|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| **长白朝鲜族自治县卫生健康局** | 文件 |
| **长白朝鲜族自治县教育局** |  |

长卫联发〔2023〕23号

**关于印发长白朝鲜族自治县**

**儿童青少年心理健康测评工作方案的通知**

县疾控中心，朝鲜族实验小学、马鹿沟镇中学：

根据市卫生健康委和市教育局《关于印发白山市儿童青少年及老年人心理健康测评工作方案的通知》（白山卫联发〔2023〕18 号），为全面做好我县儿童青少年心理健康工作，县卫生健康局联合县教育局制定《长白朝鲜族自治县儿童青少年心理健康测评工作方案》，现印发给你们，请遵照执行。

附件：长白朝鲜族自治县儿童青少年心理健康测评工作方案

长白朝鲜族自治县 长白朝鲜族自治县

卫生健康局 教育局

2023年11月20日

（此件依申请公开）

|  |
| --- |
| 长白朝鲜族自治县卫生健康局办公室　 2023年11月20日印发 |

附件

长白朝鲜族自治县

儿童青少年心理健康测评工作方案

为进一步了解全县儿童青少年的心理健康素养水平、抑郁症患病情况，根据《白山市儿童青少年及老年人心理健康测评工作方案》要求，结合我县实际，制定本方案。

一、工作背景

当前，我国正处于经济社会快速转型期，人们的生活节奏明显加快，竞争压力不断加剧，儿童青少年中的心理行为异常人数逐年增多，成为影响社会稳定和公共安全的危险因素。因此要加大心理健康问题基础性研究，做好心理健康知识和心理疾病科普工作，规范发展心理咨询、心理治疗等心理健康服务。近年来，我国以抑郁障碍为主的心境障碍和焦虑障碍患病率呈上升趋势，抑郁症患病率达到2.1%，焦虑障碍患病率达到4.98%。健康中国行动目标要求，到2030年，居民心理健康素养水平提升到30%；抑郁症患病率上升趋势减缓。心理健康促进行动提倡正确认识抑郁症状，掌握基本情绪管理、压力管理等自我心理调适方法，提高心理健康意识，追求心身共同健康。

二、工作目的

（一）了解儿童青少年心理健康素养水平情况；

（二）了解儿童青少年抑郁症患病情况；

（三）进一步分析儿童青少年的抑郁症心理疾病影响因素，确定高危人群，提供干预措施；

（四）普及心理健康素养基本知识与技能，倡导健康生活方式，逐步提高我县儿童青少年健康素养水平；

（五）普及抑郁症健康知识，提高儿童青少年自我防病意识和应对能力；

三、目标人群

根据要求，通过抽样，我县朝鲜族实验小学（在校学生160人）和马鹿沟镇中学（在校学生58人）为我县抽样样本小学和中学，测评对象为在校学生。

纳入标准：居住6个月以上的常住人口。

排除标准：（1）经过工作人员反复解释，被调查者（或家属）仍拒绝的对象。（2）在不同时间，经过至少三次回访，均未找到调查对象。

四、工作职责

县卫生健康局与县教育局通过协调沟通，确定抽样学校（1所小学、1所中学），由学校组织学生填写、回收儿童青少年相关测评表（表1-表3）；县疾控中心负责指导协助学校完成测评，并回收学校测评表，报市精防办；市康宁医院负责用表4完成筛查出的阳性指标人员专业评估和复核诊断意见，县人民医院转岗医师负责协助评估工作。

五、测评方式

采取入校测评的方式进行面对面问卷测评。被抽样学校学生测评率100%且各随机选择1个班级开展心理健康核心知识知晓率调查100%。

（一）测评阶段：使用居民心理健康素养问卷、居民心理健康问卷、PHQ-2、PHQ-9问卷进行测评。

（二）确诊阶段：对于抑郁症筛查量表（PHQ-9）得分≥10分，由县人民医院转岗医生和市康宁医院精神（心理）科医师根据ICD-10进行相应疾病诊断，对明确诊断的患者，采用诊治情况问卷询问既往诊治情况。抽取5%的筛查阴性者进行复核, 明确是否符合ICD-10抑郁症诊断标准。由市康宁医院精神（心理）科医生提出诊断意见。

六、质量控制

（一）积极参加市精防办组织的对参与测评工作人员的业务培训，内容至少包括调查方法解读、调查表及量表使用方法等。

（二）县卫生健康局积极组织县疾控中心和县人民医院转岗医生及时质控，核查调查表及量表填写质量，避免缺项漏项、逻辑错误等问题。

（三）接受市精防办对我县儿童青少年心理健康测评工作的质控。

七、时间安排

（一）准备、问卷测评阶段（2023年11月中旬）：制定调查方案，成立工作领导小组，参加市级培训。在市精防办领导下，开展入校测评工作。

（二）现场质控阶段（2023年11月下旬）：县疾控中心负责指导协助学校完成测评，并回收2所学校测评表，报市精防办；期间，接受市精防办指导、审核及质量控制。

（三）数据处理撰写调查报告（2023年11月底前）：市精防办负责完成。

附录：1.知情同意书

2.心理健康素养及测评问卷

3.抑郁筛查量表（PHQ-2）和（PHQ-9）

4.抑郁焦虑失眠诊治调查问卷（ICD-10）

5.县儿童青少年心理健康测评工作领导小组

附录1：

长白朝鲜族自治县

儿童青少年心理健康测评知情同意书

我们真诚地邀请您参加“白山市儿童青少年心理健康测评”。这是由国家卫健委组织实施的一项全国性调查研究工作，目的是了解现阶段我国儿童青少年抑郁症患病率，以便为后续工作提供具有科学性的参考数据，更好维护和促进国民心理健康。

这份问卷是经过科学论证的专业测评工具，仅针对心理健康知识、行为和态度进行评估。

我们会为收集到的所有信息保密，包括您的各项背景信息。我们不针对个案进行研究，只分析群体数据，公开发表的报告中不会包含任何人的个人信息。

本调查的参加者完全是自愿的。

如果您对以上内容有任何疑问或建议可以随时联系我们。

如果您愿意参加本调查，请在下面签写姓名。非常感谢您的参与和支持！

**我已阅读并理解上述有关本调查的情况，我同意参加本调查。**

签名：

日期：　年　月　日

附录2：

心理健康素养及测评问卷

1. **判断题**

请判断下目是否正确，在相应选项画√。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 题目 | 选项 | | |
| 对 | 错 | 不知道 |
| 1 | 适当运动可以减轻焦虑、抑郁等精神心理问题。 |  |  |  |
| 2 | 大部分精神心理异常问题的主要原因在于遗传。 |  |  |  |
| 3 | 儿童压力过大、缺乏运动，不利于大脑发育。 |  |  |  |
| 4 | 要培养孩子的自信心，应当经常表扬孩子聪明。 |  |  |  |
| 5 | 老年人加强社交活动有助于减缓大脑功能衰退。 |  |  |  |
| 6 | 焦虑不安等情绪有者无利。 |  |  |  |
| 7 | 主动面对引发焦虑的事物成环境，有助于逐浙减轻焦虑问题。 |  |  |  |
| 8 | 精神心理疾病越早治疗越好。 |  |  |  |
| 9 | 精神心理疾病在得到有效治疗后，可以缓解乃至康复。 |  |  |  |
| 10 | 看车祸、灾难现场的照片或视频，可能造成精神心理创伤。 |  |  |  |
| 11 | 比起突然的创伤打击，持续的压力对精神心理健康影响很小。 |  |  |  |
| 12 | 晚上失眠的人。白天应该多补觉。 |  |  |  |
| 13 | 睡前少量饮酒，有助于提高睡眠质量。 |  |  |  |
| 14 | 有洁癖就是强追症。 |  |  |  |
| 15 | 不良情绪可能引发身体疾病。 |  |  |  |
| 16 | 高血压、冠心病、胃溃疡都属于心身疾病。 |  |  |  |
| 17 | 使用网上的心理问卷，可以诊断自己有无精神心理疾病。 |  |  |  |
| 18 | 一个人有没有精神心理疾病，是很容易看出来的。 |  |  |  |
| 19 | 医学检查正常却总怀疑自己有病，可能是一种精神心理疾病。 |  |  |  |
| 20 | 精神心理疾病服药好转后，可以自己一边减少药量一边观察。 |  |  |  |

**第二部分 自我评估题**

下面是人们在生活中的一些行为习惯和对心理健康的观点，请根据您通常的做法或观点进行回答，在相应选项画√。

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 题 目 | 选 项 | | | |
| A 总是 | B 经常 | C 有时 | D 从不 |
| 1 | 我有信心能克服生活中的大部分困难。 |  |  |  |  |
| 2 | 遇事我能理性应对，保持心态平和。 |  |  |  |  |
| 3 | 面对生活，我常常保持积极的态度。 |  |  |  |  |
| 序号 | 题 目 | 选 项 | | | |
| A  非常赞同 | B  比较赞同 | C  比较反对 | D  非常反对 |
| 4 | 我知道如何获得心理健康知识。 |  |  |  |  |
| 5 | 我知道如何寻求专业的心理帮助。 |  |  |  |  |
| 6 | 心理健康对一个人的身体健康影响很大。 |  |  |  |  |
| 7 | 对于一个人来说，心理健康非常重要。 |  |  |  |  |
| 8 | 每个人都应该学习一些心理健康方面的知识。 |  |  |  |  |

**第三部分 案例题**  
下面有两个例子，这些例子经常会在我们身边发生。请仔细阅读和体会例子中主人公所处的情境，并根据你的想法回答相关的问题。

(一)小明，男，22岁，大学生。最近几周一直感到悲伤难过，高兴不起来；他认为自已什么都做不好，活得很失败，看不到生活的希望：晚上常常失眠，吃饭没有胃口，总是感觉疲劳乏力；学习时无法集中注意力，对自己喜欢的足球也毫无兴趣了。

1. 你认为小明的问题会是心理疾病吗?  
A是 B可能是 C不是 D不知道

2. 你认为小明的问题最可能是什么?(选可能性最大的一项)

A压力过大 B抑郁症 C精神分裂症 D社交焦虑 E应激障碍 F强迫症

1. 如果你是小明，你会怎样做?

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 问 题 | 选 项 | | |
| 同意 | 不确定 | 不同意 |
| 不会告诉别人 |  |  |  |
| 愿意找心理咨询师谈一谈 |  |  |  |
| 愿意找精神科医生看一看 |  |  |  |

1. 如果小明被诊断为心理疾病，你是否同意下列看法?

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 问 题 | 选项 | | |
| 同意 | 不确定 | 不同意 |
| 最好与他少接触 |  |  |  |
| 与他在一起可能会有危险 |  |  |  |
| 他更需要得到关心 |  |  |  |

1. 小丽，女，27岁，公司职员。近一年来，她在参加会议、朋友聚餐等活动时，越来越害怕与人讲话，一讲话就会很紧张，脸通红，手发抖，心跳得飞快，甚至说不出话来。而在家里，她却能表达自如。因此，她不敢见陌生人，尽力回避各种集体活动。
2. 你认为小丽的问题会是心理疾病吗?

A是 B可能是 C 不是 D不知道

1. 你认为小丽的问题最可能是什么?(选可能性最大的一项)

A压力过大 B抑郁症 C精神分裂症 D社交焦虑 E应激障碍 F强迫症

1. 如果你是小丽，你会怎样做?

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 问 题 | 选项 | | |
| 同意 | 不确定 | 不同意 |
| 不会告诉别人 |  |  |  |
| 愿意找心理咨询师谈一谈 |  |  |  |
| 愿意找精神科医生看一看 |  |  |  |

1. 如果小丽被诊断为心理疾病，你是否同意下列看法?

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 问 题 | 选项 | | | | |
| 同意 | 不确定 | | 不同意 | |
| 最好与她少接触 |  | |  | |  |
| 与她在一起可能会有危险 |  | |  | |  |
| 她更需要得到关心 |  | |  | |  |

附录3：

抑郁筛查量表(PHQ-2) 和(PHQ-9)

请您根据近一年的情况进行回答，近1年内您是否曾经有过持续2周的时间存在以下情况，如果发作多次，请选择症状最重的那次作答。  
 在症状最严重的那两周内您是否存在以下情况，请选择合适的选项。  
D01.做事时提不起劲或没有兴趣。 □   
 0=完全没有；1=几天；2=一半以上的天数；3=几乎每天  
D02.感到心情低落，沮丧或绝望。 □  
 0=完全没有；1=几天；2=一半以上的天数；3=几乎每天   
D01-02D01加D02得分 □  
 **如果D01-02得分<2分，转至三、焦虑状态调查。  
 如果D01-02得分≥2分，继续D03。**  
D03.入睡因难、睡不安或睡得过多。 □  
 0=完全没有；1=几天；2=一半以上的天数；3=几乎每天  
D04.感觉疲倦或没有活力。 □  
 0=完全没有；1=几天；2=一半以上的天数；3=几乎每天  
D05.食欲不振或吃太多。 □  
 0=完全没有；1=几天；2=一半以上的天数；3=几乎每天  
D06.觉得自己很糟或觉得自己很失败，或让自己、家人失望。 □

0=完全没有；1=几天；2=一半以上的天数；3=几乎每天  
D07.对事物专注有困难，例如看报纸或看电视时。 □  
 0=完全没有；1=几天；2=一半以上的天数；3=几乎每天 □  
D08.动作或说话速度缓慢到别人已经察觉，或正好相反——烦躁或坐立不安、动来动去的情况更胜于平常。 □  
 0=完全没有；1=几天；2=一半以上的天数；3=几乎每天  
D09.有不如死掉或用某种方式伤害自己的念头。 □  
 0=完全没有；1=几天；2=一半以上的天数；3=几乎每天

附录4：

抑郁焦虑失眠诊治情况问卷（ICD-10）

□□ □□ □ □ □□□□ □□

被调查者姓名   
联系方式：住宅电话 ；手机

精神科医师(签名)： ；  
请填写您从事精神科工作的职称是： □

1. 住院医师； 2=主治医师； 3=副主任医师； 4=主任医师  
   请填写您从事精神科工作的年限是： □  
   1=不足1年；2=1-3年：3-4-5年：4-6-10年：5=10年以上

填表日期： 年 月 日

T1.病例来源 □  
 1=D10≧10分(抑郁查量表PHQ9阳性) ；  
 2=A08≧10分(焦虑筛查量表GAD7阳性) ；  
 3=003得分≧1分(强迫障碍筛查问卷阳性)；  
 4=I08≧7分(失眠筛查量表ISI阳性) ；  
 5=非以上筛查阳性，按比例抽取的筛查阴性病例。  
T2.筛查阳性的患者，患者是否符合以下ICD-10诊新标准? □

0=不符合任何精神疾病诊断：  
1=抑郁症：2=广泛性焦虑障碍：3=惊恐障碍：4=强追障碍：5=失眠障碍：6=其他精神科诊断( )

T3.近一年您是否因为(抑都成焦点或强道或失眠问题)去医疗机构就诊? □

1=是：2=否

(如选1，跳至T5）

T4.您没有去就诊，最主要的原因(如有多种原因，选择最重要的)是： □

1=不知道是一种病；  
2=可能是精神方面的问题，不好意思去看；  
3=觉得问题不大，看看能不能拖过去：  
4=因为经济因难，看看能不能拖过去；

附录5：

长白朝鲜族自治县

儿童青少年健康测评工作领导小组

组 长：赵学艳 县卫生健康局副局长

于锡军 县教育局副局长

副组长：郝际彬 县疾控中心主任

元永虎 县卫生健康局疾控科负责人

韩文福 县教育局中小学校德育工作办公室主任

胡志霞 县疾控中心副主任

韩峰石 朝鲜族实验小学校长

张金波 马鹿沟镇中学校长

成 员：王 雷 县卫生健局疾控科科员

王 霞 县教育局中小学校德育工作办公室科员

王 彤 县疾控中心精防负责人

金哲雄 县人民医院精神科转岗医师

朴馨梅 朝鲜族实验小学教师

刘 欣 马鹿沟镇中学教师

领导小组办公室设在县疾控中心，办公室主任由郝际彬兼任，负责组织、协调落实具体工作。