

中学新生心理健康现状及其对成绩的预测作用^{*}

金德敏¹, 金泽勤¹, 李祚山²

(1. 重庆市第三十七中学校, 重庆 400084 ; 2. 重庆师范大学 应用心理学重点实验室, 重庆 400047)

摘要 本研究采用《心理健康诊断测验(MHT)》对重庆的 1 760 名中学新生进行测试, 探讨中学新生的心理健康现状及其对成绩的预测作用。结果表明: 中学新生心理问题检出率主要包括恐怖倾向、自责倾向、冲动倾向和身体症状, 其中恐怖倾向最明显, 检出率高达 28. 73%, 初一新生的心理健康水平显著高于高一新生, 男生的心理健康水平显著高于女生的心理健康水平, 除孤独倾向外, 高一新生在各内容量表上的性别差异都比初一新生明显, 中学新生的成绩与学习焦虑显著呈负相关, 孤独倾向和学习焦虑对初、高中新生的学习成绩都有显著的预测作用。据此, 本研究提出相应的针对中学新生的心理健康教育建议。

关键词 中学新生; 心理健康; 检出率; 性别差异; 学习成绩; 预测作用

中图分类号 R395. 6

文献标识码 A

文章编号 1672-6693(2009)03-0110-05

近年来有较多关于中学生心理健康问题的调查研究论及目前中学生的心理素质, 显示其结果并不容乐观^[1-4], 同时也发现中学生心理健康状况与学生的自我概念^[4]、父母教养方式^[5]、学习适应性^[6]以及学业成绩^[7]等等均有一定的关系, 因此, 针对中学生的心理健康教育工作仍需加强。由于处于不同心理发育和学习教育阶段的学生, 出现的心理问题不尽相同, 影响心理健康的因素也有较大的差异^[8]。已有研究也注意到了这一差异并针对整个小学或初、高中阶段的学生进行心理健康问题进行了有意义的探讨^[1-3, 5-8]。然而值得注意的是, 初一与高一一是学生学校生活的重要转折时期, 此阶段由于生活环境、人际关系、学习特点等因素的变化, 常常使得新生会出现失落、自卑、孤独、茫然和苦闷等不适应的心理状态, 从而影响其学生生活的正常过度和发展。因此, 掌握新生特点, 把握教育契机, 采取行之有效的方式进行引导, 既可以帮助新生克服各种不适应, 保持心理上的健康, 尽快使自己的中学生活进入正常的运行轨道, 又可以为下一步的学生心理健康教育工作打好基础。鉴于此, 本研究采用《心理健康诊断测验(MHT)》^[10]量表, 对初、高中新生进行测试, 以了解中学新生心理健康现状, 探讨中学新生的心理健康对成绩的预测作用, 为学校教师、家长或其他教育工作者开展中学新生的心理健康教育工作

提供理论依据。

1 方法

1.1 被试

重庆市某中学高一、初一年级新生 1 760 人。初一年级共发放问卷 710 份, 收回 710 份, 剔除效度量表(说谎量表)原始得分在 7 分以上的问卷, 得到有效问卷 576 份。其中男生 313 人, 女生 263 人。高一年级共发放问卷 1 050 份, 收回 1 010 份, 剔除效度量表(说谎量表)原始得分在 7 分以上的问卷, 得到有效问卷 880 份, 其中男生 438 人, 女生 442 人。

1.2 研究工具

本研究采用华东师大心理系周步成等修订的《心理健康诊断测验》(MHT)^[10], 该测验是对日本铃木清等人编制的“不安倾向诊断测验”进行的修订, 并制定了中国常模, 主要适用对象是中小學生。该测验由学习焦虑、对人焦虑、孤独倾向、自责倾向、过敏倾向、身体症状、恐怖倾向和冲动倾向 8 个内容量表组成。每个内容量表的得分根据常模转换为标准分, 将 8 个内容量表的标准分加起来就是全量表总焦虑倾向的标准分(总分)。

1.3 施测与数据处理

测验以班级为单位, 以团体测验方式进行, 由专

* 收稿日期 2009-02-20

资助项目 重庆市教委人文社会科学课题(No. 07SK027), 重庆市教育规划重点课题(No. 06GJ021)

作者简介 金德敏, 女, 中学高级, 研究方向为心理健康教育, 通讯作者 李祚山, E-mail: lizhuoshan@sina.com

业人员和班主任配合,利用自习时间按照规范的程序对学生进行施测,所得数据应用 SPSS11.5 统计软件包进行分析。

2 结果

2.1 中学新生心理健康现状

根据 MHT 量表手册的标准,如果全量表总分在 65 分以上者,心理健康问题较严重,需制定特别的心理辅导计划。如果某一因子的标准分大于或等于 8 分,便认为该生在这一因子上存在着一定的心理问题,需要制定相应的辅导计划。对中学新生的心

理健康现状作描述性与频数分析,结果如表 1 所示:不管从平均值还是从心理问题的检出率上来分析,两者所得的结果都一致。从平均值上分析,中学新生的心理健康处于中等水平,其中,中学新生的恐怖倾向焦虑程度最高,其次是自责倾向和冲动倾向。从心理问题检出率上分析,中学新生中有严重心理问题的学生只有 7 人,仅占 0.82%,但分量表中至少有一项在 8 分以上的有 499 人,占 30.84%。中学新生中恐怖倾向的问题检出率最高,占 28.73%,其次是自责倾向、冲动倾向、身体症状和对人焦虑,所占比例均在 10% 以上。

表 1 中学新生心理健康各项因子得分

	学习焦虑	对人焦虑	孤独倾向	自责倾向	过敏倾向	身体症状	恐怖倾向	冲动倾向	全量表	至少一因子≥8
$\bar{X} \pm S$	4.40±1.82	4.48±1.90	2.78±1.77	4.98±1.83	4.75±2.04	4.63±1.90	5.03±2.24	4.69±1.90	35.73±10.30	
检出人数/人	75	32	30	148	65	101	218	118	7	499
检出率/%	9.12	11.51	4.21	18.00	9.47	14.48	28.73	15.19	0.82	30.84

2.2 中学不同阶段新生的心理健康状况比较

初、高中新生的心理健康状况及检出率如表 2 所示,从表 2 中可以看出,初一新生和高一新生在各内容量表上的得分都呈显著差异,高一新生的得分显著高于初一新生。从检出率来看,在初一新生中全量表得分没有总分≥65 的学生,在高一新生中有 7 人,占 0.82%。初一新生在各内容量表中至少有

一项超过 8 分的学生有 143 人,占 24.83%,高一新生有 356 人,占 40.45%。同时,在初一新生中恐怖倾向的问题检出率所占的比例最大,为 11.03%,其次为身体症状和过敏倾向,分别为 8.44% 和 5.96%,在高一新生中,也是恐怖倾向所占的比例最大,为 17.7%,其次为自责倾向和冲动倾向,分别为 14.84% 和 10.30%。

表 2 初中和高中新生心理健康各项因子得分

	学习焦虑	对人焦虑	孤独倾向	自责倾向	过敏倾向	身体症状	恐怖倾向	冲动倾向	全量表	至少一因子≥8
初一	4.05±1.78	3.71±1.95	1.96±2.01	4.19±1.73	4.09±2.17	4.04±2.35	4.55±2.22	4.38±1.94	30.80±10.21	
检出人数/人	9	16	13	18	34	48	63	28	0	143
检出率/%	1.59	2.80	2.27	3.16	5.94	8.44	11.03	4.89	0	24.83
高一	4.63±1.82	4.98±1.68	3.30±1.34	5.50±1.71	5.18±1.55	5.02±1.70	5.35±2.21	4.90±1.85	38.84±9.07	
检出人数/人	66	16	17	130	31	53	155	90	7	356
检出率/%	7.53	8.71	1.94	14.84	3.53	6.04	17.70	10.30	0.82	40.45
t 值	-5.91***	-12.67***	-13.96***	-13.95***	-10.35***	-8.52***	-6.61***	-4.99***	-14.75***	

* $p < 0.5$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

2.3 中学新生心理健康性别差异比较

通过对不同性别中学新生的心理健康测试得分比较,其结果显示(见表 3)除孤独倾向外,其他 7 个内容量表得分呈显著差异,男生得分明显低于女生,表明男生的心理健康水平高于女生的心理健康水平。但是,如果进一步按不同阶段的新生进行心理健康性别差异方面的分析,发现初、高中新生之间的性别差异是有所不同的。在初一新生中,男女生只在对人焦虑、身体症状、恐怖倾向、冲动倾向 4 个因

子以及全量表得分上呈显著差异,女生得分明显高于男生得分。在高一新生中,除孤独倾向外,其他 7 项因子及全量表的得分均有显著差异,女生得分均显著高于男生的得分。

2.4 中学新生心理健康状况对学习成绩的预测作用

在本研究中,把初一和高一年级第一学期的半期成绩与 MHT 量表得分分别进行相关分析发现(见表 4),中学新生的学习成绩都与学习焦虑呈负相关。初一新生的学习成绩与孤独倾向呈负相关,

但高一新生的学习成绩与孤独倾向成正相关。此外,高一新生的学习成绩也与过敏倾向呈负相关。

表 3 不同性别中学新生心理健康因子得分差异比较

		学习焦虑	对人焦虑	孤独倾向	自责倾向	过敏倾向	身体症状	恐怖倾向	冲动倾向	全量表
全体	男	4.17±1.81	4.19±1.80	2.75±1.71	4.82±1.81	4.61±1.93	4.29±2.05	4.45±2.02	4.45±1.80	33.63±9.77
	女	4.64±1.79	4.78±1.96	2.80±1.81	5.15±1.84	4.90±1.84	4.99±1.97	5.64±2.31	4.94±1.97	37.94±10.39
	t 值	-4.94**	-5.99**	-0.62	-3.47**	-2.90**	-6.60**	-10.41**	-4.91**	-7.95**
初一	男	3.92±1.79	3.53±1.85	1.99±1.93	4.10±1.69	3.96±2.13	3.67±2.31	4.08±2.06	4.21±1.85	29.33±9.78
	女	4.19±1.75	3.89±2.01	1.90±2.05	4.28±1.76	4.23±2.17	4.48±2.33	5.08±2.27	4.57±2.00	32.59±10.45
	t 值	-1.86	-2.16*	0.57	-1.21	-1.48	-4.13***	-5.46***	-2.17*	-3.70***
高一	男	4.32±1.79	4.65±1.57	3.28±1.28	5.33±1.71	5.04±1.59	4.74±1.70	4.73±1.98	4.62±1.74	36.61±8.48
	女	4.94±1.79	5.31±1.71	3.32±1.38	5.67±1.70	5.31±1.50	5.29±1.66	5.96±2.27	5.17±1.92	40.99±9.10
	t 值	-4.54***	-5.83***	-0.61	-2.95**	-2.10*	-4.88***	-8.73***	-4.32***	-7.02***

*p<0.5, **p<0.01, ***p<0.001

表 4 心理健康状况与学习成绩的相关系数

被试	成绩	学习焦虑	对人焦虑	孤独倾向	自责倾向	过敏倾向	身体症状	恐怖倾向	冲动倾向
初一	成绩	1	-0.097**	-0.005	-0.093**	0.012	-0.027	0.003	0.052
高一	成绩	1	-0.129**	-0.002	-0.147**	-0.039	-0.098**	-0.045	0.082

*p<0.5, **p<0.01

为了进一步了解 MHT 量表各因子对初、高中新生学习成绩预测作用,在本研究中,以学习成绩为因变量,MHT 量表各因子为预测变量进行逐步回归分析,其结果如表 5 所示。

表 5 初、高中新生心理健康测试的各因子对学习成绩的回归分析

因变量	被试	预测变量	β	t	p
学习成绩	初一	孤独倾向	-0.104	-2.389	0.017
		恐怖倾向	0.163	3.581	0.000
		学习焦虑	-0.143	-3.068	0.002
	高一	学习焦虑	-0.125	-3.547	0.000
		孤独倾向	0.111	3.131	0.002

从表 5 中可以看出,孤独倾向和学习焦虑都进入了初一和高一新生的回归方程,说明这两方面对中学所有的新生的学习成绩都具有预测作用,此外,恐怖倾向还进入了初一新生的回归方程,说明恐怖倾向对初一新生的学习成绩具有预测作用。

3 讨论与建议

1) 从中学新生的心理健康情况来看,中学新生的心理健康处于中等水平。初一新生中没有心理问题较严重的学生,高一新生中有 7 人,仅占 0.82%,出现这一情况的原因可能是由于近几年来小学阶段和初中阶段素质教育特别是心理素质教育的实施,

学生的负担和压力减轻了,学生的心理素质增加了。尽管绝大多数中学新生的心理问题并未达到整体功能活动紊乱的程度,但也存在着各种各样的问题,初一新生在各内容量表中至少有一项超过 8 分的学生有 143 人,占 24.83%,高一新生有 356 人,占 40.45%。另外,中学新生中恐怖倾向的问题检出率最高,占 28.73%,其次是自责倾向、冲动倾向、身体症状和对人焦虑,所占比例均在 10% 以上。这说明有相当部分新生受焦虑感驱使而感到坐立不安,无法静下心来,其原因应为中学新生还不适应新的学习环境,对将来的学习生活中可能遇到的各种情况充满了担心与害怕;再加上依赖性较强、缺乏独立性、缺乏适当的人际交往的经验和技巧,因而容易在新的学习生活中达不到自己想象中状态,从而产生自责心理,出现冲动倾向焦虑和身体症状。

根据以上情况,在当前开展中学新生的心理健康教育的过程中,首要的任务是教会学生如何尽快适应新的学习环境,如引导学生接受新学校、认同新老师,尽可能让新生参加各种人际交往活动,尽快认识新同学,接纳同学,发展友情,同时也要注意加强对他们的人际交往技巧训练,以积累人际交往经验,增强与人交往的信心,缓解其在新环境里的对人焦虑;其次,要加强新生的自信心训练,有研究显示,自信心缺乏会导致自责倾向焦虑过高^[5]。因此,无论老师还是家长都应给予他们承认和鼓励,减少严格

的管教、训斥和惩罚等不适当的教养方式,以增强学生在新学习环境里的自信心。另一方面,采用游戏等方式,让学生能正确认识自己,悦纳自己。

本调查还发现,初、高中新生的心理健康水平具有显著差异,初一新生的心理健康水平显著高于高一新生的心理健康水平。其原因应主要与初、高中新生处于身心发展的不同阶段有关。刚进入初一的新生其身心发展、思维发展都处于相对平稳的阶段,并没有像刚进入高中的新生那样已经经历了初中阶段的心理发展不平衡期。因此,在针对新生进行心理健康教育时,还应考虑到初一、高一年级的新生尽管已进入初中、高中阶段,但在一定时期内还存在着原有的小学高年级或初三时的特点,针对初、高一新生制定的辅导方案也应与初二、初三和高一、高二年级有所区别。

2) 从性别差异来看,在中学新生中,男生的心理健康水平显著高于女生,这一结果与李祚山^[4]、魏俊彪^[8]等以整个初、高中学生为被试的研究结果一致。男女的心理健康水平出现差异,其原因很多,如男女生不同的生理、心理发展水平,家长、学校、社会对他们不同的期望与要求都可能影响他们的心理健康。在初一新生中,男女生心理健康水平差异主要体现在对人焦虑、身体症状、恐怖倾向、冲动倾向等4个方面,在高一新生中,男女生的心理健康水平差异主要体现在除孤独倾向外的所有方面。这说明随着年龄差异的加大,心理健康水平差异的内容也在增加。因此,在心理健康教育过程中,从初一开始,就应注意男女生不同的心理问题类型所在,以便有针对性地根据性别进行心理健康教育。在教育过程中,尤其应注意对女生的人际交往能力培养,比如,鼓励女生在交往活动中相互认知、相互沟通,积极主动地获取信息、沟通情感、增进了解、自我反省是十分重要的。另一方面,作为父母、教师要充分认识女中学生心理发展的年龄特征,理解她们在交往活动中出现的问题,积极引导,耐心细致地教育,以提高她们的交往意识和交往能力。

3) 从中学新生的心理健康与成绩的关系来看,初一和高一新生的成绩都与学习焦虑呈负相关,也就是说,学习焦虑感越低,学习成绩越好。而且,本研究通过逐步回归分析发现,学习焦虑对初、高一新生的学习成绩都具有预测作用。尽管有的人认为促进型(Facilitating)焦虑有助于学习者提高学习效果,但也有研究表明焦虑是导致学习者产生学习情感障碍的关键变量^[10]。学习情感是人对学习是否

符合需要而产生的态度体验,对学生的学习有着直接的影响,起着动力的作用。愉快而积极的情感能活跃思维、激发智慧潜能,从而促进学习、提高学习的效率和质量;反之,痛苦而消极的情感会阻碍学习,并削弱和降低学习的效果。因此,在对新生的心理健康教育过程中,除了关注其学习动机、态度以及自信心等方面的学习情感外,尤其应关注其焦虑程度。辅导教师可以通过帮助新生制定学习计划,探索最佳学习方法等方式缓解其学习焦虑,必要时还可以教会他们一些放松的技巧。

本研究还显示,初一新生的学习成绩与孤独倾向呈负相关,但高一新生的学习成绩与孤独倾向成正相关,这一情况显示了初、高中新生人际交往特点上的差异,初一新生虽然在自我意识方面开始增强,但不如高一新生成熟,因此,学习成绩好的学生仍是大多数初一学生的模仿对象和渴望与之交往的朋友。而高一新生摆脱了初中生的幼稚,逐步走向成熟。他们的人际观念和人际关系也由幼稚简单走向成熟复杂。另一方面,由于高中的竞争压力明显大于初中和小学,成绩好的同学有时甚至还会有高处不胜寒的感觉。因此,在心理健康教育过程中,也应特别注意加强高一新生中那些成绩比较好的同学的人际交往能力的培养。首先要让他们认识到学习与人际交往同等重要,其次要教给他们一些人际交往技能。同时,高一新生的学习成绩也与过敏倾向呈负相关。这一结果显示了通过缓解学生的过敏倾向来提高学习效果可能性。过敏倾向的心理特点就是爱哭、胆怯、担心、小心眼等,对过敏倾向强的学生,要帮助他们与同学们做一些轻松愉快的活动,而且不管是老师还是家长都应给予他们承认和鼓励,减少严格的管教、训斥和惩罚等不适当的教养方式。此外,本研究通过逐步回归分析发现,孤独倾向都对初、高一新生的学习成绩具有预测作用。这一结果提示缓解新生的孤独倾向有助于学习成绩的提高。同时又一次显示了在心理健康教育过程中,让新生尽快熟悉新学习环境,帮助新生增强独立性,发展友谊等方面的重要性。

参考文献:

- [1] 李祚山. 小学生心理健康与学习适应性的研究[J]. 重庆师范学院学报(自然科学版), 2002(3): 68-71.
- [2] 赵均, 李祚山. 初中生时间管理倾向与学习适应性相关研究[J]. 重庆师范大学学报(自然科学版), 2009, 26(1): 107-110.
- [3] 李祚山, 张涛. 中学生自我概念与心理健康研究[J]. 安

徽师范大学学报(人文社会科学版) 2006 ,34(1) :114-117.

[4] 方拴锋. 南宁市中学生心理健康状况的调查分析[J]. 中国儿童保健杂志 2008 ,16(5) 565-567.

[5] 李祚山. 转型期初中生心理健康与父母养育方式的研究[J]. 心理科学 2001 24(4) :445-448.

[6] 凌辉. 中学生学习适应性与心理健康状况的相关研究[J]. 中国临床医学 2002 ,10(4) 296-297.

[7] 吴春梅. 中学生心理健康与学习成绩的关系探讨[J]. 中国初级卫生保健 2004 ,18(10) 69-70.

[8] 董美华 ,张敬平 ,冯一星 ,等. 江苏省高中学生心理健康影响因素研究[J]. 中国航天医药杂志 2003 ,5(5) 4-6.

[9] 魏俊彪. 转型期高中生心理健康及影响因素分析[J]. 辽宁师范大学学报(社会科学版) 2002 25(3) 50-54.

[10] 周步成. 心理健康诊断测验(MHT) [M]. 上海 :华东师范大学出版社 ,1991.

[11] Krashen S D. Second language acquisition and second language learning[M]. Oxford :Pergamon Press ,1981.

The Status Quo of Mental Health Among New Students in Middle Schools and Its Predicting Function for Academic Achievement

JIN De-min¹ , JIN Ze-qin¹ , LI Zuo-shan²

(1. Chongqing No. 37 Middle School , Chongqing 400084 ; 2. Key Laboratory of Applied Psychology , Chongqing Normal University , Chongqing 400047 , China)

Abstract : To find out the status quo of mental health among new students in middle schools and its predicting function for academic achievement , the mental health of 1 760 new students in Middle School in Chongqing are surveyed with the mental health diagnostic test (MHT). The results show that the testing rate of new students ' mental health range from " terror trend " , " self-reproaching trend " , " impulse trend " to " symptom trend " , of which " terror trend " is the highest , accounting for 28. 73% . The mental health level of junior students is higher than senior ones , and the boys ' is higher than the girls ' . Except " lonely trend " , the gender differences among other seven tables of senior students are more obvious than junior students. The results also show that the relationship between academic achievement and worried-about-study feelings is noteworthy negative relation ; no matter junior or senior students , " lonely trend " and " worried-about-study " feelings can be predicted to affect their academic achievement. According to these results , some advices are put forward to help the mental health of new students in middle schools.

Key words : new students in middle school ; mental health ; testing rate ; gender difference ; academic achievement ; predicted function

(责任编辑 游中胜)