

# A Survey on Adolescence's Mental Health and Psychological Shuzhi in a Junior High School of Chongqing

Li He<sup>1</sup>, Cheng Guo<sup>2\*</sup>, Wei Xu<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Biquan Junior High School, Chongqing

<sup>2</sup>Faculty of Psychology, Southwest University, Chongqing

Email: \*648162039@qq.com

Received: Jan. 8<sup>th</sup>, 2019; accepted: Jan. 23<sup>rd</sup>, 2019; published: Jan. 30<sup>th</sup>, 2019

---

## Abstract

**Objective:** To investigate mental health and psychological Shuzhi of Biquan Junior High School, and guide the following education on improving the students' mental health and psychological Shuzhi. **Methods:** Using the Psychological Shuzhi Questionnaire for middle school students, KIDSCREEN-10, FACES II-CV, and the Adolescent Student Burnout Inventory to investigate the students of grade 7 and grade 8. **Results:** First, the level of psychological Shuzhi and its dimensions of girls are significantly higher than those of boys, the psychological Shuzhi level of grade 7 is significantly higher than that of grade 8, and the students from higher socioeconomic status have significantly higher psychological Shuzhi level. Second, there is no gender difference in mental health, family cohesion and family adaption; the 7th graders' mental health and family cohesion are significantly higher than the 8th graders', while the 7th graders' burnout is significantly lower than 8th graders'. Third, psychological Shuzhi and its dimensions are significantly related to mental health, student burnout, family cohesion and family adaption. **Conclusion:** Mental health education should cover all the students, involve families and permeate every subject.

## Keywords

Psychological Shuzhi of Middle School, Mental Health, Mental Health Education

---

# 重庆市某中学心理健康和心理素质现状调查及启示

何丽<sup>1</sup>, 郭成<sup>2\*</sup>, 许伟<sup>1</sup>

<sup>1</sup>重庆市璧山区璧泉初级中学, 重庆

<sup>2</sup>西南大学心理学部, 重庆

\*通讯作者。

Email: 648162039@qq.com

收稿日期: 2019年1月8日; 录用日期: 2019年1月23日; 发布日期: 2019年1月30日

## 摘要

目的: 调查重庆市某中学学生心理健康和心理素质现状, 为后期心理健康教育提供依据。方法: 采用中学生心理素质量表(简化版), KIDSCREEN-10儿童、青少年心理健康调查问卷(儿童/青少年版8~18岁), 家庭亲密度和适应性量表中文版, 青少年学习倦怠量表对该校初一、初二学生进行问卷调查。结果: 该校学生心理素质显著低于全国西部地区常模, 女生心理素质显著高于男生, 初一学生心理素质显著好于初二学生, 家庭经济收入高的学生心理素质水平更高。不同性别学生的心理健康、学习倦怠水平, 家庭亲密度和适应性没有显著差异; 初一学生心理健康、家庭亲密度显著好于初二学生。初一学生学业倦怠水平显著低于初二学生。家庭经济收入高的学生心理更健康、家庭亲密度与适应性更好, 学习倦怠更低。心理健康、家庭亲密度和适应性与心理素质各因子及总分均显著正相关, 学习倦怠与心理素质各因子及总分显著负相关。结论: 心理健康教育应面向全体, 重视心理素质培养, 不同群体采取差别化训练方案, 鼓励家庭参与, 渗透到各个学科。

## 关键词

中学生心理素质, 心理健康, 心理健康教育

Copyright © 2019 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 前言

世界卫生组织对健康的定义是: “健康不仅是没有疾病, 而且是心理和生理上完满的状态。”心理健康是个体健康的重要组成部分, 不仅在个体的健康与疾病中起着重要的作用, 还直接影响着社会的和谐、稳定和良性的发展(陈洪震, 苏建勇, 宋长秀, 2006)。青少年是民族的希望, 国家的栋梁, 青少年的心理健康历来备受关注。

从世界各地的调查情况看, 青少年心理健康状况不容乐观, 心理问题总发生率均在 10%以上。其中, 发达国家发生率约 12.4%~21.8%, 发展中国家约 10.4%~37.6% (杨碧秀, 程灶火, 袁国桢等, 2004)。我国学者对不同地区青少年心理健康状况现状调查显示其心理问题检出率均在 14.5%以上(刘恒, 张建新, 2004; 唐光政, 郭兰婷, 黄雪竹, 2005; 胡胜利, 2006; 牛晓丽, 张惠英, 2007; 经承学, 王琳琳, 方栓峰等, 2008), 其中, 中学生心理问题较为突出。研究显示, 近年来, 中学生心理健康水平缓慢下降, 社会变迁、年龄、教养方式等是影响青少年心理健康水平的重要因素, 离异家庭、留守儿童、流动家庭子女的心理问题尤其突出, 令人担忧(辛自强, 张梅, 2009; 万增奎, 2017)。

中学生心理问题检出率高, 这是外在的行为表现。学校心理健康教育不仅要看到心理问题、关注心理问题, 解决心理问题, 更要预防学生产生心理问题。那么, 决定学生心理健康水平的内在机制究竟是什么? 王鑫强和张大均提出心理健康与心理素质的关系模型, 指出心理素质是个体的内在机制, 心理健康为外显的行为表现和心理状态, 两者之间为相互关联的层级关系(王鑫强, 张大均, 2012)。心理素质作

为内源性因素,对心理健康水平具有重要的直接效应和调节效应(张大均,王鑫强,2012)。可见,良好心理素质青少年心理健康的保证,通过训练提升青少年心理素质水平能够从源头上解决青少年的心理健康问题,能促进青少年健康成长,为其一生的健康和幸福奠定基础。然而,中学生心理素质水平存在差异,不同个体表现出不同的心理素质类型,同时又存在一定同质性。如果干预措施不能针对特定类型个体制定专门方案,将延误个体心理素质提高,有效的干预方案应根据个体专门制定(房立艳,张大均,武丽丽,胡天强,2017)。

因此,本研究拟通过问卷调查了解某中学学生心理健康、心理素质现状,分析数据结果,了解影响因素,为有针对性的心理素质训练提供依据,以期有效提升学生心理素质,提高心理健康水平。

## 2. 对象/资料来源与方法

### 2.1. 对象/资料来源

选取重庆市璧山区某中学初一、初二全体学生为调查对象。该学校是一所位于重庆市璧山城区的初中学校。共发放问卷 751 份,有效问卷 734 份,有效问卷回收率为 97.7%。其中男生 417 人(55.5%),女生 334 人(44.5%),初一学生 351 (46.8%),初二学生 400 (53.2%)人,年龄 12~14 岁,城镇学生 437 人(58.2%),农村学生 314 人(41.8%)。

### 2.2. 方法

#### 2.2.1. 研究程序

以班级为单位,集中被调查学生,施测者采取统一指导语,学生独立完成问卷。

#### 2.2.2. 研究工具

1) 中学生心理素质量表(简化版)。该量表由胡天强、张大均和程刚在已有的多版中学生心理素质问卷基础上进行修订。量表总共 24 题,包含认知特性、个性品质和适应能力 3 个维度,每个维度 8 道题,采用 5 级计分(从“1 = 非常不符合”到“5 = 非常符合”)。得分越高意味着被试的心理素质水平越高。中学生心理素质问卷(简化版)的总量表的内部一致性信度为 0.912,重测信度为 0.615,各维度的内部一致性系数在 0.763~0.83 之间,间隔 4 个月的重测信度在 0.549~0.637 之间。结构效度(CFI = 0.948, TLI = 0.937,  $\chi^2/df = 4.19$ , RMSEA = 0.036, SRMR = 0.029)、效标效度均达到了心理测量学的要求。修订后的量表结构清晰、使用简便,信效度均符合心理测量学标准,适用于评定中学生心理素质的发展水平和特征(胡天强,张大均,程刚,2017)。

2) KIDSCREEN-10 儿童、青少年心理健康调查问卷(儿童/青少年版 8~18 岁)。该量表是 KIDSCREEN-52 儿童青少年生活质量测评的分量表,通过 10 个涵盖情绪、认知、精神动力、自我认知、社会功能等方面的问题测验 8~18 岁儿童青少年的心理健康情况。该量表采用 5 级计分(从“1 = 非常不符合”到“5 = 非常符合”)评分,得分越高,心理越健康。其中 3、4、5 题为反向计分。KIDSCREEN-10 已在 15 个国家单独施测,内部一致性信度为 0.81, Rasch 模型 Infit MNSQ 为 0.7~1.3 (晏子,2010)。该问卷能够早期、快速筛查出青少年心理问题,评估其心理健康状况,具有较好的信度和效度(Erhart et al., 2009)。

3) 家庭亲密度和适应性量表中文版(Family Adaptability and Cohesion Scale II-Chinese Version, FACES II-CV)由 Olson 等人编制修订。主要评价两方面的家庭功能:① 亲密度:即家庭成员之间的情感联系;② 适应性:即家庭体系随家庭环境和家庭不同发展阶段出现的问题而相应改变的能力。中文版包括两个自评分量表,共 30 个项目,被试者被要求对家庭状况的实际感受从“不是”到“总是”在 5 个等级进行评价。两个分量表的重测信度分别是 0.84 和 0.54,内部一致性是 0.85 和 0.76 (戴晓阳,2010)。

4) 青少年学习倦怠量表。该量表由吴艳和戴晓阳于 2007 年编制(戴晓阳,2010),包括身心耗竭、学

业疏离、低成就感三个维度共 16 个项目,采用 5 级计分(从“1 = 非常不符合”到“5 = 非常符合”)。该量表同质信度在 0.689~0.858 之间,重测信度在 0.606~0.732 之间。该量表中各因素之间的相关在 0.284~0.502 之间,各因素与总分之间的相关在 0.685~0.833 之间,用 MBI-SS 做效标,总倦怠相关为 0.847,各个维度的相关在 0.55~0.79 之间,总之,该量表具有良好的信效度(吴艳,戴晓阳,温忠麟,崔汉卿,2010)。

5) 学生基本信息。该部分包括学生姓名、年龄、年级、性别、家庭来源、是否独生子女,家庭经济情况。其中家庭经济情况通过是否拥有独立房间、电脑台数、家庭用车情况、年度假次数来衡量,得分 0~3 为低收入家庭,4~5 为中等收入家庭,6 分以上为高收入家庭。

### 2.3. 统计学处理

采用 SPSS21.0 对相关数据进行统计分析。统计方法有 t 检验,方差分析,相关分析。

## 3. 结果

1) 该学校学生心理素质( $78.06 \pm 14.99$ )显著低于全国西部地区常模( $83.35 \pm 13.44$ ) (见表 1)。不同性别、年级、家庭经济情况的学生心理素质有显著差异(见表 2、表 3、表 4)。女生心理素质( $79.48 \pm 13.86$ )好于男生( $76.85 \pm 15.73$ );初一年级心理素质( $81.00 \pm 14.25$ )水平高于初二年级学生( $75.46 \pm 15.16$ )。来自高收入家庭的学生心理素质水平( $85.18 \pm 13.71$ )最高,中等收入家庭( $80.60 \pm 12.29$ )次之,低收入家庭学生( $76.03 \pm 15.61$ )心理素质水平最差。

**Table 1.** Comparison between national norm of the west and this junior middle school's Shuzhi level  
**表 1.** 该中学学生心理素质与全国西部地区常模对比

	认知品质	个性品质	适应性(能力)	心理素质
重庆某中学	$25.44 \pm 5.95$	$25.42 \pm 5.40$	$27.21 \pm 5.79$	$78.06 \pm 14.99$
西部常模	$27.20 \pm 5.36$	$27.14 \pm 5.13$	$29.00 \pm 4.92$	$83.35 \pm 13.44$
t 值	-8.107***	-8.74***	-8.473***	-9.689***
p 值	0.000	0.000	0.000	0.000

**Table 2.** Difference between boy's and girl's psychological Shuzhi level  
**表 2.** 不同性别中学生心理素质差异

组别	认知品质	个性品质	适应性(能力)	心理素质
男	$25.05 \pm 6.20$	$25.00 \pm 5.52$	$26.80 \pm 6.06$	$76.85 \pm 15.73$
女	$25.91 \pm 5.58$	$25.90 \pm 5.20$	$27.70 \pm 5.38$	$79.48 \pm 13.86$
t 值	-1.968*	-2.269*	-2.112*	-2.390*
p 值	0.049	0.024	0.035	0.017

**Table 3.** Different psychological Shuzhi level of 7th graders and 8th graders  
**表 3.** 不同年级中学生心理素质差异

	认知品质	个性品质	适应性(能力)	心理素质
初一	$26.61 \pm 5.50$	$26.23 \pm 5.18$	$28.21 \pm 6.14$	$81.00 \pm 14.25$
初二	$24.44 \pm 5.95$	$24.71 \pm 5.50$	$26.33 \pm 5.31$	$75.46 \pm 15.16$
F 值	26.610***	15.202***	20.234***	26.521***
p 值	0.000	0.000	0.000	0.000

**Table 4.** Different psychological Shuzhi level of students from different socioeconomic status  
**表 4.** 不同经济水平中学生在心理素质差异

	认知品质	个性品质	适应性(能力)	心理素质
低收入	24.78 ± 6.17	24.80 ± 5.45	26.49 ± 6.23	76.03 ± 15.61
中等收入	26.09 ± 5.12	26.30 ± 5.04	28.17 ± 4.48	80.60 ± 12.29
高收入	28.27 ± 5.30	27.29 ± 5.29	29.63 ± 4.48	85.18 ± 13.71
F 值	12.205***	9.930***	12.732***	15.480***
p 值	0	0	0	0

注: \* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ , \*\*\* $p < 0.001$ 。

2) 不同年级学生的心理健康、学习倦怠水平和家庭亲密度有显著差异。初一年级学生的心理健康高于初二年级, 学习倦怠水平低于初二年级, 初一年级家庭亲密度好于初二年级。不同家庭条件的学生心理健康、学习倦怠水平, 家庭亲密度和适应性有显著差异。高收入家庭学生心理健康水平最高, 学习倦怠水平最低, 家庭亲密度和适应性最好, 中等收入家庭学生各项评分居中, 低收入家庭学生心理健康水平最低, 学习倦怠水平最高, 家庭亲密度和适应性差(见表 5)。

**Table 5.** Different mental health, family cohesion and burnout level of different genders and grades  
**表 5.** 心理健康、学习倦怠及家庭亲密度和适应性的差异

组别	性别		年级		不同家庭经济情况	
	t 值	p 值	F 值	P 值	F 值	P 值
心理健康	0.911	0.363	9.341**	0.002	6.350**	0.002
学习倦怠	0.942	0.347	35.494***	0.000	11.756***	0.000
家庭亲密度	-0.067	0.054	4.463*	0.035	19.711***	0.000
家庭适应性	1.123	0.257	0.624	0.043	13.446***	0.000

注: \* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ , \*\*\* $p < 0.001$ 。

3) 相关分析: Pearson 相关分析显示, 心理健康、家庭亲密度和适应性与心理素质各因子及总分均显著正相关, 学习倦怠与心理素质各因子及总分显著( $p < 0.01$ )负相关(见表 6)。

**Table 6.** Relation between psychological Shuzhi and mental health, burnout, family cohesion  
**表 6.** 心理素质与心理健康、学习倦怠、家庭亲密度和适应性的相关性

组别	r 值			
	认知品质	个性品质	适应性(能力)	心理素质
心理健康	0.377**	0.360**	0.356**	0.414**
学习倦怠	-0.583**	-0.469**	-0.317**	-0.523**
家庭亲密度	0.362**	0.335**	0.290**	0.375**
家庭适应性	0.329**	0.313**	0.224**	0.330**

注: \* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ , \*\*\* $p < 0.001$ 。

## 4. 讨论

### 4.1. 该学校的心理素质水平显著低于西部地区常模

该研究中初一学生心理素质水平高于初二学生心理素质, 家庭经济收入高的学生心理素质水平高于家庭经济收入低的学生, 心理素质各因子中适应性的分数最高, 这与武丽丽等人的研究一致(武丽丽, 张



大均, 张雪琪, 程刚, 2017)。本研究显示该校学生心理素质显著低于全国西部地区常模。这可能是因为心理素质水平存在显著的经济带、家庭住址上的差异(武丽丽, 张大均, 张雪琪, 程刚, 2017)。本研究中的学生虽然主要来自城区, 但是家庭经济情况总体相对较差(该校低收入家庭占 65.4%, 中等收入家庭占 25.7%, 高收入家庭占 8.9%)。该研究中, 男生心理素质较女生心理素质低, 这可能是由于该学校只有初中学生, 初一、初二的学生刚好进入青春早期, 女生的认知、个性和适应能力发展暂时优于男生。

#### 4.2. 不同年级、不同家庭经济水平学生的心理健康水平、家庭亲密度、适应水平存在显著差异

该研究中初一学生心理健康、家庭亲密度显著好于初二学生, 家庭经济收入高的学生心理健康、家庭亲密度和适应性显著好于家庭经济收入低的学生。初一学生学习倦怠水平显著低于初二学生, 家庭经济情况好的学生学业倦怠显著低于家庭经济情况差的学生。

中学生既面临着青春期带来的身心巨大变化, 又面临着学习任务加重、变难、升学带来的压力, 因此心理健康水平随着年级的增加而逐渐降低, 学业倦怠则随着年级的增加而逐渐增高。中国正处于社会转型期, 贫富差距不断加大。家庭社会经济地位给青少年的成长和发展带来重要影响。来自家庭经济条件好的青少年拥有更多资源, 他们的父母可能更民主、更善于学习、更愿意参与子女成长, 这都对学生的心理健康产生了积极的影响。

#### 4.3. 心理素质与心理健康、家庭亲密度和适应性存在显著正相关

该研究显示心理素质与心理健康、家庭亲密度和适应性显著正相关( $p < 0.05$ )。这表明 KIDSCREEN-10 index 问卷能够简便、快速地反映学生的身心健康状况。该研究也印证了心理健康与心理素质的密切关系。学校心理健康教育应该以发展取向, 面向全体学生, 重视培养学生心理素质, 预防心理问题, 提高心理健康水平。同时, 心理素质训练根据个体的特点因材施教更有效率。学习倦怠水平与心理素质显著负相关揭示了学习在心理素质发展中的重要意义。心理素质与家庭亲密度和适应性显著正相关提示了家庭在学生心理素质发展中的重要位置。

#### 4.4. 该研究对心理健康教育的启示

综上所述, 该研究从以下几个方面启示今后的心理健康教育: 第一, 培养中学生良好心理素质, 提高心理健康水平的重要性和必要性。中学生的心理健康水平和心理素质随着年级增长有降低的趋势, 初中生进入青春期普遍面临心理发展危机、升学、考试压力逐渐加大等问题。学校心理教育的目标不仅是解决部分学生心理问题, 更应面向全体学生, 引导学生顺利处理发展危机, 预防心理问题。

第二, 因材施教的心理素质训练更有效率。学生心理素质水平发展既有共性也有特性, 不同地区、年级和性别的学生有差异。有效的心理素质训练应根据特定群体有的放矢。

第三, 心理健康教育应鼓励家庭参与, 形成合力, 共同为学生心理健康护航。家庭是学生不可或缺的支持系统, 在其心理健康中扮演重要角色。中学生进入青春期, 自我意识增强, 易产生叛逆心理, 造成亲子冲突, 引起心理困扰。因此, 对父母进行指导能够帮助家长正确、有效参与孩子成长, 调节亲子关系, 缓解学生心理压力, 提高心理健康水平提升学生认知水平, 培养良好性格, 增强适应能力, 获得成就感。

第四, 心理素质培养、心理健康教育应该渗透到学科教育中。对于学生而言, 学习是他们最重要的任务, 如果学生对学习没有热情, 缺乏成就感, 身心耗竭负面的状态谈何心理健康? 因此, 心理素质的发展不能与学习任务、学业成就割裂开来。心理素质提升还应渗透到学科教育中, 学生认知能力、个性品质、适应性的发展与成功完成学习任务相互促进, 培养乐观、积极、幸福而有成就的学生。

## 基金项目

重庆市教育科学“十三五”规划 2016 年度重点课题(编号: 2016-23-003)。

## 参考文献

- 陈洪震, 苏建勇, 宋长秀(2006). 维护心理健康, 构建和谐社会. *河北师范大学学报: 哲学社会科学版*, 29(6), 152-155.
- 戴晓阳(2010). *常用心理量表评估手册*(pp. 163-164, 96-99). 北京: 人民军医出版社.
- 房立艳, 张大均, 武丽丽, 胡天强(2017). 中学生心理素质的类别特征: 基于个体中心的潜在类别分析. *心理与行为分析*, 15(1), 20-25.
- 胡胜利(2006). 中学生 SCL-90 评定结果及其常模的建立. *心理与行为研究*, 4(2), 114-119.
- 胡天强, 张大均, 程刚(2017). 中学生心理素问卷(简化版)的修编及信效度检验. *西南大学学报(社会科学版)*, 43(2), 120-126.
- 经承学, 王琳琳, 方栓峰等(2008). 广西壮族自治区青少年心理健康状况调查. *实用儿科临床杂志*, 23(23), 1833-1834.
- 刘恒, 张建新(2004). 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*, 18(2), 88-90.
- 牛晓丽, 张惠英(2007). 银川市中学生心理健康状况及影响因素调查. *中国校医*, 21(3), 265-267.
- 唐光政, 郭兰婷, 黄雪竹(2005). 成都市区 11~18 岁青少年人群心理问题调查. *中华流行病学杂志*, 26(11), 878-881.
- 万增奎(2017). 江苏省中小学生心理健康状况调查分析. *南京晓庄学院学报*, 9(5), 107-124.
- 王鑫强, 张大均(2012). 心理素质与心理健康关系模型构建: 对 PTH 和 DPM 的超越. *西南大学学报(社会科学版)*, 38(6), 67-74.
- 吴艳, 戴晓阳, 温忠麟, 崔汉卿(2010). 青少年学习倦怠量表的编制. *中国临床心理学杂志*, 18(2), 152-154.
- 武丽丽, 张大均, 张雪琪, 程刚(2017). 中小学生心理素质量表全国常模的制定. *西南大学学报(社会科学版)*, 43(6), 98-105.
- 辛自强, 张梅(2009). 1992 年以来中学生心理健康的变迁: 一项横断历史研究. *心理学报*, 41(1), 69-78.
- 晏子(2010). 心理科学领域内的客观测量——Rasch 模型之特点及发展趋势. *心理科学进展*, 18(8), 1298-1305.
- 杨碧秀, 程灶火, 袁国桢等(2004). 中小学生心理健康问题流行学的研究进展. *国外医学精神病学分册*, 3(3), 184-186.
- 张大均, 王鑫强(2012). 心理健康与心理素质的关系: 内涵结构. *西南大学学报(社会科学版)*, 38(3), 69-74.
- Erhart, M. et al. (2009). Measuring Mental Health and Well-Being of School Children in 15 European Countries Using the KIDSCREEN-10 Index. *International Journal of Public Health*, 54, 160-166. <https://doi.org/10.1007/s00038-009-5407-7>

### 知网检索的两种方式:

1. 打开知网页面 <http://kns.cnki.net/kns/brief/result.aspx?dbPrefix=WWJD>  
下拉列表框选择: [ISSN], 输入期刊 ISSN: 2160-7273, 即可查询
2. 打开知网首页 <http://cnki.net/>  
左侧“国际文献总库”进入, 输入文章标题, 即可查询

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: [ap@hanspub.org](mailto:ap@hanspub.org)