |
| 自责倾向 | 5.44±2.47          | 5.14±2.56          | 2.46*    | 5.12±2.57 | 5.47±2.45 | -3.03    | 5.23±2.53 | 5.54±2.45 | -2.13*   |
| 过敏倾向 | 5.86±2.42          | 5.23±2.41          | 5.49**   | 5.57±2.41 | 5.51±2.45 | 0.57     | 5.56±2.44 | 5.50±2.41 | 0.43     |
| 身体症状 | 5.44±3.56          | 4.47±3.08          | 6.08**   | 5.05±3.50 | 4.87±3.21 | 1.08     | 4.90±3.40 | 5.20±3.20 | -1.56    |
| 恐怖倾向 | 3.46±2.65          | 3.58±2.60          | -0.94    | 5.05±3.50 | 4.87±3.21 | 1.08     | 3.47±2.64 | 3.70±2.59 | -1.48    |
| 冲动倾向 | 3.35±2.08          | 3.00±1.95          | 3.66*    | 2.96±1.99 | 3.39±2.02 | -4.43**  | 3.19±2.03 | 3.10±2.02 | 0.81     |

注: \*  $P < 0.05$ , \*\*  $P < 0.01$

2.3 小学生心理健康问题与家庭环境的关系 以小学生心理健康各因子分为因变量,家庭环境各因子分为自变量进行多元逐步回归分析表明,家庭环境中的亲密度、情感表达、知识性、娱乐性、组织性对小学生心理健康有积极影响,这些特

征得分越高的家庭,小学生心理健康问题越少;家庭环境中的矛盾性、独立性、成功性、道德宗教、控制性对小学生心理健康有消极影响,这些特征得分越高的家庭,小学生心理问题发生越多。见表 3。

表 3 小学生家庭环境因素各因子对心理健康各因子的标准回归系数

|      | 亲密度    | 情感表达   | 矛盾性   | 独立性   | 成功性   | 知识性    | 娱乐性    | 道德宗教  | 组织性    | 控制性   | F     | P     |
|------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|--------|-------|-------|-------|
| 学习焦虑 |        | -0.140 | 0.170 | 0.048 | 0.163 | -0.064 | -0.054 | 0.052 | -0.061 | 0.072 | 25.48 | 0.000 |
| 对人焦虑 |        | -0.119 | 0.192 |       | 0.144 | -0.107 |        |       | -0.071 | 0.064 | 40.26 | 0.000 |
| 孤独倾向 | -0.144 | -0.060 | 0.172 | 0.073 | 0.066 |        | -0.099 |       | -0.064 | 0.083 | 37.97 | 0.000 |
| 自责倾向 |        | -0.096 | 0.069 | 0.086 | 0.144 |        | -0.081 | 0.051 |        | 0.077 | 16.20 | 0.000 |
| 过敏倾向 |        | -0.145 | 0.133 | 0.071 | 0.179 | -0.080 |        | 0.053 | -0.060 |       | 26.74 | 0.000 |
| 身体症状 | -0.073 | -0.078 | 0.178 | 0.067 | 0.103 |        | -0.054 |       | -0.115 | 0.062 | 31.14 | 0.000 |
| 恐怖倾向 | -0.070 | -0.063 | 0.138 | 0.047 | 0.107 |        | -0.071 |       | -0.080 |       | 23.21 | 0.000 |
| 冲动倾向 |        | -0.054 | 0.203 | 0.058 | 0.064 |        |        |       | -0.133 |       | 35.77 | 0.000 |

3 讨 论

小学生心理健康问题总分检出率为 4.49%,各种心理健康问题总检出率高达 64.79%,远远高出国内其它学者的研究<sup>[1-3]</sup>,表明所调查的 4 所学校的小学生心理健康问题突出。其原因可能是抽样的学生绝大多数是独生子女,在家庭中享有特殊地位。但父母的“望子成龙”、“盼女成凤”思想也同时给他(她)们增加了许多心理上的压力,生活上的关爱与学习上苛求形成一对矛盾,这一对矛盾对于生理发育、心理发展尚不成熟的小学生而言,便形成了心理冲突,使他(她)们无法适应<sup>[4]</sup>。同时父母过高的期望带来的沉重学习负担剥夺了小学生本应快乐的童年。调查的学生几乎都在课余参加过特长班、数奥班或各种各样的兴趣班,孩子没有自己娱乐的时间,得不到充足的休息,不能体验到学习的快乐。也有学者研究发现:小学三年级心理健康水平处于小学阶段的一个低谷,可能与三年级开始出现一些复杂的学习任务,此时的学习任务高于心理发展的所能承受的压力,心理发展的相对滞后所造成

的<sup>[5]</sup>。小学生心理健康的 8 个因子与家庭环境的 10 项家庭特征之间存在不同程度的相关关系,家庭环境中的亲密度、情感表达、知识性、娱乐性、组织性对小学生心理健康有积极影响,表明家庭成员之间互相承诺,互相帮助和支持,并直接表达情感,彼此倾听和倾诉,家庭成员对政治、社会、智力和文化活动的兴趣较浓,比较重视在文化知识上的积累、进步,在家庭中鼓励参加社交,有一定的娱乐活动,家庭气氛比较融洽,在安排家庭活动和划分责任时有比较明确的组织和结构,家庭中的活动有一定的计划性,这些对小学生心理发展有着良好的影响。家庭成员之间公开表露愤怒,攻击情绪以及相互之间矛盾对立的程度高,太强调成员的独立性,把一般性的活动如上学或工作,看作是成就性或竞争性的活动,过于重视伦理、宗教和价值观,并使用固定家规和程序来安排家庭生活,则对小学生心理发展起着消极的作用<sup>[6,7]</sup>。家长心理不健康对儿童心理发展会产生严重影响,有研究结果显示学习不良儿童家长

# 高中生的生活方式与心理健康的关系研究

张海芳<sup>①</sup> 陈青萍 李 丽

**【摘要】** 目的 探讨高中生的生活方式与心理健康的关系。方法 采用生活方式问卷和心理健康诊断测验(MHT)为测量工具,调查了西安市3所中学的320名高中生。结果 ①高中生的生活方式总体较好,存在性别、独生子女与否、学校类型的差异。②高中生的心理健康状况良好,在学习焦虑、恐怖倾向和孤独倾向上有性别差异。③生活方式与心理健康存在多项显著负相关。④保养、饮食和社交维度对心理健康有显著的预测作用。结论 高中生的生活方式是影响心理健康的外部个体因素之一。

**【关键词】** 高中生;生活方式;心理健康;心理素质

**Relationship between High School Students' Life Style and Mental Health.** Zhang Hai fang, Chen Qing ping, Li Li. Students Affairs Department, Hebei Polytechnic University, Tangshan 063009, P.R. China

**【Abstract】 Objective** To explore the relationship between high school students' life style and mental health. **Methods** A total of 320 high school students of Xi'an were tested with life style test and MHT. **Results** ①The high school students' life style is fairly normal. There are certain life style differences between boys and girls, only-child and the other students, general and key high school students. ②The high school students' mental health is fairly well. There are sex differences in study anxiety, terror tendency and lonely tendency. ③Life style is correlated negatively with mental health in many dimensions. ④Maintenance, diet and social contact predict high school students' mental health significantly. **Conclusion** The high school students' mental health is influenced by their life style.

**【Key words】** High school students; Life style; Mental health; Mental diathesis

“生活方式”这一术语,最初是由社会学家马克斯·韦伯(Max Weber)提出的,他认为:“生活方式是人们长期受一定文化、民族、经济、社会、风俗、规范等影响而形成的一系列生活习惯、生活态度和生活制度,包括个人嗜好、认知方式和业余时间的行为活动等<sup>[1]</sup>”。WHO指出,人类的健康,60%依靠良好的生活方式和行为习惯<sup>[2]</sup>。青少年时期是良好生活方式、健康行为习惯建立的最佳时期,会影响终身健康和生活质量。高中阶段是大学生活的预备期,稳定的生活方式延续到大学,对于终身的健康成长有至关重要的奠基作用。本文对高中生的生活方式与心理健康之间的关系进行研究,以期对高中生的健康教育提供指导。

在人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、偏执和精神病性等方面显著高于正常儿童组,提示他们的心理健康水平也相对低于正常儿童组的家长,虽然其因果关系尚需进一步探讨,但学习不良儿童家长不良的心理健康状况,必将继续影响学习不良儿童的身心健康<sup>[3]</sup>。

本研究结果提示:小学生心理健康问题的发生与其家庭环境因素有关。良好的家庭环境有利于小学生心理的健康发展,而不良的家庭环境则是引起小学生心理问题的主要因素。因此,改善家庭成员之间的情感交流,及时化解矛盾,营造融洽的家庭气氛,增加对各种知识的兴趣,培养、拓展兴趣空间,有条不紊地安排家庭生活,明确家庭角色功能,承担应有家庭义务,是提高小学生心理健康水平的重要环节。

## 4 参考文献

[1] 王玲凤. 小学高年级应对方式及其与心理健康的关系. 中国学校卫生, 2004, 26(4): 286-288

## 1 对象与方法

1.1 对象 从西安市3所中学的高一至高三年级随机抽取学生320人,平均年龄 $17.55 \pm 0.93$ 岁。其中男生164人,女生156人;高一115人,高二101人,高三104人。

## 1.2 研究工具

1.2.1 生活方式问卷<sup>[3]</sup> 选择6个分量表:饮食、药物、锻炼、保养、闲暇、社交。分量表在5分以下,总分在30分以下属于生活方式不健康,得分越高,越健康。在正式施测前,评估了各分量表的重测信度,为0.63~0.87,全量表的重测信度为0.84。在本研究中,各分量表的内部一致性系数为0.62~0.75。用Amos5.0进行验证性因素分析,问卷6维度与数据

[2] 张建扬,吴桃林,朱伯相. 连云港市小学生心理健康状况调查. 中国健康教育, 2002, 18(4): 240-242

[3] 杨洪猛,高松,傅金芝. 少数民族中、小学生心理健康状况研究. 健康心理学杂志, 2003, 11(6): 416-418

[4] 彭厚鹏,罗五金. 小学生心理健康问题及其影响因素研究. 医学与社会, 2004, 17(5): 37-38

[5] 杨碧秀,程灶火. 不同年级的中小学生学习心理问题研究. 中国健康心理学杂志, 2006, 14(3): 270-272

[6] 周燕. 影响中小学生学习心理健康的主要家庭环境因素. 华东师范大学学报, 2006, 18(2): 19-24

[7] 马梁红. 影响小学生心理健康的家庭因素与干预的研究现状. 华夏医学, 2004, 17(5): 852-853

[8] 孔德荣. 学习不良儿童的家庭心理环境因素. 中国健康心理学杂志, 2006, 14(4): 376-377

(收稿时间:2006-12-27)