

综合干预改善肥胖儿童自我意识的研究

单家银^{1,2}, 徐光兴², 浦小弟¹, 顾大华¹

(1.上海市嘉定区南翔社区卫生服务中心, 上海 201802; 2.华东师范大学心理学系, 上海 200063)

【摘要】 目的:探讨综合营养、运动及心理辅导等手段的团体干预对肥胖儿童自我意识的影响。方法:采用平行对照,对 86 名肥胖儿童(平均年龄 10.4 ± 2.52 岁)进行为期一年的团体干预,内容包括营养、运动及心理辅导等手段。干预前后对其作 Piers-Harris 儿童自我意识量表测查,并与正常体重儿童对比分析。结果:肥胖儿童自我意识总分、躯体与外貌、焦虑($P < 0.01$)、智力与学校属性、行为、合群($P < 0.05$)等得分显著低于正常体重儿童,且表现出性别差异:肥胖男生的总分、智力与学校属性、躯体与外貌属性($P < 0.01$)、合群等得分($P < 0.05$)显著降低,而肥胖女生仅焦虑($P < 0.05$)一项得分降低。团体干预一年后,肥胖儿童自我意识的总分($P < 0.05$)、智力与学校属性、躯体与外貌属性($P < 0.01$)等均显著提高,并且肥胖男生、肥胖女生的自我意识均与正常体重儿童无显著性差异。结论:肥胖儿童自我意识明显受损,团体干预可以提高肥胖儿童的自我意识。

【关键词】 自我意识; 儿童肥胖; 团体干预

中图分类号: R395.5

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2008)05-0554-03

Group Intervention Effect on Self-conception of Obesity Children

SHAN Jia-yin, XU Guang-xin, GU Da-hua, PU Xiao-di, et al

Shanghai Jiadin District Nanxiang Health Service Center, Shanghai 201802, China

【Abstract】 **Objective:** To investigate group intervention effects on obesity children's self-conception. **Methods:** 86 obesity children (mean 10.4 ± 2.52 years) were under group intervention for one year. Piers-Harris Children's Self-concept Scale was used to measure both obesity and normal weight children before and after, compared and analyzed. **Results:** The total self-concept scores of obesity children and scores of anxiety ($P < 0.01$), physical appearance, teamwork ($P < 0.05$), etc. were significantly lower than those of normal children, and there were difference between sexes: The total scores of obesity boys, school and intellectual and physical appearance ($P < 0.01$), teamwork ($P < 0.05$), etc. were significantly lower than those of normal boys. And the obesity girls only had a lower anxiety score ($P < 0.05$). One year after the intervention, the total self-concept scores of obesity children ($P < 0.05$), physical appearance, teamwork ($P < 0.01$), etc. were significantly improved, there was no significant difference between obesity children and normal children, boys and girls correspondingly. **Conclusion:** Obesity damage children's self-conception and group intervention can be an effective way to resume impaired self-conception, and manage obesity children.

【Key words】 Piers-Harris Self-conception; Children obesity; Group intervention

国际儿科界将肥胖定为 21 世纪儿童健康的重要课题^[1],近年来我国儿童肥胖的发生率也迅速上升^[2]。肥胖不仅会对儿童的生理功能产生严重的影响^[3],还会严重影响儿童的自我意识、行为与社会交往等心理功能发展^[4-6],影响儿童对自我的评价,并产生包括退缩、行为不良、不合群等社会适应不良等问题,进一步抑制他们参加集体活动的意愿,从而增加肥胖儿童静坐生活方式的可能性,反过来又阻碍儿童肥胖的管理。目前防治儿童肥胖主要是强调减少能量摄入与增加运动量,评价其疗效也主要为体重指数(BMI)下降^[7],而对儿童的心理关注较少。本研究着重考查了团体干预对改善肥胖儿童自我意识的作用,探索为学龄肥胖儿童体重管理提供支持性环境的可行性。

1 对象与方法

1.1 对象

于 2006 年 10 月对上海某九年一贯制学校 1071 名 7~14 岁儿童进行全面体检,选取符合中国肥胖问题工作组肥胖标准^[8](BMI>同性别、年龄别 P95)的学生 86 名作为干预组;取本校同性别、同班年龄相差小于 2 个月者,以 1:2 选取体重正常者(BMI 介于同性别、年龄别 P5~P85 之间者)组成对照组。干预组平均年龄 10.4 ± 2.52 岁,对照组平均年龄 10.6 ± 2.43 岁。

一年中,干预组共流失 5 名儿童,其中 3 男 2 女,4 名转学,1 名同学复查期间生病住院。统计时,以 1:2 比例主动剔除对照组中相应班级、性别儿童。

1.2 方法

对干预组进行为期一年(2006.10~2007.9)的集

【基金项目】 上海市医学重点社区项目(051011)资助

体干预。以年级、体型、人数接近为原则,将干预组学生分成四组,每组由一名专门老师(卫生老师或体育老师)负责带教。干预组学生每日晨提前半小时到校,分别由带教老师带领在本校操场进行半小时的趣味运动,包括跳绳、踢毽子、慢跑、接力跑、爬楼梯、韵律操、羽毛球、篮球等项目,运动强度以达到亚极量运动心率为宜;由我院组织医生整理有关儿童健康、营养、运动知识,编印成册,由带队老师带队活动时实施辅导、讲解;干预初期(2006.10)组织亲子趣味运动比赛 1 次,其后定期(每 2 周一次)向家长发放营养、运动知识宣传单;另组织心理学工作者来校对干预组学生进行压力-情绪管理团体辅导 2 次,并每 2 周提供 1 次面谈咨询服务。对照组学生则仅接受展版等形式的一般性营养、运动知识宣传。

干预前后,所有学生分别填写苏林雁等翻译修订的 Piers-Harris 儿童自我意识量表^[9],该量表为由

儿童填写的自评量表,由 80 个条目组成,分为行为智力与学校情况、躯体与外貌、焦虑、合群、幸福与满足六个分量表,得分越高,自我评价越高。以年级为单位,将学生集中于教室,由主试读完指导语,学生当场填写。1-2 年级学生由主试将每项读出,学生自己判断,问卷当场回收。

所有数据以 SPSS13.0 进行统计分析。

2 结 果

2.1 干预前肥胖儿童与正常儿童自我意识的比较

干预前,肥胖儿童的自我意识明显受损,表现为行为、智力与学校属性、躯体外貌、焦虑、合群及总分上,显著低于正常体重儿童。同性别肥胖儿童与正常儿童比较,肥胖男童行为、智力与学校属性、躯体外貌、焦虑、合群及总分等分量表得分显著低于正常男童,而肥胖女童仅焦虑一项显著低于正常组。见表 1。

表 1 干预前肥胖儿童与正常儿童自我意识的对比

	全体				男生				女生			
	肥胖组(n=86)	正常组(n=172)	t	P	肥胖组(n=55)	正常组(n=110)	t	P	肥胖组(n=31)	正常组(n=62)	t	P
B	11.93 ± 3.06	12.67 ± 2.94	1.879	<0.05	11.43 ± 3.27	12.42 ± 3.01	1.920	<0.05	12.76 ± 2.52	12.97 ± 2.85	0.344	>0.05
I	9.00 ± 3.64	9.95 ± 3.25	2.119	<0.05	8.35 ± 3.46	9.88 ± 3.30	2.740	<0.01	10.04 ± 3.76	10.04 ± 3.20	0.000	>0.05
AP	5.93 ± 2.77	6.92 ± 2.95	2.586	<0.01	5.80 ± 3.14	7.24 ± 3.04	2.818	<0.01	6.16 ± 2.10	6.52 ± 2.80	0.626	>0.05
AN	9.29 ± 3.13	10.24 ± 2.60	2.573	<0.01	9.28 ± 3.35	10.30 ± 2.49	2.187	<0.05	9.32 ± 2.16	10.16 ± 1.98	1.849	<0.05
GR	8.23 ± 2.26	9.10 ± 1.77	3.374	<0.05	7.90 ± 2.46	8.89 ± 1.79	2.922	<0.01	8.76 ± 1.79	9.35 ± 1.73	1.510	>0.05
H	7.49 ± 1.76	7.77 ± 1.70	1.225	>0.05	7.30 ± 1.90	7.61 ± 1.70	1.054	>0.05	7.80 ± 1.50	7.78 ± 1.70	0.055	>0.05
T	51.03 ± 11.51	55.82 ± 10.49	3.337	<0.01	48.98 ± 12.25	55.66 ± 10.94	3.527	<0.01	54.32 ± 9.55	56.00 ± 10.03	0.765	>0.05

注:表格中 B=行为, I=智力与学校属性, AP=躯体外貌属性, AN=焦虑, GR=合群, H=幸福与满足, T=总分, 后两表格与此同。

表 2 肥胖组儿童干预前、后自我意识的对比

	全体				男生				女生			
	干预前(n=86)	干预后(n=81)	t	P	干预前(n=55)	干预后(n=52)	t	P	干预前(n=31)	干预后(n=29)	t	P
B	11.93 ± 3.06	12.00 ± 3.17	0.1453	>0.05	11.43 ± 3.27	11.58 ± 3.19	0.2319	>0.05	12.76 ± 2.52	12.50 ± 3.11	0.1000	>0.05
I	9.00 ± 3.64	10.48 ± 3.65	2.6265	<0.01	8.35 ± 3.46	10.45 ± 3.43	3.1499	<0.01	10.04 ± 3.76	10.58 ± 3.93	0.5179	>0.05
AP	5.93 ± 2.77	7.42 ± 2.82	3.4491	<0.01	5.80 ± 3.14	7.31 ± 2.95	2.5581	<0.01	6.16 ± 2.10	7.55 ± 2.71	2.3493	<0.05
AN	9.29 ± 3.13	9.27 ± 3.02	0.0420	>0.05	9.28 ± 3.35	9.23 ± 3.27	0.0765	>0.05	9.32 ± 2.16	9.32 ± 2.76	0.1260	>0.05
GR	8.23 ± 2.26	8.53 ± 2.30	0.8513	>0.05	7.90 ± 2.46	8.78 ± 1.75	2.2163	<0.05	8.76 ± 1.79	8.94 ± 1.97	0.8506	>0.05
H	7.49 ± 1.76	7.82 ± 1.61	1.3847	>0.05	7.30 ± 1.90	7.58 ± 1.63	0.8014	>0.05	7.80 ± 1.50	8.12 ± 1.55	1.7490	<0.05
T	51.03 ± 11.51	55.03 ± 11.19	2.2784	<0.05	48.98 ± 12.25	54.18 ± 11.39	2.2730	<0.05	54.32 ± 9.55	56.03 ± 11.06	0.9938	>0.05

表 3 干预后肥胖儿童与正常体重儿童自我意识对比

	全体				男生				女生			
	肥胖组(n=81)	正常组(n=162)	t	P	肥胖组(n=52)	正常组(n=104)	t	P	肥胖组(n=29)	正常组(n=58)	t	P
B	12.00 ± 3.17	12.32 ± 2.74	0.810	>0.05	11.58 ± 3.19	12.14 ± 2.88	1.103	>0.05	12.50 ± 3.11	12.70 ± 2.43	0.3185	>0.05
I	10.48 ± 3.65	10.65 ± 3.47	0.353	>0.05	10.45 ± 3.43	10.44 ± 3.51	0.025	>0.05	10.58 ± 3.93	10.88 ± 3.43	0.3668	>0.05
AP	7.42 ± 2.82	7.67 ± 3.03	0.610	>0.05	7.31 ± 2.95	7.64 ± 3.06	0.647	>0.05	7.55 ± 2.71	7.72 ± 2.99	0.2582	>0.05
AN	9.27 ± 3.02	9.27 ± 3.02	0.422	>0.05	9.23 ± 3.27	9.54 ± 2.97	0.594	>0.05	9.32 ± 2.76	9.24 ± 2.80	0.1327	>0.05
GR	8.53 ± 2.30	8.53 ± 2.30	1.169	>0.05	8.78 ± 1.75	8.20 ± 2.39	1.316	>0.05	8.94 ± 1.97	9.17 ± 1.98	0.5123	>0.05
H	7.82 ± 1.61	8.03 ± 1.57	0.971	>0.05	7.58 ± 1.63	7.84 ± 1.70	0.925	>0.05	8.12 ± 1.55	8.41 ± 1.19	0.9725	>0.05
T	55.03 ± 11.19	55.65 ± 11.37	0.401	>0.05	54.18 ± 11.39	55.01 ± 11.84	0.415	>0.05	56.03 ± 11.06	56.84 ± 10.44	0.332	>0.05

2.2 肥胖组儿童干预前、后自我意识的比较

经过一年干预,肥胖学生自我意识水平有明显的提高。其中男生学校与智力属性、躯体与外貌属性、合群及总分明显提高,而女生则主要表现为躯体与外貌属性、幸福与满足感水平显著性提高。见表 2。

2.3 干预后肥胖儿童与正常组自我意识比较

经一年干预后,肥胖学生自我意识总分及各分量表得分与正常组无统计学差异。见表 3。

3 讨 论

儿童自我意识是儿童对自身心理、生理和社会功能状态的知觉和主观评价,是儿童社会化与人格

完善的重要保证。在儿童发展过程中,自我意识受损,将会对儿童的行为、学习与社会能力造成非常消极的影响,甚至导致人格障碍。本研究提示,肥胖儿童的自我意识的确受到严重的影响,与焦敏、张秀莲等研究结果类似^[10,11]。具体到不同性别亚组中,肥胖男童在总分及行为、智力与学校属性、躯体外貌与属性、合群等方面显著低于正常体重儿童;而肥胖女童除焦虑一项有降低外,其余各项均未出现统计学差异。这与上述各位作者报道略有不同。出现这种现象可能有两方面的因素,一方面与样本来源及肥胖的评判标准有关,上述两位作者样本源于临床,而本研究样本则来源于常规的体检,同时本研究采用BMI标准,与二位作者采用的身高标准体重法对肥胖诊断的敏感性存在一定的差异;另一方面,男生好动,常常倾向于以运动相关的游戏来组织关系,肥胖男生会因为笨拙、运动能力受限而被拒的可能性大大增加,因而自我意识受到明显损害;而女生相对文静、守纪,更多的以语言、学习、手工等受肥胖影响较少的活动组织关系,因而肥胖女生的自我意识无明显受损。

在干预方面,积极推动肥胖儿童的运动,并引入学校这一集体元素。一方面利用老师在学生心目中的权威地位,有效地保障肥胖儿童每日适当的运动量;一方面,促使老师、辅导员更多了解有关健康、营养乃至肥胖相关的知识,并将其整合到卫生与生命教育课程中,有利于改善肥胖儿童遭遇偏见的环境;并且将肥胖儿童集中起来锻炼,有利于形成友好的支持性环境,改善了同伴的关系,有利于其身心发展,也更有利于体重管理的可持续发展;第三,主动向家长提供相关知识,并动员家长参与儿童的运动,为肥胖儿童干预提供良好的支持性环境,也是干预取得成功的重要因素。通过一年的干预活动,肥胖儿童的自我意识水平得到明显的改善,其中肥胖男生

收益较肥胖女生更明显。与正常体重儿童比较,肥胖儿童受损的自我意识基本恢复到正常水平,与国外学者的研究结果类似^[6],证实基于学校的综合的、团体干预是管理儿童肥胖的有效途径。(致谢:感谢上海苏民学校邵剑萍、王振华、陈桂华、张丽琴、印忠其老师大力支持与带队活动。)

参 考 文 献

- 1 WHO Expert Consultation. Appropriate body-mass index for Asian populations and its implications for policy and intervention strategies. *Lancet*, 2004, 263:157-163
- 2 季成叶,孙军玲,陈天娇. 中国学龄儿童青少年 1985~2000 年超重、肥胖流行趋势动态分析. *中华流行病学杂志*, 2004, 25(2): 103-108
- 3 季成叶. 应高度重视青少年肥胖的长期和深远危害. *中华全科医师杂志*, 2004, 3(2): 85-86
- 4 许玲,陈晓红,陶芳标. 肥胖对儿童社会心理行为的影响. *现代预防医学*, 2005, 32(10): 1131-1132
- 5 Lau PWC, Lee A, Ransdell L, et al. The association between global self-esteem, physical self-concept and actual vs ideal body size rating in Chinese primary school children. *International Journal of Obesity*, 2004, 28(2): 314-319
- 6 Joseph L, Lord H, Carryl E. Afterschool program participation and the development of child obesity and peer acceptance. *Applied Developmental Science*, 2005, 9(4): 202-215
- 7 蒋竞雄. 小儿单纯肥胖症的防治. *中国实用儿科杂志*, 2004, 19(3): 147-149
- 8 中国肥胖问题工作组. 中国学龄儿童青少年超重、肥胖筛查体重指数值分类标准. *中国流行病学杂志*, 2004, 25(2): 97-102
- 9 汪向东,王希林,马弘. 心理卫生评定量表手册. 北京: 中国心理卫生杂志, 1999. 306-307
- 10 焦敏,杨美琳,罗淑莹. 减肥夏令营中单纯性肥胖儿童自我意识水平调查. *中原医刊*, 2006, 33(19): 2
- 11 张秀莲. 中重度肥胖儿童与正常儿童血脂水平及自我意识水平的差异. *中国医师进修杂志*, 2006, 29(4): 17-19

(收稿日期:2008-03-12)

(上接第 550 页)

参 考 文 献

- 1 Balogun JA, Helgemoe S, Pellegrini E, et al. Academic performance is not a viable determinant of physical therapy students burnout. *Perceptual and Motor Skills*, 1996, 3: 21-22
- 2 Poythress NG, Skeem JL, Lilienfeld SO. Associations among early abuse, dissociation, and psychopathy in an offender sample. *Journal of Abnormal Psychology*, 2006, 115(2): 288-287
- 3 Best R G, Stapleton LM, Downey RG. Core self-evaluation and job burnout. *Journal of Occupational Health Psychology*, 2005, 10(4): 441-451

- 4 连榕,杨丽娴,吴兰花. 大学生专业承诺、学习倦怠的状况及其关系. *心理科学*, 2006, 29(1): 41-57
- 5 罗伟,孙雅娜,王滨. 大学生生活事件、应对方式和主观幸福感之间的关系. *中国临床心理学杂志*, 2007, 15(4): 405-407
- 6 Butler SK, Constantine MG. Collective self-esteem and burnout in professional school counselors. *Professional School Counseling*, 2005, 9(1): 55-62
- 7 Diener E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 1984, 3:
- 8 汪向东. 心理卫生评定量表. 中国心理卫生杂志社, 1999
- 9 李超平,时勘. 分配公平与程序公平对工作倦怠的影响. *心理学报*, 2003, 35(5): 677-684

(收稿日期:2008-04-18)