

西部农村高三学生心理健康现状及对策

作者：安康学院教育研究中心 王小康 黄路阳

[摘要] 运用 SCL-90 对 583 名西部农村高三学生进行了调查，结果表明西部农村高三学生 SCL-90 各因子分均显著高于国内青年常模和中学生常模。造成的主要原因有对高考的高期望值、紧张的复习应考、生活压力等，针对这些存在的问题，提出了相应的对策。

[关键词] 农村高三学生；心理健康；现状；对策

中学生心理健康问题早已引起社会各界广泛关注，但目前研究主要针对城市中学生，对农村则研究甚少。有研究[123]认为农村中学生心理健康状况明显低于城市中学生。本研究的目的是对处于陕西南部的农村高三学生心理健康状况进行分析并提出了相应的对策，以期引起有关人员西部农村中学生心理卫生的关注。

一、研究方法

笔者采用《症状自评量表 SCL - 90》，该量表含 90 个项目，内容涉及躯体化、强迫症状、人际敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性、其他症状 10 维度，以 1 - 5 来记分（从无一严重），3 分以上为有明显的心理问题，得分越高，心理问题越严重，心理健康水平越低。在心理学老师的指导下，以安康市一所农村中学(五里高中)的高三学生为研究对象，由班主任协助，以班为单位进行集体施测，统一发放和当场回收。数据全部采用 SPSS13.0 统计软件包进行处理。共发放问卷 600 份，回收 585 份，有效问卷 583 份，其中男生 328 人，占 56.3%；女生 255 人，占 43.7%；文科生 358 人，占 61.3%；理科生 225 人，占 38.6%。

二结果比较

1、与常模比较

表 1 中将本研究数据与中国青年组(18~29 岁)常模[4]，以及我国中学生常模[5]进行了比较。从表中可以看到，本研究中的高三学生在 9 个因子得分上均显著高于国内青年常模和中学生常模。

表 1 与常模比较(x ± s)

项目	本研究(n=583)	86 青年组(n=781)	中学生常模(n=2209)
躯体化	1.66±0.60	1.34±0.45***	1.58±0.62**
强迫	2.54±0.70	1.69±0.61***	2.10±0.72***
人际关系	2.22±0.71	1.76±0.67***	1.82±0.68***
抑郁	2.29±0.72	1.57±0.61***	1.77±0.71***
焦虑	2.02±0.69	1.42±0.43***	1.75±0.69***
敌对	2.00±0.75	1.50±0.57***	1.81±0.74***
恐怖	1.78±0.63	1.33±0.47***	1.53±0.61***
偏执	2.00±0.67	1.52±0.60***	1.74±0.68***
精神病性	1.93±0.64	1.36±0.47***	1.67±0.62***

注：*表示 P<0.05，**表示 P<0.01，***表示 P<0.001.

2、心理健康问题发生率

表 2 农村高三学生各因子中度及中度以上心理问题百分比

≥3 躯体化 强迫 人际关系 抑郁 焦虑 敌对 恐怖 偏执 精神病性 一个以上

因子

总体	人数	26	156	94	106	56	69	33	59	46	220
	(%)	4.5	26.8	16.1	18.2	9.6	11.8	5.7	10.1	7.9	37.7
男生	人数	13	93	51	51	28	43	13	32	26	124
	(%)	4	28.4	15.5	15.5	8.5	13.2	4	9.8	7.9	37.8
女生	人数	11	63	43	55	28	26	20	27	20	96
	(%)	4.3	24.7	16.9	21.6	11	10.2	7.8	10.6	7.8	37.6
χ^2		0.04	0.97	0.18	3.49	1.87	1.17	4.04*	0.11	0.001	0.002

注：*表示 $P < 0.05$ ，**表示 $P < 0.01$ ，***表示 $P < 0.001$ 。

从表 2 中结果可见，有 37.7% 的农村高三学生至少有一个因子得分高于 3 分，即可能存在中度或中度以上的心理问题。9 个因子中，在强迫症状、抑郁、人际关系、焦虑和敌对上出现心理问题的较多，这和以往的研究结果相似，但在本研究中，在偏执因子上出现心理问题的也较多，这大概与学生所处的生活环境有关。

χ^2 检验显示，女生在恐怖因子的比例显著高于男生。

3、SCL-90 因子分和性别差异

表 3 农村高三学生 SCL-90 量表因子分和性别差异(x ±s)

项目	男	女	t
躯体化	1.61±0.59	1.71±0.61	2.09*
强迫	2.54±0.75	2.53±0.64	0.126
人际关系	2.17±0.73	2.27±0.69	1.644
抑郁	2.20±0.72	2.41±0.71	3.53**
焦虑	1.95±0.67	2.13±0.69	3.14**
敌对	1.99±0.77	2.01±0.74	0.244
恐怖	1.71±0.58	1.87±0.67	3.05**
偏执	1.99±0.68	2.02±0.65	0.57
精神病性	1.92±0.66	1.95±0.61	0.69

注：*表示 $P < 0.05$ ，**表示 $P < 0.01$ 。

从表 3 可见，女生在躯体化、抑郁、焦虑和恐怖上得分高于男生，且差异显著，提示女生在情绪上的问题表现的更明显一些。

4 问题分析

1、西部农村高三学生心理健康现状令人堪忧

农村高三学生在 SCL-90 的 9 个因子得分均显著高于国内青年常模和中学生常模，而且因子 ≥ 3 检出率为 37.7%，远高于中学生常模的 21.7%[5]。他们正承受着常人难于想象的心理压力，这应该引起全社会的重视。

2、原因分析

本研究发现，乡镇高三学生 9 个因子中，在强迫症状、抑郁、人际关系、焦虑和敌对上出现心理问题的较多，这和以往的研究结果相似，但在本研究中，他们还在偏执因子上可能出现心理问题的也较多，这主要是因为他们认为在这种特定的生活环境下，考学是其改变生活状况的唯一出路，学校和家庭对其考学又会寄予极大的期望，所以他们会执着于会带来人生改变的高考。这种对高考的高期望和未知的考试结果造成了学生巨大的精神压力，这是影响农村学生心理健康的主要原因。

紧张的复习应考是另一个重要压力源。考试是紧张性生活事件，机体会产生应激反应。该校高三学生每天早上 6 点 30 分起床上课，晚上 22 点 30 分下晚自习，每天睡眠时间不到 7 小时或更少。高强度的学习使其身心极度疲惫，心理健康水平下降。而欠缺有效的学习方

法又加重了其学习负担。

另外，本地本身就是偏僻落后经济不发达地区，农村的经济状况就更差，这使得农村学生难以获得足够的经济支持。窘迫的经济现状一方面使其难以获得足够的营养，另一方面，家庭经济压力也是其不可避免的现实问题，这也加重了其学习的负担和考学的压力；同时，即使考上了大学，高额的学费同样是学生要面临考虑的问题。

三、对策建议

学校应该重视学生的心理健康教育。学校应该以培养心理健康的学生作为己任，加强心理健康宣传，设立心理咨询室，使学生认识心理健康的价值，并有一个可以寻求帮助，释放心理压力的渠道。

其次，学校以及教师应该从一个长远的角度看待高考，认识到高考只是人生的一次重要选择，而不是人生的唯一出路，更不是终极选择，人生的道路上还会有更多更重要的选择。学校和教师应该把这种理念灌输给学生，同时教师要帮助学生设立合理的期望目标，给学生减压。

学校还应该关心教师的心理健康，拥有健康心态的教师自然会对学生起到减压的作用。教师还要教给学生科学的学习方法，在用有效和高效的学习方法帮助学生解决学习问题的同时，也会减轻了学生的心理压力。

参考文献：

- [1] 杜萍，李其清.农村中学生心理问题封闭性调查分析[J].淮阴师范学院学报，2007,(1).51-52
- [2]滕科（如生）.农村中学男女生心理问题的比较，广西教育学院学报，2004，S1,189-191
- [3]高成阁，亢万虎，王友平等.城市与农村中学生心理卫生状况及影响因素研究.中国学校卫生杂志，1997，18（4）：281-283
- [4] 金华, 吴文源, 张明园 1 中国正常人 SCL - 90 评定结果的初步分析 1 中国神经精神疾病杂志, 1986 , 12 (5) , 2630~2631
- [5] 刘恒, 张建新.我国中学生症状自评量表(SCL-90)评定结果分析.中国心理卫生杂志,2004,18(2):88-89

[作者简介] 王小康(1969-)，男，陕西安康人，硕士，讲师，主要从事心理健康研究。