

寄宿制初中生心理健康问题调查及对策探究

邹琴 车学文

西南财经大学天府学院

DOI:10.12238/mef.v4i11.4252

[摘要] 初中阶段是个体身心发展的重要时期,寄宿制学习生活对学生身心健康具有重要影响。本文对某县寄宿制初中生进行了心理健康状况进行调查,分析了寄宿学生心理健康状况,发现存在寄宿、年龄、性别、生源地等因素的学生心理健康的差异,并从学校、家庭、社会层面提出了相应的心理健康教育意见和对策。

[关键词] 寄宿制;初中生;心理健康;对策

中图分类号: G627

文献标识码: A

Investigation and Countermeasures on Mental Health Problems of Junior Middle School Students in Boarding System

ZOU Qin, CHE Xuewen

Tianfu College of SWUFE

[Abstract] Junior middle school is an important period of individual physical and mental development, and boarding school life has an important impact on students' physical and mental health. This paper investigates the mental health status of boarding junior high school students in a county, analyzes the mental health status of boarding students, and finds that there are differences in mental health of students due to boarding, age, gender and place of origin, and puts forward corresponding mental health education opinions and countermeasures from the aspects of school, family and society.

[Key words] boarding system; junior high school students; mental health; countermeasures

与走读学生相比,寄宿生学习生活环境相对封闭,在一定程度上不利于学生与家长的交流联系,因此对寄宿生学习生活与身心发展问题应加以重视。本文对某县寄宿制中学7-9年级550名学生进行了心理健康问卷调查与数据分析,并根据寄宿制初中生的心理健康状况提出了相关的教育对策和建议。

1 对象与方法

调研对象基本情况:本研究调查某县三所寄宿制中学初中生,共550人,经筛选后有效人次为512人;其中城市学生203人,农村学生309人;男生268人,女生244人;寄宿生256人,非寄宿生256人。

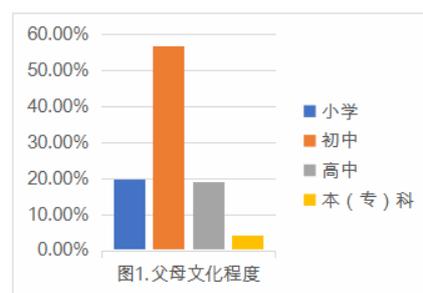
调研工具:量表选用适用于我国中学生标准化的《心理健康诊断测验》(MHT)。调查使用统一的问卷指导语,以网络问卷进行数据采集。采用Excel、

spass21.0进行数据处理,筛选无效问卷,采用描述性统计、t检验等方法进行分析。

2 结果分析

2.1 学生基本情况统计分析

调研学生中初一至初三学生占比分别为54.2%、20.8%、25%;47.2%为独生子女,26.7%为单亲或者离异家庭,18.7%为留守学生。除开学校基本生活费外,76.4%的学生零花钱数量低于100元/月。父母文化程度以及外出工作情况如图1、图2所示。



2.2 寄宿与心理健康分析

寄宿生在孤独倾向、自责倾向上具有显著性差异 ($P < 0.05$), 数据见表1。

2.3 各类变量对MHT各因子的差异

MHT各因子在总得分上看,学习焦虑的得分在八项焦虑倾向中为最高。MHT得分在性别变量上,女生MHT得分在冲动倾向、对人焦虑、过敏倾向、恐怖倾向、身体症状、学习焦虑方面显著高于男生 ($P < 0.05$), 数据见表2。

表1 寄宿生与非寄宿生在MHT各因子上的差异分析

变量	寄宿生 (N=256)	非寄宿生 (N=256)	T	P
冲动倾向	6.57±3.26	6.72±3.37	-0.506	0.613
对人焦虑	4.53±2.79	4.09±2.53	1.893	0.059
孤独倾向	3.32±2.67	2.49±2.27	3.786	0.000
过敏倾向	6.27±2.43	6.18±2.57	0.406	0.685
恐怖倾向	3.48±2.72	3.42±2.94	0.250	0.803
身体症状	5.36±3.31	5.37±3.33	-0.053	0.958
学习焦虑	7.48±3.22	7.01±3.35	1.615	0.107
自责倾向	5.69±2.79	5.17±2.88	2.073	0.039

表2 男生与女生MHT各因子得分比较

项目	男性 (N=268)	女性 (N=244)	T	P
冲动倾向	5.91±3.21	7.45±3.25	-5.394	0.000
对人焦虑	3.92±2.73	4.74±2.54	-3.511	0.000
孤独倾向	2.88±2.62	2.92±2.38	-0.170	0.865
过敏倾向	5.88±2.63	6.61±2.3	-3.331	0.001
恐怖倾向	2.78±2.71	4.2±2.77	-5.861	0.000
身体症状	4.77±3.15	6.01±3.38	-4.297	0.000
学习焦虑	6.9±3.53	7.62±2.97	-2.533	0.012
自责倾向	5.23±2.89	5.65±2.79	-1.671	0.095

在生源地差异上,体现为农村学生在孤独倾向MHT得分 ($M=3.25$) 显著高于城市学生 ($M=2.37$);在年级差异上,体现为不同年级学生在恐怖倾向方面显著差异 ($P<0.01$),随年级增长恐怖倾向的得分逐渐降低,初一均值为3.75,初二均值为3.33,初三均值为2.91;非独生子女群体在学习焦虑、过敏倾向上显著高于独生子女群体 ($P<0.05$)。

单亲家庭的学生与非单亲家庭的学生在过敏倾向上具有显著性差异 ($P<0.05$),在过敏倾向方面,单亲家庭均值为5.85,非单亲家庭均值为6.37。留守学生和非留守学生之间在各维度无显著性差异,父母外出打工时间对学生MHT得分没有显著影响。

刘广玲已有初中生零花钱现状及教育对策研究中显示,中学生每年获得的零花钱约887.86元人民币,每月人均零花钱为67.79元,在本次调研中将100元作为划分零花钱多少的区分。零花钱多的学生在MHT过敏倾向得分更高,在冲动倾向上得分更低。

3 讨论与分析

3.1 学生情况讨论分析

在寄宿以及各类MHT因子分析中:学

习焦虑因子得分在八项焦虑倾向中最高,学生的学习焦虑都已经成为初中生面临的最突出的问题之一,学生仍然面临着激烈的升学压力和竞争压力。此次调研中寄宿生占比50%,寄宿已经成为不少初中生家庭,尤其是区县郊区、农村学生家庭的必然选择,是初中生成长历程中重要的生活事件。此次调研结果也显示在过敏倾向和自责倾向上都表现为非寄宿生得分更低。主要原因可能为寄宿生在住校期间缺乏家人的陪伴与关爱,感觉内心孤独、寂寞,变现更为敏感。因此,后续相关研究的开展,寄宿经历与寄宿时间变量的探究是值得深入开展的方向。

在性别差异方面:本次调研数据中,初中生的心理健康水平普遍良好,在性别因素上,男生在MHT总分、冲动倾向、对人焦虑、过敏倾向、恐怖倾向、身体症状、学习焦虑方面均好于女生。调研结果与姚应水等不同性别青少年MHT量表的Meta分析、王丽调查结果以及宁源等人的中小学学生MHT调查结果相一致。性别差异一方面可能缘于女生身心发育早于男生、表现更为成熟,加上身体的快速变化导致的紧张焦虑等;另一方面,

从性别特点来看女生新手更为细腻、敏感,可能在相关因子如过敏倾向、恐怖倾向等体现出来。

在年级方面:调查显示学生心理健康状况也有所差异,初一学生恐怖倾向较初二初三学生略高。从学业发展来看,小学到初中是一个分水岭,在面对新环境、新学习阶段的懵懂未知,学生需要时间适应,这方面心理问题在调研中的得到了体现。

在独生子女因素:独生子女的学习焦虑、过敏倾向要高于非独生子女,与赵慧莉等人寄宿制青海省藏民族居住区寄宿制中学调研结果不相符。说明学校寄宿、家庭情况等条件下独生子女心理健康水平具有差异性,但是不同地区环境下相关的结果不具有普遍性。

3.2 家庭情况讨论分析

在单亲家庭变量上:从家庭层面发现,单亲家庭的学生的过敏倾向高于非单亲家庭学生,单亲家庭的学生因为父母陪伴的缺失都对青少年的成长都有一定程度的影响,表现为敏感,内心孤独,情感缺失等问题。

留守变量在MHT各因子上不具有显著性差异,零花钱、父母文化程度在MHT各因子也都不具有显著性差异,在寄宿、生源地变量上,孤独倾向上存在显著性差异,这表明家庭经济情况、父母文化程度等对学生心理健康状况的影响不大,寄宿等缺失家人的陪伴和关爱都学生成长的影响更为值得关注,在初中阶段身心发展完善的时期,家庭陪伴对学生心理健康发展是不可替代和不可或缺的。

4 建议与对策

初中生正处于个体生长发育的关键时期,心理发展并不稳定成熟,在寄宿制学校环境教育下,更容易产生各类心理健康问题。基于此,提出以下建议:

4.1 学校层面:优化寄宿环境条件,完善寄宿管理制度

寄宿生大都脱离了父母的直接管教,在学校封闭的寄宿环境里学习、生活,学生的住宿条件以及住宿氛围的好坏间接影响了学生的心理健康。首先,

学校方面应提供相对舒适的宿舍环境,提升宿舍硬件设施,保障寄宿生生活。其次应建立完善的宿舍管理制度。应设专职生活老师,确保无安全问题;建立完善的寄宿生家庭成员信息表,以便让寄宿生能够及时与不在身边的父母联系,让家长也能加强与老师沟通。

4.2学校层面:重视寄宿生心理健康,建立学生心理辅导咨询室

学校是学生家庭之外重要的学习生活场所,学校氛围对学生心理健康状况有重要影响。褚衍香、王勇等研究者认为寄宿制学校更为紧张的学习和考试是引起学生心理问题的主要原因。对寄宿生而言远离父母的直接关怀,良好的学校氛围以及教师的支持、同学的关心对学生的成长影响较大。一方面,学校可以加强班主任、生活老师对寄宿生的关心与关爱,积极关注寄宿生心理健康状况变化,及时了解他们的心理动态,从而找到解决之法。另一方面,学校可以采用建立学生心理健康辅导咨询室,建立寄宿生心理健康档案,对常见的心理问题提前做出干预,引领其走出情绪低谷,促进其身心健康成长。

4.3家庭层面:强化父母责任意识与监护意识

父母是孩子的第一任老师,在子女的教育中履行教育、监护的责任与义务。在寄宿生中最常见的就是父母把孩子理所当然地交给老师和学校后任其发展,不管不问,推脱自己的教育义务。因此,

作为父母应当树立良好的责任意识,担当起监护人的义务,与学校协作配合,共同做好孩子的教育工作。同时,家长还应起到良好的榜样作用,以身作则,关注孩子的各种行为,予以及时的纠正与引导。

4.4家庭层面:创造和睦的家庭环境,建立良好的亲子关系

和睦温馨的家庭环境是孩子身心健康成长的基础。父母应当为孩子创立和睦的家庭环境和温馨的家庭氛围,掌握正确的教养态度,与子女建立良好的亲子关系,培养孩子乐观向上、独立自强、自尊自信、勤奋努力的良好品格。同时与孩子尽可能地保持沟通与联系,表达关心与关爱。家庭教育要顺应留守青少年的心理状况及交往规律,不能产生强迫式交流,不要让他们感到交流沟通的压力。总之,家庭教育不仅要在物质上满足孩子合理的要求,还应满足孩子心理上渴望的关爱。

4.5社会层面:营造重视青少年教育的良好社会氛围

未成年人的教育是家庭、学校、整个社会应当关注和支撑的大事。初中时段是青少年社会化和人格完善的重要阶段,其自身发展容易受到社会环境的影响,因此全社会应当进一步营造和谐的教育环境,使青少年在健康的社会环境中茁壮成长。

基金项目:

四川省绵阳市涪城区2021年度社会

科学研究规划项目《农村寄宿制初中生心理健康问题现状与对策研究》(编号61)研究成果。

【参考文献】

[1]周步成.心理健康诊断测验手册[M].上海:华东师范大学出版社,1991.

[2]刘广玲.初中生零花钱运用现状及教育对策研究——以大连市西岗中学为例[D].辽宁师范大学,2006.

[3]姚应水,康耀文,龚伟志,等.不同性别青少年MHT量表的Meta分析[J].中国循证医学杂志,2011,11(2):211-219.

[4]王丽.中小学生对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,2010,8(4):437-439.

[5]宁源,孔亚,温茂霖,等.重庆市某4所中小学学生心理健康状况MHT问卷调查分析[J].重庆医学,2013(22):2641-2643.

[6]赵慧莉,陈思超.寄宿制中学生心理健康、社会支持与主观幸福感关系研究——以青海省藏民族居住区寄宿制中学为例[J].青海师范大学学报(哲学社会科学版),2016,38(5):155-160.

[7]褚衍香,王勇.寄宿制中小学生对心理问题探因[J].湖南教育,2006(4):37.

[8]田娇艳,郭帅鹏.农村留守青少年思想道德教育的困境及其解决路径[J].长春教育学院学报,2020,36(2):25-31.

作者简介:

邹琴(1986--),女,汉族,四川青神人,讲师,硕士,研究方向:心理健康教育、思想政治教育。