

山东省中小学生学习健康行为干预效果评价

董静, 马吉祥, 郭晓雷, 张迎修, 鹿子龙, 张吉玉, 楚洁, 唐俊利

摘要:目的 评价以健康教育课为主的综合干预措施对山东省中小学生学习健康行为的干预效果,为学校的健康促进工作提供参考依据。方法 采用随机化对照实验研究方法对在山东省沂源县和寿光市中小学习校随机抽取的 600 名干预组学生和 399 名对照组学生进行健康行为问卷调查。结果 干预前,干预组和对照组学生对健康知识的总体知晓率分别为 52.3% 和 51.3%,差异无统计学意义($P > 0.05$);干预后,干预组学生对健康知识的总体知晓率为 70.9%,高于对照组学生的 54.4%,差异有统计学意义($P < 0.01$);干预前,干预组与对照组学生在健康相关态度和行为 7 道题的正确率差异均无统计学意义($P > 0.05$);干预后,除“吸烟不是成熟的标志”外,其他 6 题干预组学生的正确率均高于干预前($P < 0.05$)和对照组学生($P < 0.01$);干预后干预组学生主动向家人和朋友宣传健康知识的学生比例为 90.0%,高于对照组学生的 82.7%,差异有统计学意义($P < 0.01$)。结论 在中小学生学习中进行以健康教育课为主的综合干预,可有效提高健康知识水平,促进其健康信念和行为的养成。

关键词: 健康行为; 干预效果; 评价; 中小学生学习

中图分类号: R 193

文献标志码: A

文章编号: 1001-0580(2012)03-0408-03

Evaluation on health behavior intervention among primary and middle school students in Shandong province DONG Jing, MA Ji-xiang, GUO Xiao-lei et al. Department of Chronic Disease, Shandong Provincial Center for Disease Prevention and Control (Ji'nan 250014, China)

Abstract: Objective To evaluate the effects of comprehensive intervention measures mainly consisting of health education class on health behavior among primary and middle school students and to provide reference for health promotion in school. **Methods** In Yiyuan county and Shouguang city, case-control study was used to survey 600 students in intervention group and 399 students in non-intervention group on health behavior. **Results** There was no significant difference in total awareness rate of health knowledge between intervention group (52.3%) and non-intervention group (54.4%) before the intervention ($P > 0.05$). After the intervention, the total awareness rate of health knowledge of the intervention group (70.9%) was significantly higher than that of the non-intervention one (54.4%). There was no significant difference in health-related attitude and behavior between the two groups before the intervention ($P > 0.05$). After the intervention, the health-related attitude and behavior in intervention group were significantly improved except “smoking is not the mature sign” ($P < 0.05$). After the intervention, the rate of students actively propagandizing health knowledge in the intervention group (90.0%) was significantly higher than the rate in non-intervention group (82.7%). **Conclusion** The level of health knowledge was improved and health-related belief and behavior were promoted by comprehensive intervention measures among primary and middle school students.

Key words: health behavior; intervention effect; evaluation; primary and middle school students

近年来,儿童慢性病的患病率呈逐年上升趋势,尤其是高血压、超重与肥胖等疾病已危及儿童的健康成长。有研究表明 6~17 岁中小学生学习高血压、超重和肥胖的患病率分别为 9.3%、13.0% 和 8.7%^[1-2]。而不合理饮食、吸烟、缺乏体育锻炼等慢性病危险因素在中小学生学习中普遍存在^[3]。为评价以健康教育课为主的综合干预措施对山东省中小学生学习健康行为的干预效果,为学生的健康促进工作提供参考依据,于 2010 年 4-6 月采用随机化对照实验研究方法对在山东省沂源县和寿光市中小学习校随机抽取的 600 名干预组学生和 399 名对照组学生进行健康行为的问卷调查。结果报告如下。

1 对象与方法

1.1 对象 采用分层随机抽样方法,在山东省沂源县和寿光市选择近 5 年内未实施饮食、吸烟和体育锻炼健康教育的所有公立小学和初中作为入选学校;按小学、初中分层,以学校为抽样框,在每个县(市)入选学校中随机抽取 5 所小学和 5 所初中,将其中的 6 所小学和 6 所初中作为干预组,4 所小学和 4 所初中作为对照组;每所小学随机抽取 50 名 4 年级学生,每所初中随机抽取 50 名 1 年级学生,共 20 所学校 1 000

名学生学习作为调查对象。干预前实际调查 999 名学生学习,应答率为 99.9%;干预后实际调查 994 名学生学习,应答率为 99.4%。

1.2 方法 采用自行设计调查问卷,于 2010 年 4 月和 2010 年 6 月分别对干预组和对照组学生进行干预前后的问卷调查。内容包括一般情况、饮食、吸烟和体育锻炼相关知识以及态度和行为。本次调查采用匿名方式,由经过培训的疾控人员担任调查员,指导学生独立完成问卷,并当场收回。采用以健康教育课为主的综合干预措施对干预组学生进行干预。具体干预措施为:由山东省疾控中心专业人员针对不合理饮食、吸烟和缺乏体育锻炼 3 个慢性病危险因素,对干预组学校的保健老师或保健医生进行统一培训;由老师利用每周的健康教育课或周会开展健康教育活动,每次 1 个学时,共 6 次,整个干预过程为 6 周。此外,还通过校园广播、宣传栏、黑板报以及举办健康有奖知识竞答等形式加大干预力度。对照组学生不采取任何干预措施。

1.3 统计分析 采用 EpiData 3.1 建立数据库,应用 SPSS 13.0 进行 t 检验和 χ^2 检验。

2 结果

2.1 一般情况 干预前调查的 999 名中小学生学习中,干预组学生 600 人,平均年龄(11.88 ± 1.48)岁;其中男生 326 人,占 54.3%,女生 274 人,占 45.7%;小学 286 人,占 47.7%,初中

作者单位:山东省疾病预防控制中心慢病所,济南 250014

作者简介:董静(1982-),女,山东泰安人,医师,硕士,主要从事慢性病防治工作。

314 人,占 52.3%;对照组学生 399 人,平均年龄(11.71 ± 1.49)岁;男生 209 人,占 52.4%,女生 190 人,占 47.6%;小学 195 人,占 48.9%;初中 204 人,占 51.1%。干预后调查的 994 名中小學生中,干预组学生 600 人,平均年龄(11.86 ± 1.48)岁;其中男生 325 人,占 54.2%,女生 275 人,占 45.8%;小学 288 人,占 48.0%,初中 312 人,占 52.0%;对照组学生 394 人,平均年龄(11.73 ± 1.49)岁;男生 204 人,占 51.8%,女生 190 人,占 48.2%;小学 191 人,占 48.5%;初中 203 人,占 51.5%。干预前、后 2 组学生年龄、性别、年级比较,差异均无统计学意义($P > 0.05$)。

2.2 干预前后 2 组学生健康知识知晓情况(表 1) 干预前,干预组和对照组学生对健康知识的总体知晓率分别为

52.3%和 51.3%,差异无统计学意义($P > 0.05$);干预后,干预组学生对健康知识的总体知晓率为 70.9%,高于对照组学生的 54.4%,差异有统计学意义($P < 0.01$)。干预前,干预组和对照组学生对健康知识 8 道题的知晓率间差异均无统计学意义($P > 0.05$);干预后,除对“被动吸烟有害健康”外,其他 7 题干预组学生的知晓率均高于干预前($P < 0.05$)和对照组学生($P < 0.01$)。

2.3 干预前后 2 组学生健康相关态度和行为情况(表 2) 干预前,干预组和对照组学生在健康相关态度和行为 7 道题的正确率间差异均无统计学意义($P > 0.05$);干预后,除“吸烟不是成熟的标志”外,其他 6 题干预组学生的正确率均高于干预前($P < 0.05$)和对照组学生($P < 0.01$)。

表 1 干预前后 2 组学生健康知识知晓情况

健康知识	干预组				对照组			
	干预前(600人)		干预后(600人)		干预前(399人)		干预后(394人)	
	知晓人数	知晓率(%)	知晓人数	知晓率(%)	知晓人数	知晓率(%)	知晓人数	知晓率(%)
膳食应粗细搭配	553	92.2	580	96.7 ^b	357	89.5	351	89.0 ^c
每人每天适宜摄盐量	218	36.3	446	74.3 ^b	128	32.1	142	36.0 ^c
每人每天适宜摄油量	112	18.7	256	42.7 ^b	76	19.0	93	23.6 ^c
高盐饮食是高血压的危险因素	229	38.2	414	69.0 ^b	130	32.6	134	34.0 ^c
被动吸烟有害健康	573	95.5	574	95.7	380	95.0	366	92.9
吸烟是高血压的危险因素	112	18.7	235	39.2 ^b	90	22.6	122	31.0 ^c
吸烟是冠心病的危险因素	155	25.8	322	53.7 ^b	107	26.8	145	36.8 ^c
体育锻炼促进青少年身体发育	560	93.3	577	96.2 ^a	371	93.0	362	91.9 ^c

注:干预组干预前后比较 ^a $P < 0.05$ ^b $P < 0.01$;干预后,干预组与对照组比较 ^c $P < 0.01$ 。

表 2 干预前后 2 组学生健康相关态度和行为情况

健康知识	干预组				对照组			
	干预前(600人)		干预后(600人)		干预前(399人)		干预后(394人)	
	知晓人数	知晓率(%)	知晓人数	知晓率(%)	知晓人数	知晓率(%)	知晓人数	知晓率(%)
对饮食知识感兴趣	509	84.8	556	92.7 ^a	325	81.3	316	80.2 ^c
健康与饮食有密切关系	491	81.8	532	88.7 ^a	309	77.3	306	77.4 ^c
选择食物主要依据营养搭配	387	64.5	468	78.0 ^b	268	67.2	259	65.7 ^c
经常喝碳酸饮料	59	9.8	30	5.0 ^b	42	10.6	46	11.7 ^c
吸烟不是成熟的标志	561	93.5	565	94.2	377	94.3	360	91.4
劝说周围的人戒烟	499	83.2	547	91.2 ^b	328	82.2	332	84.3 ^c
每天参加体育锻炼 ≥ 1 h	290	48.3	376	62.7 ^b	188	47.1	190	48.2 ^c

注:干预组干预前后比较 ^a $P < 0.05$ ^b $P < 0.01$;干预后,干预组与对照组比较 ^c $P < 0.01$ 。

2.4 干预后 2 组学生主动宣传健康知识情况 干预后,干预组学生主动向家人和朋友宣传健康知识的学生比例为 90.0% (540/600),高于对照组学生的 82.7% (326/394),差异有统计学意义($P < 0.01$);其中,干预组学生主动宣传平衡膳食、低盐饮食、低脂饮食、烟的危害、酒的危害、合理运动等知识的学生比例分别为 63.3% (380/600)、52.7% (316/600)、40.0% (240/600)、77.5% (465/600)、74.5% (447/600)、58.2% (349/600),均高于对照组的 42.6% (168/394)、19.8% (78/394)、18.3% (72/394)、68.8% (271/394)、58.1% (229/394)、45.9% (181/394),差异均有统计学意义($P < 0.01$)。

3 讨论

学校健康教育是能够促进儿童青少年形成健康理念,增

进健康,从而促进社会健康的一项公共卫生预防策略^[4]。本次调查结果表明,干预前,干预组和对照组学生对健康知识的总体知晓率分别为 52.3%和 51.3%。提示大多数学生对一些常见的健康知识掌握较好,这可能与近年来社会、公众媒体加大对健康知识的宣传力度有关;但对于慢性病某些相关知识的知晓率均 < 40%,与陈慕磊等^[5]在广州和济南的研究结果相似。提示还应加强对中小學生慢性病相关知识的健康教育。采用以健康教育课为主的综合干预措施进行干预后,干预组学生慢性病相关知识的知晓率均有很大提高,且干预组学生的知晓率均高于对照组,提示学校健康教育能提高学生的健康知识水平。本次调查表明,干预后,干预组学生健康生活方式和态度的正确率明显高于干预前和对照组学生,与王荔

等⁽⁶⁾研究结果一致,提示健康知识的提高可促进中小学生学习态度和良好行为的形成。由于本研究干预时间仅为 6 周,只能看到学生短期行为的改变,因此对于学生健康行为干预的远期效果尚需进一步随访观察,从而为建立成熟、完整和规范的健康行为干预模式提供参考依据。

参考文献

- (1) 鞠红,刘启贵.大连市儿童高血压患病及影响因素分析[J].中国公共卫生,2010,26(6):677-678.
- (2) 杨万龄,罗盈怡,王晓明.儿童青少年肥胖超重状况及影响因素分析[J].中国公共卫生,2009,25(8):958.

- (3) 湛柳华,戴丽萍,翁帆,等.广州市越秀区 1139 名青少年健康相关行为调查[J].中国校医,2010,24(11):873-874.
- (4) 余小鸣,张芯,杨士保,等.中国中小学校健康教育研究(1):学生健康知识态度行为现状[J].中国学校卫生,2007,28(1):7-9.
- (5) 陈慕磊,胡小琪,李艳平,等.健康促进学校干预模式对学生营养与健康知识、态度影响的效果评价[J].中国预防医学杂志,2009,10(2):105-109.
- (6) 王荔,王祝欣,王芳芳.超重及肥胖儿童健康知识和健康行为干预实验研究[J].中国妇幼保健,2007,22(14):1877-1879.

收稿日期:2011-01-27

(郭薇编辑 郑新校对)

【调查报告与分析】

大学生人际交往自我效能感调查*

蔡玲丽

关键词:大学生;人际交往自我效能感;调查

中图分类号:R 395

文献标志码:A

文章编号:1001-0580(2012)03-0410-02

人际交往自我效能感指个体在与他人进行交往活动之前对自己能够在何种水平上完成该交往活动的判断⁽¹⁾,是个体人际心理变化的普遍中介,对个体的人际交往能力增长及交往行为具有重要动机作用,能预测个体在人际交往中由不同影响因素导致的情感和行为变化水平,预测接受同样影响因素的交往行为差异及在特定任务上的成败。本研究于 2010 年对浙江省杭州市 868 名在校大学生进行调查,以了解当前大学生人际交往效能感水平及群体特性,为高校心理健康教育实践提供科学依据。

1 对象与方法

1.1 对象 采用整群抽样方法,随机抽取浙江省 5 所杭州高校在校大学生,共发放问卷 1 000 份,回收有效问卷 868 份,有效回收率 86.8%。其中,男生 499 人,女生 369 人;大一 256 人,大二 253 人,大三 232 人,大四 127 人;理科 207 人,工科 354 人,文科 307 人;贫困生 314 人,非贫困生 551 人;独生子女 541 人,非独生子女 327 人。年龄 17~23 岁,平均(20.1±1.4)岁。

1.2 方法 采用大学生人际交往效能感量表调查⁽²⁾。研究中,共提取特征根>1 的因子 6 个,分别为亲和效能(测验个体对自己的亲合行为的效能判断)、自我印象效能(个体对在他人眼中的自己的第一印象判断)、利他效能(测验个体对自己的利他行为的效能判断)、沟通效能(测验个体对自己的言语沟通能力的效能判断)、情绪控制效能(测验个体情绪控制的效能判断)、自我价值效能(测验个体对自己的价值评判),6 个因子共解释了 78.714% 的方差变异。量表结构与原量表构思基本一致。量表采用 5 级计分法,从完全不符合到完全

符合,正向题计为 1~5 分,反向题(12 个条目)则反之。得分越高,表明人际交往自我效能感越高。对修订后的量表进行了信度度检验,总量表的 α 系数为 0.90,各因子的内部一致性信度为 0.816~0.911,一致性较好。量表各因子与总量表均相关,各因子间的相关在 0.022~0.511,因子与总分间的相关在 0.532~0.803,说明本问卷的各因素之间具有一定的独立性,同时又能较好反映问卷所需测量的内容,量表结构比较合理。采用社交回避及焦虑问卷⁽³⁾作为效标进行效度检验,结果人际交往效能感总量表与社交回避及焦虑问卷的相关为 -0.739,即个体人际交往效能感越低,其社交回避及焦虑程度就越高。

1.3 统计分析 采用 SPSS 16.0 软件进行描述性分析、独立样本 t 检验、单因素方差分析等。

2 结果

2.1 大学生人际交往自我效能感总体水平 大学生人际交往自我效能感整体水平偏弱,总效能为(3.28±0.33)分,各因子得分从高到低依次为:沟通效能(3.55±0.54)分、利他效能(3.43±0.50)分、亲和效能(3.26±0.55)分、自我印象效能(3.26±0.49)分、自我价值效能(3.13±0.50)分、情绪控制效能(3.05±0.54)分。

2.2 大学生人际交往自我效能感情况

2.2.1 不同性别及年级大学生人际交往自我效能感得分情况(表 1) 大学男生和女生在自我印象效能、利他效能、沟通效能以及自我价值效能 4 个因子上差异有统计学意义。男生的自我印象效能感明显高于女生,但利他效能、沟通效能以及自我价值效能均明显低于女生。大学生人际交往自我效能总分及各因子得分总体上是随年级的升高而上升,不同年级大学生的自我印象效能、自我价值效能、情绪控制效能以及总分能差异有统计学意义。采用多重平均数比较进一步分析,除二、三年级学生在情绪控制效能上差异无统计学意义外,各年级在上述效能感上的得分差异均有统计学意义。

* 基金项目:浙江省教育厅科研项目(Y200909382)

作者单位:中国计量学院经济与管理学院 浙江 杭州 310018

作者简介:蔡玲丽(1979-),女,浙江台州人,讲师,硕士,研究方向:大学生教育和应用心理学。