

广东省怀集县中学生心理求助状况调查 及相关因素分析

蔡颖莲¹, 刘国雄¹, 肖星勇², 慕有洁², 岑杏芳³, 邓岳明³, 刘建勋³,
何自浪³, 蔡志强³, 苏敬华¹, 陈晓东^{1,3*}

(1. 广州医科大学附属脑科医院, 广州市惠爱医院, 广东 广州 510370;

2. 怀集县城东中学, 广东 肇庆 526400;

3. 怀集县第三人民医院, 怀集县精神病医院, 广东 肇庆 526400

通信作者: 陈晓东, E-mail: 1980cxd@163.com)

【摘要】目的 了解广东省怀集县中学生心理求助状况, 探讨其相关因素, 为开展校园心理卫生服务提供依据。**方法** 采用分层随机抽样方法, 在广东省怀集县两所中学每个年级各抽取 2 个班级共 12 个班级的 593 名学生作为调查对象。采用自编人口学问卷、症状自评量表(SCL-90)、心理求助经历问卷进行匿名调查。通过 Logistic 模型探讨影响心理求助行为的相关因素。**结果** 共 567 份(95.6%)问卷纳入最终分析。被访者平均年龄(15.1 ± 1.6)岁, 女生 293 名(51.7%)。243 名(42.9%)学生有心理求助经历, 同学或朋友(61.7%)、亲人(48.6%)、心理医生(6.6%)是怀集县中学生心理求助的前三名对象。专业心理咨询求助比例为 2.8%。多因素分析发现, SCL-90 评分 >160 分($OR = 2.0$, 95% $CI: 1.4 \sim 2.9$)、班主任为女性($OR = 1.7$, 95% $CI: 1.1 \sim 2.6$)、较大年龄($OR = 1.3$, 95% $CI: 1.0 \sim 1.3$)是心理求助行为的独立相关因素。SCL-90 评分越高, 心理求助比例越高。**结论** 怀集县中学生心理求助对象大多为关系密切的非专业医务人员, 需针对学生、家人、老师进行心理卫生知识培训。

【关键词】 怀集县; 中学生; 心理求助

中图分类号: B845.2

文献标识码: A

doi: 10.11886/j.issn.1007-3256.2016.02.021

Investigation of psychological help-seeking behavior and associated factors in middle school students of Huaiji County of Guangdong

CAI Ying-lian¹, LIU Guo-xiong¹, XIAO Xing-yong², MU You-jie², CEN Xing-fang³, DENG Yue-ming³,
LIU Jian-xun³, HE Zi-lang³, CAI Zhi-qiang³, SU Jing-hua¹, CHEN Xiao-dong^{1,3*}

(1. The Affiliated Brain Hospital of Guangzhou Medical University, Guangzhou Huiai Hospital, Guangzhou 510370, China;

2. The Eastern City Middle School, Zhaoqing 526400, China;

3. The Third People's Hospital of Huaiji County, Huaiji Psychiatric Hospital, Zhaoqing 526400, China

* Correspondent author: CHEN Xiao-dong, E-mail: 1980cxd@163.com)

【Abstract】 Objective To investigate the status of psychological help-seeking in middle school students, and to explore the associated factors of such behaviors so that we could get enough information for local psychological crisis intervention. **Methods** Stratified random cluster sampling method was used to collect data from two middle schools in Huaiji County. We used self-designed demographic questionnaire, SCL-90, and a psychological help-seeking checklist to collect data. Multivariate logistic regression was performed to identify associated factors. **Results** A total of 567 (95.6%) cases were included in the final analysis. The mean age of all subjects were (15.1 ± 1.6), and 51.7% of them were females. 243 students (42.9%) had psychological help-seeking behaviors. Classmate or friends (61.7%), families (48.6%) and psychologist (6.6%) were the top three people that the students usually seek help from. The rate of help-seeking from professionals was 2.8%. SCL-90 score higher than 160 ($OR = 2.0$, 95% $CI: 1.4 \sim 2.9$), female head teacher ($OR = 1.7$, 95% $CI: 1.1 \sim 2.6$) and older age ($OR = 1.3$, 95% $CI: 1.0 \sim 1.3$) were independent factors associated with psychological help-seeking behaviors. Higher score of SCL-90 was associated with higher rate of psychological help-seeking behavior, but not associated with professional psychological help-seeking rate. **Conclusion** The rate of psychological help-seeking is low in middle school students of Huaiji county, and most students seek help from non-professionals. There is urgent needs to train students, teachers, and families about mental health knowledge so that they can provide initiative help to students who need psychological aid.

【Key words】 Huaiji county; Middle school students; Psychological help-seeking

项目基金: 广东省科技计划项目(20130319c); 肇庆市科技计划项目(2015B010301008)

2012年,《柳叶刀》杂志报道了1990年-2010年289种疾病的全球疾病负担(Globe Burden of

Disease) 排名,其中重性抑郁障碍、焦虑障碍造成的伤残损失健康生命年(years lived with disability, YLDs)分列第二位和第六位^[1]。许多精神障碍的前驱期出现在青少年年龄段,而中学生处于青少年阶段,在心理生理上面对巨大的变化,容易产生精神心理问题。广东江门的一项研究发现中学生存在抑郁症状的比例为 23.9%,但寻求心理帮助的比例在 60%左右,且只有 6%的学生寻求专业心理救援^[2]。国外研究发现在符合抑郁症诊断标准和曾经出现过自杀未遂的学生中,分别有 69%和 50%的人没有意识到自己存在问题,且均没有接受有效的心理干预,学校管理人员也不知情^[3],此外亚洲人相对其他人种较少进行心理求助^[4]。心理求助是指客观上存在心理困扰者以解决问题或解除痛苦为目的向个人之外的力量寻求帮助的过程^[5],探讨心理求助状况有利于制定有针对性的心理干预策略。国内此类研究多针对大学生开展,针对中学生的研究较少。怀集县是广东省西北部的山区县,经济水平相对落后,大量学生高度集中在县城狭小的范围内。当地学校心理卫生服务处于起步阶段,对当地中学生的心理求助情况了解尚为空白。因此有必要调查怀集县中学生心理求助状况,探讨其影响因素,为该县制定有针对性的校园心理卫生服务计划提供依据。

1 对象与方法

1.1 对象

本研究采用 2015 年度肇庆市科技计划项目《怀集县中学生心理健康水平调查及早期干预研究》预调查阶段数据。采取分层随机整群抽样方法,对县城东中学及县职业中学各年级分别随机抽取 2 个班级共 12 个班级学生为调查对象。城东中学共回收问卷 395 份,职业中学收回问卷 198 份,经过数据清洁,两所中学分别有 21 份和 5 份问卷存在重复选项过多,予以剔除。共 567 份(95.6%)问卷纳入最终分析。被访者平均年龄(15.1 ± 1.6)岁,女生 293 名(51.7%)。剔除的 26 例被访者性别、年龄、年级与纳入分析者差异无统计学意义。

1.2 方法

1.2.1 调查工具

自编人口学问卷:包括性别、年龄、读书年限、户籍、是否为独生子女、民族、居住方式、学习成绩水平、班主任性别、有无留守儿童经历、有无性行为、近 30 天是否因为心理问题或身体问题影响学习等。采用

症状自评量表(Self-reporting Inventory, SCL-90)了解被试当前一个月的心理状态。以 SCL-90 总评分 >160 分作为阳性指标,进而需要进一步评估。以三分位间距来划分低、中、高分。此量表在中学生中使用有良好的信度及效度^[6]。

心理求助经历调查:通过以下问题了解被试心理求助经历“过去任何时候您因心理或精神问题向哪些人寻求过帮助?”选项包括:从未求助、亲属、朋友或同学、中医、普通西医、心理医生、巫医、其他。此项问题为多选题。选择从“未求助”者被定义为无心理求助经历;此外所有选择被定义为有心理求助经历;选择“心理医生”者被定义为有专业心理求助经历。

1.2.2 调查过程

在怀集县第三人民医院选取 12 名精神卫生工作人员作为调查员,进行系统培训。每名调查员均获分配唯一编码,其作用是控制其调查质量。组织培训调查员,统一指导语,系统学习问卷内容,掌握问卷调查目的、答题方式。

于 2014 年 12 月 3 日在城东中学进行现场调查,调查点在学校教室。为防止被访者相互干扰,要求每个教室容纳不超过 30 名学生,隔行而坐。被访者无需在问卷上填写学号或姓名。每个教室至少配备 3 名调查员,其中一名为组长。开场时组长进行指导语宣读,同时强调调查为自愿参加,允许被访者随时放弃调查,另外 2 名调查员负责巡视,回答学生的疑问,确保研究对象按照要求填写问卷。每个小组有一张管理表,登记有该组被访者的姓名、学号、性别、年龄,调查员在管理表中记录哪些被访者参加了调查,哪些在听完指导语后退出调查。被访者完成问卷时需举手示意,由一名调查员负责检查,确保没有漏项、明显的填写错误。若有错漏,要求被访者当场改正,随后由另外一名调查员复核,最后各自签署自己的编码。当天共进行调查 12 场,共 395 名学生参加调查。第二阶段 2015 年 5 月 4 日在怀集县职业中学进行现场调查,调查场地设置及流程同前,共有 198 名学生参加调查。

1.3 统计方法

使用 Epidata 3.1 进行双录入。对于双录入核对后结果不一致的项目翻查原始资料。使用 SPSS22.0 syntax 程序进行数据清洁,确保数据真实有效。使用 SPSS22.0 进行数据分析。首先进行单因素数据分析,计量资料用 t 检验、计数资料用 χ^2 检验。用两分

类 Logistic 回归模型进行多因素分析,以是否曾经有心理求助经历为因变量,性别、年龄两个人口学因素被强制放入模型;单因素分析中 $P < 0.10$ 的变量为协变量放入模型,用逐步法筛选心理求助行为的独立影响因素。采用 χ^2 检验分析不同 SCL-90 评分者间心理求助、专业心理求助比例的差异。

2 结 果

2.1 一般情况

567 份(95.6%) 问卷纳入最终分析。被访者平均年龄(15.1 ± 1.6) 岁,女生 293 名(51.7%)。SCL-90 评分为(143.4 ± 46.4) 分,其中 > 160 分 160 名(28.2%)。243 名学生(42.9%) 有心理求助经历,其中同学或朋友(150/243,61.7%)、亲人(118/243,48.6%)、心理医生(16/243,6.6%) 是怀集县中学生心理求助的前 3 名对象,见图 1。在所有调查对象中,专业心理求助比例为 2.8%(16/567)。

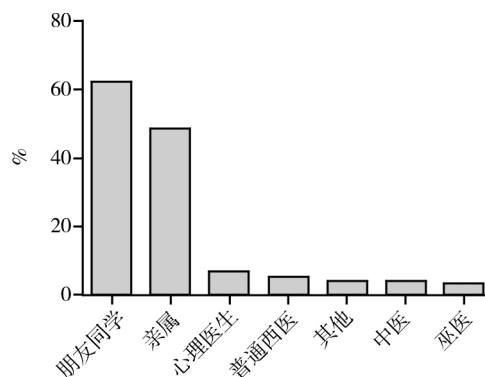


图 1 怀集县中学生心理求助对象分布

2.2 有心理求助经历的中学生特征比较

单因素分析发现,女性、年龄较大者、住集体宿舍者、班主任性别为女性、就一个月因心理问题影响学习者、近一个月因身体问题影响学习者、SCL-90 评分 > 160 分者有心理求助经历的比例高。见表 1。

表 1 广东怀集县 567 名中学生有无心理求助经历的特征比较

变 量	有心理求助经历 (n=243)	无心理求助经历 (n=314)	OR	χ^2/t	95% CI	P
性别						
女性	141 (58.0)	148 (47.1)	1.5	6.5	1.1 ~ 2.2	0.011
年龄 ^a	15.3 (1.6)	14.9 (1.6)	-	-2.6	-	0.008
读书年限 ^a	7.7 (1.3)	7.6 (1.2)	-	-0.8	-	0.407
民族						
汉族	242 (99.6)	311 (99.0)	0.4	0.6	0.0 ~ 4.1	0.451
其他	1 (0.4)	3 (1.0)				
户籍						
城市	62 (25.5)	95 (30.3)	1.3	1.5	0.9 ~ 1.8	0.218
农村	181 (74.5)	219 (69.7)				
独生子女	15 (6.2)	29 (9.3)	0.6	1.8	0.3 ~ 1.3	0.177
居住方式						
集体宿舍	82 (33.7)	78 (24.8)	1.5	5.3	1.1 ~ 1.2	0.021
走读	161 (66.3)	236 (75.2)				
班主任性别						
女性	193 (80.1)	219 (69.7)	1.7	7.6	1.2 ~ 2.6	0.006
学习成绩						
优良	41 (14.4)	45 (14.3)	1.0	0.0	0.6 ~ 1.6	0.981
中下	208 (85.6)	269 (85.7)				
有留守儿童经历	41 (17.0)	47 (15.2)	0.9	0.3	0.5 ~ 1.4	0.567
已有性行为	12 (4.9)	9 (2.9)	1.8	1.6	0.7 ~ 4.2	0.203
近一个月因心理问题影响学习	43 (17.7)	34 (10.8)	1.8	5.4	1.1 ~ 2.9	0.020
近一个月因身体问题影响学习	43 (17.7)	32 (10.2)	1.9	6.6	1.2 ~ 3.1	0.010
SCL-90 评分 > 160 分	93 (38.3)	67 (21.3)	2.3	19.1	1.6 ~ 3.3	<0.01

注: ^a 采用独立样本 t 检验,余均为 χ^2 检验

2.3 心理求助影响因素分析

多因素分析表明,与心理求助相关的独立因素依

次为: SCL-90 评分 > 160 分(OR = 2.0, 95% CI: 1.4 ~ 2.9) 班主任为女性(OR = 1.7, 95% CI: 1.1 ~ 2.6) 较大年龄(OR = 1.3, 95% CI: 1.0 ~ 1.3)。见表 2。

表 2 影响广东怀集县中学生心理求助行为相关因素的分析^a

变 量	B	Wald	P	OR	95% CI
SCL-90 评分 > 160 分	0.7	12.1	<0.01	2.0	1.4 ~ 2.9
班主任为女性	0.5	6.0	0.014	1.7	1.1 ~ 2.6
年龄	0.1	4.1	0.041	1.3	1.0 ~ 1.3
性别	0.3	2.2	0.135	1.3	0.9 ~ 1.8

注: ^a 采用两分类 Logistic 逐步回归分析,前进法;年龄及性别强制放入方程

2.4 不同 SCL-90 评分中学生心理求助及专业心理求助状况

将所有对象按照三分位间距进行划分,分为

SCL-90 低分组、中分组及高分组。分数越高心理求助率越高,分数高低和专业心理求助率无关。见表 3。

表 3 不同症状严重程度中学生心理求助及专业心理求助状况

组 别	求助状况 [n(%)]			
	有心理求助	无心理求助	有专业心理求助	无专业心理求助
SCL-90 低分组 (n = 184)	50(27.2)	134(72.8)	5(2.7)	179(97.3)
SCL-90 中分组 (n = 197)	91(46.2)	106(53.8)	5(2.5)	192(97.5)
SCL-90 高分组 (n = 186)	102(54.8)	84(45.2)	6(3.2)	180(96.8)
χ^2	28.56	-	0.16	-
P	<0.01	-	0.923	-

3 讨 论

本研究发现 42.9% 的怀集县中学生有心理求助经历,其中有专业心理求助经历的比例为 6.6%,而全体学生的专业心理求助率仅为 2.8%,SCL-90 评分 > 160 分者比例为 28.2%。研究结果提示怀集县中学生心理症状较江门市同龄人严重,但心理求助率及专业心理求助率均较低^[2]。既往以大学生为研究对象的结果显示,在遇到心理问题时,来自城市的学生比农村的学生对心理咨询持有更加积极的看法^[7],农村的学生更加倾向于自行解决问题而不愿寻求帮助^[8]。怀集县地处广东省西北部山区,相对较低的经济水平及信息水平可能导致学生对心理求助的态度不如珠三角地区同龄人积极^[9],从而影响了其心理求助行为。在心理求助对象方面,向朋友或同学、亲属求助最为常见,而向专业机构求助的比例极低,此发现与既往研究一致^[10],可能与自觉症状轻、认为求助可耻、非专业求助的对象较为熟悉有关^[11]。此外,校园心理卫生机构相对不足,可能导致学生没有合适的专业心理求助对象^[12]。家庭、同伴和朋友所传递的态度信念系统会对个人确认心理问题和采取应对方式有很大影响^[11],提高他们的心理卫生知识水平有助于早期发现心理问题^[13],因

此在怀集县开展的校园心理卫生服务过程中,除了要完善心理卫生机构,还要主动为常见的心理求助对象(同学、亲属)普及基本的心理卫生知识,帮助他们应对可能出现的心理问题^[14]。

在人口学因素方面,本研究发现有心理求助经历者年龄较大,与 Selkirk 等^[9,15]研究结果一致。情绪处理能力较高的个体更愿意从各种资源中寻求帮助^[7,11],年龄较大青少年学生在情绪处理能力可能优于低龄青少年,继而更有更积极的求助态度。女性有心理求助经历的比例更高,这与大多数研究一致,可能与女性更容易陷入抑郁焦虑、求助意愿更强有关,亦可能与男性相对情感表达不佳、交流困难、男子气有关^[11,16-18]。

在学校相关的变量方面,本研究首次报道居住情况、班主任为女性与中学生心理求助行为相关。既往针对大学生的研究发现,社会支持水平高有利于心理求助行为的发生^[19],住宿学生及班主任为女性的学生可能从同学及老师方面获得的社会支持水平较高,从而更容易接受心理求助行为。多因素分析发现,在控制了年龄及性别这两个人口学变量后,SCL-90 评分 > 160 分(OR = 2.0, 95% CI: 1.4 ~ 2.9)、班主任为女性(OR = 1.7, 95% CI: 1.1 ~ 2.6)、年龄较大(OR = 1.3, 95% CI: 1.0 ~ 1.3)是心理求助行

为的独立相关因素。提示怀集县中学生心理求助行为的发生和人口学、心理症状、社会支持水平等因素相关。由于 SCL-90 评分与心理求助行为相关性最强,进一步分析症状严重程度与心理求助心理的相关性,发现 SCL-90 评分越高,心理求助率越高,然而,专业心理求助率并未随着症状增加而上升。近期澳门的研究发现,大学生心理症状越重越担心丢面子、病耻感越重,越不愿意寻求专业心理帮助^[20] 这种情况可能同样存在于怀集县中学生。

本研究的局限性在于样本量相对较小,并未纳入求助意愿、病耻感等重要变量。这可在下一步的研究中加以考虑。总之,本研究首次报告了广东怀集县中学生心理求助状况及其影响因素。当地中学生自我报告的心理求助率、专业心理求助率均较低。朋友、同学、家人是常见的求助对象。在当地开展校园心理卫生的过程中,要注意对学生、老师及家长进行心理卫生知识普及,提高发现他们常见心理问题的能力从而主动为有需要的学生提供帮助。同时,为了提高专业心理求助服务的可及性,应该增加对当地心理卫生机构的投入。

参考文献

- [1] Vos T, Flaxman AD, Naghavi M, et al. Years lived with disability (YLDs) for 1160 sequelae of 289 diseases and injuries 1990 – 2010: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2010[J]. *Lancet*, 2012, 380(9859): 2163 – 2196.
- [2] 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.
- [3] Shaffer D, Craft L. Methods of adolescent suicide prevention[J]. *J Clin Psychiatry*, 1999, 60 (Suppl 2): 70 – 76, 113 – 116.
- [4] Kim JE, Zane N. Help – seeking intentions among Asian American and white American students in psychological distress: application of the health belief model[J]. *Cultur Divers Ethnic Minor Psychol*, 2015.
- [5] 谢庆红, 方晓义, 刘朝莹, 等. 青少年心理行为问题、求助态度和求助意愿的关系[J]. *中国临床心理学杂志*, 2012, 20(3): 413 – 416.
- [6] 肖黎. 中文版 90 项症状自评量表在中学生中使用的信效度分析[J]. *中国学校卫生*, 2012, 33(3): 346 – 347.
- [7] 张秋艳, 张卫, 岳颂华, 等. 中学生情绪智力与应对方式的关系[J]. *中国心理卫生杂志*, 2004, 18(8): 543 – 546.
- [8] 江光荣, 王铭. 大学生心理求助行为研究[J]. *中国临床心理学杂志*, 2003, 11(3): 180 – 184.
- [9] Selkirk M, Quayle E, Rothwell N. A systematic review of factors affecting migrant attitudes towards seeking psychological help[J]. *J Health Care Poor Underserved*, 2014, 25(1): 94 – 127.
- [10] 余晓敏. 大学生心理求助及其影响因素研究[D]. 武汉: 华中师范大学, 2004.
- [11] 余晓敏, 江光荣. 心理求助行为及其影响因素[J]. *中国心理卫生杂志*, 2004, 18(6): 426 – 428.
- [12] Green JG, McLaughlin KA, Alegria M, et al. School mental health resources and adolescent mental health service use[J]. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*, 2013, 52(5): 501 – 510.
- [13] Tegethoff M, Stalujanis E, Belardi A, et al. School mental health services: signpost for out – of – school service utilization in adolescents with mental disorders? A nationally representative United States cohort[J]. *PLoS One*, 2014, 9(6): e99675.
- [14] 鲁杰, 陈强庆, 杨桂菊, 等. 中学生应付方式状况调查及心理健康教育效果评价[J]. *临床心身疾病杂志*, 2015, 21(1): 78 – 80.
- [15] Seyfi F, Poudel KC, Yasuoka J, et al. Intention to seek professional psychological help among college students in Turkey: influence of help – seeking attitudes[J]. *BMC Res Notes*, 2013, 6: 519.
- [16] Yousaf O, Grunfeld EA, Hunter MS. A systematic review of the factors associated with delays in medical and psychological help – seeking among men[J]. *Health Psychol Rev*, 2015, 9(2): 264 – 276.
- [17] Sullivan L, Camic PM, Brown JS. Masculinity, alexithymia, and fear of intimacy as predictors of UK men's attitudes towards seeking professional psychological help[J]. *Br J Health Psychol*, 2015, 20(1): 194 – 211.
- [18] Levant RF, Stefanov DG, Rankin TJ, et al. Moderated path analysis of the relationships between masculinity and men's attitudes toward seeking psychological help[J]. *J Couns Psychol*, 2013, 60(3): 392 – 406.
- [19] 刘寒梅, 朱从书, 胡修银. 大学生心理求助态度与社会支持的关系[J]. *中国健康心理学杂志*, 2013, 21(5): 770 – 771.
- [20] Cheang SI, Davis JM. Influences of face, stigma, and psychological symptoms on help – seeking attitudes in Macao[J]. *Psych J*, 2014, 3(3): 222 – 230.

(收稿日期: 2016 – 03 – 29)

(本文编辑: 唐雪莉)