新疆维吾尔族流动中小学生学习心理健康状况及相关因素分析

王小丽

昌吉学院初等教育学院,新疆 831199

【摘要】 目的 了解新疆维吾尔族流动中小学生学习时间管理倾向、社会适应能力和心理健康状况之间的关系,为维吾尔族流动中小学生学习身心健康发展提供支持。方法 在乌鲁木齐市 4 所流动学生较为集中的中小学随机抽取 624 名维吾尔族中小学生学习,采用时间管理倾向量表、心理健康测验量表、社会适应能力诊断量表进行调查。结果 维吾尔族流动中小学生学习个人取向得分与非流动儿童比较差异有统计学意义($t=-3.933, P<0.01$),在时间价值感、设置目标、时间监控观等因子上流动与非流动儿童得分比较差异也有统计学意义(t 值分别为 $-3.427, -3.261, -3.186, P$ 值均 <0.01)。时间管理倾向与适应能力类型的交互作用存在统计学意义($F=2.76, P<0.01$)。相关分析显示,流动中小学生的社会适应能力与心理健康呈负相关($r=-0.513, P<0.01$);时间价值感与社会适应能力呈正相关($r=-0.192, P<0.01$),社会适应能力与时间监控观和时间效能感间均呈正相关(r 值分别为 $0.436, 0.447, P$ 值均 <0.01);心理健康水平与时间监控观、时间效能感均呈负相关(r 值分别为 $-0.298, -0.357, P$ 值均 <0.01)。多元线性回归分析显示,维吾尔族流动中小学生的时间效能感($B=-0.295, t=-2.865, P<0.01$)、社会适应能力($B=-0.395, t=-7.887, P<0.01$)对心理健康水平均起到较好的预测作用($F=57.432, P<0.01, R=0.532, R^2=0.283$)。结论 维吾尔族流动中小学生的学习时间管理倾向与非流动学生相比较低。时间管理倾向的提高有助于社会适应能力提高,对心理健康有利。

【关键词】 时间;社会适应;精神卫生;健康状况;学生

【中图分类号】 B 844.2 R 395.6 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2017)02-0279-04

随着我国经济的发展,大量农村剩余劳动力涌向城市^[1-2],势必导致当前我国大量流动儿童人口的出现^[3-4]。2015 年流动儿童状况调查显示^[5],当前我国每 100 个儿童中就有 13 个流动儿童。同样,对于边疆地区的新疆来说,维吾尔族流动儿童也占有相当比例。研究显示,时间管理倾向是个体在管理使用时间上的心理表现,具有多维性,也是一种人格倾向^[6]。还有研究显示,时间管理倾向与心理健康状况间存在一定的联系,同时社会适应能力也是反映心理健康水平的一个重要指标^[7]。本研究旨在了解维吾尔族流动中小学生学习时间管理倾向、社会适应能力和心理健康状况之间的关系,为该群体身心健康发展提供支持。

1 对象与方法

1.1 对象 在乌鲁木齐市选取 2 所流动学生较多的中学和小学,每个学校随机选取 5 个教学班级,以班级内全体维吾尔族中小学生学习为调查对象,共选取 20 个教学班级的 652 名维吾尔族中小学生学习。调查后收回有效

问卷 624 份,问卷有效回收率为 95.71%。平均年龄为 (14.31 ± 1.53) 岁。其中流动儿童 302 名(男生 164 名,女生 138 名),非流动儿童 322 名(男生 158 名,女生 164 名)。本研究中流动儿童是指年龄在 15 岁以下,随父母移居城市上学的农村儿童,流动时间在 1~12 个月。非流动儿童指具有乌鲁木齐市当地户籍,并且在户籍地居住 1 年以上的儿童。

1.2 方法

1.2.1 青少年时间管理倾向量表(TMQ) 由黄希庭等^[8]编制,共由 44 个条目 3 个分量表(时间价值感、时间效能感、时间监控观)组成,每个条目采用 Likert 5 点计分法,从完全不符合到完全符合分别计 1~5 分。量表的内部一致性信度为 0.62~0.83,重测信度为 0.72~0.86。

1.2.2 社会适应能力诊断量表(SAS) 由郑日昌^[9]研究编制,该量表共由 20 个条目组成,每个条目有 3 个选项,分别为是、无法肯定、不是,根据测试中回答情况予以赋分,根据条目进行正向或反向计分,最终得分 35~40 分为社会适应能力较强,29~34 分为良好,17~28 分为一般,6~16 分为较差,5 分及以下为很差。该量表的 Cronbach α 系数为 0.92。重测信度系数为 0.91。

1.2.3 中小学生学习心理健康测验量表(PSMH) 由彭华军^[10]修订而成,该量表共由 100 个条目 8 个方面组

【基金项目】 教育部人文社会科学项目(14YJC880082);新疆维吾尔自治区哲学社会科学项目(14CJYX108)。

【作者简介】 王小丽(1985-),女,四川成都人,硕士,讲师,主要研究方向为学前教育学及特殊教育。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2017.02.037

成。每个条目根据“是”“否”分别计1分和0分,每个条目得分之和为原始分数,根据常模转化为标准分。 ≥ 65 分为非常不健康,50~64分为比较不健康,35~49分为一般健康,21~34分为比较健康, ≤ 20 分为非常健康。调查中测试数据不可信的,需进行再次测试。该量表的Cronbach α 系数为0.89,重测信度为0.66~0.83。

测试于2015年10月由课题组经过培训的维吾尔族教师指导学生填写,问卷当场发放当场收回,问卷填写不受周围同学及老师的影响,采用匿名填写的方式进行。

1.3 统计分析 问卷统计数据采用EpiDate 3.1软件进行双录入,采用SPSS 20.0统计软件进行处理与分

析,统计方法包括t检验、方差分析、多元线性回归分析等,检验水准 $\alpha = 0.05$ 。

2 结果

2.1 维吾尔族流动与非流动中小学生学习时间管理倾向得分比较 维吾尔族流动中小学生的个人取向得分低于非流动儿童,差异有统计学意义($t = -3.933, P < 0.01$);另外在时间价值感、设置目标、时间监控观、社会取向、计划、时间分配、时间管理效能、时间效能感方面流动与非流动维吾尔族中小学生学习得分差异均有统计学意义(P 值均 < 0.05);在优先级、反馈性、时间管理行为效能方面得分差异均无统计学意义(P 值均 > 0.05)。见表1。

表1 维吾尔族流动与非流动中小学生学习时间管理倾向各因子得分比较($\bar{x} \pm s$)

是否流动儿童	人数	个人取向	社会取向	时间价值感	设置目标	计划	优先级	反馈性	时间分配	时间监控观	时间管理行为效能	时间管理效能	时间效能感
是	302	18.28±3.26	19.22±4.01	37.49±6.34	15.65±4.04	15.25±4.58	17.24±3.49	15.97±5.19	13.84±3.07	77.91±14.85	17.08±3.64	18.35±3.56	35.42±6.28
否	322	19.31±3.28	19.89±3.71	39.19±6.03	16.96±5.88	15.13±4.05	17.61±3.19	16.34±4.25	14.37±2.91	81.57±13.78	17.44±3.66	19.21±6.35	36.63±5.98
t值		-3.933	-2.163	-3.427	-3.261	2.125	-0.346	-0.971	-2.211	-3.186	-1.231	-2.103	-2.461
P值		0.005	0.024	0.006	0.008	0.026	0.723	0.146	0.021	0.009	0.113	0.027	0.017

2.2 维吾尔族流动与非流动中小学生学习社会适应能力诊断量表得分比较 维吾尔族流动中小学生的社会适应能力得分(6.19±1.31)与非流动中小学生(6.17±1.34)差异无统计学意义($t = 1.14, P > 0.05$)。另外,男生社会适应能力得分为(6.13±1.34)分,女生为(6.24±1.32)分;独生子女为(6.21±1.45)分,非独生子女为(6.26±1.41)分,差异均无统计学意义(t 值分别为

1.03, 1.25, P 值均 > 0.05)。
2.3 维吾尔族流动与非流动中小学生学习心理健康测试量表得分比较 维吾尔族流动中小学生的心理健康水平得分(68.56±3.26)与非流动中小学生(67.53±3.47)差异无统计学意义($t = 1.23, P > 0.05$)。不同性别和是否独生子女心理健康量表总分差异均无统计学意义(P 值均 > 0.05)。见表2。

表2 不同组别维吾尔族中小学生学习心理健康水平得分比较($\bar{x} \pm s$)

组别	人数	统计值	学习焦虑	身体症状	交往障碍	孤独	自责	过敏	恐惧	冲动	总分
性别	男	311	6.80±0.84	8.01±1.01	7.81±0.44	6.41±1.53	6.81±1.78	7.81±0.45	7.61±2.62	9.01±2.01	71.61±3.86
	女	292	6.76±0.51	8.02±1.41	6.75±2.06	4.76±0.97	6.01±2.16	7.75±0.51	8.51±1.29	8.25±1.27	68.51±3.72
			t值 P值	0.12 >0.05	-0.01 >0.05	1.13 >0.05	1.88 >0.05	0.61 >0.05	0.16 >0.05	-0.63 >0.05	0.65 >0.05
是否独生子女	是	231	6.75±0.51	8.01±1.42	6.75±2.07	4.76±0.97	6.01±2.17	7.76±0.51	8.51±1.29	8.25±1.27	68.51±3.71
	否	372	7.33±2.08	6.34±2.08	8.67±1.54	4.67±2.09	4.34±2.09	7.01±1.02	6.67±3.22	9.68±1.54	66.68±1.54
			t值 P值	-0.56 >0.05	1.27 >0.05	-1.34 >0.05	0.07 >0.05	1.02 >0.05	1.32 >0.05	1.06 >0.05	-1.31 >0.05

2.4 维吾尔族流动中小学生学习时间管理倾向、社会适应能力、心理健康水平间的相关分析 将时间管理倾向各个维度得分、社会适应能力、心理健康水平进行(时间监控观、时间价值感、时间效能感3个因子) $\times$ (社会适应能力5个等级) $\times$ (心理健康水平5个等级)的重复测试方差分析,社会适应能力、心理健康水平为被试间变量,时间管理倾向为被试内变量。结果显示,时间管理倾向与适应能力类型的交互作用存在统计学意义($F = 2.76, P < 0.01$);时间管理倾向的主效应也有统计学意义($F = 369.23, P < 0.01$);社会适应能力类

型的被试间效应也有统计学意义($F = 3.72, P < 0.01$),其他效应方面差异均无统计学意义(P 值均 > 0.05)。

Pearson 相关分析显示,维吾尔族流动中小学生的社会适应能力与心理健康呈负相关($r = -0.513, P < 0.01$);时间价值感与维吾尔族流动儿童的社会适应能力呈正相关($r = -0.192, P < 0.01$),维吾尔族流动中小学生的社会适应能力与时间监控观和时间效能感间均呈正相关(r 值分别为0.436, 0.447, P 值均 < 0.01);维吾尔族流动中小学生的心理健康水平与时间监控观、时间效能感呈负相关(r 值分别为-0.298, -0.357,

P 值均 <0.01)。

多元线性回归分析显示,维吾尔族流动中小学生的时间效能感($B=-0.295, t=-2.865, P<0.01$)、社会适应能力($B=-0.395, t=-7.887, P<0.01$)对维吾尔族流动中小学生的心理健康水平起到较好的预测作用($F=57.432, P<0.01, R=0.532, R^2=0.283$)。

3 讨论

时间管理倾向不仅可以反映调查者对时间的态度,还可以有效反映对时间的利用效率,可以多方面、多层次的了解调查者对时间及自身心理情况的反映^[6]。本研究显示,维吾尔族流动中小学生在时间监控、时间价值感以及时间效能感方面的得分均低于非流动儿童。同时个人取向、时间管理效能和设置目标等方面得分差异也均有统计学意义。与熊猛等^[11]的研究结果一致。相关研究显示,流动儿童的时间价值感、个人取向比非流动儿童较差^[12-15]。在平时的学习和生活中,非流动儿童一般会在家长或老师的指导下主动或者被动地设定某些自己所要达到的目标,在这一过程中往往获得一定的时间价值感。而流动儿童没有教师和家长的积极领导,一般目标设定的人格特征不是特别显著。在与父母一起流动的过程中,流动儿童因家长平时较忙,因此需要自己处理更多学习和生活中的问题,从而对自己的生活和学习更有计划性和安排,但导致这种计划性的深入原因有待进一步调查和研究。

本研究结果显示,维吾尔族流动儿童的社会适应性方面与非流动儿童差异无统计学意义,与王莹^[16]的研究结果不同,与唐贵忠等^[17]的研究结果一致。在本研究中,因民族的不同,家长和老师的教育观念、教育子女的方法均存在一定差异,也影响着中小学生的社会适应能力,具体原因有待进一步深入研究。本研究中因以上影响因素同时存在,导致维吾尔族流动中小学生的社会适应能力与非流动学生差异无统计学意义。

流动中小学生的心理健康量表各因子得分均高于非流动中小学生的心理健康水平,差异均无统计学意义。与张艳等^[18]的研究结果不一致。除民族成分不同外,其他原因有待进一步调查和分析。

相关分析显示,除时间价值感与维吾尔族流动中小学生的心理健康水平间不存在相关性外,时间管理倾向各个维度与社会适应能力和心理健康水平方面均存在相关性。维吾尔族中小学生的社会适应能力较强时,时间价值感、效能感和监控观方面也会在矛盾解决的过程中得到有效的提高;而当学生的社会适

应能力较弱时,面对冲突或矛盾,自身的时间价值感、效能感和监控观方面势必造成较大影响^[19-20]。所以,本研究中维吾尔族中小学生的时间管理倾向在效能感和监控观方面均存在正性关系。

本研究中,维吾尔族流动中小学生的社会适应能力对心理健康水平具有良好的预测作用,同时社会适应能力得分与心理健康测验量表各因子得分均存在负性关系,与陈红^[21]的研究结果一致。维吾尔族流动中小学生的时间管理倾向各维度对心理健康水平也具有较好的预测作用,与 Lang^[22]的研究结果一致。表明时间管理倾向的人格特征也是预测心理健康水平的一项重要指标。

为进一步促进维吾尔族流动中小学生的心理健康发展,应在以下方面做好工作:首先,家长应重点关注子女的心理状况和学习情况,以便发现问题及时处理^[23-26]。其次,维吾尔族流动中小学生在学校往往是弱势群体,学校的教师或者班主任应给予重点关注,通过文体活动、课余文化活动等增进同学间的沟通和交流,避免出现自卑、抑郁、孤独、焦虑等负性心理情绪,对健康成长带来一定障碍。再次,社会群体应对流动中小学生的予以更多的关爱,如一些文体、科普场所应免费为流动儿童开放等^[27-30]。学校还应设立心理咨询和监测机构,定期对维吾尔族中小学生的心理健康监测,重点对流动儿童等特殊群体进行监测,以便及时发现问题,及时干预引导。

4 参考文献

- [1] 任强.农民工随迁子女心理弹性、社会支持及其关系研究[J].湖州师范学院学报,2013,23(5):27-32.
- [2] 白春玉,张迪,顾国家,等.流动儿童心理健康状况家庭环境影响因素分析[J].中国公共卫生,2013,29(2):288-289.
- [3] 李燕芳,刘丽君,吕莹,等.人际关系状况与学龄前流动儿童的问题行为[J].心理学报,2015,47(7):914-927.
- [4] 张翔,王娟,陈良辉,等.城市流动儿童孤独及社交焦虑与人格特征及父母教养方式关系[J].中国儿童保健杂志,2014,22(6):576-579.
- [5] BRITTON B, GLYNN S. Mental management and creativity [M]// GLOVER J, RONNING R, REYNOLDS C. Handbook of creativity. US: Springer, 1989: 429-440.
- [6] 李泽, 蔺秀云, 刘杨, 等. 对立违抗障碍儿童心理特点分析: 家庭系统观角度[J]. 中国临床心理学杂志, 2014, 22(4): 610-614.
- [7] 秦启文, 张志杰. 时间管理倾向与心理健康关系的相关研究[J]. 心理科学, 2002, 25(3): 349.
- [8] 黄希庭, 张志杰. 青少年时间管理倾向量表的编制[J]. 心理学报, 2001, 33(4): 338-343.
- [9] 郑日昌. 大学生心理诊断[M]. 济南: 山东教育出版社, 1999: 366-369.
- [10] 彭华军. 小学生团体咨询式心理健康教学实验研究[D]. 重庆: 西南师范大学, 2004.

- [11] 熊猛,叶一舵.中国城市农民工子女心理健康研究述评[J].心理科学进展,2011,19(12):1798-1813.
- [12] 朱丹,王国锋,刘军,等.流动儿童同伴关系的弹性发展特点研究[J].中国临床心理学杂志,2013,21(4):654-657.
- [13] 易艳红,陈艳琳,王礼桂.武汉市流动儿童孤独感与同伴接纳、友谊质量的关系调查[J].中国妇幼保健,2013,28(32):5333-5336.
- [14] 李艺敏,孔克勤.大、中、小学生自卑感结构及发展特点[J].心理科学,2010,32(1):36-40.
- [15] 张轶杰,唐岩,阮冶.学习障碍儿童自尊自我意识及时间管理倾向分析[J].中国学校卫生,2012,33(9):1080-1082.
- [16] 王莹.对城市中流动儿童社会适应状况的考察与分析[D].郑州:郑州大学,2005.
- [17] 唐贵忠,唐晓君,肖家慧.重庆市城区流动儿童社会适应情况[J].中国学校卫生,2007,28(3):228-229.
- [18] 张艳,何成森.团体箱庭干预留守儿童同伴关系效果研究[J].中国学校卫生,2013,34(6):740-741.
- [19] 张运生.团体训练克服大学生人际敏感效果评价[J].中国学校卫生,2005,26(6):466-467.
- [20] 马红霞,张郢,牛春娟,等.唐山某医学院新生时间管理团体心理辅导效果分析[J].中国学校卫生,2011,32(4):483-484.
- [21] 陈红.大学生时间管理倾向及其与考试焦虑的关系[J].科教文汇,2015,30(20):127-129.
- [22] LANG D.Preventing short-term strain through time-management coping[J].Work Stress,1992,6(2):169-176.
- [23] 谭千保,于慧.城市流动儿童的被忽视与学校适应的关系[J].教育与教学研究,2010,24(7):44-46.
- [24] 林盈盈,唐峥华,刘丹,等.流动儿童孤独感、自我接纳和行为问题调查[J].中国公共卫生,2013,29(9):1256-1260.
- [25] 冯帮.流动儿童的城市文化适应研究:基于社会排斥的分析视角[J].现代教育管理,2011,24(5):17-21.
- [26] 郑晓康,李新宇.流动人口子女父母教养方式与学习环境适应性的关系[J].中国健康心理学杂志,2006,14(5):499-502.
- [27] 陈玉凤,熊健,石红.湘西少数民族地区城区流动儿童与常住儿童心理健康的比较研究[J].中国健康教育,2012,28(7):536-539.
- [28] 陈艳君.流动儿童心理健康研究述评[J].南京人口管理干部学院学报,2012,28(3):33-36.
- [29] 孙维平,胡韬,郭跃勤.重庆市某小学进城务工农民子女心理健康状况[J].中国学校卫生,2007,28(1):68-68.
- [30] 白春玉,张迪,顾国家.沈阳市部分流动儿童心理健康状况分析[J].中国学校卫生,2012,33(4):459-460.

收稿日期:2016-07-18;修回日期:2016-09-13

· 健康教育 ·

新疆维吾尔族大学生不良健康行为及影响因素分析

翟伟¹,刘晶芝²,买合木提·买买提³,米热古丽³

1.新疆师范大学体育学院/体质监测中心,乌鲁木齐 830054;2.新疆工程学院体育部;3.新疆医科大学公共卫生学院

【摘要】 目的 了解新疆高校维吾尔族大学生不良健康行为现状及其影响因素,为维吾尔族大学生养成健康的行为习惯提供理论支持。**方法** 采用整群抽样的方法,在新疆 5 所高校中随机各抽取 2 个年级,以年级内全体维吾尔族大学生共 8 946 名作为调查对象;采用自编健康行为调查问卷进行调查,并对结果进行分析。**结果** 新疆高校维吾尔族大学生不良健康行为报告率最高的为缺乏锻炼(87.09%),其次为不按时休息(67.85%),最低的是吸烟(15.74%)。在饮酒、不吃早饭、不按时休息、上网时间>2 h/d 方面男生的不良健康行为报告率均高于女生,差异均有统计学意义(χ^2 值分别为 1 227.68,206.45,75.29,13.01, P 值均<0.01);女生在节食减肥和缺乏锻炼方面的报告率高于男生,差异均有统计学意义(χ^2 值分别为 15.20,271.21, P 值均<0.01)。相关分析显示,维吾尔族大学生吸烟与饮酒、不吃早饭、节食减肥呈正相关,与缺乏锻炼呈负相关;饮酒与不吃早饭、缺乏锻炼、休息不规律、上网时间>2 h/d 呈正相关;不吃早饭与节食减肥、休息不规律、上网时间>2 h/d 呈正相关;节食减肥与缺乏锻炼、休息不规律呈负相关,与上网时间>2 h/d 呈正相关(P 值均<0.05)。多因素 Logistic 回归分析显示,维吾尔族大学男生、独生子女、月生活支出高、父亲和母亲学历低是不良健康行为发生的危险因素(P 值均<0.01)。**结论** 维吾尔族大学生不良健康行为普遍较高,并存在聚集性特征,应采取有效措施进行教育引导。

【关键词】 健康教育;行为;回归分析;学生

【中图分类号】 G 479 R 195 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2017)02-0282-04

【基金项目】 国家自然科学基金项目(31160228)。

【作者简介】 翟伟(1977-),男,天津市人,硕士,副教授,主要研究方向为体育教育训练学。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2017.02.038

大学生是我国经济发展的重要力量,他们的健康状况将间接影响我国经济的发展^[1]。研究显示,当前我国大学生中存在较多生活不良问题,如抽烟、酗酒、网瘾、熬夜、缺乏体育锻炼等^[2],会影响大学生群体的身心健康,对生活和学习带来负面影响^[3]。有研究显