

河南省中小學生焦虑干扰生活程度现状及影响因素

朱雪丽, 赛雪莹, 石丽萍, 余洁静, 詹婷婷, 耿耀国

郑州大学教育学院, 河南 450001

【摘要】 目的 了解中小學生焦虑干扰生活程度现状及其心理社会影响因素, 为明确中小学健康教育工作方向和重点提供依据。**方法** 2016 年 1—6 月采取随机整群抽样方法, 抽取河南省 3 573 名小学生和 2 748 名初中生完成儿童焦虑干扰生活量表(Child Anxiety Life Interference Scale, CALIS)、青少年心理韧性量表(Resilience Scale of Chinese Adolescents, RSCA)、领悟社会支持量表(Perceived Social Support Scale, PSSS)、自尊问卷(Self-esteem Scale, SES)、一般自我效能感量表(General Self-efficacy Scale, GSES)。**结果** 焦虑干扰生活程度在不同性别、学段、焦虑程度、父亲受教育水平、母亲受教育水平的中小學生中差异均有统计学意义(t/F 值分别为 2.07, -2.29, 119.93, 13.38, 9.65, P 值均 <0.05); 焦虑干扰生活程度与心理弹性、社会支持、自我效能感等心理社会因素均呈负相关(r 值分别为 -0.25, -0.09, -0.12, P 值均 <0.01), 与自尊呈正相关($r=0.23, P<0.01$); 线性回归分析结果显示, 心理弹性($\beta=-0.21$) 负向预测焦虑干扰生活程度, 自尊($\beta=0.13$)、社会支持($\beta=0.06$) 均正向预测焦虑干扰生活程度。**结论** 中小學生生活受焦虑干扰程度较严重, 心理弹性是影响中小學生焦虑干扰生活程度的主要心理社会因素。

【关键词】 焦虑; 日常生活活动; 学生; 精神卫生

【中图分类号】 G 444 G 637.8 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2019)09-1326-04

Anxiety life interference among primary and middle school students in Henan Province and its influencing factors/ZHU Xueli, SAI Xueying, SHI Liping, YU Jiejing, ZHAN Tingting, GENG Yaoguo. School of Education, Zhengzhou University, Zhengzhou(450001), China

【Abstract】 Objective To investigate anxiety life interference among primary and middle school students in Henan Province and its influencing factors, and to provide scientific basis for health education in primary and secondary school students. **Methods** By using cluster sampling method, 3 573 primary school students and 2 748 secondary school students in Henan Province were investigated with Child Anxiety Life Interference Scale(CALIS), Resilience Scale for Chinese Adolescents(RSCA), Perceived Social Support Scale(PSSS), Self-Esteem Scale(SES), General Self-efficacy Scale(GSES). **Results** There were significant differences in anxiety life disturbance in primary and middle school students by gender($t=2.07, P=0.04$), school level($t=-2.29, P=0.02$), degree of anxiety($F=119.93, P<0.01$), educational level of fathers($F=13.38, P<0.01$) and educational level of mothers($F=9.65, P<0.01$). The degree of life disturbance caused by anxiety was negatively correlated with mental resilience, social support and self-efficacy($r=-0.25, -0.09, -0.12, P<0.01$), and was positively related to self-esteem($r=0.23$). Mental resilience($\beta=-0.21$) significantly negatively predicted anxiety interference with life, while self-esteem($\beta=0.13$) and social support($\beta=0.06$) significantly positively predicted anxiety interference with life. **Conclusion** The life of primary and middle school students is seriously disturbed by anxiety, and mental resilience is the primary psychosocial factor that affects the level of anxiety life interference among primary and middle school students.

【Key words】 Anxiety; Activities of daily living; Students; Mental health

流行病学研究表明, 焦虑症是儿童青少年期最常见的精神疾病之一^[1], 对儿童青少年社会、学习和家庭领域的功能造成了较大的干扰^[2]。与正常儿童相比, 患有焦虑障碍的儿童有更多的同伴关系问题、旷

课、注意力下降和学习成绩下降^[3], 其家庭成员之间的互动质量更差^[4]。此外, 如果儿童青少年期的焦虑障碍得不到治疗, 将持续到成年期^[5], 会使个体在成年期面临更大的自杀风险、抑郁症和物质滥用。在美国精神障碍诊断和统计手册中由焦虑症状引起的个体痛苦或损伤即“损害标准”(impairment criterion) 经常被认为是区分正常焦虑与异常焦虑的主要方法^[6-7]。焦虑对儿童青少年日常生活的干扰是寻求心理咨询与治疗的主要动机^[8-9], 而且是儿童心理问题长期发展轨迹的一个重要预测指标。本研究以河南省中小學生为被试, 探讨焦虑干扰生活程度及其相关

【基金项目】 全国教育科学“十三五”规划 2017 年度国家一般课题项目(BBA170064)。

【作者简介】 朱雪丽(1995—), 女, 河南郑州人, 在读硕士, 主要研究方向为临床心理学。

【通讯作者】 耿耀国, E-mail: gengyg@zhu.edu.cn。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2019.09.013

心理社会因素,为中小学健康教育工作提供参考。

1 对象与方法

1.1 对象 经郑州大学伦理委员会批准及所调查小学、初中学校董事会同意后,于 2016 年 1—6 月,根据地理位置与经济发展水平等因素,在河南省选取郑州市、开封市、新乡市、周口市、南阳市和三门峡市 6 座城市,各市随机抽取 2 所小学与 2 所中学,在每所小学中随机整群抽取四至六年级各 1 个班级,在初中随机整群抽取初一至初三各 1 个班级。共抽取 7 000 名四至九年级学生进行问卷调查,收集有效数据 6 321 份,有效回收率为 90.30%。其中男生 3 352 名(53.0%),女生 2 969 名(47.0%);小学生 3 573 名,初中生 2 748 名。年龄 9~15 岁,平均(11.49±1.72)岁。

1.2 工具

1.2.1 儿童焦虑干扰生活量表(Child Anxiety Life Interference Scale, CALIS) 由 Lyneham 等^[10]编制,是一个综合测量焦虑对儿童生活干扰程度的工具,适用于 6~17 岁儿童青少年。量表共包含 9 个条目,涉及家庭、学校、社会生活等方面。量表分为 2 个部分:首先,询问被试恐惧和担忧对其情绪的影响;其次,询问焦虑对不同生活领域的影响,指导语为“恐惧和担忧在多大程度上使你难以做以下事情?”然后列出如“与父母融洽相处”之类的条目。量表采用 Likert 5 级计分(0=从不~4=总是),所有条目相加得到总分,得分越高,表示个体生活受焦虑干扰的程度越高。本研究中,量表的 Cronbach α 系数为 0.90。各条目得分 ≥ 3 (经常或总是出现条目叙述的状况),表示存在相应的问题。

1.2.2 领悟社会支持量表(Perceived Social Support Scale, PSSS)^[11] 量表包括 12 个条目,采用 Likert 7 级计分(1=完全不同意~7=完全同意),包含家庭支持、朋友支持和重要他人支持(老师、亲戚、同学)3 个维度。总量表的 Cronbach α 系数为 0.94。

1.2.3 青少年心理韧性量表(Resilience Scale of Chinese Adolescents, RSCA) 该量表由胡月琴等^[12]编制,共有 27 个条目,采用 Likert 5 级计分(1=完全不符~5=完全符合),要求被试选择对条目陈述的符合程度。量表总分为所有项目得分总和,得分越高,说明心理韧性水平越高。在本研究中,量表的 Cronbach α 系数为 0.84。

1.2.4 自尊问卷(Self-esteem Scale, SES) 由杨烨等^[13]修订的中文版。量表由 10 个条目组成,采用 Likert 4 级评分(1=非常同意~4=非常不同意),总分得分越低,自尊程度越高。在本研究中,量表的 Cronbach α 系数为 0.87。

1.2.5 一般自我效能感量表(General Self-efficacy Scale, GSES) 由王才康等^[14]修订的中文版。该量表共有 10 个条目,采用 Likert 4 级评分(1=完全不正确~4=完全正确),要求被试选择对条目陈述的符合程度。得分越高,自我效能感越高。在本研究中,量表的 Cronbach α 系数为 0.89。

1.2.6 抑郁-焦虑-压力量表中文精简版(Depression Anxiety Stress Scale, DASS-21) 由文艺等^[15]修订。量表共 21 题,4 级评分(0=完全不符合~3=完全符合),包含抑郁、焦虑和压力 3 个维度。询问被试过去 1 周的负性情绪,得分越高,症状越严重。本研究中,仅使用焦虑维度测量个体的焦虑程度,将得分 ≤ 7 划分为非焦虑组, ≥ 8 分为焦虑组^[16]。该维度内部一致性信度为 0.84。

1.3 质量控制 在获得学校知情同意后,随机抽取班级填写纸质问卷,被试有权利得知调查意图并可随时终止测试。主试为经过培训的郑州大学心理学研究生,由其宣读指导语并回答疑问,施测问卷当场收回。

1.4 统计学分析 使用 SPSS 22.0 录入并分析数据。首先,采用独立样本 t 检验和单因素方差分析确定中小学生对焦虑干扰生活得分在人口学变量间的差异;然后,采用 Pearson 相关分析心理社会因素与焦虑干扰生活程度的相关性;最后进行逐步线性回归分析,确定各心理社会因素对焦虑干扰生活程度的贡献大小。检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 中小学生对焦虑干扰生活情况 6 321 名中小学生对焦虑干扰生活均分为(19.36±10.58)分。仅有少数受试者经常会因焦虑而感到不开心(16.8%,1 061 名)。具体到焦虑干扰的生活领域,超过 50%的受试者称害怕和担忧的情绪使其难以完成作业(64.0%,4 045 名)、做日常事情(58.9%,3 723 名)、与朋友融洽相处(53.7%,3 394 名)、与父母融洽相处(52.8%,3 337 名);接近 50%的受试者称害怕和担忧的情绪使其难以做运动(47.1%,2 977 名)、与兄弟姐妹融洽相处(43.9%,2 774 名);中小学生对报告害怕和担忧的情绪影响其与同学一起休息和吃饭(38.6%,2 440 名)、做休闲活动(36.2%,2 288 名)的人数较少。

不同性别、学段、焦虑程度、父母受教育水平的小学生对焦虑干扰生活程度得分差异均有统计学意义,男生焦虑干扰生活得分高于女生;初中生高于小学生;焦虑程度越高的中小学生对生活受焦虑干扰的程度越严重;父亲、母亲的受教育水平越高,受试者的生活受焦虑干扰程度越低(P 值均 <0.05)。见表 1。

表 1 不同组别中小学生对焦虑干扰生活程度得分比较 ($\bar{x}\pm s$)

组别		人数	焦虑干扰生活程度	t/F 值	P 值
性别	男	3 352	19.62±10.45	2.07	0.04
	女	2 969	19.07±10.72		
学段	小学	3 573	19.09±10.71	-2.29	0.02
	初中	2 748	19.71±10.40		
焦虑	非焦虑	5 309	19.05±10.96	-6.57	0.00
	焦虑	1 012	20.99±8.19		
父亲受教育水平	小学及以下	402	20.29±9.23	13.38	0.00
	初中	1 987	20.17±9.89		
	高中	1 991	19.59±10.49		
母亲受教育水平	大学及以上	2 031	18.19±11.40	9.65	0.00
	小学及以下	727	20.44±9.18		
	初中	1 878	19.90±10.17		
	高中	1 964	19.36±10.53		
		大学及以上	1 752	18.34±11.49	

2.2 心理社会因素与焦虑干扰生活程度的相关分析
心理弹性、社会支持、自我效能均与焦虑干扰生活程度呈负相关,自尊与焦虑干扰生活程度呈正相关,即个体的自我效能感、社会支持、心理弹性、自尊水平越高,生活受焦虑干扰的程度越低。见表 2。

表 2 中小学生对心理社会因素与焦虑干扰生活程度的相关分析 (r 值, $n=6\,321$)

心理社会因素	焦虑干扰生活程度	心理弹性	社会支持	自尊
心理弹性	-0.25			
社会支持	-0.09	0.48		
自尊	0.23	-0.54	-0.33	
自我效能	-0.12	0.41	0.43	-0.38

注: P 值均 <0.01 。

2.3 心理社会因素对焦虑干扰生活程度的线性回归分析
以心理社会因素为自变量,焦虑干扰生活程度得分为因变量进行线性逐步回归分析,结果显示,心理弹性负向预测焦虑干扰生活程度,自尊、社会支持均正向预测焦虑干扰生活程度。见表 3。由于相关分析结果显示,社会支持与焦虑干扰生活程度呈负相关,而在回归分析中得出社会支持正向预测焦虑干扰生活程度。本研究进一步对社会支持划分维度并进行多元线性回归分析,结果显示,家人支持($\beta=-0.04$, $P=0.05$)能负向预测焦虑干扰生活程度,而重要他人支持能正向预测焦虑干扰生活程度($\beta=0.09$, $P=0.00$),朋友支持则对焦虑干扰生活程度无预测作用。

表 3 中小学生对焦虑干扰生活程度的线性逐步回归分析 ($n=6\,321$)

自变量	β 值	t 值	P 值
心理弹性	-0.21	-12.73	0.00
社会支持	0.06	3.83	0.00
自尊	0.13	8.85	0.00
自我效能	-0.01	-0.85	0.40

3 讨论

所调查的 6 321 名中小学生对焦虑干扰生活总均分为 (19.36 ± 10.58) 分,远高于澳大利亚^[10]、西班牙^[16]

儿童青少年焦虑干扰生活得分。不同国家儿童青少年在焦虑干扰生活量表得分存在较大差异,一方面可能是文化差异的结果,另一方面可能与受试者年龄阶段存在差异有关。从受试者对各条目的反应来看,受焦虑情绪干扰最严重的活动是完成学校布置的作业,其次是影响中小学生对日常生活及与朋友、父母、兄弟姐妹融洽相处,焦虑对中小学生对进行休闲娱乐活动的干扰较小。综上所述,生活受焦虑干扰的程度较为严重,且受干扰的领域较广,涉及学生的学习、正常生活与人际关系,应当予以重视与及时干预,以期降低焦虑带来的负面影响。

关于焦虑干扰程度的性别差异,与前人研究结果并不一致^[10,17]。Orgilés 等^[17] 研究中,尽管男生总分高于女生,但差异无统计学意义;而 Lyneham 等^[10] 研究中女生的焦虑生活干扰得分高于男生。本研究结果显示,男生中焦虑干扰生活得分高于女生。在我国,大量研究证实男女生的身心健康状况存在差异,如女生存在更多的内化问题(如抑郁、焦虑、恐惧)^[18],而男生则有更多的外化问题(如多动、注意力不集中、攻击性、违纪)^[18-19]。尽管男生有更少的焦虑情绪,但男生应对焦虑带来困扰的能力可能不如女生,他们更可能因焦虑而使正常学习、生活、交往受干扰,并且在主观上感受到生活被焦虑扰乱。此外,初中生焦虑干扰生活得分高于小学生,初中生较小学生面临更多的学习生活压力,其会有更多难以应对焦虑的感觉。由于本研究小学生为四到六年级的学生,其也会面临较多压力,故与初中生焦虑干扰生活程度的差异并不明显。本研究结果还显示,有焦虑情绪的中小学生对相比无焦虑情绪者其生活受焦虑干扰的程度更严重,与前人研究一致^[20],表明焦虑干扰生活量表能够较准确地识别与儿童焦虑干扰生活的程度。中小学生对父母受教育水平越高,其受焦虑情绪困扰的程度越低。前人研究表明,父母受教育水平与情绪问题负相关^[21]。受教育程度较高的父母更容易营造良好的家庭氛围,其子女可能受到更好的照顾,会有较少的担忧和害怕情绪,其更能在子女面临焦虑困扰时给予指导和帮助。

鉴于焦虑对生活的影响因人而异,应当存在能够缓冲焦虑对中小学生对生活干扰的心理社会因素。有研究表明,心理弹性^[22]、社会支持^[23]、自尊^[24]、自我效能^[25] 均与焦虑情绪的产生密切相关。本研究也证实,高心理弹性、社会支持、自尊、自我效能的中小学生对生活受焦虑干扰的程度低。回归分析结果显示,心理弹性对焦虑干扰生活程度的预测作用最大。心理弹性指个体在逆境中做出促进健康行为的能力^[26-27],是人类适应环境的重要因素。它是适应日常生活不断变化的需要所必需的一种独特的品质。心理弹性

可用来理解应对和适应,心理弹性高的青少年更能承受压力^[26-27],焦虑程度更低^[22]。心理弹性也可能会在个体面临焦虑时,减少焦虑带来的情绪与生活上的困扰。

此外,相关分析结果显示,社会支持与焦虑干扰生活程度呈负相关,而在回归分析中得出社会支持正向预测焦虑干扰生活程度。原因可能是:首先,本研究采用的是多元线性回归,呈现的是控制其他影响因素后,社会支持对焦虑干扰生活程度的独立贡献,能够展现社会支持与焦虑干扰生活程度二者关系的本质;其次,本研究进一步对社会支持划分维度并进行多元线性回归后发现,家人支持与重要他人支持对焦虑干扰生活程度有预测作用但预测方向相反。其中,重要他人支持对焦虑干扰生活程度的正向预测作用远大于家人支持。表明社会支持的来源会影响个体焦虑等负面情绪对个体的影响,家人支持会缓解焦虑对生活的干扰,但重要他人(老师、亲戚、同学)支持则可能使个体更有负担,使其害怕让这些关注自己的重要他人失望,进而会加剧个体负性情绪体验的消极影响。

4 参考文献

- [1] COSTELLO E J, EGGER H L, ANGOLD A. The developmental epidemiology of anxiety disorders: phenomenology, prevalence, and comorbidity[J]. *Child Adol Psychol*, 2005, 14(4): 631-648.
- [2] RAPEE R M, SCHNIERING C A, HUDSON J L. Anxiety disorders during childhood and adolescence: origins and treatment[J]. *Annu Rev Clin Psychol*, 2009, 5(5): 311.
- [3] KARLSSON L, PELKONEN M, RUUTTU T, et al. Current comorbidity among consecutive adolescent psychiatric outpatients with DSM-IV mood disorders[J]. *Eur Child Adoles Psy*, 2006, 15(4): 220-231.
- [4] LANGLEY A K, BERGMAN R L, MCCracken J, et al. Impairment in childhood anxiety disorders: preliminary examination of the child anxiety impact scale-parent version[J]. *J Child Adol Psychop*, 2004, 14(1): 105.
- [5] GOODWIN R D, FERGUSSON D M, HORWOOD L J. Early anxious/withdrawn behaviours predict later internalising disorders[J]. *J Child Psychol Psc*, 2010, 45(4): 874-883.
- [6] BEESDO K, Knappe S, PINE D S. Anxiety and anxiety disorders in children and adolescents: developmental issues and implications for DSM-V[J]. *Psychiat Clin N Am*, 2009, 32(3): 483-524.
- [7] RAPEE R M, COPLAN R J. Conceptual relations between anxiety disorder and fearful temperament[J]. *New Dir Child Adoles*, 2010, 2010(127): 17-31.
- [8] JONGERDEN L, SIMON E, BODDEN D H, et al. Factors associated with the referral of anxious children to mental health care: the influence of family functioning, parenting, parental anxiety and child impairment[J]. *Int J Meth Psych Res*, 2015, 24(1): 46-57.

- [9] WICHSTRØ M L, BELSKY J, JOZEFLAK T, et al. Predicting service use for mental health problems among young children[J]. *Pediatrics*, 2014, 133(6): 1054-1060.
- [10] LYNEHAM H J, SBURLATI E S, ABBOTT M J, et al. Psychometric properties of the Child Anxiety Life Interference Scale (CALIS)[J]. *J Anx Disord*, 2013, 27(7): 711-719.
- [11] 汪向东, 王希林, 马弘, 等. 心理卫生评定量表手册: 增订版[M]. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999: 127-133.
- [12] 胡月琴, 甘怡群. 青少年心理韧性量表的编制和效度验证[J]. *心理学报*, 2008, 40(8): 902-912.
- [13] 杨烨, 王登峰. Rosenberg 自尊量表因素结构的再验证[J]. *中国心理卫生杂志*, 2007, 21(9): 603-605.
- [14] 王才康, 胡中锋, 刘勇. 一般自我效能感量表的信度和效度研究[J]. *应用心理学*, 2001, 7(1): 37-40.
- [15] 文艺, 吴大兴, 吕雪靖, 等. 抑郁-焦虑-压力量表中文精简版信度及效度评价[J]. *中国公共卫生*, 2012, 28(11): 1436-1438.
- [16] BUJANG M A, MUSA R, LIU W J, et al. Depression, anxiety and stress among patients with dliagnosis and the association with quality of life[J]. *Asia J Psychiatr*, 2015, 18: 49-52.
- [17] ORGILÉS M, FERNÁNDEZ-MARTÍNEZ I, MORALES A, et al. Spanish Validation of the Child Anxiety Life Interference Scale (CALIS-C): psychometric properties, factorial structure and factorial invariance across gender[J]. *Child Psychiat Ham*, 2019, 50. Online First Articles.
- [18] 耿梦龙, 陶芳标. 儿童内外化行为共病现象及对未来发展的影响[J]. *中国学校卫生*, 2018, 39(4): 637-640.
- [19] ROCCHINO G H, DEVER B V, TELESFORD A, et al. Internalizing and externalizing in adolescence: the roles of academic self-efficacy and gender[J]. *Psychol Sch*, 2017, 54(9): 905-917.
- [20] NAUTA M H, AGNES S, RAPEE R M, et al. A parent-report measure of children's anxiety: psychometric properties and comparison with child-report in a clinic and normal sample[J]. *Iza Discuss Papers*, 2014, 1(7): 1141-1193.
- [21] 王丽. 中小學生焦虑状况与父母期望的调查与分析[J]. *中国健康心理学杂志*, 2010, 18(4): 437-440.
- [22] 刘文, 于增艳, 林丹华. 儿童青少年心理弹性与心理健康关系的元分析[J]. *心理与行为研究*, 2019, 17(1): 31-37.
- [23] 邢怡伦, 王建平, 尉玮, 等. 社会支持对青少年焦虑的影响: 情绪调节策略的中介作用[J]. *中国临床心理学杂志*, 2016, 24(6): 1079-1082.
- [24] GOMEZORTIZ O, ROLDAN R, ORTEGARUIZ R, et al. Social anxiety and psychosocial adjustment in adolescents: relation with peer victimization, self-esteem and emotion regulation[J]. *Child Indic Res*, 2018, 11(6): 1719-1736.
- [25] MURIS P. Relationships between self-efficacy and symptoms of anxiety disorders and depression in a normal adolescent sample[J]. *Pers Indiv Differ*, 2002, 32(2): 337-348.
- [26] ALI M M, DWYER D S, VANNER E A, et al. Adolescent propensity to engage in health risky behaviors: the role of individual resilience[J]. *Int J Environ Res Public Health*, 2010, 7(5): 2161-2176.
- [27] RESNICK M. Resilience and protective factors in the lives of adolescents[J]. *J Adoles Health*, 2000, 27(1): 1-2.

收稿日期: 2019-04-02; 修回日期: 2019-05-23