

中学生抑郁与其相关影响因素的综合研究

王极盛, 丁新华

【摘要】目的 探讨中学生抑郁状况与其相关因素的关系,以便为中学生抑郁问题的理论研究和辅导工作提供依据。方法 采用中学生抑郁量表、青少年生活事件量表、中学生父母教养方式量表、艾森克人格问卷和应对量表,对 558 名中学生进行调查。结果 中学生整体抑郁水平较低,但有 32.9% 的学生存在不同程度的抑郁问题,男女生在抑郁方面不存在性别差异;年龄差异在中学生抑郁上表现十分明显,高中生的抑郁状况要高于初中生。中学生抑郁情绪与生活事件、父母教养方式、人格和应对方式各因子均有十分显著的相关关系;进一步回归分析结果表明,有 6 个因素对抑郁的预测作用十分明显,具体为不良情绪应对、内外向、学习压力、退避、神经质、父理解型教养方式。结论 中学生抑郁与生活事件、父母教养方式、人格和应对方式关系密切,受多种因素的影响。

【关键词】 学生;抑郁症;生活变动事件;家庭关系(类目词);人格

【中图分类号】 G 442 R 395.6 【文献标识码】 A 【文章编号】 1000-9817(2003)04-0336-03

Depression of Secondary School Students and Correlates/WANG Ji-sheng, DING Xin-hua. Institute of Psychology, Chinese Academy of Sciences, Beijing, (100101), China

【Abstract】 Objective To explore the prevalence of depression among secondary school students and its correlates. Methods Five hundred and fifty-eight secondary school students were surveyed with Chinese Secondary School Student Depression Scale, Adolescence Life Events Scale, Eysenck Personality Questionnaire (EPQ), Parents' Upbringing Ways Scale and Coping Scale. Results The prevalence rate of depression among secondary school students was lower, but 32.9% of students had different degrees of depression. There were insignificant gender differences in depression, however, Depression was common among senior school students than among junior school students and was correlated with scores on items of life events, Parents' upbringing ways, personality traits and coping styles. Stepwise regression analysis revealed that negative emotion coping, extraversion, study stress, wince, neuroticism and father's understanding pattern were significant predictors of depression. Conclusions Depression is a problem among senior school students, problem-solving efforts should be made.

【Key words】 Students; Depression; Life change events; Family relations (non Mesh); Personality

抑郁是困扰中学生的常见心理问题之一,受到心理学与教育学工作者的广泛重视,并对此展开了大量的研究。有关中学生抑郁与其相关影响因素的研究虽然进行的不少,但多集中在人口学指标、生活应激、家庭环境或个性等某一个或 2 个变量的探讨上^[1-4],缺乏对多种影响因素的整合研究。社会环境、自身、家庭等因素并非单独作用于心理,它们彼此共同作用于个体,因此抑郁的影响因素也是复杂多变的。深入系统地探讨抑郁多个影响因素的综合作用,具有重要的理论和实践意义。

本研究使用王极盛专门针对我国中学生编制的抑郁量表及有关量表,对中学生抑郁与生活事件、父母教养方式、人格、应对方式等多个相关影响因素之间的关系进行综合探讨,以便为中学生抑郁问题的理论研究和辅导工作提供更为丰富的依据。

1 对象与方法

1.1 对象 随机抽取北京市、河北省 2 所普通中学学生 558 人。其中男生 278 名,女生 280 名;初一学生 107 名,初二学生 178 名,高一学生 161 名,高二学生 112 名。

1.2 测评工具

1.2.1 中学生抑郁量表 此量表由王极盛编制^[5],共由 20 个项目构成,采用 5 级评分,分别表示从无 = 1、轻度 = 2、中度 = 3、偏重 = 4、重度 = 5。该量表的信度、效度指标较为理想,分半信度为 0.87,不同时间间隔的重测信度为 0.72 ~ 0.80,以流调中心用抑郁量表(CES-D)为效标的效标关联效度为 0.67。因素分析表明,本量表可以分为 4 个因子,解释的方差率为 60.1%,

结构效度较好。

1.2.2 青少年生活事件量表 采用刘贤臣编制^[6]的青少年生活事件量表,共有 27 个项目,主要由可能引起青少年心理应激的负性生活事件构成,分为人际关系、学习压力、受惩罚、丧失、健康适应、其他 6 个因子,该量表的信度、效度指标较好。

1.2.3 中学生父母教养方式量表 该量表为王极盛编制,共有 29 个项目,包括父亲与母亲的教养方式因子各 4 个,其中父亲教养方式因子有理解型(FF₁)、放任型(FF₂)、严惩型(FF₃)、过分保护和干涉型(FF₄),母亲教养方式有理解型(MF₁)、放任型(MF₂)、严惩型(MF₃)、过分保护和干涉型(MF₄)。每个项目采用 5 级评分制,1 ~ 5 分别表示从无、偶尔、时有、经常、总是。编制本量表的理论构思为 4 因素结构模型,最后的因素分析也得出了类似的 4 因素结构,提示本量表的结构效度较好。本量表的项目多由对中学校长、老师、家长及学生的访谈而得来,具有较高的内容效度。父亲教养方式总量表的同质性系数为 0.70,分半信度为 0.74;母亲教养方式总量表的同质性系数为 0.70,分半信度为 0.73。均已达到测量学上可接受的信度水平。

1.2.4 艾森克人格问卷 采用龚耀先修订^[7]的艾森克人格问卷(幼年版),共有 88 个项目,主要测量精神质、内外向与神经质 3 个人格维度。精神质分量表得分愈高,表明精神质程度愈高;内外向分量表得分愈高,表明愈外向;神经质得分愈高,表明情绪愈不稳定。本问卷具有较高的信度和效度。

1.2.5 应对量表 该量表由王极盛编制,共有 72 个项目,包括不良情绪应对、解决问题、合理化、退避、发泄和求助 6 个应对因子,该问卷结构由探索性因素分析而得。6 个因子可解释总体方差的 42.9%,结构效度较好。该量表总体的同质性系数为 0.92,分半信度为 0.57,各因子的 α 系数分别为 0.92, 0.90,

【作者单位】 中国科学院心理研究所,北京 100101。

0.80, 0.76, 0.70, 0.53, 各项信效度指标基本达到心理测量学的要求。

1.3 数据处理 对数据使用 SPSS 10.0 统计软件进行管理与统计处理。

2 结果

2.1 基本状况 全体被试抑郁的总平均分为 (1.89 ± 0.67) 分, 存在抑郁问题的学生占总体的 32.9%, 其中轻度抑郁者(2~3 分)占 26.3%, 中度抑郁者(3~4 分)占 5.5%, 重度抑郁者(4~5 分)占 1.1%。经检验, 男女生在抑郁方面, 差异无显著性($t =$

0.21, $P > 0.05$)。初一、初二、高一和高二年级学生抑郁因子分别为 (1.78 ± 0.71) 、 (1.76 ± 0.61) 、 (2.01 ± 0.68) 、 (2.04 ± 0.64) 分, 经检验, 各年级学生间差异有显著性($F = 6.94$, $P < 0.01$), 高中学生的平均抑郁水平显著高于初中学生。

2.2 抑郁与生活事件、父母教养方式、人格和应对方式的相关分析 由表 1 可见, 抑郁与生活事件各因子显著正相关, 与父母的理解型教养方式显著负相关, 与父母的严惩、放任、过分保护和干涉显著正相关, 与人格的精神质、神经质显著正相关, 与内外向显著负相关, 与应对方式中的不良情绪应对、合理化、退避、发泄显著正相关, 与解决问题、求助显著负相关。

表 1 抑郁与生活事件、父母教养方式及人格和应对方式的相关关系

	人际关系	学习压力	受惩罚	丧失	健康适应	精神质	内外向	神经质	父理解	父严惩	父放任
r 值	0.422	0.439	0.239	0.136	0.242	0.275	-0.378	0.664	-0.318	0.302	0.149
P 值	<0.001	<0.001	<0.001	<0.01	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001
	父过保护	母理解	母严惩	母放任	母过保护	不良情绪应对	解决问题	合理化	退避	发泄	求助
r 值	0.087	-0.293	0.326	0.155	0.153	0.821	-0.226	0.370	0.733	0.530	-0.115
P 值	<0.05	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001

2.3 抑郁与各影响因素的逐步回归分析 以抑郁为因变量, 以生活事件、父母教养方式、人格、应对各因子为自变量进行逐步回归分析, 结果见表 2。不良情绪应对、内外向、学习压力、退避、神经质、父理解型教养方式依次进入回归方程, 对其有一定的预测作用。

表 2 抑郁和相关因素的逐步回归分析

因素	B	Beta	R ²	t 值	P 值
不良情绪应对	0.445	0.498	0.674	11.39	0.000
内外向	-0.019	-0.135	0.694	5.48	0.000
学习压力	0.145	0.144	0.713	5.95	0.000
退避	0.199	0.173	0.728	4.54	0.000
神经质	0.012	0.101	0.733	3.04	0.002
父理解	-0.046	-0.057	0.736	2.33	0.020

3 讨论

本研究结果显示, 中学生总体的抑郁均分在 2 分即轻度水平以下, 表明中学生整体心理状态尚可, 但是仍有 32.9% 的中学生存在程度不等的抑郁问题, 这也说明, 抑郁是困扰中学生的一个较为明显的心理问题, 值得广大心理和教育工作者的重视。本研究结果表明, 男女生在抑郁上不存在明显差异, 与有关的研究结果较为一致^[1-4]; 年级差异在中学生抑郁上表现明显, 与以往的研究结果也基本一致^[1-4]。随着年级的增加, 中学生面临的升学压力和学业负担随之增大, 尤其是高中学生普遍面临高考的重压, 可能直接导致抑郁的增加。另外, 随着年龄的增长和青春期的来临, 学生对家长、老师产生一定的逆反心理, 出现各种各样的烦恼, 从而使得中学生表现出越来越严重的抑郁。因此, 关注高年级中学生的心理健康, 帮助他们更好地应付学业压力及成长中的烦恼, 必将有利于防治抑郁的发生。

以往的研究虽然都在一定程度上揭示了抑郁与其相关影响因素的关系, 但是多数研究考察的都是单一影响因素, 同时考虑多种相关影响因素而进行的综合性研究较为少见。本研究试图从生活事件、父母教养方式、人格和应对方式等 4 个方面来综合分析其与抑郁的关系。结果显示, 抑郁与生活事件、父母教养方式、人格和应对方式均有十分显著的相关关系, 具体表现为遭遇的应激性生活事件愈少、父母的教养方式愈民主

理解、情绪愈稳定、性格愈外向, 遇到问题后多采取解决问题和求助的应对方式, 抑郁水平也愈低。这些结果与国内有关单个因素的研究结果较为一致^[8-11], 从而验证了抑郁受多种因素影响的理论假设。

进一步回归分析结果表明, 不良情绪应对、内外向、学习压力、退避、神经质、父理解型教养方式依次进入对抑郁的回归方程, 对其有一定的预测作用。同样的生活事件, 不同的应对方式可能会带来不同的身心适应结果, 因此应对方式作为外界生活事件和心理健康的中介变量, 对心理健康的作用不可低估^[12]。应对方式中的不良情绪应对, 主要指遇到问题后的不良情绪应对反应, 表现为悲观失望、苦闷压抑等。这些消极的应对反应对抑郁的影响作用最为明显, 因此最先进入对抑郁的回归方程之中。另外, 退避对抑郁的影响作用也较大。遇到问题后不能主动解决或者寻求外界帮助, 而是以退避的方式来应付的个体, 较易产生抑郁问题。人格对抑郁也有较大的影响作用, 内外向和神经质对抑郁有较好的预测作用, 外向型、情绪稳定的个体体验到的抑郁情绪相对要少。生活事件中, 学习压力为中学生最常遇到的事件之一, 也是学校教育因素的主要表现所在。本研究表明, 学习压力对学生的抑郁有着较为重要的影响作用, 仅次于不良情绪应对反应。父母教养方式中, 父理解型教养方式对子女的抑郁有较强的预测作用, 从而表明父亲对子女的理解关爱对子女的健康成长有着十分重要的作用, 提示缺乏父亲关爱的孩子可能更易产生抑郁问题。

总而言之, 本研究发现生活事件、父母教养方式、人格、应对方式与抑郁的关系均较为密切。但是相对而言, 应对中的不良情绪应对、退避, 生活事件中的学习压力, 人格中的神经质和内外向, 父母教养方式中的父理解型, 这些因素对抑郁的预测作用较其他因素强。提示从上述因素来预防和改善中学生的抑郁情绪, 可能会达到较好的效果。由于本研究的目的在于探讨中学生抑郁与其相关影响因素的关系, 因此取样不是很多, 结论的适用性可能会受到一定的限制, 这有待于今后进一步地深入研究。

4 参考文献

[1] 刘贤臣, 郭传琴, 王均乐, 等. 高中生抑郁情绪及其影响因素调查.

- 中国心理卫生杂志, 1991, 5(1): 24-26
- [2] 刘贤臣, 马登岱, 刘连臣, 等. 生活事件、应对方式与青少年抑郁的相关性研究. 中国临床心理学杂志, 1997, 5(3): 166-169
- [3] 卢世国, 翟金国. 中学生抑郁情绪及其相关因素的调查. 四川精神卫生, 1999, 12(3): 184
- [4] 阳德华. 初中生抑郁情绪与学校因素的相关性研究. 中国临床心理学杂志, 2002, 10(1): 33-35
- [5] 王极盛, 邱炳武, 赫尔实. 中学生抑郁量表的编制及其标准化. 社会心理学, 1997, 45(3): 4-6
- [6] 刘贤臣. 青少年生活事件量表的编制与信度、效度检验. 中国临床心理学杂志, 1997, 5(1): 34-36
- [7] 龚耀先. 艾森克人格问卷. 长沙: 长沙医学院, 1983. 23
- [8] 楼玮群. 高中生压力源和心理健康的研究. 心理科学, 2000, 23(2): 156-160
- [9] 梁家国. 父母教养方式对子女心理状况的初探. 中国心理卫生杂志, 1995, 9(4): 176-178
- [10] 王极盛, 邱炳武, 赫尔实. 中学生父母教养方式与心理健康关系. 中国健康教育, 1998, 14(10): 16-18
- [11] 肖计划, 许秀峰, 李晶. 青少年学生的应付方式与精神健康水平的相关研究. 中国临床心理学杂志, 1996, 4(1): 53-55
- [12] 姜乾金, 黄丽, 卢抗生, 等. 心理应激: 应对的分类与身心健康. 中国心理卫生杂志, 1993, 7(4): 145-147

(收稿日期: 2002-07-24)

【心理卫生】

电脑对儿童心理健康的影响

郭莉莉

【文献标识码】 A
【中图分类号】 R 395.6 B 844.12
【文章编号】 1000-9817(2003)04-0338-01
【关键词】 精神卫生; 儿童; 电脑

在现代社会中, 电脑与人们的工作、学习和生活息息相关。学校、幼儿园、家庭纷纷开始用电脑对孩子进行教学和智力开发。电脑给孩子带来了许多新的感受和新的发现, 同时也给孩子带来了不利的影响。芬兰心理学家指出, 青春发育期前的儿童若长时间与电脑相处, 对其思维和感情生活将会产生不良的影响^[1]。近几年来, 笔者通过教学实践观察, 了解电脑对幼儿身心健康的负面影响, 并尝试着提出了一些相应的防制对策。

1 幼儿经常接触电脑会阻碍思维能力的发展

思维是人脑借助于语言, 以已有知识为中介, 对客观现实的概括、间接反映, 是高级的认识过程^[2]。3~6 岁的幼儿思维具有很大的随意性, 想象力丰富, 此年龄阶段幼儿的思维力是具体、形象、简单的。若经常接触电脑, 他们所形成的基本思维与电脑的“符号式思维”有相同之处, 即零碎的符号式机械思维取代幼儿正常思维的发展^[1]。幼儿若长期处于这样的停留状态, 势必会影响他们的经验、言语、好奇心和求知欲望。

为避免电脑的负面影响, 教师和家长应注重对孩子的引导, 可以为孩子选择一些内容健康、语言规范、情节生动的故事光盘, 应用多媒体电脑讲故事, 以发挥他们的想象力; 可以引导孩子利用电脑画笔玩着色游戏, 为画面涂上各种颜色或改变原有颜色, 让幼儿体会到创作的乐趣; 可以引导孩子玩动脑筋小游戏或电脑棋类游戏, 幼儿可根据自己的兴趣选择, 在饶有趣味的活动中, 最大限度地发挥儿童的创造力和想象力。在幼儿初步接触电脑时, 不要急于用电脑进行教学, 宜着重引发幼儿学习的兴趣, 针对孩子的认知发展水平挑选合适的电脑软件。

2 幼儿经常与电脑为伴会降低记忆力

记忆在幼儿心理的发展过程中有着尤为重要的意义。记忆对幼儿个性、情感、意志、性格等方面的稳步发展有着积极的促进作用^[2]。长期与电脑接触的幼儿乐于用电脑来代替头脑的记忆, 比如, 有的幼儿在电脑上识字, 常把操作作为主要手段, 把看图识字视为辅助性学习。二者关系的颠倒, 使幼儿并没有真正掌握知识技能。

此时应注意引导幼儿把注意力集中在学习的内容上, 而不是操作行为本身。这一点做起来相当困难, 因为幼儿自控能力弱、贪玩, 在操作电脑时会不由自主地产生一种游戏感, 因此要不厌其烦地去纠正和引导。幼儿记忆力的正常发展可以通过为幼儿提供丰富的游戏材料、图文并茂的识字书和运用幼儿多种感官参加游戏, 以帮助幼儿形成正确的表象, 增强其记忆力。

3 经常接触电脑的幼儿容易存在性格缺陷

随着电脑的普及, 幼儿在家操作电脑主要是看网络动画片或幼教软件、电脑游戏。儿童过早地长时间单独与电脑为伴, 会在情感上对电脑产生一种眷恋和过分依赖之情。他们不了解电脑不可能解决一切问题, 过分依赖电脑象过分依赖家长一样, 都不利于孩子独立生活能力的形成。过度沉迷于电脑的幼儿, 会造成感情冷漠、生活热情下降, 出现自闭倾向。这类幼儿平时在幼儿园所表现的是不合群, 好攻击同伴, 对周围的事物漠不关心。

4 经常接触电脑的幼儿缺乏交际能力

当代幼儿心理健康的标志强调了社会性发展的和谐以及良好的交际能力^[3]。幼儿沉迷于电脑, 必然大减少其游戏、户外活动和社会交往活动。社会性游戏与交往是幼儿个性社会化的重要刺激因素, 幼儿正是在与同伴及成人的游戏和交往中逐渐理解和掌握群体生活中的社会规范, 养成协作精神与合群性的个性品质。而电脑的过多介入, 无疑会形成一堵屏障, 将幼儿封锁于家中, 不利于幼儿的个性社会化, 势必会导致孩子被动性增强、创造力下降, 形成懒惰、不爱活动的个性特征。因此, 家长应积极鼓励孩子走出家门, 主动为孩子寻找合适的玩耍伙伴, 为其提供交往机会, 这样会收到事半功倍的效果。此外, 幼儿经常玩电脑还会阻碍口语表达能力的发展。

幼儿的成长发育需要多种多样的活动, 而这一切不能为电脑所取代。作为教育工作者和家长, 要对电脑的教育作用有正确的认识, 趋利避害, 以利于幼儿身心健康。

5 参考文献

- [1] 电脑儿童的缺陷: 不善交际. 健康报, 1999-02-01
- [2] 黄人颂, 主编. 学前教育参考资料. 北京: 人民教育出版社, 1989. 60-74

(收稿日期: 2002-12-26)

【作者单位】 安徽省蚌埠市机关第一幼儿园, 233000。