

DB32

江苏省地方标准

DB32/T 5061.1—2025

中小学生健康管理技术规范
第1部分：心理健康

Technology specification for health management in primary and
secondary schools—Part 1: Mental health

2025-02-21 发布

2025-03-21 实施

江苏省市场监督管理局 发布
中国标准出版社 出版

目 次

前言Ⅲ

1 范围1

2 规范性引用文件1

3 术语和定义1

4 总体要求2

5 流程2

6 筛查2

 6.1 筛查人员2

 6.2 筛查方式2

 6.3 筛查内容2

 6.4 筛查要点2

7 评估与建档3

 7.1 单项评估3

 7.2 综合评估3

 7.3 建档3

8 分类管理3

 8.1 分类3

 8.2 分类干预4

9 定期随访4

附录A(规范性) 中小学生心理健康筛查评估量表5

附录B(资料性) 指导语范例11

附录C(规范性) 量表计分方法12

附录D(规范性) 中小学生心理健康筛查基本信息和结果记录表14

参考文献15

前 言

本文件按照 GB/T 1.1—2020《标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

本文件是 DB32/T 5061《中小学生健康管理技术规范》的第1部分。DB32/T 5061 已经发布了以下部分：

- 第1部分：心理健康；
- 第2部分：视力健康。

本文件由江苏省卫生健康委员会提出并组织实施。

本文件由江苏省卫生健康标准化技术委员会归口。

本文件起草单位：南京医科大学、江苏省疾病预防控制中心、南京脑科医院、东南大学、南通市疾病预防控制中心、苏州市疾病预防控制中心、盐城市疾病预防控制中心。

本文件主要起草人：杨婕、王菲、林苑、王欣、黄建萍、杨文漪、李佩璇、朱荣鑫、沈蕙、杜文聪、孙伯超、孙中友、王艳、倪晓燕、薛慧。

中小学生健康管理技术规范

第1部分：心理健康

1 范围

本文件规定了中小学生健康管理技术规范中心理健康部分的总体要求、流程、筛查、评估与建档、分类管理、定期随访。

本文件适用于各级各类中小学校对在校四年级至十二年级学生的心理健康管理。

2 规范性引用文件

本文件没有规范性引用文件。

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1

心理健康筛查 mental health screening

为识别中小学生群体中心理亚健康的个体,以便进一步干预或诊治,依据心理学原理和技术,运用客观的标准化程序对个体的心理现象或行为进行量化分析和描述的科学手段。

3.2

情绪问题 emotional problems

针对内部或外部的刺激或经历重要事件所产生的消极心理状态。

注：如抑郁、焦虑、压力等。

3.3

睡眠问题 sleep problems

睡眠质量差、入睡困难或持续时间短并影响一个人在清醒时正常工作行动能力的状态。

3.4

网络成瘾 internet addiction

在无成瘾物质作用下对互联网使用冲动的失控行为,表现为过度使用互联网后导致明显的学业、职业和社会功能损伤。

3.5

校园欺凌 school bullying

发生在校园内以及校园辐射范围内的一种破坏性社会过程,常表现为学生或学校人员之间不理想的人际交往,对目标个人或群体以及更广泛的学校和(或)社区造成身体、社会和情感伤害。

3.6

童年创伤 childhood trauma

在儿童期成长中遭受的情感虐待、躯体虐待、情感忽视和躯体忽视等生理性的身体伤害、强烈的情绪或刺激对个体心理功能活动所造成的影响。

4 总体要求

- 4.1 使用经过验证和适用于中小学生的心理筛查工具、标准的测量及计分方法。
- 4.2 遵循中小学生本人及其监护人意愿,并根据本人及其监护人要求随时停止。
- 4.3 尊重中小学生的个人隐私,对被筛查学生的个人情况、作答内容、筛查结果等予以保密。

5 流程

中小学生心理健康管理流程见图1。

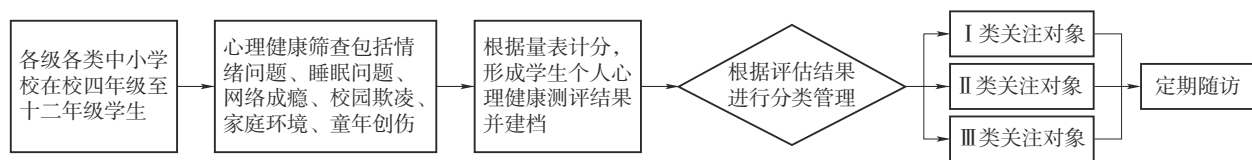


图1 中小学生心理健康管理流程图

6 筛查

6.1 筛查人员

- 6.1.1 应至少包含一名具有执业资格的医生、护士、校医、保健教师、心理辅导教师。
- 6.1.2 经过筛查培训且经考核合格,签署保密协议后方开展筛查工作。

6.2 筛查方式

学生宜以网络问卷形式在计算机终端、移动电子设备端作答评估量表,或由筛查人员组织学生作答纸质版量表。

6.3 筛查内容

包括情绪问题、睡眠问题、网络成瘾、校园欺凌、家庭环境、童年创伤共6个方面,共计157个评分条目。按附录A执行。

6.4 筛查要点

- 6.4.1 筛查人员宜保证环境安静,光线明亮,被测学生保持适当距离,防止互相交流或作答内容泄漏。筛查过程中避免无关人员在场,如无特殊需要,不进行巡视。
- 6.4.2 筛查人员获得家长知情同意后,收集学生个人基本信息,包括性别、出生日期、年级、班级等,建立学生个人心理健康档案。
- 6.4.3 筛查人员使用统一指导语,见附录B,说明此次筛查意义、强调此次问卷的保密性,组织学生作答量表。

7 评估与建档

7.1 单项评估

7.1.1 情绪问题量表包含抑郁、焦虑和压力3个分量表,其中抑郁量表 ≤ 9 分为正常,10分~13分为轻度,14分~20分为中度,21分~27分为重度, ≥ 28 分为非常严重;焦虑量表 ≤ 7 分为正常,8分~9分为轻度,10分~14分为中度,15分~19分为重度, ≥ 20 分为非常严重;压力量表 ≤ 14 分为正常,15分~18分为轻度,19分~25分为中度,26分~33分为重度, ≥ 34 分为非常严重。

7.1.2 睡眠问题量表总分为各条目得分之和,得分0分~7分没有失眠症状,8分~14分可能有轻度失眠症状,15分~21分可能有中重度失眠症状,22分~28分可能有重度失眠症状。

7.1.3 网络成瘾量表总分为各条目得分之和,得分 ≥ 64 分即判定为网络成瘾,得分越高则表示网络成瘾程度越深。

7.1.4 校园欺凌量表总分为各条目得分之和,条目1不计入总分,任一条目回答“一个月1次~2次”“一个星期1次”“一个星期多次”或“每天都有”则判断存在校园欺凌,得分越高则表示被欺凌现象越严重。

7.1.5 家庭环境量表包含亲密性、矛盾性、成功性、文化性、娱乐性、组织性、控制性7个分量表,其中亲密性量表0分~5分为低分,6分~8分为中等,9分为高分;矛盾性量表0分~1分为低分,2分~5分为中等,6分~9分为高分;成功性量表0分~5分为低分,6分~8分为中等,9分为高分;文化性量表0分~3分为低分,4分~7分为中等,8分~9分为高分;娱乐性量表0分~3分为低分,4分~6分为中等,7分~9分为高分;组织性量表0分~5分为低分,6分~8分为中等,9分为高分;控制性量表0分~2分为低分,3分~5分为中等,6分~9分为高分。

7.1.6 童年创伤量表包含情感忽视、躯体忽视、情感虐待、躯体虐待4个分量表,其中情感忽视 ≥ 15 分,躯体忽视 ≥ 10 分,情感虐待 ≥ 13 分,躯体虐待 ≥ 10 分,只要有一个分量表得分满足以上条件即为中重度的童年创伤者。

7.2 综合评估

7.2.1 筛查人员收集学生作答的各项量表并计分,形成学生个人心理健康测评结果。可按不同地区、学校、性别、年龄形成群体心理健康筛查结果。量表的计分方法按附录C执行。

7.2.2 筛查人员向家长或监护人反馈测评结果,测评结果须由筛查人员审核后出具。

7.3 建档

依据《中小学生心理健康筛查基本信息和结果记录表》建档,见附录D。

8 分类管理

8.1 分类

8.1.1 根据各单项评估结果进行分类,分为Ⅰ类关注对象、Ⅱ类关注对象、Ⅲ类关注对象3类。

8.1.2 Ⅰ类关注对象,满足以下其中一种条件:抑郁、压力、焦虑情绪达到重度或非常严重;睡眠问题达到重度。

8.1.3 Ⅱ类关注对象,满足以下其中一种条件:抑郁、压力、焦虑情绪达到轻度或中度;睡眠问题达到轻度或中重度;存在网络成瘾;存在校园欺凌;家庭环境任一条目达到低分;童年创伤达到中重度。

8.1.4 Ⅲ类关注对象,抑郁、压力、焦虑情绪、睡眠问题为正常;无网络成瘾、校园欺凌、童年创伤;家庭环

境所有条目达到中等或高分。

8.2 分类干预

8.2.1 I类关注对象,启动校内心理危机干预流程,学校与家庭及时沟通,建议学生进行进一步的诊断和必要转介,及时跟踪学生就医情况。

8.2.2 II类关注对象,学校与家庭及时沟通,双方密切关注学生情绪行为状况,提供必要的校内心理健康服务。

8.2.3 III类关注对象,学校做好心理健康促进日常工作,组织普适性的心理健康教育和活动。

9 定期随访

9.1 动态管理与更新学生心理健康档案,与家庭保持密切沟通,形成家校医一体化支持,共同关注个体心理状况。

9.2 对I类关注对象保持每月一次随访,对II类关注对象保持每学期两次随访,对III类关注对象保持每学期一次随访。

附 录 A
(规范性)
中小学生心理健康筛查评估量表

中小学生心理健康筛查评估量表见表 A.1~表 A.6。

表 A.1 情绪问题量表

过去一周	不符合	有时符合	常常符合	总是符合
1.我觉得很难让自己安静下来。	0	1	2	3
2.我感到口干舌燥。	0	1	2	3
3.我好像一点都没有感觉到任何愉快、舒畅。	0	1	2	3
4.我感到呼吸困难(例如:气喘或透不过气来)。	0	1	2	3
5.我感到很难主动去开始学习。	0	1	2	3
6.我对事情往往做出过度反应。	0	1	2	3
7.我感到颤抖(例如:手抖)。	0	1	2	3
8.我觉得自己消耗了很多精力。	0	1	2	3
9.我担心一些可能让自己恐慌或出丑的场合。	0	1	2	3
10.我觉得自己对不久的将来没有什么可期盼的。	0	1	2	3
11.我感到忐忑不安。	0	1	2	3
12.我感到很难放松自己。	0	1	2	3
13.我感到忧郁沮丧。	0	1	2	3
14.我无法容忍任何阻碍我继续学习的事情。	0	1	2	3
15.我感到快要崩溃了。	0	1	2	3
16.我对任何事情都不能产生热情。	0	1	2	3
17.我觉得我作为一个人没有很大的价值。	0	1	2	3
18.我发觉自己很容易被激怒。	0	1	2	3
19.即使在没有明显的体力活动时,我也感到心律不正常。	0	1	2	3
20.我无缘无故地感到害怕。	0	1	2	3
21.我感到生命毫无意义。	0	1	2	3

表 A.2 睡眠问题量表

调查内容	没有	轻微	普通	严重	非常严重
1.请评估你过去两周的严重程度:入睡困难。	0	1	2	3	4
2.请评估你过去两周的严重程度:难以维持睡眠。	0	1	2	3	4
3.请评估你过去两周的严重程度:太早就醒了。	0	1	2	3	4
4.你对过去两周的睡眠状况满意度如何?	非常满意	满意	一般	不满意	非常不满意
	0	1	2	3	4

表 A.2 睡眠问题量表（续）

调查内容	没有	轻微	普通	严重	非常严重
5. 在过去两周中,你认为你的睡眠问题妨碍你日常学习和生活(例如:精力、集中力、记忆、情绪等)到哪一个程度?	完全不妨碍	少许妨碍	颇为妨碍	非常妨碍	极妨碍
	0	1	2	3	4
6. 在过去两周中,你的睡眠问题在降低生活质量方面,在其他人眼中有多明显?	完全不明显	少许明显	颇为明显	非常明显	极明显
	0	1	2	3	4
7. 在过去两周中,你对你现有的睡眠问题有多忧虑/苦恼?	完全不苦恼	少许苦恼	颇为苦恼	非常苦恼	极苦恼
	0	1	2	3	4

表 A.3 网络成瘾量表

最近一年	极不符合	不符合	符合	极符合
1.曾不止一次有人告诉我,我花了太多时间在网络上。	1	2	3	4
2.我只要有一段时间没有上网,就会觉得心里不舒服。	1	2	3	4
3.我发现自己上网的时间越来越长。	1	2	3	4
4.网络断线或接不上时,我觉得自己坐立不安。	1	2	3	4
5.不管再累,上网时总觉得很有精神。	1	2	3	4
6.其实我每次都只想上网待一下子,但常常一待就待很久不下来。	1	2	3	4
7.虽然上网对我的日常人际关系造成负面影响,我仍未减少上网。	1	2	3	4
8.我曾不止一次因为上网的关系而睡不到4 h。	1	2	3	4
9.从上学期以来,平均而言我每周上网的时间比以前增加许多。	1	2	3	4
10.我只要有一段时间没有上网就会情绪低落。	1	2	3	4
11.我不能控制自己上网的冲动。	1	2	3	4
12.发现自己投入在网络上而减少和身边朋友的互动。	1	2	3	4
13.我曾因上网而腰酸背痛,或有其它身体不适。	1	2	3	4
14.我每天早上醒来,第一件想到的事就是上网。	1	2	3	4
15.上网对我的学业或生活已造成一些负面的影响。	1	2	3	4
16.我只要有一段时间没有上网,就会觉得自己好像错过什么。	1	2	3	4
17.因为上网的关系,我和家人的互动减少了。	1	2	3	4
18.因为上网的关系,我平常休闲活动的时间减少了。	1	2	3	4
19.我每次下网后其实是要去做别的事,却又忍不住再次上网看。	1	2	3	4
20.没有网络,我的生活就毫无乐趣可言。	1	2	3	4
21.上网对我的身体健康造成负面的影响。	1	2	3	4
22.我曾试过想花较少的时间在网络上,但却无法做到。	1	2	3	4
23.我习惯减少睡眠时间,以便能有更多时间上网。	1	2	3	4
24.比起以前,我必须花更多的时间上网才能感到满足。	1	2	3	4
25.我曾因为上网而没有按时吃饭。	1	2	3	4
26.我会因为熬夜上网而导致白天精神不好。	1	2	3	4

表 A.4 校园欺凌量表

调查内容	从来没有	偶尔	一个月 1次~ 2次	一个 星期 1次	一个 星期 多次	每天 都有
1.自从入学以来,我在这所学校被欺凌了。	1	2	3	4	5	6
2.我被其他人嘲弄,他们对我说了些很伤人的话。	1	2	3	4	5	6
3.我被他人故意推搡。	1	2	3	4	5	6
4.同学们把我排除在一些事情之外,这使我感到很难过。	1	2	3	4	5	6
5.有同学对我说了些很卑鄙的话。	1	2	3	4	5	6
6.我被恶意地用拳头打过或用脚踢过。	1	2	3	4	5	6
7.有同学告诉或怂恿其他人不要和我做朋友。	1	2	3	4	5	6
8.我被同学取了我不喜欢的外号。	1	2	3	4	5	6
9.有同学刻意弄坏或偷取我的东西。	1	2	3	4	5	6
10.有同学怂恿其他人说我的坏话。	1	2	3	4	5	6
11.有同学对我开了些伤人的玩笑。	1	2	3	4	5	6
12.有同学威胁说要伤害我。	1	2	3	4	5	6
13.有同学以另外的同学不喜欢我为由,要其他同学不要和我交朋友。	1	2	3	4	5	6
14.其他同学通过邮件、短信、微信或类似的电子信息给我发过刻薄或者伤人的信息。	1	2	3	4	5	6
15.有同学通过邮件、短信、微信或类似的电子信息发送给其他同学伤害我的信息。	1	2	3	4	5	6
16.有同学在社交平台,例如:微信朋友圈、微博、发过伤害我的消息。	1	2	3	4	5	6
17.有同学假扮我,通过社交平台、短信、邮件或者其他类似方式,发过刻薄或者伤人的内容。	1	2	3	4	5	6

表 A.5 家庭环境量表

调查内容	是	否
1.我们家庭成员都总是互相给予最大的帮助和支持。	1	2
2.家中经常吵架。	1	2
3.家庭成员无论做什么事都是尽力而为的。	1	2
4.我们家经常谈论政治和社会问题。	1	2
5.大多数周末和晚上家庭成员都是在家中度过,而不外出参加社交或娱乐活动。	1	2
6.家中较大的活动都是经过仔细安排的。	1	2
7.家里人很少强求其他家庭成员遵守家规。	1	2
8.在家里我们感到很无聊。	1	2
9.家庭成员彼此之间很少公开发怒。	1	2
10.为了家人有好的前途,家庭成员都花了几乎所有的精力。	1	2
11.我们很少外出听讲座、看戏或去博物馆以及看展览。	1	2

表 A.5 家庭环境量表（续）

调查内容	是	否
12.家庭成员常外出到朋友家去玩并在一起吃饭。	1	2
13.一般来说,我们大家都注意把家收拾得井井有条。	1	2
14.家中很少有固定的生活规律和家规。	1	2
15.家庭成员愿意花很大的精力做家里的事。	1	2
16.有时家庭成员发怒时摔东西。	1	2
17.家庭成员都认为使生活水平提高比其他任何事情都重要。	1	2
18.我们都认为学会新的知识比其它任何事都重要。	1	2
19.家中没人参加各种体育活动。	1	2
20.在我们家,当需要用某些东西时却常常找不到。	1	2
21.在我们家,吃饭和睡觉的时间都是一成不变的。	1	2
22.在我们家,有一种和谐一致的气氛。	1	2
23.家庭成员之间极少发脾气。	1	2
24.我们都相信在任何情况下竞争是好事。	1	2
25.我们对文化活动不那么感兴趣。	1	2
26.我们常看电影或体育比赛,外出郊游等。	1	2
27.在我们家很重视做事要准时。	1	2
28.我们家做任何事都有固定的方式。	1	2
29.家里有事时,很少有人自愿去做。	1	2
30.家庭成员之间常互相责备和批评。	1	2
31.我们总是不断反省自己,强迫自己尽力把事情做得一次比一次好。	1	2
32.我们很少讨论有关科技知识方面的问题。	1	2
33.我们家每个人都对1~2项娱乐活动特别感兴趣。	1	2
34.我们家的人常常改变他们的计划。	1	2
35.我们家非常强调要遵守固定的生活规律和家规。	1	2
36.家庭成员都总是衷心的互相支持。	1	2
37.家庭成员有时互相打架。	1	2
38.家庭成员不太关心职务升迁、学习成绩等问题。	1	2
39.家中有人玩乐器。	1	2
40.家庭成员除工作学习外,不常进行娱乐活动。	1	2
41.家庭成员认真地保持自己房间的整洁。	1	2
42.家庭成员夜间可以随意外出,不必事先与家人商量。	1	2
43.我们家的集体精神很少。	1	2
44.家庭成员的意见产生分歧时,我们一直都回避它以保持和气。	1	2
45.我们家的人对获得成就并不那么积极。	1	2
46.家庭成员常去图书馆。	1	2

表 A.5 家庭环境量表（续）

调查内容	是	否
47.家庭成员有时按个人爱好或兴趣参加娱乐性学习。	1	2
48.在我们家,每个人的分工是明确的。	1	2
49.在我们家,没有严格的规则来约束我们。	1	2
50.家庭成员彼此之间都一直合得来。	1	2
51.家庭成员常彼此想胜过对方。	1	2
52.先学习/工作后享受是我们家的好习惯。	1	2
53.在我们家看电视比读书更重要。	1	2
54.家庭成员常在业余时间参加家庭以外的社交活动。	1	2
55.我们家花钱没有计划。	1	2
56.我们家的生活规律或家规是不能改变的。	1	2
57.家庭的每个成员都一直得到充分的关心。	1	2
58.家人有矛盾时,有时会大声争吵。	1	2
59.家庭成员常常与别人比较,看谁的工作学习好。	1	2
60.家庭成员很喜欢音乐、艺术和文学。	1	2
61.我们娱乐活动的主要方式是看电视、听广播而不是外出活动。	1	2
62.我们家饭后必须立即有人去洗碗。	1	2
63.在家里违反家规者会受到严厉的批评。	1	2
注：如果有些问题对大部分家庭成员符合,就选择“是”,如果大部分不符合,就选择“否”。		

表 A.6 童年创伤量表

儿童期(16岁以前)的成长经历	从来没有 这种现象	偶尔	有时	经常	总是
1.当时家里没人关心我的饥饱。	1	2	3	4	5
2.当时有人照顾我、保护我。	1	2	3	4	5
3.当时家里有人喊我“笨蛋”“懒虫”或“丑八怪”等。	1	2	3	4	5
4.当时我的父母因为酗酒、吸毒或赌博而不能照顾家庭。	1	2	3	4	5
5.当时家里有人重视我。	1	2	3	4	5
6.当时家里没人管我衣着冷暖。	1	2	3	4	5
7.当时我感到家里人爱我。	1	2	3	4	5
8.当时我觉得父母希望从来没有生过我。	1	2	3	4	5
9.当时家里有人把我打伤得很重,不得不去医院。	1	2	3	4	5
10.当时我家的状况需要改善。	1	2	3	4	5
11.当时家里有人打得我皮肤青紫或留下伤痕。	1	2	3	4	5
12.当时家里有人用皮带、绳子、木板或其它硬东西惩罚我。	1	2	3	4	5
13.当时家里人彼此互相关心。	1	2	3	4	5

表 A.6 童年创伤量表（续）

儿童期(16岁以前)的成长经历	从来没有 这种现象	偶尔	有时	经常	总是
14.当时家里有人向我说过侮辱性或让我伤心的话。	1	2	3	4	5
15.我当时受到了躯体虐待。	1	2	3	4	5
16.我觉得我的童年比任何人的都完美。	1	2	3	4	5
17.当时我被打得很重,引起了老师、邻居或医生等人的注意。	1	2	3	4	5
18.当时我觉得家里有人恨我。	1	2	3	4	5
19.当时家里人关系很亲密。	1	2	3	4	5
20.我觉得当时我的家好得不能再好了。	1	2	3	4	5
21.当时我的心灵受到了折磨或虐待。	1	2	3	4	5
22.当时有人关心我的身体健康。	1	2	3	4	5
23.当时家是我获得力量和支持的源泉。	1	2	3	4	5

附 录 B
(资料性)
指导语范例

同学们,你们好!

大家正处于生理、心理迅速发育的时期,是一些行为习惯形成的关键阶段。其中某些想法行为习惯可能会影响你们身心的发育,并对你们现在和将来的健康产生一定影响。我们希望了解一些与你们健康状况密切相关的行为的真实情况,以便于更好地保护你们的健康,帮助你们充分享受美好的青春时光。

让我们携起手来,为了你和你的小伙伴们现在以及将来的健康,共同做好这一项调查。十分感谢你们的支持与配合!

- 填写说明:
- 1. 请根据你的直觉反映做出回答即可,不需要过度考虑。
 - 2. 请放心,你的答案不会影响成绩,不要与同学商量回答。
 - 3. 请根据自己真实体验放心作答,你的回答是保密的,其他人不会知道你的答案。
 - 4. 问卷中全部为单项选择题,一律用“○”圈中所选选项。
 - 5. 若选项与你的实际情况不符,请选择最为符合的选项。

附 录 C
(规范性)
量表计分方法

量表计分方法见表 C.1。

表 C.1 量表计分方法

量表条目	计分方法
情绪问题量表	量表包含 3 个分量表,共计 21 个条目,其中抑郁、焦虑和压力分量表各含 7 个条目,采用 Likert 式四级计分(选择不符合记 0 分、有时符合记 1 分,常常符合记 2 分,总是符合记 3 分),将各分量表得分乘以 2,即为该分量表的分值,分值越高代表越具有这种情绪。 各条目题号如下: 压力:1、6、8、11、12、14、18 焦虑:2、4、7、9、15、19、20 抑郁:3、5、10、13、16、17、21
睡眠问题量表	量表共计 7 个条目,采用 Likert 式五级计分(选择没有、非常满意、完全不妨碍、完全不明显、完全不苦恼记 0 分,轻微、满意、少许妨碍、少许明显、少许苦恼记 1 分,普通、一般、颇为妨碍、颇为明显、颇为苦恼记 2 分,严重、不满意、非常妨碍、非常明显、非常苦恼记 3 分,非常严重、非常不满意、极妨碍、极明显、极苦恼记 4 分)
网络成瘾量表	量表包含 5 个分量表,共计 26 个条目,采用 Likert 式四级计分(选择极不符合记 1 分、不符合记 2 分,符合记 3 分,极符合记 4 分)。 各条目题号如下: 强迫性上网:11、14、19、20、22 网络成瘾戒断反应:2、4、5、10、16 网络成瘾耐受性:3、6、9、24 人际与健康问题:7、12、13、15、17、18、21 时间管理问题:1、8、23、25、26
校园欺凌量表	量表包含 4 个分量表,共计 17 个条目,采用 Likert 六级计分(选择从来没有记 1 分、偶尔记 2 分,一个月 1 次~2 次记 3 分,一个星期 1 次记 4 分,一个星期多次记 5 分,每天都有记 6 分),测量学生自从入学以来所遭受的校园欺负的频率,其中一项“我在这所学校被欺负了”(条目 1)不计入总分。其中身体欺凌、关系欺凌、言语欺凌和网络欺凌各 4 个条目。 各条目题号如下: 身体欺凌:3、6、9、12 关系欺凌:4、7、10、13 言语欺凌:2、5、8、11 网络欺凌:14、15、16、17
家庭环境量表	量表包含 7 个分量表,共计 63 个条目,回答“是”评 1 分,回答“否”评 2 分,各条目相加为量表的原始分,按照以下公式计算分量表的分数。 因子及对应题目: 亲密性:01、08、15、22、29、36、43、50、57 矛盾性:02、09、16、23、30、37、44、51、58 成功性:03、10、17、24、31、38、45、52、59

表 C.1 量表计分方法（续）

量表条目	计分方法																																
家庭环境量表	文化性:04、11、18、25、32、39、46、53、60 娱乐性:05、12、19、26、33、40、47、54、61 组织性:06、13、20、27、34、41、48、55、62 控制性:07、14、21、28、35、42、49、56、63																																
	分量表得分计算(“I~X”表示第“X”条项目的得分): 亲密性=(I~08-1)+(I~29-1)+(I~43-1)-[(I~01-2)+(I~15-2)+(I~22-2)+(I~36-2)+(I~50-2)+(I~57-2)] 矛盾性=(I~09-1)+(I~23-1)+(I~44-1)-[(I~02-2)+(I~16-2)+(I~30-2)+(I~37-2)+(I~51-2)+(I~58-2)] 成功性=(I~38-1)+(I~45-1)-[(I~03-2)-(I~10-2)+(I~17-2)+(I~24-2)+(I~31-2)+(I~52-2)+(1~59-2)] 文化性=(I~11-1)+(I~25-1)+(I~32-1)+(I~53-1)-[(I~04-2)+(I~18-2)+(I~39-2)+(I~46-2)+(I~60-2)] 娱乐性=(I~05-1)+(I~19-1)+(I~40-1)+(I~61-1)-[(I~12-2)+(I~26-2)+(I~33-2)+(I~47-2)+(I~54-2)] 组织性=(I~20-1)+(I~34-1)+(I~55-1)-[(I~06-2)+(I~13-2)+(I~27-2)+(I~41-2)+(I~48-2)+(I~62-2)] 控制性=(I~07-1)+(I~14-1)+(I~42-1)+(I~49-1)-[(I~21-2)+(I~28-2)+(I~35-2)+(I~56-2)+(I~63-2)]																																
	划界标准:																																
	<table><tr><th>因子名称</th><th>低分</th><th>中等</th><th>高分</th></tr><tr><td>亲密性</td><td>0~5</td><td>6~8</td><td>9</td></tr><tr><td>矛盾性</td><td>0~1</td><td>2~5</td><td>6~9</td></tr><tr><td>成功性</td><td>0~5</td><td>6~8</td><td>9</td></tr><tr><td>文化性</td><td>0~3</td><td>4~7</td><td>8~9</td></tr><tr><td>娱乐性</td><td>0~3</td><td>4~6</td><td>7~9</td></tr><tr><td>组织性</td><td>0~5</td><td>6~8</td><td>9</td></tr><tr><td>控制性</td><td>0~2</td><td>3~5</td><td>6~9</td></tr></table>	因子名称	低分	中等	高分	亲密性	0~5	6~8	9	矛盾性	0~1	2~5	6~9	成功性	0~5	6~8	9	文化性	0~3	4~7	8~9	娱乐性	0~3	4~6	7~9	组织性	0~5	6~8	9	控制性	0~2	3~5	6~9
	因子名称	低分	中等	高分																													
	亲密性	0~5	6~8	9																													
	矛盾性	0~1	2~5	6~9																													
	成功性	0~5	6~8	9																													
	文化性	0~3	4~7	8~9																													
	娱乐性	0~3	4~6	7~9																													
组织性	0~5	6~8	9																														
控制性	0~2	3~5	6~9																														
童年创伤量表	量表包含4个分量表,共计23个条目,采用Likert式五级计分(选择从来没有这种现象记1分、偶尔记2分,有时记3分,经常记4分,总是记5分)。其中情感忽视、躯体忽视、情感虐待、躯体虐待各5个条目。设3个条目作为效度评价,分别为10、16、20。设5个条目为反向计分,分别为2、5、7、13、19、22、23(选择从来没有这种现象记5分、偶尔记4分,有时记3分,经常记2分,总是记1分)。 各条目题号如下: 情感忽视:5、7、13、19、23 躯体忽视:1、2、4、6、22 情感虐待:3、8、14、18、21 躯体虐待:9、11、12、15、17																																

附 录 D
(规范性)

中小學生心理健康篩查基本信息和結果記錄表

中小學生心理健康篩查基本信息和結果記錄見表D.1。

表D.1 中小學生心理健康篩查基本信息和結果記錄表

姓名		性别	
出生日期	年 月 日		
筛查日期	年 月 日		
项目		得分	
情绪问题	压力情绪		
	焦虑情绪		
	抑郁情绪		
睡眠问题			
网络成瘾			
校园欺凌			
家庭环境	亲密性		
	矛盾性		
	成功性		
	文化性		
	娱乐性		
	组织性		
	控制性		
童年创伤	情感忽视		
	躯体忽视		
	情感虐待		
	躯体虐待		
综合评估	<input type="checkbox"/> I类关注对象 <input type="checkbox"/> II类关注对象 <input type="checkbox"/> III类关注对象		

篩查單位(人員)：

報告日期： 年 月 日

参 考 文 献

- [1] GB/T 18206—2011 中小学健康教育规范
- [2] GB/T 29433—2012 学生心理健康教育指南
- [3] GB/T 30446.1—2018 心理咨询服务 第1部分:基本术语
- [4] CSA Z2003:20 The National Standard for Mental Health and Well-Being for Post-Secondary Students
- [5] 国务院. 中国儿童发展纲要(2021—2030年)(国发[2021]16号)
- [6] 教育部等十七部门. 关于印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》的通知(教体艺[2023]1号)
- [7] 文艺,吴大兴,吕雪靖,等. 抑郁-焦虑-压力量表中文精简版信度及效度评价[J]. 中国公共卫生,2012,28(11):1436-1438.
- [8] 汪向东,王希林,马弘. 心理卫生评定量表手册(增订版)[M]. 北京:中国心理卫生杂志出版社,1999:149-152.
- [9] 张雪晴,张珂欣,朱云娇,魏鸿园,王田丽,卢晓艳,张江辉,张志华. 四种网络成瘾量表在大学生中应用评价[J]. 中国学校卫生,2021,42(08):1193-1197.
- [10] 谢家树,魏宇民,George Bear. 特拉华欺凌受害量表(学生卷)中文版再修订及初步应用[J]. 中国临床心理学杂志,2018,26(02):259-263.
- [11] 谢家树,魏宇民,Zhu Zhuorong. 当代中国青少年校园欺凌受害模式探索:基于潜在剖面分析[J]. 心理发展与教育,2019,35(01):95-102.
- [12] 赵幸福,张亚林,李龙飞,等. 儿童期虐待问卷中文版的信度及效度评估(英文)[J]. 中国临床康复,2005,9(16):209-211.
- [13] Manzar MD, Jahrami HA, Bahammam AS. Structural validity of the Insomnia Severity Index: A systematic review and meta-analysis[J]. Sleep Med Rev, 2021, 60:101531.
- [14] Al-Khani AM, Saquib J, Rajab AM, et al. Internet addiction in Gulf countries: A systematic review and meta analysis[J]. J Behav Addict, 2021, 10(3):601-610.