农村中学生应激性生活事件量表的初步编制

发展与教育心理学专业

研究生 黄岑杨　　**指导教师** 陈国典教授

摘要：本研究针对以往应激性生活事件研究中，对农村中学生这一群体的忽略，拟编制一个适合农村中学生特点的并且具有较高信度和效度的农村中学生应激性生活事件量表，以促进国内应激性生活事件研究的进一步发展，同时也为农村中学生心理健康教育提供有益的参考。

本研究在开放式问卷调查和文献综述的基础上，建立理论构想并结合对农村中学生先后两次问卷调查，编制了农村中学生应激性生活事件的初试问卷；在对633人进行初试问卷调查后，再次运用探索性因素分析，并结合验证性分析进行检验，最后形成了正式问卷，并运用多种信、效度检验法和社会人口统计学检验等考察了正式问卷的信、效度。

研究结果主要如下：

1、农村中学生的应激性生活事件来源于：学习方面、与老师同伴交往方面、学校环境方面、自身方面、与父母相处方面和其他方面。

2、本研究编制的农村中学生应激性生活事件量表具有良好的信度和效度，可以用来测量农村中学生的生活事件。

3、对样本的人口统计学资料分析发现：（1）学习方面的应激源是农村中学生生活事件的主要应激源。（2）农村女中学生受生活事件的影响比农村男中学生大，在学习方面的得分两者的差异比较显著。（3）不同年级的农村中学生在应激性生活事件上差别非常显著。

关键词 农村中学生　　生活事件

A questionnaire of stressful life events for rural middle school students

Developmental and educational psychology

Author huang cenyang Tutor Prof. chen guodian

Abstract The researches about stressful life events used to ignore the rural middle school students, The study is order to develop a measurement about rural middle school students' stressful life events, which is supposed to have good reliability and validity, the study would accelerate the research on stressful life events in domestic study, and would provide beneficial reference for rural middle school students' mental health education.

Based on investing rural middle school students' stressful life events by questionnaire, together with experts' opinion and research works in this field, a life events change measurement that adapt to Chinese rural middle school students was developed. After using exploratory analysis and confirmative factor analysis, at last formal questionnaire was formed, and many methods was adopted to test its reliability and validity.

The results are follows:

The rural middle school students' stressful life events were composed of six factors, the study stressor, affiliating with teachers and companies stressor, school environment, personal stressor, affiliating with parents, and other stressor.

The reliability and validity of the questionnaire were examined strictly to prove that the questionnaire has good reliability and validity, which could be used as a good measurement in other researches.

The analysis of overall, grand and sex characters of rural middle school students' stressful life vents were done. The results show the study stressor is the most

important stressor for rural middle school students; the life events change of female is higher than male in rural middle school students,especially in study factor; the life events change have much difference in different grand students.

Key word: rural middle school student life events

四川师范大学学位论文独创性及使用授权声明

本人声明：所呈交学位论文，是本人在导师[illegible]指导下，独立进行研究工作所取得的成果。除文中已经注明引用的内容外，本论文不含任何其他个人或集体已经发表或撰写过的作品或成果。对本文的研究做出重要贡献的个人和集体，均已在文中以明确方式标明。

本人承诺：已提交的学位论文电子版与论文纸本的内容一致。如因不符而引起的学术声誉上的损失由本人自负。

本人同意所撰写学位论文的使用授权遵照学校的管理规定：

学校作为申请学位的条件之一，学位论文著作权拥有者须授权所在大学拥有学位论文的部分使用权，即：1）已获学位的研究生必须按学校规定提交印刷版和电子版学位论文，可以将学位论文的全部或部分内容编入有关数据库供检索；2）为教学、科研和学术交流目的，学校可以将公开的学位论文或解密后的学位论文作为资料在图书馆、资料室等场所或在有关网络上供阅读、浏览。

论文作者签名：黄[illegible]

[illegible] 2008年 5月 29日

1. 引言

自上世纪 30 年代 H. Selye 提出应激概念以来，生活事件作为一种心理社会应激源对身心健康的影响引起广泛关注。自 Homls 和 Rahe 编制了应激生活事件量表证实了生活事件对身心健康的影响以后，国外陆续出现了测量各种应激性生活事件的量表。国内在上世纪 80 年代，才开始应激性生活事件测量的本土化研究。在以往的研究中，对于应激性生活事件测量的研究也取得一定的进展，编制了不少测量应激性生活事件的量表，也有专门针对青少年应激性生活事件的测量，特别是近几年也出现了针对中学生应激性生活事件测量的量表，但是在研究中学生的应激性生活事件时取样均来自城市的中学生，没有涉及到农村中学生这一群体，忽略了农村中学生与城市中学生的个体差异，如果将这种量表用于测量农村中学生的应激性生活事件，其测量的结果显然不符合农村中学生的实际情况，也失去了研究农村中学生应激性生活事件的意义。因此，本研究针对这一现状，以农村中学生为研究对象，编制适合农村中学生的特点的应激性生活事件量表，分析农村中学生的应激性生活事件，为提高农村中学生的心理健康水平提供一定的依据，为促进农村中学教育提供一定的参考。

1.1 国内外现状分析

1.1.1 应激的涵义

应激，即 stress，该词来源于拉丁语中的“stingere”，意思是“费力地抽取”、“紧紧地挣扎”，应激研究最早可以追溯到古希腊时代，医学之父 Hippocrates 早就认识到人体内有一种自愈力。十五世纪时应激在物理学上的含义是“张力或压力”，在建筑学和工程学领域，则表示物体对外部的反作用力[①]。十八世纪初开始，应激被引入到生活中，应用于生物学和心理学领域。随着时间的推移，应激这一概念逐渐渗透到各个领域中。

二十世纪的三四十年代美国生理学家 Cannon 和加拿大著名生理学家 Hans. Selye 在前人研究的基础对应激的生理病理反应进行了开拓性研究，尤其是 Seley 提出的应激理论，促进了应激的生物学反应方面的研究。五、六十年代，美国心理学家 RichardS. Lazarus 对应激的研究做出了很大贡献，他特别强调认

[①]王新馨.心理应激与应对[D].上海:上海师范大学硕士论文,2006:4.

知因素在应激反应中的作用，注重对应激的过程进行研究，是现代应激的认识及应对研究领域的重要先驱，直到现在他仍是这一领域最重要的领导人物之一。近几十年来，应激引起了越来越多学者的研究兴趣，各个学科从不同的角度对应激进行了探讨，且每位学者都是以其特定的方式和方法对应激现象的不同方面进行研究，出发点不同，观点各异，光是应激的定义都有三百多种。Lazarus认为，应激是指环境或内部的需要超出了个体或社会系统、机体组织系统的适应能力[①]。Beehr 认为应激是某一情境使人产生特殊生理或心理需要,由此发生的不平常的或出人意料的反应。我国学者陈卫旗认为，应激是有机体受到强烈刺激或有害刺激以后产生的非特异性反应[②]。现代应激理论认为，应激是个体面临或察觉（认知、评价）到环境变化（应激源）对有机体有威胁或挑战时做出的适应和应对的过程。目前有关应激的科学定义各家有所不同，但概括起来，可把应激定义为，应激是个体“察觉”各种刺激对其生理、心理及社会系统威胁时的整体现象，所引起的反应可以是适应或不良[③]。这一定义把应激看作是一个连续的动态过程，包括刺激物、应激反应及刺激与个体的互动作用这三个方面。

1、应激是一种刺激物，有的学者把应激看作是发生于我们周围的各种刺激，这种刺激可能是一项高度紧张性的工作，也可能是一种时间紧迫的压力。事实上，当刺激达到一定量时才能引起生物体做出反应。从这一角度理解，凡是能引起个体紧张感的各种事件和环境均可解释为应激物。

2、应激是一种反应，有刺激且为有机体所察觉，就有有机体应答效应。故有时又把应激看作为个体对不良刺激和应激情境的反应。正如机体免疫反应一样，应激反应是有机体固有的，具有保护机体免受严重伤害的功能。应激是个体生理、心理、社会文化系统的整体反应。

3、应激是刺激物与有机体的互动作用，应激的产生关键不在于刺激物或者反应，而在于个体与环境的相互作用，是个体处在无法应对或调节个体与环境之间相互需求时，察觉或估计到一种威胁，而个体能否察觉到威胁显然与其对自身和环境因素认知评价有关。

[①] Douglas A. Bernstein, Alison Clarke-Stewart, J. Roy& Christopher D.Wichens. Psychology[M]. Boston, NY: Hougton Mifflin Company,1997,428-457.

[②]陈卫旗.自我概念、生活事件与心理健康[J].中国临床心理学杂志,1997,5(1):41-46.

[③]戴晓阳.护理心理学[D].北京:人民卫生出版社,2005:46.

1.1.2 应激的几种理论

1.1.2.1 应激的刺激理论模型

该理论模型来源于物理学中的 Hooke 定律。在该理论中应激定义为能够引起个体紧张反应的外部环境刺激，如失业、失恋、.天灾、贫困等，把应激看成自变量，重点分析什么样的环境刺激可以使人产生紧张反应，寻求刺激和紧张反应之间的因果关系甚至数量关系[①]。该理论引起的研究使人认识到生活中什么样的刺激会引起人们的不良心身反应。但是这种源于物理学定律的应激模型忽视了人类的主观能动性和心理行为的复杂性。它不可能确定所有对个体都产生紧张反应的刺激因素，甚至也不可能确定同一个体在所有场合中产生紧张的刺激因素，更不可能像物理学定律那样建立紧张刺激强度和紧张反应水平的数量化关系。[②]

1.1.2.2 应激的反应理论模型

该理论模型把个体的紧张反应（生理的、心理的、行为的）称为应激，而把引起这种反应的刺激因素叫应激源。反应模型来源于生理学和医学，代表人物 Seley。他把应激看作是人或动物有机体对环境刺激的一种生物学反应现象，可由加在有机体上的许多不同需求而引起，并且是非特异性的，Seley 称之为“一般适应性综合症”它包括惊觉期、抵抗期、衰竭期三阶段。应激过程确实包含许多重要的生理变化，但应激的反应模型没有看到紧张情绪中人的心理和行为的反作用，这种理论模型仍不能使人们看到应激过程的全貌。

1.1.2.3 应激的 CPT 理论模型

应激的 CPT 理论模型[③]，即认知-现象学-相互作用理论模型，是一种心理学模型，它更多地涉及到应激中的心理及行为过程，该理论有一些心理学学家倡导，如 Larzarus、Folkman 等，CTP 理论有三个重要的观点，一是，认知的观点，应激是否发生，以什么形式出现，这都依赖于每个个体评价他和环境之间

---

① 韦有华,汤盛钦. 几种主要的应激理论模型及其评价[J].心理科学,1998,21:441-444.
② Phillip L. Rice 著. 石林,古丽娜,梁竹苑,王谦译. 压力与健康[M].北京:中国轻工业出版社,1998:21.
③王新馨.心理应激与应对[D].上海:上海师范大学硕士论文,2006:6.

关系的方式，包括初级评价和次级评价。初级评价是指个体对自身应对资源、应对能力进行评价。如果认为自己完全有能力解决困境，那么应激强度就会很低或根本不存在应激体验；二是，现象学的观点，强调与应激有关的时间、地点、事件、环境以及人物的具体性；三是，相互作用的观点，认为应激是通过个体与环境之间存在的特定关系而产生的，如果个体认为自身无力应付环境需求则会产生应激体验。CTP 理论是从个体和环境之间的关系的角度对应激进行定义的，并且充分考虑到了个体的认知评价，特定情境以及个体差异的影响，是一种典型的心理学模型。

1.1.3 应激源

应激包括三个环节,即应激源、中介变量和心理——生理反应三部分[①]。应激源是指那些能引起机体稳态失调并唤起反应的环境事件与情境[②]。主要是人们在生活的社会与自然环境中所经历的各种生活事件、突然的创伤，包括心理的生理的和社会文化因素的。这些刺激物不能直接引起应激，在刺激与反应之间还有很多的中介变量。中介变量主要包括个体的认识评价、应对方式、社会支持、自控性、个体特征以及个体的健康状况等。心理——生理反应主要是指各种情绪反应及生理指标的变化。如个体产生焦虑、情绪低落等心理指标，高血压、头痛、失眠、溃疡等生理指标。

引起应激的原因很多，因而应激的分类也有很多，一般将应激源分为内部应激源和外部应激源，内部应激源是指产生于体内的各种刺激或需求，包括生理方面的，如发热、妊娠等和心理方面的如动机过高或不足、内疚等。外部应激源是指产生于体外的各种刺激或需求，包括自然环境方面的如环境温度强烈变化、忽冷忽热等，社会环境方面的如各种生活事件等。还有一种常见的分类是把应激分为生物性应激源、心理性应激源和社会文化应激源，其中心理性应激源包括动机冲突、挫折情境和人际关系失调。

---

① Coyne J.C Social factors and psychopathology: Stress, social support and coping process[J].Annual Review Psychology, 1991,42:401-425.

②李心天.医学心理学[M].北京：北京医科大学中国协和医科大学联合出版社,1998:154.

1.1.4 应激性生活事件

Holmes 和 Rahe 将应激性生活事件定义为“它们的出现或是预示、或是实际需要个体的生活方式做出重大改变”。Myers 等人将应激性生活事件定义为“涉及改变环境，改变角色或被迫接收痛苦的体验”。Brown 和 Birley 认为“应激性生活事件在一般意义上容易引起人们的情绪失调，并常涉及危险或健康状况与生活压力的重大改变、或涉及重大成功或失败的事件。”[①]刘新民他们认为，凡是需要个体动员自身的心理、生理资源或外部资源进行调节，重新加以适应的生活境遇的改变和环境的改变，都可称为应激性生活事件，简称生活事件[②]。总结前人定义，我们认为应激性生活事件是指个体面临或经历的特别或有意义的生活事件，它的出现会引起个体的应激反应。

在生活事件的早期研究中，主要集中在对为极性或挫折性生活事件和身体疾病两方面的研究。Carrett 等人将应激性事件分为灾难性事件、生活变化 或生活事件、慢性应激源与日常琐事。灾难性事件指那些突发性的、难以预料的、会对生活构成潜在威胁的经历或创伤，如社会动荡、战争、自然灾害、意外事故等。生活变化指生活中发生的一些要求个体作出适应的情况，如离婚或结婚、生病、搬迁、就业、升学等。而慢性应激指那些持续较长时间的事情，如长期生活在嘈杂的环境中，由于长期失业而带来生活上的困难等[③]。近几年来的研究发现，不仅重大的生活变化，而且日常生活琐事也可以导致应激反应。日常琐事范围很广，如每天上、下班，频繁接触生人，处理各种家庭事务，各种期限，小的争吵，生活中的压力等，这些琐事本身或许并不重要，但其累积效果所带来给人们的应激影响却不可忽视。

一直以来，应激对身心健康的影响都受到广泛关注，早在 1929 年 Cannon 即指出，应激性生活事件在不同的生理或病因失调上扮演重要角色。大量的研究表明应激性事件与某些疾病的发生发展或恶化都有很大的相关，在以往的研究中总结出：过于强烈和持久的同许多疾病的发生与加重有关，是影响身心健

---

① 狄敏.中学生生活压力事件问卷的初步编制[D].重庆:西南大学硕士论文,2005:4.

② 刘新民,李建民. 变态心理学[M]. 合肥:安徽大学出版社,2003:317.

③ Carrett V. ,Brantley P. ,JonesG&McNightG The relation between daily sress and Crohn's[J]. Journal of Behavioral Medicine, 1991,14: 187-196.

康的重要因素之一；生活事件的性质与特点，影响它们同身心健康间的相关程度；尽管生活应激与疾病的相关并不高，但研究应激有重要的意义。

1.1.5 应激性生活事件的测量

测量应激性生活事件的方法目前常用的有两种，一种是开放式调查，即让受试者描述最近经历的事件，受试者可根据个人情况自由回答。另一种就是使用标准化的应激量表，由于使用量表比较规范，又便于分析和处理，是目前常用的一种方法。

1.1.6 国内外已有的应激性生活事件量表

1.1.6.1 成人应激性生活事件量表

1967 年，Home&Rahe 编制了第一份社会再适应量表（SRRS），开辟了应激量化研究的新途径。SRRS 被公认是评定生活应激的有效工具，在其问世以后，利用其所作的大量研究表明，那些量表评分较高者比评分低者更易患身心疾病和产生各种适应问题。但是 SRRS 也存在一些问题。首先，SRRS 假定不管积极或消极生活事件，都会产生应激，没有考虑区分刺激的性质，但 Saraon 等研究表明，只有消极事件才会对疾病造成影响；其次，SRRS 没有考虑心理刺激评定的个体差异问题；同一生活事件，对于不同个体，甚至同一个体在不同时期可能具有不同意义[①]。Firth 通过个案研究发现，同样是工作升职，有人认为是好事，有人确认为是坏事，因为它会带来更多的紧张、压力与责任。同样在生活应激定量方面也有类似问题，因而 Sarason 建议对生活应激采用自评的方式，编制了生活经历调查表（LES）。另外，国外还有许多版本的生活应激量表，如 Brown&Harris 编制了生活事件困难调查表（LDS）,侧重生活应激对人造成困难和威胁的程度[②]。M.Horowits 等人编制的“日常生活问卷”也是测量生活应激事件较为常用的工具，量表延用 Holmes 等人的思路，该量表考虑了事件发生时间的因素，使得对个人当前压力状况得测量更为准确。由于不同民族文化背景及职业群体中生活事件的发生频率及认知评价方式的差异，针对特殊群体的生活事件量表也相继问世。近年来，许多研究者不再局限于重大生活事件，

[①] Holmes TH&RaheRHThe social readjustment rating scale[J].Journal of Psychosom Reseach,1967,11:213-218.

[②]张瑶,宋维真等.生活事件调查表对心身疾病患者试用结果分析[J].中国心理卫生杂志,1989,3(2):74-76.

也开始侧重于对日常琐事造成的生活应激进行测量，并编制了这方面的量表，如 Kanner 编制的琐事量表（The Hassle' s Scale），该量表由个人认为是麻烦的、恼人的或挫折的 117 个项目组成[①]。Kanner 等人发现琐事与生活事件只有中度相关。Lazarus 解释生活事件与日常琐事只有一点点重叠的部分，琐事量表比生活事件量表更能精确地作为心理健康的预测者。此外，结构性临床访谈、诊断性访谈量表以及一些心理测量学和社会心理学上的特殊辅助测量方法也用于应激性生活事件的测量中。Dohrenwend 等人（1978；1982）的精神病流行病学研究访谈（PERI）生活事件量表，Kohn&Macdonal(1992)的最近生活经验调查表（SRLE），Cohen 等人（1983）的知觉压力量表（PSS）等在应激性生活事件的测量中也有一定的代表性和应用。

80 年代以来，我国学者引进修订或自行编制了一些生活事件量表，其中比较有代表性的有杨德森及张明园各自编制的生活事件量表。杨德森的量表参考了 SRRS，并根据我国的情况对其中部分作了修订与增删，共 48 项，强调个体对可观时间的主观感受，将生活事件分为正性、负性，认为负性生活事件才与疾病有关。评分时分别计算不同性质的生活事件刺激量与总量。张明园的量表则强调生活事件的客观属性和群体价值取向，它建立了中国人的常模，并分成若干年龄阶段，记分时根据受试者的年龄组别，取相应的 LUC 值。张氏量表共 65 项，只包括急性生活事件，不包括持续的刺激，未区分正负性事件，较少考虑事件的个体特殊意义。将两个量表的应用进行比较，两种方法测量一致性较高[②]。此外，国内还有一些生活事件量表，如郑延平编制了紧张性生活事件评定量表，来评定一年内紧张性生活事件的频度和强度，张瑶等编制的生活事件经历调查表，重点调查了身心疾病患者，发现其分数明显高于健康组，该量表也较有效。

1.1.6.2 国内外已有的青少年应激性生活事件量表

国外关于青少年应激方面的量表有很多，其中较有名的如，R.Goddington

[①] Kanner AD,Coyne JC,Schaefer C.&Lazarus R. Comparison of two modes of sress measurement: Daily hassle and uplifts versus major life events[J]. Journal of behavioral Medicine,1981,4(1):14-17.

[②]张瑶,宋维真等.生活事件调查表对心身疾病患者试用结果分析[J].中国心理卫生杂志,1989,3(2):74-76.

在1972年编制的生活事件记录（GLER），Johnson&McCutcheon1980年编制的生活事件检核表，Gadzella在1991年编制的学生生活应激问卷（SLSI），N.Cahir等1988年编制的心理系学生应激问卷（PSSQ），Blankenstein.KT.等1991年编制的大学生烦事简易量表（BCSH），Jose等人1994年编制的儿童主要生活事件量表、儿童日常生活量表，以及SRRS的大学生变式等。还有香港的Ceclia cheng1997年编制的香港青少年生活事件量表（CALES）。它们分别从不同角度对青少年的应激性生活事件进行测量。

Coddington1972年编制的生活事件报告表（Life Events Record）是青少年应激性生活事件测量中应用较为广泛的一个量表。该量表类似Holmes和Rahe的SRRS量表，列出了青少年经历的一些生活事件。它包含了学前组、小学组、中学组低年级组、中学高年级四个年龄组，并根据不同年龄组，安排了不同的题目内容同时对应着不同的“生活改变值”，其中学前组30题，小学组36题，中学低年级和中学高年节则分别有40和42题，在完成量表时，要求被试回答在最近时间（通常为一年）是否经历过这些生活事件以及经历的次数[①]。在此问卷的基础上发展出的还有Monaghan,Robinson和Dodge在1979年编制的适用于英国儿童的儿童生活事件问卷，Tolor,Murphy,Wilson和Clayton于1983年编制的中学社会适应量表等等[②]。这些量表虽然在青少年应激性生活事件的测量中占据重要的位置，但也存在着一些缺点，如没有区分正面的应激性生活事件和负面生活事件，评定时没有考虑个体差异等，另外问卷的题目尚不足以充分代表青少年经历的主要生活事件。

Johnson&McCutchen编制的生活事件检核表是测量较大年龄青少年生活事件的另一个较好的测量工具。问卷包括46个题目，题目来源更为广泛，在一定程度上弥补了Coddington问卷题目上的缺陷。该问卷区分了正面和负面的应激性生活事件，采取4点计分，可以分别计算正面、负面和总的生活事件[③]。该量表具有良好的信度和效度。与次类似的还有Sweaingen和Cohen的中学高年级生活经验调查，Compas,Davis等人的青少年觉察事件量表等。

Jose等人的儿童主要生活事件量表、儿童日常生活量表各有50个题目，分

[①]江光荣,靳岳滨.中国青少年生活事件检查表编制报告[J]. 中国临床心理学杂志,2000,8(1):10-14.

[②]狄敏.中学生生活压力事件问卷的初步编制[D].重庆:西南大学硕士论文,2005:6.

[③]王欣.中美两国大学生生活应激量表测试结果的比较研究[J].中国临床心理学杂志,1999,7(3):176-177.

别测量青少年所经历的主要生活事件（如父母离婚、父/母死亡等）和日常生活中的琐事（如和同学发生矛盾、课业负担过重等），也是近年来有代表性且应用较多的量表。

大陆近几年也编制了几种生活应激量表，如刘贤臣等1987年编制的青少年自评生活事件量表（ASLEC）[①]，王宇中、冯丽云等1999年编制的大中专学生生活事件量表[②]，郑全全、陈树林1999年编制的中学生应激源量表[③]，以及江光荣等2000年编制的中国青少年生活事件检查表[④]。

从国内的青少年应激量表的编制来看，其内容多来自开放式或半开放式问卷调查，刘贤臣的量表有27个条目，均为负性事件，分为人际关系、学习压力、受惩罚、丧失、健康适应及其他，共有6个因子；王宇中的量表分正性、负性事件各38项，包括四个方面的问题：人际关系与心理支持、奖惩、经济与身体、其他。郑全全的量表含有39各项目，分学习压力、教师压力、家庭环境压力、父母压力、同学朋友压力、社会文化压力和自我身心压力7个因子；江光荣的量表共有47项生活事件，正负性事件在一起计分。在计分方面，青少年应激量表采用了成人生活量表的计分方法，主要是主观等级评定和客观常模评定两种，多数量表采用主观等级评定法。从生活量表的效度来看，由于诸多研究已证实生活应激同身心健康状况有一定联系，因而选择一些测量心身反应或症状的量表作为效标是合适的。

1.1.7 农村中学生应激性生活事件

1.1.7.1 青少年生活事件的以往研究状况

随着对青少年心理健康的关注，在青少年应激性生活事件方面的研究中也逐渐增多，并取得了一定的研究成果，主要集中在：运用青少年生活事件量表调查了不同群体的应激性生活事件，生活事件造成青少年生理心理的变化而影响其身心健康，生活事件与心理健康之间存在显著的相关；生活事件与应付方

[①]张瑶,宋维真等.生活事件调查表对心身疾病患者试用结果分析[J].中国心理卫生杂志[J],1989,3(2):74-76.

[②]王宇中,冯丽云等.大中专学生生活事件量表的初步编制[J].中国心理卫生杂志[J],1999,13(4):206-207.

[③]郑全全,陈树林.中学生应激源量表的初步编制[J].心理发展与教育,1999(4):45-49.

[④]江光荣,靳岳滨.中国青少年生活事件检查表编制报告[J]. 中国临床心理学杂志,2000,8(1):10-14.

式等相关因素的关系研究；生活事件与焦虑、抑郁及情绪行为问题的研究等。而且在针对不同群体的青少年应激性生活事件量表的编制方面，也陆续编制了大学生、大中学生、中学生、青少年运动员的应激性生活事件量表。

从以往青少年应激性生活事件的研究中可以看出，其研究对象多集中在中学生、大学生，取样来源大多源自城市，对于农村中学生的应激性生活事件研究较少，在查阅文献时发现仅有的一个研究也是由 ASLEC 量表对农村中学生进行研究。农村中学生同城市中学生一样也处于身心迅速发展的青少年阶段。但是农村中学生由于其生活环境、教育环境、家庭环境的不同，在一定程度上农村中学生的应激性生活事件和城市中学生应有着明显的区别。因而将一般性的取样来自城市中学生的应激性生活事件量表用于对农村中学生应激性生活事件的测量，则具有一定局限性。

1.1.7.2 编制农村中学生应激性生活事件量表的必要性

温家宝总理在全国农村教育工作会议的讲话中说："农村教育影响广泛，关系农村经济和社会发展的全局。""我们必须充分认识到农村教育在全面建设小康社会中的基础性、先导性、全局性作用。"[①]我国是世界上最大的发展中国家，农村人口数量众多，农村的发展靠人才，人才的培养靠教育。2004 年《中国统计年鉴》的数据表明：2003 年，农村中学生共计 35733 所，占全国总数的 59.7%；农村中学生在校生共计 3121.32 万人，占全国初中在校生总数的 58.5%。[②]可见农村中学生这个群体不容忽视，农村中学生的教育就是当前教育工作的重中之重。

一直以来，由于各种条件的限制农村学生的教育一直远远落后于城市，但受农村社会改革开放环境和多元信息的双重影响，自上世纪 90 年代以来，农村加大了改革开放的步伐，农村社会发生了巨大的变化，农村的教育也有一定程度的好转，这种变化对农村青少年来说总的影响来说是积极的，但也存在一些消极影响[③]。农村市场经济的开放性特征，既为中学生开阔眼界、解放思想创造了条件，也对中学生的思想政治信念产生了某些负面影响。市场经济的自主性

[①]温家宝. 在全国农村教育工作会议上的讲话. 人民日报, 2003, 10. 30.
[②]中国统计局. 中国统计年鉴. 中国统计出版社, 2004.
[③]赵裕宇, 杨士昌. 重视农村中学生思想教育[J]. 精神文明导刊, 2004(11):49-50.

特征，既有促进学生走向自主发展、形成独立人格的一面，也有导致学生思想迷惘、判断错乱的一面。大众传媒和现代媒体进入农村并迅速发展，也对农村中学生的行为规范、生活态度和价值观念产生了越来越大的影响，但同时也加重了农村中学生思想教育工作的难度。而且，在农村，由于长期以来的城乡二元分割体制的影响，农村人普遍地认为只有通过考试才能出人头地，才能实现“鱼跃龙门”，造成农村学校片面追求升学率，没有树立正确的办学理念，重智育轻德育，素质教育在农村还没有到位。加上农村教育经费投入不足，教育资源贫乏，办学条件差，严重缺乏师资等等，农村中学生相应受到一定的影响。还有农村家庭教育由于家长自身的文化水平和家庭条件的限制，家庭教育不能适应新的形式，这也会给农村中学生带来一定的不良影响。

但是，处于农村教育环境下的农村中学生与城市中学生一样，无论从生理还是心理都处于迅速变化的过程，他们面临的内外压力普遍增多，不少压力超过了他们所能负荷的程度，这会引起一些不良后果，如身体的症状、焦虑、紧张、不安、恐惧等情绪困扰以及各种适应问题，这些问题不解决将会影响农村中学生的健康成长。在已有的研究中发现，农村中学生存在不同程度的心理健康问题[①]，且农村中学生心理健康总体水平低于城市中学生[②]，因而要加强对农村中学生心理健康的关注。农村中学生与城市中学生一样在生活学习中会遇到各种应激性生活事件，而青少年的应激性生活事件对其心理健康有着直接影响。应激性生活事件通过改变神经内分泌系统功能，造成心理生理障碍，影响人的健康[③]，其影响程度受年龄、生活背景等因素的限制。处于身心发展的关键时期的农村中学生，应对生活事件的能力有限，易因生活事件产生各种身心疾病，且随着应激性生活事件的增加，学生发生身心疾病的危险增加。那么，关注对农村中学生心理健康造成一定影响的应激性生活事件显得格外重要。因此本研究从编制当代农村中学生的应激性生活事件量表着手，研究农村中学生的应激性生活事件，有助于了解农村中学生生活事件的状况和特点，增加对农村中学生身心健康的干预能力，为提高农村中学生的心理健康水平提供一定的依据，

[①]马锦华.农村中学生心理健康状况分析与对策研究[J].当代青年研究,2005(5):16-19.

[②]叶苑.贵州省农村、城市中学生心理健康状况的比较研究[J].贵州师范大学学报(自然科学),2001(18):90-96.

[③]林敬德,孔庆兰,秦彩凤.应激性生活事件对中学生心理健康的影响[J]. 江苏预防医学,2004,15(3):26-28.

为进一步提高农村中学生的教育提供可行性的措施。

1.2 本研究的意义

在以往的研究中，国外的生活事件研究已较为成熟，目前已有适用于成人、儿童的多种生活事件量表。国内在生活事件方面的研究刚刚起步，在中学生生活事件的研究中，常常忽略了农村中学生这一群体。因此编制适应于农村中学生特点的农村中学生生活事件量表将有助于本土心理学的研究。编制一套具有较高信度和效度的农村中学生应激性生活事件量表，将为农村中学生生活事件的研究提供可靠的参考体系，为提高农村中学生的心理健康水平提供可行性的依据。

1.3 研究构想

1.3.1 理论建构

1.3.1.1 应激性生活事件的定义

本研究将应激性生活事件定义为个体所面临或经历的会引起个体应激反应的生活事件，它们往往涉及改变环境，改变角色或被迫接收痛苦的体验，它们的出现或是预示、或是实际需要个体的生活方式做出改变。

1.3.1.2 农村中学生应激性生活事件量表理论结构的确定

为了探讨农村中学生应激性生活事件的来源，于 2007 年 6 月中旬对河南南部地区的两所农村学校的四百多名学生进行开放式问卷调查，发现农村中学生的应激性生活事件主要集中在学习方面、家庭环境方面、学校环境方面、与同学交往及自身方面等。通过开放式问卷调查，并综合前人的研究，本研究认为农村中学生应激性生活事件的来源主要存在于以下几个方面：

1、环境：指个体的生存环境方面，包括（1）家庭环境：如家庭经济困难、父母外出打工等；（2）学校和社会环境：如学校锻练场所有限、食堂伙食不好、学校周围网吧较多等。

2、自身：指来自自身的生理、心理、及学习方面的。（1）生理方面：如体弱多病、自身的长相身材不如别人等；（2）心理方面：如常常无法调节好自己

的情绪、认为自己的能力不如别人等；（3）学习方面：如对学习没有兴趣、学习成绩止步不前等。

3、人际关系方面：包括（1）与同伴交往方面：如与同学不能友好相处、被同学取绰号等；（2）与老师交往方面：被老师批评、与老师缺少沟通等；（3）与父母相处方面：跟父母吵架、不被父母理解等。

4、其他方面：除了以上这些方面以外的，对农村中学生来说是意料之外的事情。如：自己财务被盗、身体意外受伤等。农村中学生应激性生活事件来源的理论构建如下图：

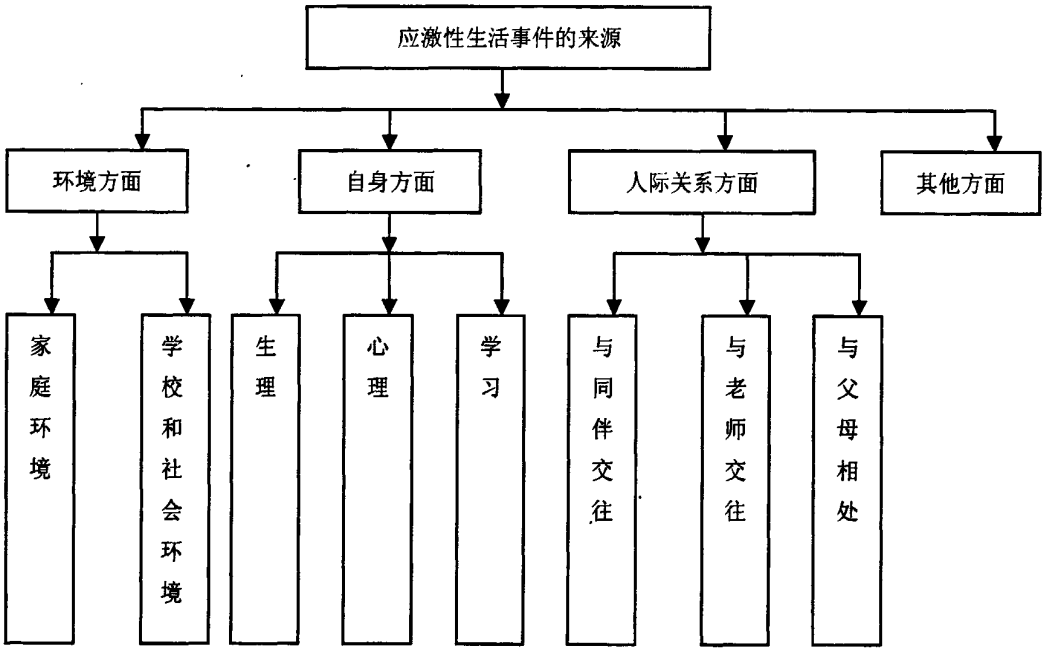

图 1.3.1.2-1 农村中学生应激性生活事件来源的理论构建图

1.3.2 研究方案

1.3.2.1 研究目的

本研究旨在编制适合农村中学生特点的应激性生活事件量表，为农村中学生的心理健康提高可靠、适宜的评价工具和依据。

1.3.2.2 研究方法

采用多元的研究方法，主要有文献阅读法、调查法等收集资料，并对收集的内容进行内容分析、因素分析、项目分析等。

1.3.2.3 研究对象

抽取河南省的初中、高中农村学生。

2、研究一：农村中学生应激性生活事件初始问卷的编制

2.1 原始题目的收集

2.1.1 研究目的

在查阅文献和对农村学生实际调查的基础上，收集农村中学生应激性生活事件的题项，编制农村中学生应激性生活事件量表的原始题目。

2.1.2 被试

选取河南省信阳市淮滨县马集高中和张庄中学的农村中学生，共有216人，其中农村高中生107人， 高一43人，高二64人，初二年级学生109人，男生131人，女生85人。

2.1.3 方法

综合前人研究成果，并在第一次开放式问卷调查的基础上，编制农村中学生应激性生活事件的半开放式问卷，从学习方面、自身生理和心理方面、学校和社会环境、家庭环境、与同学交往方面、与教师交往方面、与父母相处方面共七个方面，让他们写出对他们比较有影响的事件，并补充以上方面没有提到的，对他们有影响的事件。

2.1.4 程序

2007年8月底对学生进行调查，在课堂上让学生在规定的时间内作答。

2.1.5 结果

经过开放式问卷调查和半开放式问卷调查收集的内容，加上文献阅读中收集的个别题目，经过文字整理后形成原始资料。（见附录1）

2.2 原始问卷的编制

根据研究构想和半开放式问卷调查结果，在收集的原始资料的基础上编制农村中学生应激性生活事件的初始问卷。初始问卷的题项主要来源于开放式问卷调查和半开放式问卷中有代表性、普遍性的回答、理论构想中的各因素和一

些相关量表的有些题项，编制完后请心理学专业的研究生帮助斟酌各个题项，修定语义不清楚的题项，修改完后请有关专家（教育心理方向专家、发展心理学专家）和农村中学教师对问卷的内容效度进行评价，并据此修改，最后确定原始问卷共有60个题目（见附录2）。原始问卷的题项使用事件陈述方式，题项随机排列。如被试没有经历过该生活事件，则选择未发生，并以0分计算，如果经历过该事件，则采用自评5点量表计分，让被试主观判断该事件对自己的影响程度选择没有、轻度、中度、较重、极重。分别计0、1、2、3、4。并且让中学生将自己经历过对自己有影响的但在问卷中未能列出的生活事件，补充到问卷的最后。

2.3 初始问卷的形成

2.3.1 目的：

通过实际测量，数据分析和专家评定，进一步修定农村中学生生活事件的原始问卷，形成初始问卷。

2.3.2 方法：

（1）被试：采用随机抽样的方法，在河南信阳抽取农村高中、初中共3所，共发放问卷400份，收回381份。有效问卷的人数构成如下：初一78人、初二83人、初三62人、高一112人、高二46人。

（2）材料：采用自编的农村中学生应激性生活事件原始问卷，共有60个题项，且被试还有经历过问卷未能列出的生活事件，补充到问卷的最后。评分标准如下，被试未经历的事件不计分，在统计时以0分计算，经历过的事件采用自评式5点量表计分，“没有影响”记0分，“轻度影响”记1分，“中度影响”记2分，“重度影响”记3分，“极重影响”记4分。

（3）程序：以班级为单位进行集体施测，使用统一的指导语，问卷采用外地邮寄方式，并附上问卷施测的注意事项，施测时间为2007年10月，对收回的问卷进行回答的完整性与真实性检查，剔除无效问卷，有效问卷采用SPSS11.5进行项目分析和因素分析。

2.3.3 分析与结果

（1）农村中学生应激性生活事件量表的项目分析

算出每个被试的总得分，将总分最高和最低27%人分为两组，进行独立性样本的t检验。检验结果表明，在60个题目上高分组与低分组均存在显著差异，可以用来做进一步的分析。

（2）样本适当性考察

项目间相关是进行因素分析的先决条件，KMO系数规定：KMO系数在0.9以上非常适合于作因素分析，在0.8~0.9之间比较适合作因素分析，在0.7~0.8之间为可以作因素分析，在0.6~0.7之间为一般，在0.6以下则不适合作因素分析。本研究的变量为60个，Kaiser-Meyer-olkin检验值为0.90，证明其非常适合作因素分析。

（3）项目筛选

根据以下的标准来剔除不合适的题目：第一，剔除表达不清晰，可能产生歧义的题目。第二，标准差，标准差反映了被试得分的分布范围，项目的标准差大，说明被试在该项目上的得分分布较广，该项目能够鉴别个体反应的差异；反之，说明被试在该项目上的得分分布在较小的范围之内，该项目对个体的反应差异鉴别力较低。在此理论上删除标准差较低的题项。第三，因素分析理论。因素分析理论主要根据3个标准进行降维：（1）项目负荷值小于0.40的题目，即$a<0.40$；（2）共同度小于0.20的题目，即$h^2<0.20$；（3）“概括”负荷之差小于0.20的题目。根据上述标准，删除了23个题目，余下的37个题项经过进一步修正后进入农村中学生应激性生活事件的初试问卷。

（4）初试问卷的确立

对剩下的37题进行因素分析，根据以下标准确定因素数目：(1)因素的特征值大于等于1；（2）因素必须符合陡坡检验；（3）抽取出的因素在旋转前至少能解释2%的总变异；（4）每个因素至少包含两个项目；

（5）因素比较好命名。根据上述原则，共得到7个因素，最后确定初试问卷共43道题目，其中包含两个测谎题（13、38题）（见附录3）。预期维度和观测项目如下：

表2.3.3-1农村中学生应激性生活事件初试问卷的预期维度和观测项目

维度	编号	题目
学习方面	1	[1]、[4]、[7]、[11]、[14]、[42]
学校环境	2	[19]、[24]、[25]、[26]、[30]、[32]、[34]
与父母相处	3	[15]、[17]、[22]、[35]、[37]、[39]
自身方面	4	[2]、[5]、[6]、[8]、[9]、[16]、[40]
与老师同伴交往	5	[10]、[12]、[18]、[23]、[27]、[29]、[36]、[41]
家庭环境	6	[2]、[28]、[31]、[33]
其他意外方面	7	[20]、[21]、[43]

2.3.4 讨论

在本研究中，因素分析的结果与原始构想有一些差别，原始构想设想农村中学生应激性生活事件的来源包括 8 个一阶因素，即家庭环境、学校和社会环境、生理、心理、学习、与同伴交往、与老师交往、与父母相处。在一阶因素的基础上，二阶因素包括 4 个，即环境方面、自身方面、人际交往方面和其他方面。

但是从初试问卷的因素分析的结果看到，农村中学生应激性生活事件的来源包括 7 个方面，七个因素的总贡献率为 51.3%，这基本符合心理测量学的要求。在对进一步七个因素相关分析，从结果看到七个因素存在不同程度的相关，这似乎意味着七个因素中蕴含着更有解释力的高阶因子，按照上述方法进行二阶因素分析后，发现达不到原始构想的 4 个二阶因子，可见本研究的构想存在需要改进的地方。因此经过初试问卷的因素分析后，确定农村中学生应激性生活事件的结构为一阶结构，具体来源包含 7 个因子，即学习方面、学校环境、与父母相处、自身方面、与老师同伴交往、家庭环境和其他意外方面。

3、研究二：农村中学生应激性生活事件正式问卷的确定

3.1 目的

首先用探索性因素分析检验初测问卷的理论结构，根据因素分析结果对理论构想进行修订，最后得到正式问卷。并用验证性因素分析验证所获得正式问卷理论结构的正确性。

3.2 方法

3.2.1 被试：

采用随机抽样的方法在河南南部地区抽取农村初中、高中共 4 所，收回有效问卷 633 份，有效问卷的结构如下：

表 3.2.1-1 被试构成

年级	初一	初二	初三	高一	高二	总计
男生	67	76	59	64	93	359
女生	69	64	54	56	31	274
总计	136	140	113	120	124	633

3.2.2 研究材料：

由研究一所得的农村中学生应激性生活事件初试问卷，共 43 题。如被试没有经历该事件以 0 分计算，如该事件发生过以五点制计分，0 代表事件对被试“没有影响”，1 代表对被试有“轻度影响”，2 代表有“中度影响”，3 代表有“较重影响”，4 代表有“重度影响”。

3.2.3 研究程序

（1）使用邮寄方式，以班级为单位进行团体施测，问卷附有指导语和填表方法。施测时间为 2007 年 11 月。

（2）对收回的问卷进行整理并剔除无效问卷，对有效问卷使用 SPSS11.5 进行统计分析。

（3）根据统计结果修订初试问卷，最后形成正式问卷。

3.3 结果分析

（1）项目分析

首先用相关法计算各个题目与总量表得分的相关系数，0.27~0.63，P<0.00，大部分题目都在 0.4~0.5 之间，都达到极显著，表明各个题目的区分度较好。其次再用 P 值法的方法，即将总分按照高低顺序排列，将总分最高和最低的 27%人分为两组，进行独立样本的检验，所编制的各个题目均达.000 的显著水平，即各个题目的鉴别力均良好。

（2）样本适用性分析

本研究中编制的量表共有 43 个题目，除去两道测谎题，参与因素分析的变量为 41 个，变量间的相关特点用 Bartlett 球型检验，其值为 7530.10，显著性水平为 0.000，说明变量内部有共享因素的可能性。Kaiser-Meyer-Olkin 检验值为 0.904，证明其非常适合做因素分析。

（3）项目筛选

根据三个标准选择项目组成正式问卷。第一，标准差，项目的标准差大，说明个体在该项目上的得分分布较广，该项目能够鉴别个体反应的差异；反之亦然。第二，因素分析理论，（1）因素负荷值小于 0.40；（2）共同度小于 0.16；（3）“概括”负荷小于 0.50；（4）每个项目最大的两个“概括”负荷之差小于 0.25。

（4）因素确定

根据以下标准确定因素数目：（1）因特征值大于等于 1；（2）因素必须符合陡阶检验；（3）抽取出的因素在旋转前至少解释 2%的总变异；（4）每个因素至少包含三个项目；（5）因素比较好命名。

结算各题目与总分的相关，删除相关系数小于 0.40 的题目，结合上述标准删除 2、6、13、18、21、24、25、30、31、38、43 后，对剩余的 32 个题目运用主成分分析法进行因素分析。有 7 个特征值大于 1 的因素，解释总变异的 52.69%，每个因素至少包含 3 个题目，删除 23、27 题，最后抽取 6 个因素，解释总变异的 49.50%。因素分析见下表：

表 3.3-1 农村中学生应激性生活事件量表的因素分析结果

	因素一		因素二		因素三		因素四		因素五		因素六	
	项目	负荷	项目	负荷	项目	负荷	项目	负荷	项目	负荷	项目	负荷
	07	0.75	36	0.66	34	0.72	03	0.68	17	0.75	05	0.53
	01	0.71	41	0.64	32	0.71	08	0.60	15	0.72	20	0.49
	11	0.71	29	0.63	19	0.68	09	0.56	37	0.54	28	0.44
	14	0.69	10	0.42	26	0.66	16	0.54	22	0.44		
	42	0.64							39	0.43		
	04	0.52										
特征值	7.92		2.29		1.81		1.46		1.25		1.12	
方差贡献率	24.74		7.15		5.65		4.57		3.90		3.51	
累计贡献率	24.74		31.88		37.53		42.09		45.99		49.50	

因素一包含 6 个题项，即（7）学习效率低、（1）努力学却学不好、（11）基础差、（14）考试成绩差、（42）学习成绩止步不前、（4）总是学不好某门课，概括为学习方面，方差贡献率为 24.74%；因素二含有 4 个题项，即（36）被老师当众批评、（41）被老师忽略、看不起、（29）被朋友误、猜忌、（10）与同学闹矛盾，概括为与老师同伴交往方面，方差贡献率为 7.15%；因素三包含 4 个题项，即（34）教室、寝室设施不全、（32）校园内发生打架斗殴事件、（19）校园卫生环境差、（26）学校学风不浓，概括为学校环境方面，方差贡献率为 5.65%；因素四包含 4 个题项，即（3）常感空虚无聊、（8）自制力差、（9）对任何事情都没有兴趣、（16）常常无法调整好自己的情绪，概括为自身方面，方差贡献率 4.57%，因素五包含 5 个题项，即（17）与父母缺少沟通、（15）不被父母理解、（37）得不到父母夸奖、（22）被父母责备、打骂、（39）与父母发生口角，概括为与父母相处方面，方差贡献率为 3.90%；因素六包含 3 个题项，即（5）身体经常不适、（20）自己财务被盗、（28）父母身体不好，概括为其他方面，方差贡献率为 3.51%，六个因素的累计贡献率为 49.59%。正式问卷含有 26 个题项，六个因素。

（5）验证性因素分析

在通过探索性因素分析得到的农村中学生应激性生活事件的结构模型的基础上，进一步通过验证性因素分析确定模型对数据的拟合程度，从而检验理论模型的正确性。本研究采用 LISREL8.7 软件进行验证性因素分析。模型的主要拟合指标如下：

表 3.3-2 六个因子的验证性因素分析指标

x^2	df	p	GFI	AGFI	NFI	NNFI	CFI	RMSEA
994.27	284	0.00	0.89	0.87	0.91	0.92	0.93	0.063

在验证性因素分析中，近似误差均方根 RMSEA 小于 0.08 模型可接受，大于 0.08 表示模型拟合不好 ，NNFI、CFI 和 GFI 应在 0.90 以上，且越大越好 [①]，从上表的模型拟合指标来看，正式问卷的结构较为理想。模型的路径系数图如下所示：

[①] 侯杰泰 温忠麟 成子娟. 结构方程模型及其应用[M].北京:教育科学出版社,2005:45.

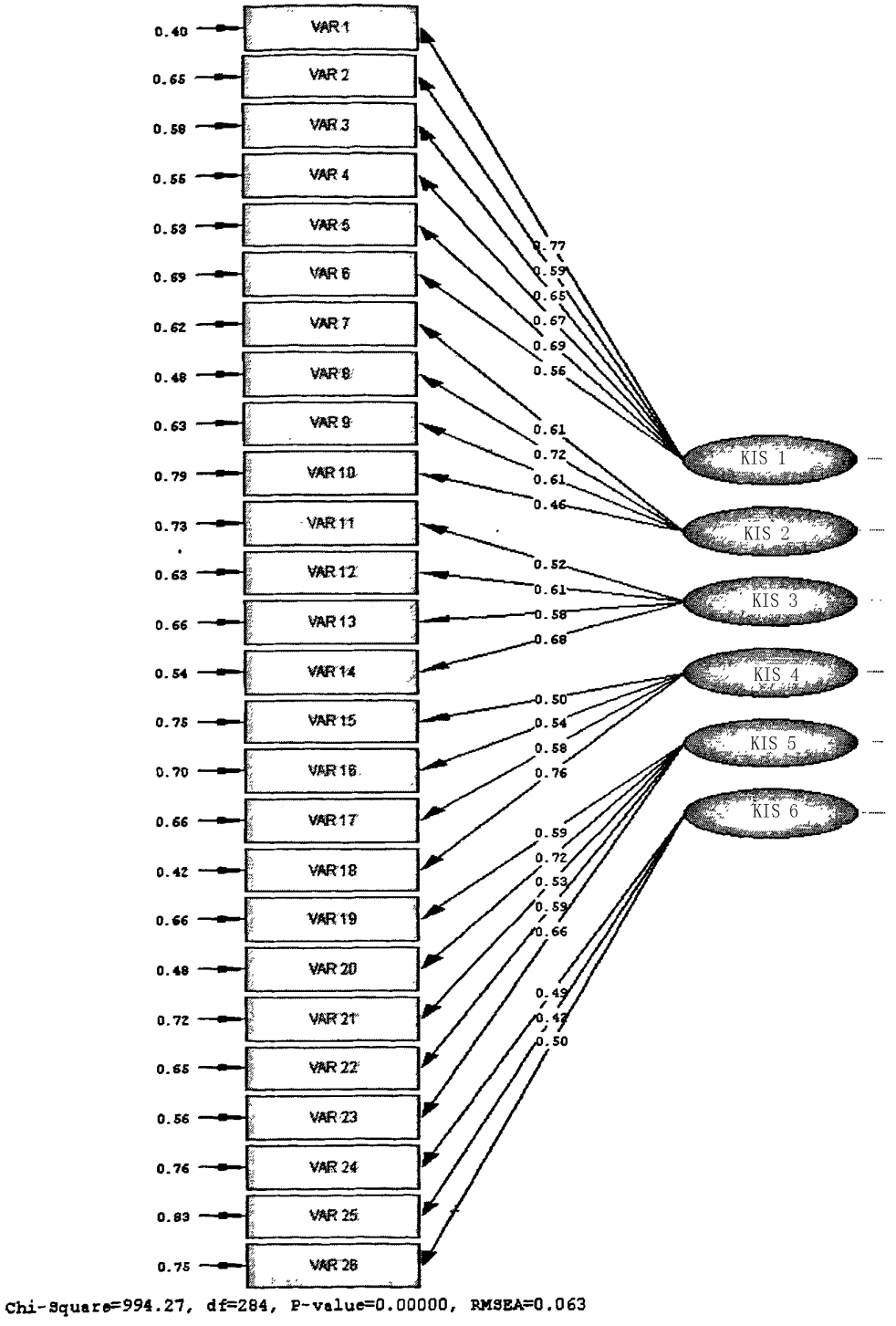

图 3.3-1 模型的路径系数图

3.4 因素分析小结

在正式问卷的因素分析中，家庭环境因素没有进入正式问卷，这是因为在初试问卷中被试的样本覆盖面不够广，在部分学生中存在的家庭环境问题，经扩大样本容量后就没有凸显出来，另一种原因就是来源于选择的样本方面，农村中学生都是住校的，大部分时间在学校度过，周围的学生也都是农村出身，绝大多数学生的家庭环境大体相当，对于家庭环境农村中学生具有一定的适应性，对于他们来说更多体验的是学习方面和师生交往及学校环境方面的，而家庭环境对他们的影响相对小些。另外在正式问卷中，因素六包含三个题项，即身体经常不适、自己财务被盗和父母身体不好，在身体不适和父母身体不好两个题目上，存在理解偏差，对于农村中学生来说这两件事情都是突然发生的，含有一定的意外，因而在因素分析中与20题自己财务被盗一起划分到其他因素中，5、28题的文字表达需要进一步斟酌。5题改为身体出现不适，28题改为父母生病。

综上所述，农村中学生应激性生活事件主要可以概括为六个方面，学习方面、与老师同伴交往方面、学校环境方面、自身方面、与父母相处方面、其他方面。在正式问卷中，学习方面的包括（1）、（3）、（5）、（9）、（10）、（26）题，与老师同伴交往方面包括（8）、（19）、（22）、（25）题，学校环境方面包括（14）、（17）、（20）、（21）题，自身方面包括（2）、（6）、（7）、（12）题，与父母相处方面包括（11）、（13）、（16）、（23）、（24）题，其他方面包括（4）、（15）、（18）根据因素分析的结果可以修改农村中学生应激性生活事件的结构模式图（见附录4）。根据因素分析的结果可以修改农村中学生应激性生活事件的结构模式图，如下所示：

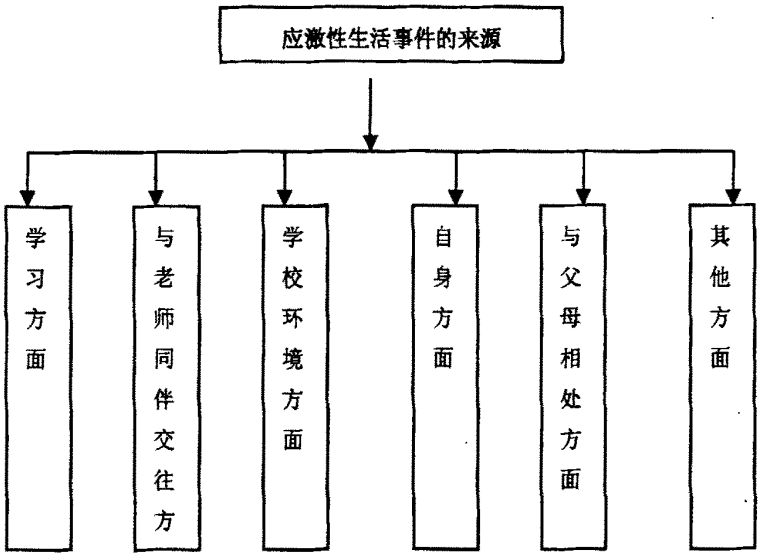

图 3.4-1 农村中学生应激性生活事件的结构模式图

4、研究三：正式问卷的标准化

4.1 问卷的信度

本研究以两个指标来签定农村中学生应激性生活事件量表的信度：（1）内部一致性系数（同质性系数，Cronbacha 系数）；（2）分半信度，以两半分数之间的相关系数作为信度系数，但是，这样得到的信度系数只表明了一半测验的分半信度，还需要根据斯皮而曼-布朗公式（Spearman-Brown formula），确定整个测验的分半信度。农村中学生应激性生活事件正式问卷的内部一致性系数为 0.91，$p<0.01$；分半信度为 0.84，$p<0.01$。各纬度的信度系数参考结果如下表所示：

表 4.1-1 农村中学生应激性生活事件各因素和总体的信度系数

因素	Cronbach 系数	分半信度
学习方面	0.87	0.81**
与老师同伴交往方面	0.72	0.67**
学校环境方面	0.77	0.57**
自身方面	0.74	0.55**
与父母相处方面	0.79	0.59**
其他方面	0.40	0.38**
总体	0.91	0.84**

正式问卷中除其他因素的题目较少，内部一致性系数为 0.40，其余各因素内部一致性系数均在 0.70 以上，各因素的分半信度达到显著性水平，说明已编制的农村中学生应激性生活事件正式问卷具有较好的信度，作为农村中学生应激性生活事件的测量工具是稳定可信的。

4.2 问卷的内容效度和结构效度

4.2.1 正式问卷的内容效度

内容效度主要考察测验项目在多大程度上表示了所要测定的特征范畴。本问卷的项目来源于文献综述、半开放式问卷调查结果以及一些相关问卷的题项，并多次请有关专家（心理学专家、心理学方向研究生、中学教师等）对问卷的

原始题项和初试题项进行评价(主要对题目是否对农村中学生构成一定的影响，题目是否符合农村中学生的实际生活，题目的语句是否恰当、无歧义等方面进行评价)，最后确定问卷的题项。保证了问卷具有良好的内容效度。

4.2.2 正式问卷的结构效度

检验结构效度的常用方法是因素分析法。根据因素分析理论，各个因素之间应该具有中等程度的相关，如果相关太高说明因素之间有重合，有些因素可能并非必要，如果因素之间相关太低，说明有的因素测的是与所要测量的农村中学生应激性生活事件完全不同的内容，而并非都是本研究所关心的农村中学生应激性生活事件。

根据因素分析理论，构造健全的项目所需的项目和测验的相关在 0.30~0.80 之间，项目间的组间相关在 0.10~0.60 之间，在这些相关全距之内的项目为测验提供满意的信度和效度。本研究的项目分析结果表明题项之间以及题项与总分之间的相关完全符合这一要求。这表明所有的项目都符合心理测量标准的要求。

本问卷各因素与总分之间的相关及因素与问卷总分之间的相关如下表所示：

表 4.2.2-1 农村中学生应激性生活事件问卷各个因素之间的相关及因素与总分之间的相关

	学习	与老师同伴交往	学校环境	自身	与父母相处	其他	总分
学习	1	0.50**	0.39**	0.64**	0.38**	0.32**	0.80**
与老师同伴交往	0.50**	1	0.44**	0.53**	0.53**	0.48**	0.78**
学校环境	0.39**	0.44**	1	0.40**	0.36**	0.42**	0.67**
自身	0.64**	0.53**	0.40**	1	0.50**	0.38**	0.80**
与父母交往	0.38**	0.53**	0.36**	0.50**	1	0.31**	0.71*8
其他	0.32**	0.48**	0.42**	0.38**	0.31**	1	0.59**
总分	0.80**	0.78**	0.67**	0.80**	0.71**	0.59**	1

由表中的结果看出，各因素间大多呈中等或中等偏低的相关，说明各因素间具有一定的独立性；而因素与问卷的总分的相关基本上都达到中等偏高的相关且达到了显著水平，说明各个因素较好的反映了问卷所要测查的内容，说明本问卷具有较好的结构效度。

4.3 问卷的效标效度

效标效度是指一个测验（量表）对于特定情景中的个体行为进行估计的有效性。以往的大量研究表明，个体的抑郁、焦虑、困扰状况和生活事件相关显著。因此本研究拟采用困扰症状评定问卷和焦虑状况评定问卷作为自编农村中学生应激性生活事件量表的效度的效标。

4.3.1 自编农村中学生应激性生活事件量表和困扰症状的相关

4.3.1.1 目的

通过求困扰症状问卷和自编的农村中学生应激性生活事件问卷的相关，检验自编农村中学生应激性生活事件问卷的效度。

4.3.1.2 方法

（1）被试

从淮滨县第二高级中学抽取 1、2 年级中的两个班，两班学生 90%左右均是农村学生，共 150 人同时填答自编的农村中学生应激性生活事件问卷和困扰症状问卷，得到有效问卷 139 份，其中高一 69 人，高二 70 人，男生共 55 人，女生 84 人。

（2）研究工具

采用自编农村中学生应激性生活事件问卷和困扰症状问卷，困扰症状量表的理论基础是个体处于应激状态下会产生各种身心症状，这些症状集中表现几个方面，认知方面如思路不清晰，难以组织思想；情绪方面如易激动、压抑感；行为上如有一时冲动的行为；身体上如口或喉咙发干等。可以说困扰症状量表与生活应激恰好相对应的一个量表，包括了人在应激状态下出现的各种心身反应症状，既可以作为生活应激量表的效标，二者又可以相互验证。困扰症状分

为四个量表，其中情绪分量表包括第 1～3、5～8、12~19、21、23、24、27、28、31～33、36、37、42～44、46、48～50 项；认知分量表包括第 9、21、22、27、30、39、45、49 项；行为分量表包括第 1、4、10、17、20、24、25、26、29、41、42、45～47 项；身体分量表包括第 3、11、19、28、31～38、40、49、50 项。研究表明该量表具有较高的信度与效度水平。

（3）研究程序

以班级为单位进行集体施测，请两个班的学生在有限时间内做完两份问卷，使用统一的指导语。对收回的问卷进行回答的完整性与真实性检查，剔除无效问卷，对剩余的问卷使用 SPSS11.5 对两份问卷进行相关分析。

（4）分析与结果

相关分析表明，农村中学生应激量表与困扰症状量表有较高的相关，相关值达 0.64（$p<0.01$），且两个量表的分量表也均有显著相关，见下表：

表 4.3.1.2-1 农村中学生应激性生活事件量表和困扰症状量表的相关分析

	学习	与老师同伴交往	学校环境	自身	与父母相处	其他
情绪分量表	0.49**	0.37**	0.32**	0.70**	0.45**	0.27**
认知分量表	0.50**	0.28**	0.27**	0.60**	0.29**	0.21**
行为分量表	0.40**	0.31**	0.36**	0.62**	0.35**	0.24**
身体分量表	0.33**	0.39**	0.40**	0.53**	0.37**	0.37**

4.3.2 自编农村中学生应激性生活事件问卷与焦虑的相关

4.3.2.1 目的

通过求自编的农村中学生应激性生活事件问卷和特质焦虑问卷的相关，检验自编农村中学生应激性生活事件问卷的效度。

4.3.2.2 方法

（1）被试

选取淮滨县城关中学初一至初三年级各一个班，180 人同时填答自编农村

中学生应激性生活事件问卷和焦虑问卷，收回167份，初一年级63人，初二年级51人，初三年级53人，其中男生67人，女生100人。

（2）研究材料

采用自编农村中学生应激性生活事件问卷和特质焦虑问卷，状态/特质焦虑量表由Spielberger于1977年编制，我国张园明等人1983年修订。重测信度达到0.73~0.77，效度达到0.73~0.85。该表共40个项目，前20项用来评估焦虑状态，称“状态性焦虑量表”；后20项评估焦虑特质，称“特质焦虑量表”。在本研究中只选用后20项特质焦虑题目作效标。因为应激性生活事件量表测量的是一年内青少年生活应激状况，反映的是较长期的情况，而“状态焦虑量表”适于测量短期焦虑水平，为了使效标所及时间和生活应激时间相对应，所以本研究使用能够反映一个人长期焦虑状况的“特质焦虑量表”。

（3）研究程序

以班级为单位进行集体施测，请学生当场做答两份问卷，使用统一的指导语。对回收的问卷进行回答完整性与真实性的检查，剔除无效问卷，对有效问卷采用SPSS11.5对两份问卷进行相关分析。

（4）分析与结果

自编农村中学生应激性生活事件问卷与特质焦虑问卷的相关得分如下表所示：

表4.3.2.2-1 农村中学生应激性生活事件问卷与焦虑问卷得分的相关

	学习	与老师同伴交往	学校环境	自身	与父母相处	其他	应激总体
焦虑	0.31**	0.49**	0.30**	0.55**	0.39**	0.17**	0.51**

从以上的结果可以看出，自编的农村中学生应激性生活事件问卷和特质焦虑问卷存在显著相关，且农村中学生应激性生活事件问卷的各维度与特质焦虑问卷均有显著相关，并且来自于与老师同伴交往方面和自身方面的生活事件与焦虑的相关程度较高，推测来自于与老师同伴交往方面和自身方面的生活事件是引起这三个年级农村中学生焦虑的主要原因。

4.3.3 效标效度检验总结

经过困扰症状和特质焦虑两种效标的测验后，可以认为自编的农村中学生应激性生活事件问卷具有良好的效标效度，问卷调查结果与农村中学生应激性生活事件的实际状况的符合度较高。

4.4 对问卷效度的进一步验证

利用社会人口统计学的方法对问卷的效度的进一步考察，目的在于考察问卷与被试是否匹配，即在恰当的社会人口统计学背景下，心理测量所显示的数据差异和质量特征是否符合公认的心理学原理和常识。在本研究中利用被试的性别、年级等人口统计学资料来考察农村中学生应激性生活事件状况的特征和差异。

4.4.1 农村中学生应激性生活事件状况的总体分析

4.4.1.1 应激性生活事件的发生率和影响强度

表 4.4.1.1-1 各个生活事件的发生率和影响强度

事件	发生率	强度	事件	发生率	强度
1、努力学却学不好	80.10%	1.59	14、校园卫生环境差	71.90%	1.22
2、常感空虚无聊	71.90%	1.46	15、自己财物被盗	40.80%	0.70
3、总是学不好某门课	88.20%	2.38	16、被父母责备、打骂	49.00%	0.80
4、身体出现不适	46.10%	0.69	17、学校学风不浓	75.80%	1.48
5、学习效率低	86.30%	1.88	18、父母生病	69.00%	1.28
6、自制力差	81.00%	1.71	19、被朋友误会、猜忌	56.20%	0.99
7、对任何事情都没有兴趣	48.40%	0.79	20、校园内发生打架斗殴事件	63.40%	1.23
8、与同学闹矛盾	51.30%	0.72	21、教室、寝室设施不全	60.10%	1.22
9、基础较差	83.70%	1.61	22、被老师当众批评	62.10%	1.01
10、考试成绩差	89.50%	1.95	23、得不到父母夸奖	58.50%	0.97
11、不被父母理解	67.00%	1.20	24、与父母发生口角	66.70%	1.05
12、常常无法调节好自己的情绪	72.20%	1.36	25、被老师忽略、看不起	59.80%	1.20
13、与父母缺少沟通	71.60%	1.51	26、学习成绩止步不前	85.30%	2.08

在自编问卷所列出的26项应激性生活事件中，发生率在50%以下的只有4题，百分之八十以上的事件的发生率都在50%以上。发生率在70%以上的有12项，包括学习方面、自身方面、与父母相处方面、学校环境方面。这几个方面是农村中学生主要经历的生活事件。其他因素方面的生活事件发生率较低。在26项题目中发生率最高的3个题项分别为：考试成绩差（89.5%）、总是学不好某门课（88.2%）、学习成绩止步不前（85.3%），这3个题项均来自学习方面，可见学习方面的应激性生活事件是农村中学生普遍发生的生活事件，符合我们的常识。

以各个具体事件得分的平均值作为强度指标，可以看到在自编问卷所列出的26项生活事件中，对中学生总体影响最大的五个事件是：总是学不好某门课（平均值2.38）、学习成绩止步不前（平均值2.08）、考试成绩差（平均值1.95）、学习效率低（平均值1.88）、自制力差（平均值1.71）。这五个题目均来自学习方面和学习有关的自身方面，可见学习方面的应激性生活事件无论从哪些方面都对农村中学生有极重的影响。

4.4.1.2 农村中学生应激性生活事件的主要压力源分析

对农村中学生应急行生活事件问卷的各个维度影响程度的描述性分析如下：

表4.4.1.2-1 农村中学生应激性生活事件问卷各维度影响程度分析表

	学习	与老师同伴交往	学校环境	自身方面	与父母交往	其他	总分
平均数	1.92	0.98	1.29	1.33	1.10	0.89	34.12
标准差	0.95	0.81	0.93	0.88	0.84	0.72	16.65

从上表可以看出，学习方面的生活事件是中学生面对的最大应激源，随后是来自于自身方面的和学校环境方面的应激源，接着是与父母相处方面和与老师同伴交往方面，其他方面的应激性生活事件是对农村中学生影响较小的应激源。

4.4.2 农村中学生应激性生活事件的性别差异

以性别为自变量，以各个维度的平均分及总均分为因变量，考察农村中学生男生与女生在应激性生活事件上的差异。T 检验结果如下：

表 4.4.2-1 不同性别的农村中学生在应激性生活事件各维度及总分上差异比较

	学习	与老师同伴交往	学校环境	自身	与父母相处	其他	总均分
男生（M）	1.77	0.97	1.38	1.29	1.07	0.85	1.27
女生（M）	2.01	0.99	1.23	1.36	1.13	0.92	1.34
T 值	-2.16	-0.22	1.37	-0.63	-0.57	-0.92	-0.87
sig	0.03*	0.82	0.17	0.53	0.57	0.35	0.38

从以上的结果可以看出，农村女中学生在应激性生活事件问卷几乎各个维度及总分上的得分都高于农村男中学生，在学习维度上两者的差异达到显著性水平。可见农村女中学生受生活事件的影响大于男生，在学习方面更为明显。原因在于：首先，青春期的女生较男生而言，相对较为敏感、脆弱，在遇到面临来自于各种方面的应激性生活事件时，受到的影响也相对较大；其次，在本次的研究中，抽取的被试性别比例没有控制好，对本次研究会有一些影响。男生、女生在应激性生活事件的上的差异值得进一步探讨，特别是造成差异的原因需从多角度研究考察。

4.4.3 农村中学生应激性生活事件的年级差异

以年级为自变量，在各个维度及总分上的得分为因变量，考察各年级农村中学生受应激性生活事件影响的差异。F 检验结果如下：

表 4.4.3-1 不同年级的农村中学生在应激性生活事件各维度及总分上的差异比较

	学习	与师生同学交往	学校环境	自身	与父母相处	其他	总分
初一（M）	1.47	0.68	0.84	0.88	0.91	0.68	0.96
初二（M）	1.40	0.73	1.08	0.99	1.20	0.86	1.08
初三（M）	1.51	0.91	1.21	1.05	1.13	0.64	1.13
高一（M）	2.53	1.59	1.79	1.92	1.29	1.40	1.81
高二（M）	2.39	0.89	1.41	1.61	0.99	0.80	1.44
F 值	28.52	15.81	11.18	20.99	2.26	13.88	23.98
sig	0.00**	0.00**	0.00**	0.00**	0.06	0.00**	0.00**

从 F 检验的结果可以看出，各个年级在总分上存在非常显著的差异，且在各因子上，与父母相处因子除外，都存在相当显著的差异。（1）学习方面，初一年级的农村学生由于刚进入中学突然面对较多的学业负担，受学习方面的生活事件影响也较重，在适应一年进入初二以后会有所缓解，但到了高三，伴随着升学压力的出现，受该方面的影响较初一、初二要重些，进入高中阶段以后，从整体上看，高中阶段的农村中学生受学习方面的影响比初中阶段严重些，高一阶段又比高二阶段严重，原因在于高一阶段的农村中学生刚面对比初中阶段要沉重许多的学业负担还无法适应，相应受该方面生活事件的影响就大些；（2）在与老师同伴交往方面，高一阶段的农村中学生比其他年级的学生受该方面生活事件的影响要大些，可能是因为高一阶段的学生由于刚进入新的学习环境，对周围的老师、同学还没有完全熟悉，农村中学生在容易产生羞怯、自卑等情绪，此阶段农村中学生的人际交往能力相对较弱，往往在交往方面会遇到一些困难，到了高二阶段适应以后就会有所好转；（3）在学校环境方面，农村中学生对学校环境的不满随着年级的增长有所增强，高一阶段最为严重，可能是因为刚进入高中阶段对高中的学校环境期望值比较高，但是当他们发现没有想象中那么好以后，心理上会受到一些影响，但随着对学校环境的适应，受该方面的影响要比刚入学时弱些；（4）在自身方面，随着年级的增长，农村中学生的生理和心理都在发生较大程度的变化，来自生理和心理方面的烦恼也逐渐增多，

在高一阶段最为严重，但随着年龄的增长，自身也逐渐成熟，逐渐懂得控制自己的情绪等，到高二阶段就会比高一阶段受自身方面的影响小些；（5）与父母相处方面，从横向比较上看出，初一、初二和初三的农村中学生受与父母相处方面的生活事件的影响较大，高一、高二年级受与父母相处方面的生活事件的影响较小，这可能是因为进入高中阶段的农村中学生随着年龄的增长，以逐渐领会父母的用心，并逐渐懂得理解父母，因而受该方面生活事件的影响会随着年级的增高而逐渐减弱；（6）其他方面，其他方面的应激性生活事件对各年级农村中学生的影响小些，唯有高一年级例外，原因在于高一年级无论从学习方面还是生活方面，都是进入一个新的阶段，身心各方面都处于逐渐的适应中，如果遇到来自其他方面的意外事件，对其无疑造成一定程度的干扰；最后从总分上可以看出，从初一到初三受生活事件的影响逐渐增强，高中阶段受到的影响要高于初中阶段，高一最为严重，高二较高一有所减轻，从各因素的分析及总分的分析中，高一年级的农村中学生应引起足够的重视。

以年级为横坐标，以各个维度在相应年级上的得分为纵坐标，考察各个维度随年级的变化趋势，从图中看出，各维度从初中到高中阶段都呈上升趋势，高中阶段受各种应激性生活事件的影响要强于初中阶段，高一阶段受各方面应激性生活事件的影响都较为严重，因此对高一阶段的农村中学生要多加重视。另外，对各个年级影响较重的仍是学习方面的应激性生活事件，其次是来自自身方面的生活事件，接着是学校环境方面的生活事件。各维度随年级变化的趋势图如下：

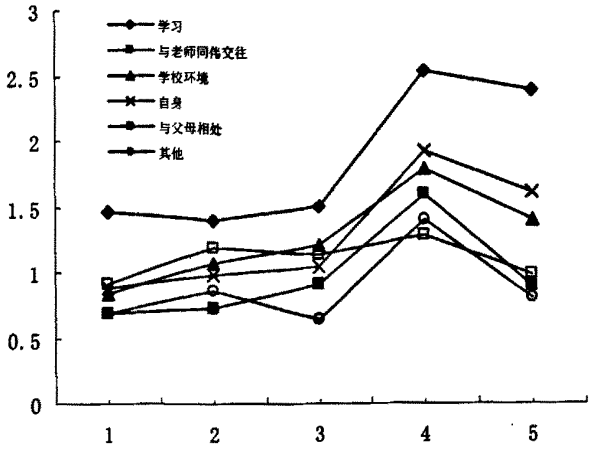

图 4.4.3-1 各维度随年级变化的趋势图

5、总讨论

本研究的目的在于通过编制农村中学生应激性生活事件量表，找出影响农村中学生身心健康的主要应激源，为提高农村中学生的心理健康水平提供一定可行性的依据。

5.1 研究方法的思考

5.1.1 选取的生活事件的来源

在针对青少年生活事件的来源方面，国内外有很多种说法，总结起来有三种，其一是按生活事件的性质来源划分，如 Compas（1987）指出应激的来源可以分为三种类型，分别是：紧急的压力源（如不规则事件、生活改变等）、长期慢性应激源（如不利于个人的环境、债务等）和人际互动应激源（如个人与父母、同学、老师之间沟通不良造成的长期压力）。其二是根据青少年自身的需求来区分应激源，如 Thoresen（1983）以列表的方式列出青少年在生理、认知、行为、环境方面的潜在要求，这些即可能成为青少年生活事件的应激源，其三就是常见的根据生活事件的来源区分，如郑全全，陈树林对选取的 1870 名初一至高三的浙江中学生，分析出七个方面的应激源，即为：学习压力方面、教师压力方面、家庭环境方面、父母管教方式方面、社会文化方面、同学朋友交往方面和自我身心方面。

本研究的研究对象是农村中学生，在考虑影响农村中学生的应激性生活事件时，就要从农村中学生的生实际情况着手。在本研究中从三个方面着手研究农村中学生应激性生活事件的来源，首先，来自于农村中学生自身方面的，如生理方面、心理方面、行为方面等等，在本研究中把学习作为一种行为，纳入到自身方面；其次，农村中学生的生存环境方面，包括家庭环境、学校和社会环境；第三就是人际关系方面，包括与同伴交往方面，与老师交往方面、与父母相处方面。本研究在最初收集原始资料时候就是从以上三个大方面着手收集，经过多次的因素分析和反复修订，最后得出农村中学生应激性生活事件的来源主要存在于六个方面：学习方面、与老师同伴交往方面、学校环境方面、自身方面、与父母相处方面和其他方面。这六个方面涵盖了 Compas 指出的紧急应激源（如不规则事件）、长期慢性应激源（如学校环境方面）和人际互动应激源

（如与老师同伴交往方面），还包含 Thoresen 所提出的学生自身方面的潜在需求，经过内容效度、结构效度等等的检验，表明本研究所选取的农村中学生应激性生活事件的来源能够较好的反应农村中学生的实际生活。

5.1.2 生活事件的性质

在生活事件早期的研究中，主要集中在对危机性、挫折性或转折性生活事件和身体疾病两方面的研究，早期的 Rale 编制的量表就是这一思路。80 年代后，研究者发现日常生活压力对适应也有着重要的影响。在随后的研究中在研究生活事件时把日常琐事纳入考虑范围，如黄盈编制的《大、中学生生活应激评定量表》。

在本研究中选取的生活事件既包括一些重大变故如亲友去世等，也包括一些挫折性事件如考试成绩差、自己财务被盗等，还包括一些日常生活琐事如与同学闹矛盾等，本问卷在收集原始资料时，均是来源于开放式问卷调查的结果，经过反复的修订选择的也是在农村中学生身上发生频率较为频繁的，对他们造成影响较为严重的一些生活事件，在此同时力求全面的反应出农村中学生生活事件的状况。

5.1.3 应激性生活事件强度的计算

在以往的研究中，关于生活事件的定义不同其造成强度的计算也有所不同，两种较有代表性的强度计个人计算方法：其一是刺激取向的计算方法，即将应激视为个人经历的不同类型的刺激。人们经历的主要生活事件只要对个体产生威胁或过度要求，都会导致人们处于一定的应激状态下。Rale 编制的社会再适应量表就是这种观点，该量表包括 43 项生活事件，并为每个事件设定一个指标，个体只要经历该事件便认定其承受相应强度的应激。该量表用来测量应激性生活事件，但容易忽视个体差异。第二种说法是，即基于互动取向的计算方法，即将应激定义为个人和环境互相影响的互动过程，强调应激是个体面对生活中各种刺激时，经过主观评估后所产生的反应，同样的应激性生活事件在不同个体身上产生不同的影响。本研究采用后一种说法，让被试主观评定生活事件所带来的影响程度，然后累计计分。

5.1.4 问卷的编制及适用性

在问卷的编制上，本研究采用反复的开放式问卷调查及半开放式问卷调查力图编制能全面反应农村中学生实际情况的应激性生活事件问卷。整个问卷的编制过程分为以下几步：首先，在着手编制农村中学生应激性生活事件问卷之前，查阅大量的关于应激及应激性生活事件的相关内容，发现以往编制应激性生活事件问卷时对农村中学生的疏忽，而目前的农村中学生状况又迫切需要能够真实检验其生活状况的生活事件问卷，这是本研究的研究目的所在。在查阅文献的基础上，结合对四百多名农村中学生进行开放式问卷调查，了解农村中学生的实际情况，进而确定了本研究的理论框架，从自身、环境、人际关系三个大方面确定，自身包括自身的生理、心理及学习方面，环境包括家庭环境、学校和社会环境，人际关系方面包括与老师交往、与同伴交往及与父母相处方面，另外还有其他一些意想之外的事件。第二，根据第一次开放式问卷调查及查阅文献确定的理论框架，编写了半开放式问卷，用该问卷对两百多人进行半开放式问卷调查进一步收集原始资料，确定原始题项，对收集的原始题项请心理学专家、心理学硕士研究生及中学教师阅读，并听取他们的意见，对原始题项进行修改，最后确定原始问卷共包含 60 个题项，并在问卷末尾让学生补充对他们有影响但没有提到的生活事件。第三，为了修订原始问卷，确定初始问卷，使用原始问卷对 381 名农村中学生进行问卷调查，经过项目分析、样本适当性考察、项目筛选，并采用探索性因素分析，并排除一些含有农村中学生自身倾向性且与本研究相关较低的题目，最后确定初始问卷，共包含 43 个题项，包含七个方面的因素，即学习方面、学校环境方面、与父母相处分方面、自身方面、与老师同伴交往方面、家庭环境方面和其他方面，也在问卷末尾让被试写出经历过对他们造成影响但没有列出的生活事件。第四，在前几步的基础上，进一步修订初始问卷，形成正式问卷。在此步骤中扩大了样本容量，使用初试问卷进行测量，收回有效问卷 633 份，再次运用项目分析、样本适当性考察、项目筛选和探索性因素分析，确定正式问卷，正式问卷有 26 个题项，共有六个因素，共解释方差总变异的 49.59%。其中学习方面（包含 6 个题目），与老师同伴交往方面（包含 4 个题目），学校环境方面（包含 4 个题目），自身方面（包含 4 个题目），与父母相处方面（包含 5 个题目），其他方面（包含 3 个题目）。最后

用验证性因素分析检验正式问卷理论模型的正确性，经检验正式问卷具有较好的拟合程度。因此，所编的正式问卷具有较好的理论结构。

对正式问卷的信度和效度进行考察表明问卷具有较好的信度和效度。总量表的内部一致性为0.91，分半信度为0.84，各分量表中其他因子因为所包含的题目较少外，内部一致性和分半信度较低外，别的五个因素的内部一致性和分半信度得分均在0.70以上。表明问卷具有良好的信度。效度方面，问卷编制过程中保证了问卷良好的内容效度；结构效度方面，经过各因素的相关及因素与总分的相关分析，各因素之间具有中等偏低的相关，因素与总分之间具有较高的相关，表明了问卷具有较好的结构效度；效标效度方面，以农村中学生的困扰症状和特质焦虑量表得分为效标，求得本问卷与困扰症状及特质焦虑量表得分都具有显著相关，验证了本问卷的效标效度。最后通过人口统计学资料分析，进一步验证了所编的农村中学生应激性生活事件量表具有较好的效度。

在问卷的使用性方面，本问卷所编制的生活事件是农村中学生身上经常发生的、比较常见、比较有代表性的生活事件，但是并不能囊括农村中学生生活事件的全部，如果要仔细考察农村中学生还要辅助其他手段；另外本研究所选的研究对象均来自河南的农村地区，全是汉族学生，如要在全国范围内使用，还需考虑其他民族因素，并考虑文化差异等。因此，本问卷还需要进一步的完善。

5.2 关于农村中学生应激性生活事件的思考

本研究在编制问卷的过程中洞悉了农村中学生的生活事件，而研究表明生活事件在一定程度上影响着中学生的身心健康及社会适应等等问题，因此关注农村中学生的各种生活事件以缓解其身心压力是本研究所关注的问题。

5.2.1 关于农村中学生学习方面的问题

在本问卷涉及的题目中，学习方面的事件包括，努力学却学不好、总是学不好某门课、学习效率低、基础较差、考试成绩差和学习成绩止步不前这些事件，这些事件包括了中学生在学习方面常见的一些问题，与其他群体的中学生一样，农村中学生受来自于学习方面的应激源生活事件的影响非常严重。本问

卷编制的学习方面的生活事件反应了农村中学生在学习结果、学习方法、学习动机、学习态度等等方面的问题，要缓解农村中学生受该方面事件的影响程度，要从多方面着手。农村中学生的学习问题看似农村中学生的自身问题，却渗透诸多问题。首先早期教育问题，在农村，幼儿园数量少，质量也不高，已经成为农村早期教育的一个突出问题。许多农村孩子进不了幼儿园，只能把他们关在家里，孩子们天真活泼的天性，失去了正确引导培养发展的条件。就是进了幼儿园的孩子，也因为农村幼儿教师匮乏，设备过于简陋，教育教学效果也不理想。早期教育的缺陷可能会为以后农村学生入学后的学习困难等埋下伏笔。小学阶段，由于农村学生自己的贪玩，父母疏忽对他们的管教，加上学校师资有限等等，有许多农村学生小学阶段都是玩过去的，到中学阶段，农村学生的在学习方面的各种问题就会凸现出来。其次，农村中学生的家庭教育问题。农村中学生的家长多数文化程度有限，他们在子女的教育问题上或多或少都存在一定问题，比如有的家长过分依赖学校，他们认为子女已到学校生活学习，只要让孩子衣食不缺就可以了，而教育的责任在老师和学校；有的家长过分看重分数，在他们眼中分数代表着一切，子女在其他方面的问题均很少涉及；有的家长教育方式简单粗暴，虽有“望子成龙”之心，却无“教子成龙”之方；还有的家长一年到头长期在外，对子女缺少方方面面的照顾等等，这些家庭教育上的诸多问题都会对农村中学生的学习造成一定影响。第三，学校教育问题。在开放式问卷调查中了解到，农村学校在教学设备、教学环境等方面不到要求，农村学生在这种条件下可能会产生一定的厌学情绪，另外农村中学生学不好英语课程，这可能也与农村学校的师资有关。

针对本次调查中农村中学生出现的学习问题，提出一下的对策：首先，要转变农村中学生对学习的态度。目前受社会因素的影响，许多农村中学生认为“读书无用，就是考上大学也找不到工作，到头来还是去打工，还不如不读书”。厌学在农村中学生中普遍存在，有笔者曾做过一项研究，发放问卷 280 份，竟有 230 人存有厌学心态[①]。因此端正学习态度对农村中学生来说显得尤为重要，要使他们认识到虽然读书不是他们改变命运的唯一途径，但是对他们来说却是最捷径、最有效的，唯有掌握更多的文化知识才能使他们过上幸福生活。只有

[①] 龙智基.农村中学生厌学心态探讨[J].基础教育研究,2007(1):42~44

转变对学习的态度其他问题就能迎刃而解。其次，农村中学生的偏科问题需要学校、老师和学生共同解决。农村中学生中许多存在偏科现象，例如在英语这一科目上。针对这一问题，需要学校增强学生在弱势学科上的师资力量，教师与学生共同探讨适合农村中学生的教学方法、学习方法、逐渐增加学生对该学科的学习兴趣，偏科现象才能有所减轻。第三，要解决农村中学生的学习问题，需要农村中学生自身、学校及家长的共同努力。作为农村中学生自身要认识到学习的重要性，努力积极的改变自己的学习方法，逐步提高学习成绩；学校要努力为学生提供良好的学习环境，保障学生在轻松、愉悦的环境中学习；家长要多给一些鼓励、支持，少一些批评和责骂。只有通过三方面共同努力，那么农村中学生的学习问题就会逐步缓解。

5.2.2 关于农村中学生在自身方面生活事件的思考

在本问卷编制过程中所涉及的农村中学生自身方面的事件，均是体现农村中学生自身在情绪、意志等方面的困扰，该方面的事件对农村中学生的影响也比较严重。中学阶段的青少年处于身心迅速成长的阶段，他们不仅要面对来自于身体变化方面的困惑，还要面临来自学业、交往等方面的压力，而且农村中学生有很多是留守子女，他们在心理上得不到父母较多的关怀，情感上还常常陷于思念父母的情绪之中，在诸多因素的影响下，农村中学生会经常处于来自于自身的情绪困扰之中。这种困扰如长期得不到疏导或解决势必会影响农村中学生的身心健康。因此在对农村中学生的教育中，急需关注农村中学生情绪状况，为他们开展心理辅导，帮助他们正确排解自己的不良情绪。

5.2.3 关于农村中学生在交往方面的生活事件的思考

农村中学生在交往方面的生活事件问卷中从与老师、同伴交往方面和与父母相处两方面考察，从农村中学生在这两个维度的生活事件来看，农村中学生在人际交往方面有一定的困扰。原因在于，一方面，农村中学生正处于少年期向青年期的转化过程之中，随着身心发育成长，农村中学生有进行人际交往的迫切心理需要。但由于所处的农村经济条件和环境限制，在学习和自身方面也会遇到种种不顺心的事，心理上容易产生种种压力、困惑和失败的感受，在与

老师、同伴交往过程中往往会出现自信心不足、回避、退缩等现象。另一方面，农村中学生中留守中学生占有相当大的比重，由于长期间不和父母生活在一起，根本无法接受正常的家庭教育，他们缺少情感及心理上的依托，往往会显得内向，不愿与人交流，同时与父母也有一定的隔阂。针对农村中学生的情况需要学校教师和家长一起共同努力，多与其沟通，逐步提高农村中学生的人际交往能力。

5.2.4 农村中学生的应激性生活事件在性别和年级比较上的特点

在本次研究中比较了农村中学生受生活事件影响状况的性别差异，结果发现农村女中学生在大多数维度上受生活事件的影响都比男生大，在学习方面差异显著。这一方面可能是因为由于性别差异，在学习等方面农村女中学生确实略逊于农村男中学生，加上生理、心理等方面的因素会遇到较多的生活事件，相应造成其自我评价的降低。另一方面，也可能是因为农村女中学生面对生活事件的承受能力较弱，不善于应对生活事件，因此更容易受生活事件的影响或者高估生活事件对自己的影响。从而造成两者的差异。对此情况，我们要弄清楚造成生活事件性别差异的原因，在此基础上可以参考一下方式进行教育，即一方面要善于发现并挖掘农村女中学生的优势，给她们成就感；另一方面开展心理健康辅导，提高她们的压力承受能力。

在研究中发现，农村中学生的生活事件在年级发展上具有阶段性的特点，高中阶段受生活事件的影响比初中阶段研究，而在各个阶段中，初一年级和高一年级这两个转折年级阶段的农村中学生要比同阶段的农村中学生受生活事件影响较严重。这就需要在教育过程中，一方面要根据各个年级农村中学生的特点开展教育工作，做到有的放矢，对症下药；另一方面，在初一和高一两个年级，要特别关注农村中学生的身心变化，为他们开展心理辅导，使他们尽快适应新的学习生活。

6、研究中的不足之处和以后的研究方向

6.1 理论建构上的不足

本研究的理论构想主要来自于文献阅读和开放式问卷调查的结果，可能某些程度上会限制被试的思路，另外没有采用访谈法和观察法进行多方面的了解和调查，因而在理论构建上可能会有些缺失。

6.2 取样上的不足

在被试的选择上，由于个人能力和时间的原因，调查取样局限于河南南部地区的普通中学生的农村中学生，而且没有涉及农村的高职生，也没有涉及少数民族的农村中学生，因而取样的代表性不是很高。且由于所选的研究对象均处于中部地区，对于偏远的农村中学生的调查，由于本人能力问题而无法顾及到，因此本研究的生活事件可能会带有一定的区域性，在进一步的研究中需要加以考证。

6.3 问卷包含事件的全面性方面

本研究中在编制农村中学生应激性生活事件的过程中，采用多次开放式问卷和半开放式问卷调查，选取的是一些有代表性的，在农村中学生身上经常发生的一些事件，但由于在取样方面的不足，本研究所选取的生活事件题目可能是代表这一地区的农村中学生的情况，对其他地区来说，可能会有些生活事件没有涉及到，因此，在下一步的研究中，在扩大被试范围的基础上，在问卷题目的全面性上加以弥补。

6.4 问卷的适用性方面

在本研究中，由于时间原因没有进行再测，使得问卷的稳定性受疑。对问卷的效标效度进行研究时，取样也是来自河南南部的不同学校，在某些程度上，问卷推广性需慎重；在人口统计学资料进行分析时，由于取样的限制，结果需要进一步的验证。

6.5 进一步的研究方向

（1）针对本次研究中的不足之处，在理论构建方面，需要进一步分析文献资料，结合访谈法、观察法等多种手段详细了解农村中学生的生活事件，修订已有的理论模型。

（2）扩大取样范围，在全国范围内调查取样，并了解少数民族的地区的农村中学生的生活事件，修订问卷的题目。

（3）在扩大取样范围的基础上，进一步验证问卷的信度和效度，并建立全国常模。

（4）在取样充分和完善问卷的基础上，进一步调查农村中学生应激性生活事件特点，并结合应付方式、自我评价、人格特质等相关因素进行研究，为对农村中学生开展有针对性的教育和心理辅导提供理论基础。

7、总结论

1、农村中学生的应激性生活事件来源于：学习方面、与老师同伴交往方面、学校环境方面、自身方面、与父母相处方面和其他方面。

2、本研究编制的农村中学生应激性生活事件量表具有良好的信度和效度，可以用来测量农村中学生的生活事件。

3、对样本的人口统计学资料分析发现：

（1）学习方面的应激源是农村中学生生活事件的主要应激源；

（2）农村女中学生受生活事件的影响比农村男中学生大，在学习方面的得分两者的差异比较显著；

（3）不同年级的农促中学生在应激性生活事件上差别非常显著。

参考文献

一、专著部分

[1] Douglas A.Bernstein,Alison Clarke Stewart,J.Roy& Christopher D.Wichens. Psychology[M]. Boston: Hougton Mifflin Company,1997,428-457.

[2]俞国良.当代青少年心理与教育大辞典[M].太原:山西人民出版社, 1989:126-130.

[3]候杰泰,温忠麟,成子娟.结构方程模型及其应用[M].北京:教育科学出版社,2002:45.

[4]David R.Shaffer.发展心理学[M].北京:中国轻工业出版社,2005:397-462.

[5]汪向东（主编）.中国心理卫生评定量表手册[M].北京:中国心理卫生杂志,1993,（增）:36-41.

[6]戴晓阳. 护理心理学[M].北京:人民卫生出版社,2005:46.

[7]Phillip L. Rice 著. 石林,古丽娜,梁竹苑,王谦译. 压力与健康[M].北京:中国轻工业出版社,1998:21.

[8]李心天. 医学心理学[M].北京:北京医科大学中国协和医科大学联合出版社,1998:154.

[9]刘新民,李建民. 变态心理学[M]. 合肥:安徽大学出版社,2003:317.

二、期刊部分

(一)外文

[10]Garrett V, Brantley P, JonesG. &McnightG. The relation between daily stress and Crohn' s Disease[J]. Journal of Behavioral Medicine, 1991, 14:187-196.

[11]Coyne J.C. Social factors and psychopathology:Stress, social support and coping process[J]. Annual Review Psychology, 1991, 42:401-425.

[12] Carrett V. Brantley P., JonesG&McNightG. The relation between daily sress and Crohn' s[J]. Journal of Behavioral Medicine, 1991, 14: 187-196.

[13]Diane R. Brown&Lawrence E. Gary. Stressful life events, social support networks, and the physical and mental health of urban adults[J]. Journal of Human Stress, 1987, (8):165-173.

[14]Liu XC, Oda S, Peng X et al. Life events and anxiety in Chinese medical student[J]. Soc Psychiatry Epidemionl, 1996, (31):20-25.

[15]Chan. DW. Stressfullife events, congnitive appraisals, and psychological

symptoms among Chinese adolescents in Hong Kong[J]. Journal of Youth and Adolescence, 1998, 27:457-472.

[16]Holmes TH&Rahe RH .The social readjustment rating scale[J]. Journal of Psychosom Reseach, 1967, 11:213-218.

[17]Kanner AD, Coyne JC, Schaefer C. &Lazarus R. Comparison of two modes of sress measurement: Daily hassle and uplifts versus major life events[J]. Journal of behavioral Medicine, 1981, 4(1):14-17.

[18]Nancy Cahir&Robin D. Morris. The Psychology Student sress questionnaire[J]. Journal of Clinical Psycholigy, 1991, 47(3):414-417.

[19]Marx MB, Garring TF&Bowers FR. The influence of recent life experience on the health of college freshmen[J]. Journal of Psychosomatic Research, 1975, 19:87-98.

（二）中文部分

[20]刘广珠.577 名大学生获得社会支持情况的调查[J]. 中国心理卫生杂志, 1998, 12(3):175-176.

[21]徐浩渊. 心理支持与社会安定的关系探讨[J]. 中国心理卫生杂志, 1997, 11(2):65-67.

[22]郑晓边. 学校心理卫生研究现状与趋势[J]. 中国学校卫生杂志, 1997, 9(1):437-438.

[23]兆荣，董萍. 中学生紧张性的生活事件的调查[J]. 现代预防医学, 2006, 33(6):977-978.

[24]陈国典, 林咏梅, 黄岑杨. 藏族中学应激性生活事件调查研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2006, 14(5):577-580.

[25]杨心德，蔡李萍，张莉. 大学生日常生活事件压力指数的研究[J]. 心理科学, 2005, 28(6):1403-1405.

[26]陈国典，刘诚芳，杨琳娜. 藏彝族大学生生活事件的调查研究[J]. 文教资料, 2005, (33):72-73.

[27]赵久波，张小远. 军校医学生生活事件发生的特点分析[J]. 中国健康心理学杂志，2006, 14(4):365-367.

[28]荆怀福. 师范院校特困生的应激性生活事件调查与分析[J]. 玉林师范学院学报, 2006, 27(2):178-180.

[29]王凤芝，梁多宏，史新丁等. 医学生负性生活事件现状分析[J]. 中国公共卫生，2005，25(11)：1407-1408.
[30]余欣欣，石艳华. 高师高职学生应激性生活事件状况的调查研究[J]. 高教论坛，2005，10(5)：133-136.
[31]林敬德，孔庆兰，秦彩凤. 应激性生活事件对中学生心理健康的影响[J]. 江苏预防医学，2004，15(3)：26-28.
[32]吴昊. 中学生生活事件对心理健康状况的影响[J]. 甘肃联合大学学报，2004，(10)：91-93.
[33]任俊，高晓东，王涛. 校园生活事件对大学生心理健康的影响[J]. 中国学校卫生，2005，10(26)：828-829.
[34]李永鑫，周广亚. 大学新生生活事件与心理健康的相关研究[J]. 河南大学学报，2006，25(2)：7-9.
[35]肖建伟，石国兴. 中生生活事件与心理健康及主观幸福感的相关研究[J]. 河北师范大学学报，2005，7(2)：75-78.
[36]杨莉，胡竹菁. 上大学前后生活事件与大学生心理健康的关系研究[J]. 心理科学，2005，28(5)：1223-1226.
[37]王雁，梁虹，原福娟等. 高护女生心理健康与生活事件的典型相关分析[J]. 中国学校卫生，2005，26(9)：758-759.
[38]邱林，郑雪. 高等职业院校学生心理健康与生活事件和应付方式的相关性分析[J]. 中国临床康复，2006，10(14)：26-28.
[39]周芬，史新广. 大学生应激性生活事件及相关因素的调查[J]. 南通大学学报，2005，21(1)：33-36.
[40]杨珍. 初中生生活事件与电子游戏成瘾的相关研究[J]. 中国临床心理学杂志，2005，13(2)：192-194.
[41]赵夫明，宋灵青，王学臣. 初中生应对方式与生活事件、父母教养方式的相关研究[J]. 山东精神医学，2006，19(3)：178-180.
[42]杨丽，刘洪波，冯晓红. 大学新生生活质量状况及相关因素分析[J]. 中国公共卫生，2006，22(6)：642-643.
[43]谢雪梅. 高中生负性生活事件及应对方式调查分析[J]. 新余高专学

报,2006,11(4):72-74.
[44]黄锟,陶芳表,高茗等. 生活事件、应对方式、家庭亲密度与中专男生健康危害行为[J]. 现代预防医学,2005,32(12):1610-1612.
[45]董晓倩. 高二学生应激性生活事件和焦虑情绪的相关性研究[J]. 中国健康心理学杂志,2005,13(1):57-58.
[46]黄雪竹,郭兰婷,唐光政. 青少年情绪和行为问题与生活事件的相关性[J]. 中国流行病学杂志,2006,3(27):204-207.
[47]辛自强,马君雪,耿柳娜. 青少年无望感与生活事件、控制信念和社会支持的关系[J]. 心理发展与教育,2006,(3):41-46.
[48]马伟娜,徐华. 中学生生活事件、自我效能与焦虑抑郁情绪的关系[J]. 中国临床心理学杂志,2006,14(3):303-305.
[49]张月娟,王增起,祝宏伟等. 研究生抑郁情绪与负性生活事件的相关分析[J]. 中国学校卫生,2006,27(7):595-596.
[50]陈卫旗. 自我概念、生活事件与心理健康[J]. 中国临床心理学杂志,1997,5(1):41-46.
[51]蒋春荣等. 医学学生心理卫生状况及与生活应激的关系[J]. 中国临床心理学杂志,1999,7(2):105-106.
[52]李朝瑛等. 消化性溃疡病人心理卫生状况及生活事件调查[J]. 中国临床心理学杂志,1999,7(2):109-110.
[53]甘景梨,杨成贵等. 军校大学生精神卫生状况及其相关因素的定群研究[J]. 中国临床心理学杂志,1999,7(1):49-52.
[54]张瑶,宋维真等. 生活事件、性格对某些心身疾病的影响和调查分析[J]. 心理学报,1992,(1):35-41.
[55]刘贤臣,刘连启等. 青少年生活事件量表的信、效度检验[J]. 中国临床心理学杂志,1997,5(1):34-36.
[56]张瑶,宋维真等. 生活事件调查表对心身疾病患者试用结果分析[J]. 中国心理卫生杂志,1989,3(2):74-76.
[57]江光荣,靳岳滨. 中国青少年生活事件检查表编制报告[J]. 中国临床心理学杂志,2000,8(1):10-14.
[58]王欣. 中美两国大学生生活应激量表测试结果的比较研究[J]. 中国临床心理学杂

志, 1999, 7(3):176-177.
[59]王宇中, 冯丽云等. 大中专学生生活事件量表的初步编制[J]. 中国心理卫生杂志, 1999, 13(4):206-207.
[60]郑全全, 陈树林. 中学生应激源量表的初步编制[J]. 心理发展与教育, 1999, (4):45-49.
[61]刘贤臣, 王均乐, 于建春等. 高中生心理卫生健康行为及生活事件调查分析[J]. 中国行为医学, 1993, 2(1):37-40.
[62]刘贤臣, 刘连启, 杨杰等. 青少年生活事件量表的编制与信度效度测试[J]. 山东精神医学, 1997, 10(1):15-19.
[63]高越明. 青少年生活事件量表在医学专科生中的验证性因子分析[J]. 中华医学教育杂志, 2006, 8(26):36-39.
[64]胡桂英, 许百华. 青少年运动员应激源量表的编制和分析[J]. 浙江体育科学, 2006, 28(1):75-77.
[65]孙淑君. 加强农村教育工作是当务之急[J]. 辽宁人大, 2006, (9):27.
[66]孙岗英. 农村中学生心理健康状况的调查研究[J]. 心理与行为研究, 2006, 4(3):180-183.
[67]马锦华. 农村中学生心理健康状况分析与对策研究[J]. 当代青年研究, 2005, (5):16-19.
[68]叶苑. 贵州省农村、城市中学生心理健康状况的比较研究[J]. 贵州师范大学学报, 2001, (18):90-96.
[69]赵裕宇, 杨士昌. 重视农村中学生思想教育[J]. 精神文明导刊, 2004, (11):49-50.
[70]潘石屹. 农村教育的误区[J]. 另眼看教育, 2006, (11):50.
[71]孟庆旭. 农村教育发展中的问题与对策[J]. 当代教育科学, 2006, (23):25-27.
[72]梁红, 费立鹏. 探讨国内生活事件量表的应用[J]. 中国心理卫生杂志, 2005, 19(1):44-44.
[73]李玲玲. 中国社会转型对青少年社会性发展的影响[J]. 山东教育学院学报, 2005, (6):9-11.
[74]林崇德, 李庆安. 青少年期身心发展特点[J]. 北京示范大学学报, 2005, (1):49-55.
[75]李林. 浅谈农村中学生心理健康教育[J]. 中国教育研究与创新杂志, 2005, (2)11:42-43.

[76]胡军生,王登峰,李泉.农村中学生心理健康状况及其影响因素研究[J].中国临床心理学杂志,2005,(13):449-451.

[77]黄圣斌,段晓云.浅谈农村中学生心理健康现状与思考对策[J].甘肃教育,2006,12(6):14.

[78]王东宇.影响农村中学生心理健康德家庭环境因素[J].中国学校卫生,2005,26(9):773-774.

[79]王聪生.现代教育理念与农村教育[J].校长参考,2006,12(5):37-38.

[80]杜振堂.农村教育中亟待解决德三个问题[J].校长参考,2006,11(25):47.

[81]何江生.大力发展农村教育与全面建设小康社会[J].新西部,2006,(24):82.

[82]龙智基.农村中学生厌学心态探讨[J].基础教育研究,2007(1):42-44.

三、其他

[83]黄盈.大、中学生生活应激评定量表的编制[D].天津:天津师范大学,2001:2-5.

[84]许明.大学生心理应激事件评定量表编制及相关分析研究[D].上海:上海师范大学,2004:4-8.

[85]狄敏.中学生生活压力事件问卷的初步编制[D].重庆:西南师范大学,2005:2-10.

[86]王新馨.心理应激与应对[D].上海:海师范大学硕士论文,2006:5-8.

附录 1

原始资料整理

学习方面

1、学习压力大

2、考试成绩不理想

3、没有正确的学习方法

4、某门学科比较差

5、学习成绩提不上去

6、努力学习却学不好

7、作业多

8、不愿意学习

9、学习竞争太激烈

10、自己基础差

11、没有充足的学习资料

12、对学习失去兴趣

13、偏科

14、上课注意力不集中

家庭方面

15、父母长年在外打工，自己在家

16、父母外出寄宿在亲戚家

17、父母吵架，家庭关系不和睦

18、父母偏爱弟弟或别的姊妹

19、家庭经济困难

20、家里不能继续供应上学

21、家庭负担重

22、父亲或母亲吸烟、喝酒、脾气暴躁或者赌博，

23、兄弟姊妹出去打工为其担忧

24、父母身体不好、家人生病

25、家长管教太严

26、家里为其说媒

27、父母给的压力太大

28、父母离异

29、家长不关心学习

30、家长给予较大支持

个人方面

31、为自己的外貌或体型不好发愁

32、睡眠不好

33、担心考不好对不起父母

34、害怕辜负父母的期望

35、认为自己得了病

36、感到孤独

37、不能调节好自己的情绪

38、担心考试

39、常感到别人不了解自己

40、感到自卑

41、为未来担心

42、常常觉得困惑

43、常因琐事而烦恼

44、身体经常不适、身体素质差

45、性格内向

46、对自己的前途没有信心

47、眼睛近视

48、感到空虚

49、爱面子

50、容易紧张

51、穿着不好

52、容易冲动

53、吃的不好，没有营养

54、总爱胡思乱想

55、想出去打工

56、不能适应学校学习生活

学校环境

57、食堂伙食太差

58、食堂卫生环境不好

59、寝室条件不好

60、学校里没有锻炼的场所

61、学校治安不好

62、校园内发生打架斗殴事件

63、学校收费多

64、学校校风不好

65、学校的娱乐设施单一

66、教师、寝室设施不全

67、学校受周围噪声干扰

68、学校和班级管理太严

69、寝室被盗

70、学校的学习气氛不好

71、师资力量薄弱

72、学校附近网吧较多

73、学校收费不合理

74、没有娱乐活动

75、老师授课方法不能适应

76、学校卫生环境差

77、学校信息闭塞

78、教室设备不好

人际方面

（一） 与同学

79、与同学交往有困难

80、与同学有隔阂

81、不能与同学很好地交流

82、没有知心朋友

83、与同学发生矛盾

84、与同学吵架、打架

85、被朋友误会、猜忌

86、陷入早恋的漩涡

87、不知如何与异性相处

88、被同学看不起

89、被同学误解

90、很讨厌某些同学

91、不喜欢与人交往

92、恋人背叛

93、同学之间不能真诚相待

（二） 与老师关系

94、讨厌某门任课教师

95、被老师批评责怪

96、被老师忽略、看不起

97、被老师打骂

98、得不到老师信任

99、不知如何与老师沟通

100、受到老师的不公平待遇

101、老师爱向家长告状

102、害怕老师

（三）与亲友交往

103、不被父母理解

104、与父母吵架

105、父母的期待高，压力大

106、与兄弟姊妹关系不融洽

107、得不到父母夸奖

108、考不好被父母责备、打骂

109、亲友以分数衡量人

110、不受亲友欢迎

111、缺少与父母的沟通

112、亲友的期望高

113、被亲友看不起

114、亲友拿别人跟自己比较

其它意外事件

115、、被蛇咬

116、、在学校被人搜口袋

117、被同学起绰号

118、被人误解

119、受到学校的处罚

120、被人讥笑

121、当众丢面子

122、被人看不起

123、身体意外受伤

124、被人误解

125、被人开玩笑

126、亲友去逝

127、自己的东西被偷

附录 2

原始问卷

同学们，您好！本问卷是关于中学生学习生活的调查，所列问题的答案没有正确与错误之分，也无需留下姓名，对您的回答我们将严格保密，请你仔细阅读并根据自己的真实感受按照填表方法来选择答案，谢谢你的支持与配合！

填表方法：下面列出的是中学生学习生活中常见的一些生活事件，如果这些事件发生过，请根据事件对您造成的影响程度在相应的□里打“√”，如果这一事件您觉得对您没有影响，就在“没有”下面打“√”，如果您觉得对您有轻度影响就在“轻度”下面打“√”，如果您觉得有中度影响就在“中度”下面打“√”，以此类推……如果事件没有发生，就在“未发生”下面打“√”。**每题只选一个，不要多选或露选。如果还有您经历过而本问卷没有列出的，请补充到最后。**

	未发生	发生过对你的影响的程度				
		没有	轻度	中度	重度	极重
1、努力学却学不好	□	□	□	□	□	□
2、基础较差	□	□	□	□	□	□
3、考试成绩差	□	□	□	□	□	□
4、对自己的外貌或体型不满	□	□	□	□	□	□
5、家庭经济困难	□	□	□	□	□	□
6、常感空虚、无聊	□	□	□	□	□	□
7、常常无法调节好自己的情绪	□	□	□	□	□	□
8、总是学不好某门课	□	□	□	□	□	□
9、经常失眠	□	□	□	□	□	□
10、体弱多病	□	□	□	□	□	□
11、眼睛近视	□	□	□	□	□	□
12、学习效率低	□	□	□	□	□	□
13、自制力差	□	□	□	□	□	□

14、对学习没有兴趣	□	□	□	□	□	□
15、留级	□	□	□	□	□	□
16、认为自己的能力不如别人	□	□	□	□	□	□
17、当众丢面子	□	□	□	□	□	□
18、与老师缺少交流	□	□	□	□	□	□
19、不被父母理解	□	□	□	□	□	□
20、与父母缺少沟通	□	□	□	□	□	□
21、和异性交往有困难	□	□	□	□	□	□
22、校园卫生环境差	□	□	□	□	□	□
23、自己财物被盗	□	□	□	□	□	□
24、身体意外受伤	□	□	□	□	□	□
25、被父母责备、打骂	□	□	□	□	□	□
26、与同学交流较少	□	□	□	□	□	□
27、家中其他兄弟姊妹外出打工	□	□	□	□	□	□
28、校园内锻炼场所有限	□	□	□	□	□	□
29、校园内发生打架斗殴事件	□	□	□	□	□	□
30、父母一方脾气暴躁、酗酒、赌博	□	□	□	□	□	□
31、老师向家长告状	□	□	□	□	□	□
32、与某个老师关系僵化	□	□	□	□	□	□
33、父母偏心	□	□	□	□	□	□
34、食堂伙食不好	□	□	□	□	□	□
35、教室、寝室设施不全	□	□	□	□	□	□
36、学校学风不浓	□	□	□	□	□	□
37、没有知心朋友	□	□	□	□	□	□
38、父母身体不好	□	□	□	□	□	□
39、被朋友误会、猜忌	□	□	□	□	□	□
40、和某人谈恋爱	□	□	□	□	□	□
41、学校附近网吧较多	□	□	□	□	□	□
42、学校收费较多	□	□	□	□	□	□

43、学校受周围噪声干扰	□	□	□	□	□	□
44、长期与父母分离	□	□	□	□	□	□
45、家庭关系不和睦	□	□	□	□	□	□
46、父母离异	□	□	□	□	□	□
47、亲友突然去逝	□	□	□	□	□	□
48、受到学校的处罚	□	□	□	□	□	□
49、被人搜口袋	□	□	□	□	□	□
50、父母期望较高	□	□	□	□	□	□
51、得不到父母夸奖	□	□	□	□	□	□
52、与父母发生口角	□	□	□	□	□	□
53、顶撞老师	□	□	□	□	□	□
54、讨厌某些任课教师	□	□	□	□	□	□
55、被他人暗恋或追求	□	□	□	□	□	□
56、被同学起绰号	□	□	□	□	□	□
57、被老师批评责怪	□	□	□	□	□	□
58、被老师忽略、看不起	□	□	□	□	□	□
59、恋爱失不顺利或失败	□	□	□	□	□	□
60、学习成绩止步不前	□	□	□	□	□	□

其他事件请列在下面：

附录 3

初试问卷

年级_____　　性别：_____

同学们，您好！本问卷是关于中学生学习生活的调查，所列问题的答案没有正确与错误之分，也无需留下姓名，对您的回答我们将严格保密，请你仔细阅读并根据自己的真实感受按照填表方法来选择答案，谢谢你的支持与配合！

填表方法：下面列出的是中学生学习生活中常见的一些生活事件，如果该事件没有发生，则在（0）上打“√”，如果该事件发生了，请认真选择，根据事件对您造成的影响程度在相应的（ ）上打“√”。（0）代表这一事件对您没有影响，（1）代表对您有轻度影响，（2）代表对您有中度影响，（3）代表对您有较重影响，（4）代表对您有重度影响。**每题只选一个，不要多选或漏选。如果还有您经历过而本问卷没有列出的，请补充到最后。**

	未发生	发生过对你的影响的程度				
		没有	轻度	中度	较重	重度
1、努力学却学不好	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
2、家庭经济困难	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
3、常感空虚、无聊	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
4、总是学不好某门课	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
5、身体经常不适	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
6、沉迷于电视、上网、小说等其他事物	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
7、学习效率低	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
8、自制力差	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
9、对任何事情都没有兴趣	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
10、与同学闹矛盾	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
11、基础较差	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
12、与老师缺少交流	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)

13、该题选 1 分	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
14、考试成绩差	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
15、不被父母理解	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
16、常常无法调节好自己的情绪	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
17、与父母缺少沟通	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
18、被误解为在谈恋爱	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
19、校园卫生环境差	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
20、自己财物被盗	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
21、身体意外受伤	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
22、被父母责备、打骂	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
23、与同学很难沟通	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
24、校园内锻炼场所有限	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
25、食堂伙食不好	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
26、学校学风不浓	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
27、没有知心朋友	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
28、父母身体不好	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
29、被朋友误会、猜忌	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
30、学校受周围噪声干扰	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
31、父母外出打工	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
32、校园内发生打架斗殴事件	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
33、父母经常吵架	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
34、教室、寝室设施不全	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
35、父母期望较高	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
36、被老师当众批评	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
37、得不到父母夸奖	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
38、该题选 0 分	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
39、与父母发生口角	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
40、讨厌某些人	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
41、被老师忽略、看不起	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)

42、学习成绩止步不前	（0）	（0）	（1）	（2）	（3）	（4）
43、亲友突然去世	（0）	（0）	（1）	（2）	（3）	（4）

附录 4

正式问卷

年级_____ **性别**_____

同学们，您好！本问卷是关于中学生学习生活的调查，所列问题的答案没有正确与错误之分，也无需留下姓名，对您的回答我们将严格保密，请你仔细阅读并根据自己的真实感受按照填表方法来选择答案，谢谢你的支持与配合！

填表方法：下面列出的是中学生学习生活中常见的一些生活事件，如果该事件没有发生，则在（0）上打“√”，如果该事件发生了，请认真选择，根据事件对您造成的影响程度在相应的（ ）上打“√”。（0）代表这一事件对您没有影响，（1）代表对您有轻度影响，（2）代表对您有中度影响，（3）代表对您有较重影响，（4）代表对您有重度影响。**每题只选一个，不要多选或漏选。如果还有您经历过而本问卷没有列出的，请补充到最后。**

	未发生	发生过对你的影响的程度				
		没有	轻度	中度	较重	重度
1、努力学却学不好	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
2、常感空虚、无聊	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
3、总是学不好某门课	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
4、身体经常不适	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
5、学习效率低	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
6、自制力差	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
7、对任何事情都没有兴趣	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
8、与同学闹矛盾	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
9、基础较差	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
10、考试成绩差	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
11、不被父母理解	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
12、常常无法调节好自己的情绪	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
13、与父母缺少沟通	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)

14、校园卫生环境差	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
15、自己财物被盗	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
16、被父母责备、打骂	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
17、学校学风不浓	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
18、父母身体不好	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
19、被朋友误会、猜忌	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
20、校园内发生打架斗殴事件	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
21、教室、寝室设施不全	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
22、被老师当众批评	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
23、得不到父母夸奖	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
24、与父母发生口角	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
25、被老师忽略、看不起	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
26、学习成绩止步不前	(0)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)

附录 5

困扰量表

下表中列出了有些人可能会有的问题，请仔细地阅读每一条，然后根据最近半年来的实际情况，在相应的（ ）里打“√”，(0) 代表没有，(1) 代表偶尔，(2) 代表较常，(3) 代表经常，(4) 代表经常。

	没有	偶尔	较常	经常	总是
1、易激动	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
2、压抑感	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
3、因紧张而感到口或喉咙发干	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
4、有一时冲动的行为	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
5、情绪时起时落	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
6、非常想哭叫	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
7、非常想逃避	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
8、非常想伤害别人	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
9、思路不清晰	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
10、讲话比平时快	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
11、感到全身疲劳或沉重	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
12、被淹没感	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
13、感到情绪不稳定	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
14、感到闷闷不乐	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
15、感到焦虑	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
16、情绪紧张	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
17、易受惊吓	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
18、敌对	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
19、发抖或抽搐	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
20、口吃	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)

21、不能集中注意力	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
22、难以组织思想	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
23、难以整夜安睡	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
24、比平时急躁，不耐烦	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
25、磨牙	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
26、难以保持平静	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
27、做恶梦	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
28、腹泻	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
29、口头攻击别人	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
30、思维受阻抑	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
31、尿频	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
32、胃不舒服	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
33、头痛	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
34、脖子痛	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
35、后背痛	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
36、没有胃口	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
37、食欲增加	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
38、忘性大	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
39、胸痛	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
40、有较大的人际冲突	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
41、不愿起床面对新的一天	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
42、感到事情难以控制	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
43、感到没有希望	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
44、很难长时间从事某项活动	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
45、脾气急躁	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
46、退缩	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
47、入睡困难	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
48、从紧张事件中恢复起来很慢	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
49、因紧张而心跳加剧	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)

附录 6

特质焦虑问卷

下面列出的是人们常常用来描述他们自己的一些陈述，清越度每一个陈述后，然后在右边的恰当的圈内打勾，来表示你的感觉。没有对或错的回答不要对任何一个陈述花太多的时间去考虑，但所给的回答应该是你平常所感觉到的。1 代表“几乎没有”，2 代表“有些”，3 代表“经常”，4 代表“几乎总是如此”，请在相应的（ ）里打“√”。

	几乎没有	有些	经常	几乎总是如此
1、我感到愉快	(1)	(2)	(3)	(4)
2、感到神经过敏和不安	(1)	(2)	(3)	(4)
3、我感到自我满足	(1)	(2)	(3)	(4)
4、我希望能像别人那样高兴	(1)	(2)	(3)	(4)
5、我感到我像衰竭一样	(1)	(2)	(3)	(4)
6、我感到很宁静	(1)	(2)	(3)	(4)
7、我是平静的、冷静的和泰然自若的	(1)	(2)	(3)	(4)
8、我感到困难一一堆积起来，因此无法克服	(1)	(2)	(3)	(4)
9、我过分忧虑一些事，实际这些事无关紧要	(1)	(2)	(3)	(4)
10、我是高兴的	(1)	(2)	(3)	(4)
11、我的思想处于混乱状态	(1)	(2)	(3)	(4)
12、我缺乏自信心	(1)	(2)	(3)	(4)
13、我感到安全	(1)	(2)	(3)	(4)
14、我容易做出断绝	(1)	(2)	(3)	(4)
15、我感到不合适	(1)	(2)	(3)	(4)
16、我是满足的	(1)	(2)	(3)	(4)
17、一些不重要的思想总缠绕着我，并打扰我	(1)	(2)	(3)	(4)
18、我产生的沮丧是如此强烈，				

以致我不能从思想中排除它们	（1）	（2）	（3）	（4）
19、我是一个镇定的人				
20、当我考虑我目前的事情和利益时，				
我就陷入紧张状态	（1）	（2）	（3）	（4）

致谢

论文搁笔之时，将意味着我在川师三年的学习生涯即将结束，面对自己几个月来的成果，心里不免有些感慨！

能成为陈国典老师是我一生的幸事！三年来，导师严谨的治学风格，深深的影响着我。学习中，他一直对我们严格要求，不断的督促我们多读书、多思考，我的论文从构思到完成都凝聚着导师的智慧启迪！我在学习研究中的每一点一滴的进步也都蕴藏着导师的心血！如果说我在学业上得到的严师的启迪和教诲，那么在成长道路上，导师则给予了我慈父般的鼓励和关爱，他一直希望我能够专心学业，继续深造，在我遇到困难失去信心的时候，导师帮我树立信心。一路走来，我深知倾注了导师太多的心血和期望！学生无以回报，惟有一生感念！

在川师渡过了我人生中最重要的几年，感谢学院领导及各位老师对我的培养和教诲，让我能够很好的充实自己。在此特别感谢王庆教授、郭英教授对我的论文修改提出了宝贵的意见！

感谢我的好友武娟、刘淑霞、周文静、陈霞、李慕、刘威、王亮生、蒋兰、彭向君等，他们在我的学习和生活上给予了我很多的关心和帮助，在他乡的三年，有了他们我不再寂寞！这份友谊我在心底永远珍藏！

最后感谢我最爱的父母，他们给予我太多太多，只言片语难以表达，此生也报答不尽，只希望走好人生的每一步作为对他们的回报，另外还要感谢我的男友何玉良对我一如既往的关心、理解和支持！

黄岑杨

2008 年 4 月于南洋公寓

在校期间的科研成果

1、陈国典，林咏梅，黄岑杨 藏族中学生应激性生活事件调查研究，《中国健康心理学杂志》，2006 年第 5 期

2、陈国典，黄岑杨，林咏梅 成都、拉萨两地藏族中学生应激性生活事件的比较研究，《西部教育发展研究》，2006 年第 12 期

3、王亮生，黄岑杨 成都市中学教师心理健康初探，《中国健康心理学杂志》，2007 年第 7 期

4、黄岑杨 关于心理学对儿童攻击性行为的研究，《中国校外教育》，2007 年第 12 期

5、黄岑杨 大一高职生自我评价与应付方式之间的相关研究，《中国科教创新导刊》，2008 年第 02 期