

南充市中学生心理求助状况及专业心理求助态度

雍那¹,任玉玲²,王春元³,杨仕龙⁴,唐雷⁵,丁祥洪⁵,喻元凤⁵

1.川北医学院临床医学系,四川南充 637000;2.高坪中学;3.白塔中学;4.龙门中学;5.川北医学院附属医院精神心理科

【摘要】 目的 了解南充市中学生的心理求助状况及专业心理求助态度,为中学生心理问题干预提供理论依据。**方法** 分层整群随机抽取南充市 6 所中学的 2 219 名在校学生,运用自编问卷及专业心理求助态度问卷评定中学生的求助状况及专业心理求助态度。**结果** 中学生遇到心理困惑时,仅 22.8%愿意寻求专业心理援助,62.9%寻求非专业心理援助,14.3%谁也不愿意找;仅 3.8%的学生曾寻求过专业心理援助。女生在专业心理求助态度总分及各因子得分均高于男生($t=-5.52\sim-3.11$, P 值均 <0.01);愿意寻求专业心理援助的学生在求助态度总分和各因子得分上均高于不愿意者($t=-8.31\sim-3.57$, P 值均 <0.01);初中生的自我认知、信任性和求助态度总分高于高中生($t=2.19\sim4.65$, P 值均 <0.05)。**结论** 南充市中学生寻求专业心理援助的意愿较低,男生和高年级学生的专业心理求助态度更消极。需加强对中学生的心理健康教育,提升专业心理求助的积极性。

【关键词】 精神卫生;态度;学生

【中图分类号】 B 844.2 G 444 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2018)08-1253-03

有调查发现,我国中学生心理问题检出率高达 48.7%,行为问题检出率为 12.9%^[1-2];焦虑情绪检出率为 16.1%,抑郁情绪检出率高达 45.5%,有 20.7%的人存在自杀意念,3.96%在过去 1 年里有自杀未遂史^[3-4]。心理问题不但严重影响中学生的学习,而且对生活和健康成长也带来巨大危害。

当中学生出现心理行为问题时,寻求专业心理帮助可有效减轻危害程度^[5]。专业的心理帮助指从事心理健康工作的心理咨询师、健康专家等专业人士提供的帮助^[6]。但实际大多数青少年更愿意向父母和同伴等非专业人士求助,而非专业人士提供的心理帮助的有效性较有限,不利于青少年心理行为问题的康复^[7]。专业心理求助态度指个体遇到心理行为问题时对寻求专业心理帮助的一种内在反应倾向,对个体的求助愿意具正向预测作用^[8]。本研究调查南充市中学生的心理求助状况及专业心理求助态度,以便为中学生更有效的心理行为问题干预措施的提出提供依据。

1 对象与方法

1.1 对象 于 2017 年 4—5 月,随机抽取南充市 6 所中学(教学水平强、中、弱的初、高中各 1 所),再随机

整群抽取每所学校每个年级 2 个班级学生为研究对象,进行自填式问卷调查。共发放问卷 2 400 份,回收有效问卷 2 219 份,有效回收率为 92.5%。其中男生 994 名,女生 1 225 名;初中生 1 136 名,高中生 1 083 名;城市学生 876 名,小城镇学生 809 名,农村学生 534 名。平均年龄(15.24 ± 1.89)岁。

1.2 工具

1.2.1 自编一般情况问卷 内容包括所在学校、年级、班级、性别、年龄、父母受教育程度、家庭状况、学校状况,心理求助状况包括自编心理求助倾向性条目(包括专业心理援助,如学校心理咨询人员、医院心理医生等心理卫生专业人员的帮助;非专业心理援助,如老师、家长、同学、朋友等非专业人员的帮助;谁也不找)^[9]和既往寻求专业心理援助状况等条目。

1.2.2 专业心理求助态度问卷 (Attitude Toward Seeking Professional Psychological Help Scale, ATSP-PHS)^[10] 由 Fischer 等(1970)编制。量表共 29 个条目,分为自我认知、污名容忍程度、人际开放性、信任性 4 个维度。该量表采用 5 点计分,从 1“非常不同意”到 5“非常同意”,总分越高表明寻求专业性心理帮助的态度越积极。该问卷的内部一致性信度为 0.83,5 d、4 周和 6 周后的重测信度分别为 0.86、0.82 和 0.73,同时也具有良好的效度。

1.3 调查方法 调查前对所有调查员进行培训,统一调查指导语和调查方法。要求调查员掌握各项调查内容的标准。调查时以班级为单位,利用自习课时间开展调查。调查员先讲解调查目的、问卷填写方法、

【基金项目】 川北医学院科研发展计划项目(CBY15-B-YB03)。

【作者简介】 雍那(1982—),女,四川绵阳人,硕士,讲师,主要研究方向为儿童青少年心理卫生。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2018.08.041

注意事项,并告知中学生本调查为自愿参与,对同意接受调查且签署知情同意书的对象开展调查,问卷所收集资料将全部保密。问卷填写完整后,由调查员现场统一收回问卷。

1.4 统计方法 运用 EpiData 3.1 录入数据。应用 SPSS 16.0 软件进行描述统计、*t* 检验 χ^2 检验,检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 中学生心理求助状况 中学生在遇到心理困惑时,仅 505 人愿意寻求专业心理援助,占 22.8%;有 1 397 人表示仅想从非专业心理援助处获得心理帮助,占 62.9%;还有 317 人遇到心理问题时谁也不愿意找,占 14.3%。女生愿意寻求专业心理援助的比例略高于男生,差异无统计学意义($\chi^2=2.73, P=0.10$),初中生愿意寻求专业心理援助的比例(23.9%)略高于高中生(21.6%),差异无统计学意义($\chi^2=1.60, P=0.21$)。初中生中初二学生愿意寻求专业心理援助的比例略高于初一和初三学生,差异无统计学意义($\chi^2=3.98, P=0.14$);高中生中高二学生愿意寻求专业心理援助的比例略高于高一和高三学生,差异无统计学意义($\chi^2=$

0.47, $P=0.79$)。见表 1。目前仅 86 人曾寻求过专业心理援助,占 3.8%,其中男生 42 名,女生 44 名,差异无统计学意义($\chi^2=0.59, P=0.44$)。

2.2 中学生专业心理求助态度 女生专业心理求助态度总分和各因子得分均高于男生,差异均有统计学意义(P 值均 <0.01);遇到心理困惑时愿意寻求专业心理援助的学生在求助态度总分和各因子得分上均高于不愿意寻求专业心理援助的学生,差异均有统计学意义(P 值均 <0.01);初中生在自我认知、信任性和求助态度总分高于高中生,高中生的污名容忍程度得分高于初中生,差异均有统计学意义(P 值均 <0.01)。见表 2。

表 1 不同性别不同年级中学生寻求心理援助倾向性分布

性别与年级		人数	非专业心理援助	专业心理援助	谁也不找
性别	男	994	640(64.4)	210(21.1)	144(14.4)
	女	1 225	757(61.8)	295(24.1)	173(14.1)
年级	初一	399	252(63.2)	100(25.1)	47(11.8)
	初二	350	209(59.7)	92(26.3)	49(14.0)
	初三	387	249(64.3)	79(20.4)	59(15.2)
	高一	392	254(64.8)	81(20.7)	57(14.5)
	高二	352	226(64.2)	80(22.7)	46(13.7)
	高三	339	207(61.1)	73(21.5)	59(17.4)

注:()内数字为构成比/%。

表 2 不同组别中学生专业心理求助态度得分比较($\bar{x}\pm s$)

组别	人数	统计值	自我认知	污名容忍程度	人际开放性	信任性	求助态度总分
性别	男	994	24.46±3.76	17.14±2.48	23.07±3.71	29.19±4.90	93.86±11.11
	女	1 225	25.21±3.80	17.55±2.30	23.88±3.57	29.82±4.61	96.47±10.99
		<i>t</i> 值	-4.69	-4.03	-5.21	-3.11	-5.52
		<i>P</i> 值	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
是否愿意寻求专业心理援助	否	1 714	24.59±3.79	17.26±2.41	23.37±3.63	29.09±4.70	94.32±10.96
	是	505	25.82±3.68	17.71±2.30	24.03±3.70	31.06±4.61	98.63±11.02
		<i>t</i> 值	-6.43	-3.71	-3.57	-8.31	-7.75
		<i>P</i> 值	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
学段	初中	1 137	25.18±4.08	17.18±2.55	23.45±4.01	30.00±5.14	95.80±12.33
	高中	1 082	24.55±3.46	17.56±2.20	23.60±3.23	29.07±4.25	94.78±9.67
		<i>t</i> 值	3.89	-3.76	-0.95	4.65	2.19
		<i>P</i> 值	0.00	0.00	0.34	0.00	0.03

3 讨论

本研究发现,在遇到心理困惑或心理问题时,仅有 22.8%的中学生愿意寻求专业心理援助,62.9%的中学生仅愿意从父母、朋友等非专业人士处获得心理援助,还有 14.3%的中学生遇到心理问题时不愿意寻求任何人的帮助。寻求专业心理援助的倾向性概率较徐伏莲等^[11]的研究结果低。本调查还发现,既往仅有 3.8%的中学生曾寻求过专业心理援助,较孙玮等^[12]的调查结果低。可能与地域经济发展水平不一致有关,不同经济发展水平地区会出现学校对心理健康教育的重视和普及程度不一致的情况^[13],致使学生对心理疾病的认识和重视程度存在很大差异。提示尚需加强本地区中学生心理健康教育宣传的力度,提

高中学生的心理健康意识。

研究指出,出现心理问题后是否寻求专业心理援助其态度是关键影响因素^[14]。Fischer 等^[15]的研究指出,心理求助态度对个体的专业求助行为有显著预测作用。本研究也发现,在心理求助倾向性上选择专业心理援助的学生,在求助态度总分和各因子得分上均高于不愿意寻求专业心理援助的学生,也进一步证实了心理求助态度与专业心理求助行为有明显的关系。

本研究结果还显示,女生的专业心理求助态度总分和各因子得分均高于男生,说明女生对心理帮助需要的自我认识状况、对心理健康从业者的信任度、对耻辱的忍受性和人际开放性均强于男生,寻求专业心理援助的态度比男生更积极。与文国香^[16]的研究结

果一致,但与黎艳华^[17]的研究结果存在差异。可能因选择的样本不同使调查结果存在一定偏倚。男生寻求专业援助的态度没有女生积极,可能因不同性别有不同的角色期待,传统观念要求男性要坚强、勇敢、克制情感等,寻求心理援助会被误认为是软弱的表现,因此遇到问题时更倾向于自己解决;而女生常被当做弱势群体,是被保护的对象,依赖性和顺从心较男性更强,故在出现心理问题时愿意依靠专家的帮助和指点,因而专业心理求助态度会更积极。

初中生自我认知、信任性和求助态度总分高于高中生,高中生污名容忍程度得分高于初中生。提示初中生对心理帮助需要的自我认识状况和对心理健康从业者的信任度较高中生高,在遇到心理问题或心理困惑时,寻求专业心理援助的态度也较高中生更积极,与崔红君^[18]的研究结果一致。推测原因可能与心理发展有关,从初中开始,学生的自尊心、成人感及独立感的发展水平开始由低年级向高年级呈现逐渐增高的趋势^[19];高中生心智较初中生更成熟,故在遇到心理问题时,虽较初中生对污名的容忍程度更强,但更想靠自己解决问题,故寻求专业援助的意愿较初中生低。

青少年出现心理问题若未有效解决,将会对生活、学习乃至人格完善和心理健康成长产生负面影响。个体能意识到自己对心理帮助需要的程度和对心理健康从业者的信任性越高,寻求心理帮助的倾向性也会越高。当人们懂得的心理卫生学知识越多,对心理疾病的认识就会越宽容,求助的态度也会越积极^[20]。心理健康课能提高个体对专业心理工作人员的信任性,提高受试者对自身的评价和对专业心理求助行为的接纳^[21]。建议学校积极给中学生开设心理健康教育课程,加强心理健康知识的宣传普及,提高学生寻求专业援助的积极性。同时,因中学生的专业心理求助与父母知晓程度相关^[22],而青少年有了心理问题后会更倾向于向父母、同伴求助,且父母在青少年由非专业转向专业心理求助的过程中也发挥着重要作用^[6]。因此,应进一步加强对家长心理健康知识的宣讲,提高家长对青少年心理健康的重视,鼓励其在青少年出现心理问题时积极引导寻求专业心理援助,促进青少年心理健康成长。

4 参考文献

- [1] 何健,孙经,李凤娟,等.河南省住校中学生心理健康现状分析[J].中国公共卫生,2017,33(3):437-440.
- [2] 钟宝亮,陈红辉,张建芳,等.武汉市儿童少年行为问题的检出率

- 及相关因素[J].中国心理卫生杂志,2010,11(24):833-834.
- [3] 苏虹,王保金,陈卉鸣,等.中学生抑郁、焦虑情绪的流行特征及相关因素分析[J].中华行为医学与脑科学杂志,2002,11(2):196-198.
- [4] 吴虹,邓剑雄,高雪,等.深圳市中学生自杀相关行为现况调查[J].中国公共卫生,2015,31(11):1373-1376.
- [5] HAYES J A, YOUNG S J, CASTONGUAY L G, et al. Rates and predictors of counseling center use among college students of color[J]. J Coll Couns,2011,14(2):105-116.
- [6] RICKWOOD D, DEANE F P. Young people's help-seeking for mental health problems[J]. Adv Ment Health,2005,4(3):1446-7984.
- [7] CHU J P, HSIEH K Y, TOKARS D A. Help-seeking tendencies in Asian Americans with suicidal ideation and attempts[J]. Asian Am J Psychol,2011,2(1):25-38.
- [8] WU C Y, LIU S I, CHANG S S, et al. Surveys of medical seeking preference, mental health literacy, and attitudes toward mental illness in Taiwan, 1990-2000[J]. J Form Med Assoc,2014,113(1):33-41.
- [9] 江光荣,夏勉.心理求助行为:研究现状 & 阶段-决策模型[J].心理科学进展,2006,14(6):888-894.
- [10] 郝志红,梁宝勇.关于寻求专业性心理帮助的态度问卷的修订[J].中国临床心理学杂志,2007,15(1):1-3.
- [11] 徐伏莲,钟明洁,陈海泉,等.江门市中学生抑郁症状与心理求助现状[J].中国学校卫生,2014,35(10):1500-1502.
- [12] 孙玮,聂玲,常春.北京市某校高中生抑郁症状及求助现状调查[J].中国学校卫生,2009,30(9):826-828.
- [13] 任金杰,徐桂云.经济欠发达地区学校心理健康教育模式的探索[J].通化师范学院学报,2007,28(11):97-99.
- [14] YAMAWAKI N. The effects of self-construal and masculinity vs. femininity: a comparison of American and Japanese attitudes toward mental health services[J]. J Ment Health Couns,2010,32(2):154-167.
- [15] FISCHER E H, TURNER J L. Orientations to seeking professional help: development and research utility of an attitude scale[J]. J Cons Clin Psychol, 1970, 35(1):79.
- [16] 文国香.中学生心理求助态度的认知干预研究[D].武汉:华中师范大学,2015.
- [17] 黎艳华.中学生专业心理求助态度调查研究[J].社会心理科学,2012(3):45-47.
- [18] 崔红君.中学生专业心理求助态度及其与羞耻感和问题认知的关系研究[D].上海:上海师范大学,2003.
- [19] 高一虹,陆小娅.大学生心理帮助与求助方式的性别差异[J].妇女研究论丛,2001(2):9-16.
- [20] FREDERICK T L, PETER Z. Gender and opinions about mental illness as predictors of attitudes toward seeking professional psychological help[J]. Br J Guid Couns,1999,27(1):123-132.
- [21] 陈玉娥.高中生寻求专业心理帮助态度的干预研究[D].南昌:江西师范大学,2014.
- [22] 吴梦希,刘朝莹,方晓义,等.青少年心理行为问题与专业心理求助态度:父母知晓的中介作用[J].心理科学,2014(1):94-100.

收稿日期:2018-04-08;修回日期:2018-06-04