

某校高三年级学生考试焦虑与个性特征的关系

王莹

[摘要] 目的 探讨高三年级学生考试焦虑与个性特征的关系,为预防高三学生考试焦虑提供依据。方法 应用考试焦虑量表(TAS)和艾森克个性问卷(EPQ)对中原油田某中学 864 名高三学生进行调查,分析考试焦虑与个性特征的关系。结果 考试焦虑的检出率为 70.3%。内向、情绪不稳定和精神质倾向明显的学生考试焦虑率显著高于外向、情绪稳定和精神质倾向不明显者($P < 0.01$);有无考试焦虑在精神质、内外向、情绪稳定性上差异有统计学意义($P < 0.01$),且 TAS 总分与精神质、情绪稳定性呈显著正相关,与内外向呈显著负相关($P < 0.01$)。结论 高三学生的考试焦虑与个性特征密切相关,内向、情绪不稳定、精神质倾向明显的学生考试焦虑检出率高。

[关键词] 个性;焦虑;中小學生 卫生保健服务

考试焦虑是指当人们面临考试情境时产生的一种害怕失败的紧张情绪。由于考试的竞争性和考试成绩对学生的重要性,大多数学生在应试时都会产生焦虑^[1]。学生的个性特征能够影响其对环境适应能力,也决定个体对应激事件的反应方式和强度,进而影响个体对考试的焦虑反应程度。为了解高三学生的考试焦虑与个性特征的关系,笔者进行了本次调查,现报告如下。

1 对象和方法

1.1 对象 对濮阳市中原油田第一中学高三年级 12 个班进行问卷调查。共发放问卷 876 份,收回有效问卷 864 份,回收率为 98.63%。其中男生 456 人(52.78%),女生 408 人(47.22%);文科生 326 人(37.73%),理科生 538 人(62.27%)。

1.2 方法 采取整群抽样方法,以班级为单位,采用统一的指导语向学生说明调查的意义,然后由学生自行填写考试焦虑量表(TAS)和修订的艾森克个性问卷(EPQ),并现场收回。

考试焦虑量表(TAS)是国内学者王才康^[2]2001 年对 Irwin G. Sarason《考试焦虑量表》的中文修订版,为自评量表,共包含 37 个条目,涉及个体对考试的态度、个体在考试前后的各种心理感受及躯体不适等方面,各条目得分之和为量表总分。Newman^[3]提出,总分 ≥ 15 分表示被试明确感受到了因参加考试而带来的不适感,可以判定存在考试焦虑。

修订的艾森克个性问卷(EPQ)^[4]由 4 个分量表组成: P 量表,为神经质和精神质; E 量表,性格内、外向; N 量表,情绪稳定性; L 量表,掩饰性。若 P 量表

分值 > 61.5 ,为精神质和神经质; E 量表分值 > 61.5 ,为性格外向, < 40 为性格内向; N 量表分值 > 61.5 ,为情绪不稳定; L 量表分值 > 60 ,为掩饰性较大。

应用 SPSS 11.5 统计软件对资料进行一般描述性分析、 t 检验、 χ^2 检验和 Spearman 等级相关分析。

2 结果

2.1 高三学生考试焦虑现状 接受调查者平均 TAS 总分为 18.52 ± 6.41 ,其中男生分值为 17.46 ± 5.36 ,女生分值为 18.59 ± 7.12 ,男女生 TAS 总分检验,差异有统计学意义($t = 2.18, P < 0.05$)。文科学生分值为 18.43 ± 6.49 ,理科学生分值为 18.62 ± 6.39 ,文理科学生差异无统计学意义($t = 0.34, P > 0.05$)。被调查者总体考试焦虑的检出率为 68.3%,其中男生检出率为 294 人,占 64.5%;女生检出率为 296 人,占 72.5%。男女生考试焦虑检出率差异有统计学意义($\chi^2 = 6.48, P < 0.05$)。文科学生检出率 216 人,占 66.3%;理科检出率 374 人,占 69.5%。文理科学生差异无统计学意义($\chi^2 = 0.99, P > 0.05$)。

2.2 不同个性特征的学生考试焦虑检出率比较 在 4 种个性特征中,内向和外向、情绪稳定和情绪不稳定、无精神质和明显精神质考试焦虑检出率差异有统计学意义,无明显掩饰性和明显掩饰性差异无统计学意义(表 1)。

2.3 考试焦虑与个性特征差异 有无考试焦虑的学生在精神质、情绪稳定性和内外向因子分上差异有统计学意义,掩饰性因子分的差异无统计学意义(表 2)。

3 讨论

(下转第 360 页)

[作者单位] 中原油田卫生防疫站(河南 濮阳 457001)
[作者简介] 王莹(1977—),女,山东菏泽人,主管医师 本科学历,主要从事学校卫生管理工作。

[收稿日期] 2009-12-14

调用药 1~3 个月后, 血压平稳于 130/80 mmHg 左右, 多次测定空腹血糖明显下降, 5 例<6 mmol/L。4 例<7.2 mmol/L, 1 例 7—10 mmol/L。

3 讨论

利尿药有噻嗪类、帕胺类、氯噻酮、渚钾利尿剂、祥利尿剂^[2]。各种利尿剂的降压疗效相仿, 噻嗪类使用最多, 常用的有氢氯噻嗪和氯噻酮。降压作用主要通过排钠, 减少细胞外容量, 降低外周血管阻力。降压起效较平稳、缓慢, 持续时间相对较长, 作用持久, 能增强其他降压药的疗效^[1]。以上 10 例患者服用含有利尿药的降压药、或加服利尿药后, 血压在 2~3 周后均达到控制目标值。但利尿药的主要不利作用是低血钾症和影响血脂、血糖、血尿酸代谢, 如噻嗪类抑制胰岛素释放和组织对葡萄糖的利

用而升高血糖^[3], 且往往发生在大剂量时。这也就是文中 10 例患者血糖升高的主要原因。给予服用不含利尿药的降压药, 而降糖药未作调整后(表 2), 血糖明显下降, 血压经过一段时间的波动后, 也降至调整用药前。通过近半年的追踪观察, 10 例患者血糖、血压均得到满意控制。因此, 糖尿病患者应慎用利尿药^[3]。

[参考文献]

[1] 叶任高, 陆再英. 内科学[M]. 第 6 版. 北京: 人民卫生出版社, 2006. 11. 253. 254. 799.
[2] 陈灏珠. 实用内科学[M]. 第 11 版. 北京: 人民卫生出版社, 2001. 10. 1438.
[3] 国家药品监督管理局执业药师资格认证中心. 药学专业知识(一)[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2004. 03. 180. 182.
[编辑] 樊继忠

(上接第 358 页)本次调查高三年级考试焦虑的检出率为 70.3%。文理科学生 TAS 总分和考试焦虑检出率差异无统计学意义, 说明考试焦虑现象普遍存在于高三学生中, 此结果与国内类似研究结果一致^[3]。但是女生考试焦虑高于男生, 这与蒋传发的调查相似^[6]。可能是社会环境对女性的限制多于男性, 以致她们情感脆弱, 敏感, 心理承受能力差, 情绪波动大, 在应激时更容易出现紧张、焦虑、恐惧等心理障碍。另一方面女生在月经期易情绪波动、烦躁不安, 且经期并不总是固定, 这必然与一些考试日期发生冲突。

表 1 不同个性特征的学生考试焦虑检出率(%)

个性特征	例数	考试焦虑		χ^2 值
		例数	检出率(%)	
内向	101	79	78.5	11.07 **
外向	155	90	58.1	
情绪稳定	123	52	42.3	57.77 **
情绪不稳定	138	120	87.6	
无精神质	75	45	60.2	24.82 **
明显精神质	109	99	90.8	
无明显掩饰性	131	89	68.1	3.61
明显掩饰性	32	16	50.4	

注: ** $P < 0.01$ 。

表 2 高中生考试焦虑与个性特征的比较差异

考试 焦虑	例数	精神质		内外向		情绪稳定性		掩饰性	
		\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S
有	590	52.56	9.02	51.37	11.89	52.23	10.76	45.31	8.01
无	274	48.42	7.96	54.65	12.06	46.59	10.07	46.22	8.63
t 值		6.81 **		3.74 **		7.49 **		1.48	

注: ** $P < 0.01$ 。

素^[7]。本次调查表明, 情绪不稳定和精神质倾向明显的学生考试焦虑显著高于情绪稳定和精神质倾向不明显者, 差异有统计学意义。可能是内向性格者安静、离群、内省、严谨、喜欢读书而不喜欢接触人, 做事瞻前顾后, 承受力小^[8]。情绪不稳定者, 表现忧心忡忡、多愁善感、喜怒无常、易沮丧, 容易失眠, 易激动, 对各种刺激产生强烈反应, 激动之后, 久久难以平静, 面临考试时难以控制自己的情绪。精神质倾向明显者往往比较孤僻、古怪、无社会化概念、缺乏情感交流, 这些个性特征均易发生考试焦虑。提示在对考生进行考前心理辅导时要针对不同个性特征进行心理教育, 降低学生的焦虑水平^[9]。

[参考文献]

[1] 孟宪鹏, 刘金同. 高一年级学生考试前后焦虑与抑郁情绪的变化[J]. 中华预防医学杂志, 2005, 39(6): 440.
[2] 王才康. 考试焦虑量表在大学生中的测试报告. 中国心理卫生杂志, 2001, 15(2): 96—97.
[3] New man E. No more test anxiety[M]. Los Angeles: Learning Skills Publications, 1996. 1—14.
[4] 龚耀先. 修订艾森克个性问卷手册[M]. 长沙: 湖南医学院, 1986. 4—13.
[5] 黄高贵. 考试焦虑与自我接纳及应付方式的关系探讨[J]. 中国行为医学科学, 2000, 9(6): 436—437.
[6] 蒋传发. 高中生考试焦虑来源的调查分析[J]. 健康心理学杂志, 2001, 9(1): 14.
[7] 倪峻芝. 考前焦虑不同治疗的疗效观察[J]. 中国心理卫生杂志, 2004, 18(6): 435.
[8] 刘晓辉. 维和待命士兵心理健康与人格特征相关分析[J]. 临床心身疾病杂志, 2007, 13(2): 273.
[9] 郑思东, 方展强. 生物学高考成绩与人格因素相关分析[J]. 中国校医, 2008, 22(1): 54—56.
[编辑] 汤伊明