

综合干预模式对农村留守初中生心理健康干预效果研究

欧薇, 谢琴红, 何静, 王智, 杨映萍, 宋兴勇

遵义医学院管理学院医学心理学教研室, 贵州 563003

【摘要】 目的 评估学校—家庭—个人综合干预对农村留守中学生心理健康的即时效果和远期效果, 为农村留守中学生心理健康干预提供建议和依据。**方法** 采用中国中学生心理健康量表筛查遵义地区 6 所农村中学心理健康水平差的留守初中生, 选取其中 3 所学校的 55 名学生为实验组进行综合干预, 另 3 所学校选取 53 名学生为对照组。在干预前后及干预结束 6 个月后 3 个时间点进行评估。**结果** 干预后, 实验组抑郁、人际关系敏感等因子得分均较对照组低 (1.79 ± 0.27 与 2.57 ± 0.50 ; 1.64 ± 0.37 与 2.68 ± 0.49) ; 干预结束 6 个月后, 实验组抑郁、人际关系敏感等因子得分均较对照组低 (1.85 ± 0.30 与 2.50 ± 0.46 ; 1.81 ± 0.40 与 2.55 ± 0.51) , 差异均有统计学意义 (P 值均 < 0.01) 。干预后, 实验组在表达看法、了解自己、增加自信、乐于分享、感觉活动经验有意义、感觉信任和坦诚方面得分均比干预前升高, 差异均有统计学意义 (P 值均 < 0.05) 。**结论** 综合干预对留守初中生心理健康水平具有较好的改善效果, 并随着时间的推移, 效果得以保持。

【关键词】 精神卫生; 干预性研究; 学生; 农村人口

【中图分类号】 B 844.2. R 195 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2016)06-0814-03

Comprehensive intervention model on mental health among rural left-behind junior middle school students/OU Wei, XIE Qinrong, HE Jing, Wang Zhi, YANG Yingping, SONG Xingyong. Department of Medical Psychology, School of Management, Zunyi Medical College, Zunyi (563003), Guizhou Province, China

【Abstract】 Objective To assess the effectiveness of the school-family-individual based comprehensive mental health intervention among left-behind junior middle school students, and to provide evidence for the intervention. **Methods** Six rural junior middle schools were selected. A sample of 55 students in 3 schools were selected as experimental group, 53 adolescents in other 3 schools were selected as control group. Chinese Middle School Students Mental Health Scale (MSSMHS) was used to screen mental health problems before and after intervention in both groups. **Results** After intervention, depressive symptoms, interpersonal sensitivity and other factors in the experimental group were significantly lower than the control group (1.79 ± 0.27 vs 2.57 ± 0.50 ; 1.64 ± 0.37 vs 2.68 ± 0.49). Moreover, intervention showed lasting effects for six months (1.85 ± 0.30 vs 2.50 ± 0.46 ; 1.81 ± 0.40 vs 2.55 ± 0.51) ($P < 0.05$). **Conclusion** Comprehensive intervention shows significant effects in improvement of mental health among rural left-behind junior middle school students.

【Key words】 Mental health; Intervention studies; Students; Rural population

MacDonald 等^[1]认为, 青少年的焦虑、抑郁、退缩等情绪和认知问题, 与吸烟、饮酒、自杀、攻击等行为是相互关联的。关注青少年情绪和认知的干预, 不仅能够提高其心理健康水平, 还能有效减少危险行为的发生。我国农村留守儿童心理问题较多, 心理健康水平较差, 国内学者在改善该人群心理健康方面做了诸多努力^[2-4]。农村留守儿童心理健康受到多方面因素的影响, 探索设计系统有效的干预模式一直是研究的重点^[5-7]。本研究立足贵州遵义地区, 探索学校—家庭—个人的综合干预对提高农村留守初中生心理健康的影响, 为该群体青少年心理健康干预提供建议和

依据。

1 对象与方法

1.1 对象 采用分层整群抽样方法, 于 2012 年 11—12 月, 分别在遵义地区经济水平好、中、差 3 个行政县各抽取 2 所农村中学进行调查。共抽取留守初中生 2 512 名, 回收有效问卷 2 400 份。根据中国中学生心理健康量表评分标准^[8], 总均分 ≥ 2 分表示存在心理问题, 检出存在心理问题的留守初中生 1 445 名, 检出率为 60.2%。在各个县选择其中 1 所中学作为实验组, 另外 1 所作为对照组。在实验组和对照组中学检出存在心理问题的初一年级留守学生中, 根据随机和自愿原则, 各选择 60 名学生参加干预。干预期间由于有学生退出和转学, 干预后与远期评估结束实验组学生为 55 名 (男生 29 名, 女生 26 名), 对照组为 53 名 (男生 22 名, 女生 31 名), 性别分布差异无统计学意义 ($\chi^2 = 1.363, P = 0.255$)。实验组和对照组年龄为 (13.27 ± 0.89) 岁和 (13.36 ± 0.71) 岁, 差异无统计学意义 ($t = 0.552, P = 0.582$)。

【基金项目】 国家社会科学基金项目 (12BGL112); 贵州省科技厅联合基金项目 (黔科合 J 字 LKZ[2010]44 号); 贵州省教育厅高校人文社会科学项目 (CJ-2014-10)。

【作者简介】 欧薇 (1980—), 女, 四川大竹人, 硕士, 副教授, 主要研究方向为人群心理健康。

【通讯作者】 杨映萍, E-mail: 617279836@qq.com。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2016.06.004

1.2 方法

1.2.1 测评工具 包括中国中学生心理健康量表和团体辅导满意度量表。中国中学生心理健康量表(MSSMHS)^[8]用于评估中学生心理健康状况,包括强迫症状、偏执、敌对、人际关系紧张与敏感、抑郁、焦虑、学习压力、适应不良、情绪不平衡、心理不平衡 10 个因子,采用 5 级评分,量表具有良好的信、效度。团体辅导满意度量表^[9]共 9 个项目,评估学生在参加团体辅导后个人成长的主观满意感受,采用 10 级评分,有良好的信度和效度。

1.2.2 评估方法 实验组和对照组在干预前、干预后、干预结束 6 个月后 3 个时间点均采用中学生心理健康量表进行调查;实验组分别于干预第 1 次和第 7 次结束后,采用团体辅导满意度问卷评估干预后个人成长的主观满意效果。

1.2.3 干预方法 从学校、家长、个人 3 个层面实施干预:(1)学校层面。一方面对教师开设专题讲座《问题行为特征与应对方式》《有效沟通技巧》,帮助基层教师认识心理健康问题的表现和提高应对能力,应用于以后的学生管理工作中;另一方面采用宣传栏、主题班会板报和传单方式宣传初中生心理健康知识。(2)家长层面。采用亲子沟通讲座和心理健康传单方式帮助家长增加中学生心理健康知识的了解和与孩子沟通的能力。(3)个人层面。一方面开设讲座《青少年期心理健康问题与维护》《问题行为特征与应对》《亲子沟通的密码》,另一方面对入选的实验组学生实施团体心理辅导。

为避免实验组学生受到标签化的影响,在选择和

招募时告知学生,研究组将随机选择同学参加心理健康课程,由同学自己决定是否参加。团体以人本主义、发展心理学和现实主义治疗理论为指导,结合前期调查发现的心理问题特征,设计 7 次结构化的团体辅导^[10]。每周 1 次,每次 90 min。主题是:破冰行动“我们在一起”,自我认识“我喜欢的动物”,“自由投篮”—“理想的我与现实的我”,情绪表达与释放,绘本阅读《妈妈你好吗?》,多一个视角看世界—“优点银行”,团体结束的总结与分离—阳光总在风雨后。目的是帮助成员学会在与人交往和生活中能适度表达自己的情绪;在行为上能够表现有自我控制的技巧;在认知上建构父母外出务工对自己的意义并且能认识到自我选择的重要性。帮助成员学会负责的生活,从而学会欣赏自己、接纳自己,不断完善自己,促进健康成长。参与干预的 4 名咨询师均为心理学或精神卫生硕士毕业,有 3 年以上结构化团体干预经验。为保证整个团体干预流程的标准化,研究组专家按照研究方案对咨询师进行严格培训。对照组学校和团体干预对照组学生采用宣传板报、教师讲授等传统心理健康教育模式。

1.3 统计学处理 采用 SPSS 17.0 软件进行数据录入,采用 χ^2 检验、 t 检验和重复测量方差分析进行组间差异检验,检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 实验组和对照组干预前后及远期评估心理健康状况比较 见表 1。

表 1 干预前后及远期评估实验组和对照组心理健康量表因子得分比较($\bar{x}\pm s$)

时间	组别	统计值	强迫症状	偏执	敌对	人际关系 紧张与敏感	抑郁	焦虑
干预前	实验组		2.68±0.56	2.54±0.61	2.46±0.66	2.68±0.58	2.48±0.58	2.88±0.63
	对照组		2.69±0.49	2.62±0.08	2.31±0.71	2.65±0.51	2.51±0.48	2.74±0.54
		t 值	0.10	8.68	1.12	0.24	0.27	1.19
		P 值	0.92	0.39	0.26	0.81	0.79	0.24
干预后	实验组		1.95±0.43	1.66±0.05	1.50±0.40	1.64±0.37	1.79±0.27	1.95±0.26
	对照组		2.72±0.55	2.64±0.14	2.49±0.60	2.68±0.49	2.57±0.50	2.80±0.54
		t 值	8.22	49.13	10.09	12.35	10.10	10.38
		P 值	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01
远期评估	实验组		2.05±0.46	1.96±0.07	1.60±0.41	1.81±0.40	1.85±0.30	1.98±0.32
	对照组		2.51±0.49	2.31±0.06	2.51±0.67	2.55±0.51	2.50±0.46	2.70±0.55
		t 值	5.11	27.60	8.43	8.44	8.74	8.28
		P 值	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01
时间	组别	统计值	学习压力	适应不良	情绪不平衡	心理不平衡	总均分	
干预前	实验组		2.56±0.70	2.53±0.57	2.73±0.63	2.13±0.67	2.57±0.40	
	对照组		2.55±0.78	2.35±0.57	2.64±0.52	2.15±0.53	2.52±0.30	
		t 值	0.05	1.58	0.77	0.18	0.64	
		P 值	0.96	0.12	0.44	0.86	0.52	
干预后	实验组		1.69±0.46	1.71±0.39	1.83±0.37	1.48±0.34	1.72±0.15	
	对照组		2.66±0.71	2.47±0.69	2.77±0.69	2.10±0.63	2.59±0.32	
		t 值	8.40	7.00	8.74	6.38	18.12	
		P 值	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01	
远期评估	实验组		1.80±0.58	1.71±0.40	1.92±0.42	1.48±0.30	1.82±0.12	
	对照组		2.46±0.60	2.43±0.47	2.57±0.50	2.02±0.49	2.46±0.24	
		t 值	5.82	8.49	7.23	6.87	17.44	
		P 值	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01	

干预前实验组与对照组在心理健康量表各因子分差异均无统计学意义;干预结束后实验组在强迫症状、偏执、敌对、人际关系紧张与敏感、抑郁、焦虑、学习压力、适应不良、情绪不平衡、心理不平衡因子得分均较对照组降低;在干预结束后 6 个月的远期评估中,实验组心理健康量表各因子得分仍较对照组降低,差异均有统计学意义(P 值均 <0.05)。

对心理健康总均分经重复测量方差分析发现,组别主效应有统计学意义 [$F(1, 106) = 219.407, P < 0.01$], 时间主效应有统计学意义 [$F(2, 212) = 68.818, P < 0.01$], 时间和组别的交互效应有统计学意义 [$F(2, 212) = 79.091, P < 0.01$]。进一步分析发现,实验组干预后心理健康总均分及远期评估得分均低于干预前 (P 值均 <0.01), 对照组心理健康总均分干预后较干预前升高 ($P < 0.05$), 而远期评估得分与干预前和干预后差异均无统计学意义 (P 值均 >0.05)。

2.2 实验组干预前后团体辅导满意度比较 干预后,实验组在表达看法、了解自己、增加自信、乐于分享、感觉活动经验有意义、感觉信任和坦诚方面得分均比干预前升高,差异均有统计学意义 (P 值均 <0.05)。见表 2。

表 2 实验组初中生团体辅导满意度得分干预前后比较 ($\bar{x} \pm s, n = 55$)

满意度	干预前	干预后	t 值	P 值
在课程中表达自己的看法	5.64 $\pm$ 1.95	7.13 $\pm$ 1.94	4.57	<0.01
喜欢课程内容	7.56 $\pm$ 2.28	8.24 $\pm$ 1.67	1.95	0.06
在活动中学会更关怀理解他人	6.71 $\pm$ 2.30	7.16 $\pm$ 2.11	1.39	0.17
越来越了解自己	6.64 $\pm$ 2.05	7.75 $\pm$ 2.07	2.95	<0.01
此课程增加了自信	6.31 $\pm$ 1.89	7.55 $\pm$ 2.17	4.30	<0.01
乐意与他人分享经验	5.85 $\pm$ 1.91	6.91 $\pm$ 2.18	3.17	<0.01
觉得这次的经验很有意义	5.75 $\pm$ 1.83	7.76 $\pm$ 2.18	6.28	<0.01
觉得聚会中大家互相信任且坦诚	5.98 $\pm$ 2.35	7.69 $\pm$ 2.15	4.39	<0.01
喜欢教师的带领方式	8.27 $\pm$ 2.63	8.56 $\pm$ 1.91	0.74	0.46

3 讨论

本研究对留守初中生实施学校一家长一个人的综合干预模式,干预后研究发现,对留守农村初中生的心理健康有良好改善效果,且干预结束后 6 个月效果持续。

遵义地区属于经济欠发达地区,农村中学心理健康教育师资非常薄弱,教师对心理健康问题的表现认识和教育能力不足。在学校层面,研究组结合前期师生调查结果,将教师讲座焦点集中在:(1)学生心理健康问题表现,发生分布情况,简单评估,普通问题的应对处理和严重问题的分级转介;(2)心理健康教育沟通能力的培养。学校层面的教师培训提高了农村基层教师对留守初中生心理健康问题的识别和干预能力,教师培训使后续的心理健康班会活动顺利有效开展,学生和教师都反映良好。

在个人层面,以人本主义理论、发展心理学理论和现实主义理论为指导,关注人际交往和情绪管理,设计团体主题。有研究认为留守儿童对父母外出务工的正性或负性认知对心理健康有重要影响^[11]。因此研究组设计中增加绘本阅读主题《妈妈你好吗?》,

让组员重新看待父母远离自己在外打工事件给自己带来的影响,合理表达对父母的情绪。团体辅导满意度问卷显示,实验组在自我表达、自我认识、自信、分享沟通、信任坦诚方面干预后较干预前得分升高。学生更能在团体中向别人表达自己的看法,对自己越来越了解,能够更开放的和其他人分享自己的经验,更能够在团体中信任组员和坦诚交流。组员在团体中学习到的积极经验也将延伸到生活中去。在团体干预中,接受过专业训练的咨询师组长,真诚信任的小组氛围,合理且贴近留守中学生的团体方案,是干预有效且效果持续的重要因素。

青少年的健康成长需要家庭、学校、个人的共同努力。虽然外出务工的父母导致了家庭情感教育引导的部分缺失,但教育的责任和可以开展的工作仍有空间。前期调研发现,留守初中生与父母存在亲子沟通不良^[12]。因此,在家长层面的干预中,除发放宣传单介绍青春期心理健康,还可以开办家长及抚育者讲座,培养家长亲子沟通能力。干预改善了家长对初中生心理健康和沟通知识的知晓情况。然而,研究也发现,由于农村家长文化程度普遍偏低,对应该承担的教育责任理解不足,不少家长认为管教孩子应该是学校教师的责任,忽视家庭教育的重要性,影响了综合干预的效果。后续研究中针对家长层面,探索提高教育责任意识的干预设计可能会更适合本地区的实际,实现更好的干预效果。

4 参考文献

- [1] MACDONALD V M, ACHENBACH T M. Attention problems versus conduct problems as six-year predictors of problem scores in a national sample[J]. J Am Acad Child Adolesc Psychiatry, 1996, 35(9): 1237-1246.
- [2] 林细华, 沈敏, 王琳, 等. 中国农村留守儿童心理健康状况的 Meta 分析[J]. 华中科技大学学报(医学版), 2010, 39(2): 228-231.
- [3] 徐丽华, 陈登峰, 傅文青, 等. 留守环境对农村独生子女心理健康状况的影响[J]. 中国临床心理学杂志, 2011, 19(5): 663-665.
- [4] 欧薇, 王智, 杨映萍, 等. 不同性别、年龄和抚养方式留守初中生问题行为特征分析[J]. 重庆医学, 2014, 43(27): 3605-3607.
- [5] 王天见, 李娇丽. 从生态系统角度看近十年儿童问题行为研究[J]. 湘潮, 2011(4): 59, 61.
- [6] 马惠霞, 郭宏燕, 沈德立. 系统心理干预增进初二学生良好学业情绪的实验研究[J]. 心理科学, 2009, 32(4): 778-782.
- [7] 李建桥, 吴瑞, 孙宝, 等. 重庆某库区县留守中学生亚健康状态同伴教育干预近期效果评价[J]. 中国学校卫生, 2014, 35(4): 561-563.
- [8] 王极盛, 李焰, 赫尔实. 中国中学生心理健康量表的编制及其标准化[J]. 社会心理科学, 1997(4): 15-20.
- [9] 吴武典, 金树人. 班级辅导活动设计指引[M]. 台北: 张老师文化事业出版社, 1998: 142-143.
- [10] 欧薇, 王智, 杨映萍, 等. 黔北农村留守初中生问题行为调查分析[J]. 中国学校卫生, 2014, 35(10): 1511-1513.
- [11] 王素芬, 余成民, 李宁佳, 等. 开放式叙事疗法在农村特殊家庭留守儿童心理干预中的应用[J]. 神经疾病与精神卫生, 2013, 13(6): 545-547.
- [12] 谢琴红, 杨映萍, 欧薇, 等. 黔北地区留守初中生亲子沟通及其与性心理健康的关系[J]. 中国学校卫生, 2014, 35(6): 898-900.

收稿日期: 2015-12-03; 修回日期: 2016-02-03