

锡林郭勒盟牧民心理健康水平调查研究

杨晓玲, 其格其

内蒙古师范大学心理学院, 内蒙古 呼和浩特

收稿日期: 2024年10月24日; 录用日期: 2024年11月28日; 发布日期: 2024年12月10日

摘要

为了了解内蒙古自治区锡林郭勒盟牧民的心理健康水平, 采用症状自评量表(SCL-90), 随机抽取内蒙古锡林郭勒盟牧民276人为被试, 进行问卷调查。结果: 内蒙古自治区锡林郭勒盟牧民的心理健康水平显著低于常模水平, 内蒙古自治区锡林郭勒盟牧民心理健康的性别差异不显著, 内蒙古自治区锡林郭勒盟牧民的心理健康的年龄差异不显著, 内蒙古自治区锡林郭勒盟牧民的婚姻差异不显著, 内蒙古自治区锡林郭勒盟牧民的受教育程度差异不显著, 内蒙古自治区锡林郭勒盟牧民的收入水平差异不显著, 内蒙古自治区锡林郭勒盟牧民的畜牧劳动时间差异不显著。结论: 内蒙古自治区锡林郭勒盟牧民的心理健康水平不容乐观。

关键词

锡林郭勒盟牧民, 心理健康, SCL-90

Investigation on Mental Health Level of Herdsmen in Xilingol League

Xiaoling Huang, Geqi Qi

School of Psychology, Inner Mongolia Normal University, Hohhot Inner Mongolia

Received: Oct. 24th, 2024; accepted: Nov. 28th, 2024; published: Dec. 10th, 2024

Abstract

In order to understand the mental health level of herdsmen in Xilingol League, Inner Mongolia Autonomous Region, 276 herdsmen in Xilingol League, Inner Mongolia were randomly selected by the Symptom Checklist (SCL-90) to conduct a questionnaire survey. Results: the Inner Mongolia Autonomous Region Xilingol League herdsmen's mental health level is significantly lower than the normal level, Inner Mongolia Autonomous Region Xilingol League herdsmen mental health gender difference is not significant, Inner Mongolia Autonomous Region Xilingol League herdsmen's mental health

age difference is not significant, Inner Mongolia Xilingol League herdsmen marriage difference is not significant, Inner Mongolia Autonomous Region of Inner Mongolia Xilingol League herdsmen education difference is not significant, Inner Mongolia Autonomous Region Xilingol League herdsmen income level difference is not significant, Inner Mongolia Xilingol league herdsmen animal husbandry labor time difference is not significant. Conclusion: The mental health level of herdsmen in Xilingol League of Inner Mongolia Autonomous Region is not optimistic.

Keywords

Xilingol League, Mental Health, SCL-90

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

近日, 内蒙古自治区党委自治区人民政府印发的《关于学习运用“千村示范、万村整治”工程经验有力有效推进乡村全面振兴的实施意见》提到要做好 2024 年及今后一个时期“三农三牧”工作, 要坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导, 全面贯彻党的二十大和二十届二中全会精神, 深入贯彻总书记关于“三农”工作的重要论述和对内蒙古的重要指示精神, 牢牢把握铸牢中华民族共同体意识工作主线, 紧紧围绕高质量建设国家重要农畜产品生产基地目标, 以学习运用“千万工程”经验力引领, 以确保国家粮食安全、确保不发生规模性返贫为底线, 以提升乡村产业发展水平、提升乡村建设水平、提升乡村治理水平为重点, 强化科技和改革双轮驱动, 强化农牧民增收举措, 加快推动内蒙古由农畜产品产量大区向农牧业产业强区转变, 确保农牧业生产连丰连稳、农村牧区和谐稳定, 持续提升农牧民群众的幸福感、获得感、安全感, 久久为功推进乡村全面振兴。

本研究旨在通过症状自评量表 SCL-90 进行系统地调查和分析, 全面了解锡林郭勒盟牧民的心理健康状况。对农牧民心理健康水平的现状进行研究, 为新农村、新牧区的建设提供理论参考。期望通过科学的评估, 了解他们的心理健康水平, 识别主要的心理问题和风险因素, 并探讨可能的干预和改善策略。

2. 锡林郭勒盟牧民

2.1. 锡林郭勒盟牧民的定义

牧民, 是指那些以放牧牲畜为主要生活来源的人。他们通常居住在草原、山区等广阔的自然环境中, 以放牧牛、羊、马等牲畜为生。牧民们的生活方式和经济模式与自然环境密切相关, 他们需要根据气候、地形、季节等因素灵活调整放牧策略, 以确保牲畜的健康和生长。

牧民们通常具备丰富的畜牧经验和技能, 能够很好地照顾牲畜, 同时也具备较高的野外生存能力和环保意识。作为特定地区的特殊职业群体, 牧民对于保护当地的生态平衡和传承民族文化也发挥着重要的作用。同时, 牧民们也是当地文化的重要传承者, 他们的生活方式、传统习俗和信仰体系等都对当地的文化特色有着深刻的影响。总之, 牧民是一个与自然环境和文化传承紧密相连的职业群体, 他们为当地的畜牧业发展、生态保护和文化遗产等方面都做出了重要的贡献。

2.2. 锡林郭勒盟牧民心理健康的研究现状

随着社会的发展和人民生活水平的提高, 心理健康问题越来越受到广泛的关注。但是在边远地区的

牧民, 由于地域、文化和生活方式的特殊性, 其心理健康问题并未得到充分的重视和研究, 关于牧民的心理健康水平的调查研究比较少, 在知网搜索出总体数量偏少。但是对牧民的生活方式和经济状况及草原政策的研究逐渐增多, 可以通过社会环境和生活条件等影响因素来研究牧民的心理健康状况、牧民的心理适应能力和幸福感与牧民的心理健康状况是息息相关的。比如, 通过研究牧民的传统生计方式正在或即将变迁的游牧民心理适应能力, (刘生琰, 2013)认为牧民由牧区搬迁到定居点以后, 一方面他们受到城镇文化的辐射, 另一方面又本身成长于牧区, 拥有牧区的文化。这两种文化在定居点的牧民身上交汇、融合, 他们的文化往往表现出了双重性的特征, 有些文化的冲突便导致了牧民的心理失衡, 使文化变迁中心理适应问题更加复杂。

从牧民的生活条件来说, 主要参考(吴群, 张艾力, 2014)的牧区贫困牧民的心理因素分析。吴群和张艾力认为牧区发展呈现出了缓慢发展的态势, 有些地区甚至出现了整体贫困化趋势。究其原因, 面对社会转型, 受传统文化、价值观念影响的牧民产生心理失衡及其带来的负面作用不容忽视。

(袁力, 2009)发现农民和牧民的幸福感水平有差异。在幸福感总分及各维度上, 农民得分均高于牧民得分。袁力认为, 一是我国现行的农业政策上不适宜畜牧业, 因此客观地制约了畜牧业的发展, 影响了牧民的增收和生活水平的提高。二是不同的生产方式促使农民、牧民形成了不同的心理特征和价值取向, 农民认为草地就是荒地, 可以开垦种田, 而牧民认为草地是他们赖以生存的根本, 是上天赐予他们的幸福, 由于农耕文化与草原文化的对冲, 使得牧民们感觉无所适从, 产生了较多的消极情感, 正性情感逐渐减少, 从而降低了他们的幸福感水平。三是由于过度地开垦和放牧, 致使草原生态环境日益恶化, 一向乐观、豁达、包容的牧民们感觉到了生存的压力, 他们在身体状况、生活水平、子女教育等方面感觉不如从前。幸福感会受到消极情感和真实的健康状况的影响, 通过了解牧民的幸福感, 深入研究对牧民心理健康水平的影响因素, 从而改善牧民的心理健康状况, 提升其生活质量和幸福感, 也能够推动牧区心理健康服务的普及和发展, 为牧区的社会稳定和可持续发展奠定坚实基础。

本次研究采用症状自评量表(SCL-90), 来对锡林郭勒盟牧民心理健康现状进行调查以及对其影响因素进行系统分析, (刘媛媛, 2018)为全面了解居民心理健康状况及影响因素、促进居民身心健康以及为我国居民心理健康相关研究提供科学依据。

3. 研究方法

3.1. 研究对象

随机抽取 276 名锡林郭勒盟地区的牧民作为被试。

3.2. 研究工具

症状自评量表 SCL-90

症状自评量表(Symptom Checklist), 其作者是德若伽提斯(L. R. Derogatis)于 1975 年编制。该量表共有 90 个项目, 共 10 个因子, 即躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性和其他。从感觉、情感、思维、意识、行为直至生活习惯、人际关系、饮食睡眠等反应心理健康情况。中国版 SCL-90 同质信度为 0.97, 各分量表的同质信度在 0.69 以上, 重测信度大于 0.7, 内容效应和结构效应也较好。

3.3. 研究过程

随机选择内蒙古自治区锡林郭勒盟某地区, 入户进行问卷调查, 以家庭为单位, 面对面发问卷。本次调研共采用 3 种发放方式。第一, 将症状自评量表 SCL-90 通过问卷星软件编制生成链接和二维码, 再

通过微信等社交软件进行发放；第二，走访附近村庄，对不识字的群体，主试一对一口述问题，根据对方回答帮助对方在手机上选择答案，填写问卷；发放问卷前向被试说明问卷用处，打消被试顾虑，并向被试解释指导语，引导被试规范作答。最后将收回的问卷进行数据分析。(金华等, 1986)提到按全国常模结果，SCL-90 测试总分超过 160 分，或阳性项目数超过 43 项，或任一因子分超过 2 分，可考虑筛选为阳性。抽取 305 名锡林郭勒盟地区的牧民作为被试，最终收集到的可用问卷有 276 份，问卷回收率为 90.5%。

4. 研究结果

4.1. 锡林郭勒盟牧民心理健康水平与全国常模对比

为了检验锡林郭勒盟牧民心理健康与全国常模的差异，通过均值进行单样本 *t* 检验分析结果如表 1。由表 1 可知，除了人际关系敏感因子，锡林郭勒盟牧民在 SCL-90 各个因子均分都高于全国常模 (*ps* < 0.01)。人际关系敏感因子的得分与全国常模没有显著性差异。

Table 1. Comparison of mental health levels of herders in Xilingol League with the national norm (*M* ± *SD*)
表 1. 锡林郭勒盟牧民心理健康水平与全国常模比较(*M* ± *SD*)

	锡林郭勒盟牧民	常模	<i>t</i>	<i>p</i>
躯体化	2.35 ± 0.99	1.37 ± 0.48	8.31	0.00
强迫	2.36 ± 0.99	1.62 ± 0.58	2.72	0.00
人际	2.35 ± 1.01	1.65 ± 0.61	1.43	0.15
抑郁	2.36 ± 0.99	1.50 ± 0.59	4.56	0.00
焦虑	2.36 ± 1.02	1.39 ± 0.43	8.85	0.00
敌对	2.35 ± 0.99	1.48 ± 0.55	5.34	0.00
恐怖	2.35 ± 1.00	1.23 ± 0.41	11.71	0.00
偏执	2.34 ± 1.04	1.43 ± 0.57	5.51	0.00
精神	2.34 ± 1.03	1.29 ± 0.42	10.11	0.00
总体	2.35 ± 0.97	1.44 ± 0.43	8.24	0.00

4.2. 锡林郭勒盟牧民心理健康的人口学变量差异检验

锡林郭勒盟牧民心理健康水平在性别、年龄、婚姻状态、受教育程度、收入水平、劳动时间上的检验不显著。

4.3. 讨论

4.3.1. 锡林郭勒盟牧民心理健康数据分析

从数据结果可以看出十个因子的均值比较高，均大于 2。十个因子平均值均大于常模，总分阳性数据 116 份，占比 42.0%，说明锡林郭勒盟牧民心理健康水平不甚理想。

躯体化阳性数据比例较高可能是因为牧民的劳动工作比较重，且年龄增加带来的身体机能退化使其躯体化严重。强迫症状数据比例高可能是因为放牧、照顾牲畜等日常劳动往往具有重复性和单调性，这可能导致牧民产生强迫性的思考或行为。此外，由于生活环境的限制，牧民可能缺乏多样化的娱乐活动，这也可能增加强迫症状的倾向。人际关系敏感的数据高可能是牧区通常人口稀少、居住分散，牧民之间可能存在一定的距离感，且相互之间的交流和支持相对有限，这可能导致牧民在人际交往中缺乏经验和

技巧, 容易在人际关系中感到不安和敏感。抑郁, 焦虑和其他因子的数据高可能使牧民常常面临艰苦的工作环境, 如恶劣的气候条件、长时间的户外劳作以及资源短缺等挑战, 这些环境因素不仅对身体造成负担, 还可能对心理健康产生负面影响。同时, 牧区的生活条件相对艰苦, 经济来源不稳定, 生活负担较重, 这些压力可能导致牧民感到焦虑和抑郁。因为敌对因子阳性率高极可能与牧民后从事的工作压力大、人际不敏感有关。恐怖数据高可能因为由于牧区通常人口稀少、居住分散, 牧民可能缺乏及时有效的社会支持和援助。在面对突发事件或紧急情况时, 他们可能感到无助和害怕, 从而导致恐怖分数的上升。而精神因子呈阳性则提醒我们, 锡林郭勒盟牧民的心理健康情况不容乐观。

综上所述, 牧民十个因子的数据较高的原因可能涉及地域文化差异、工作生活环境独特性、社会支持和资源匮乏以及心理压力和情绪状态等多个方面, 为了改善牧民的心理健康水平低的问题, 需要从多个角度入手, 包括加强文化教育、提供社会支持和资源、改善工作和生活环境以及关注牧民的心理健康等方面。

4.3.2. 锡林郭勒盟牧民心理健康相关因素特点分析

数据显示牧民的心理健康水平普遍低于全国正常人的平均水平。牧民心理健康的影响因素总结有性别、受教育水平、收入水平、婚姻状态、年龄、畜牧劳动时间等因素。

从性别因素来说, 无论是男性还是女性牧民, 他们都生活在相似的自然环境中, 面临着相似的挑战和压力, 如气候变化、自然灾害、资源匮乏等。这些共同的生活环境和挑战可能使得他们在心理层面具有相似的适应能力和应对策略, 从而呈现出相似的心理健康水平。其次, 社会文化和性别角色的变化也会对男女牧民的心理健康产生影响。随着社会的发展和文化的多元化, 牧区的性别角色观念可能逐渐发生变化, 男女在牧业生产、家庭决策等方面的角色可能更加平等。这种变化有助于减少性别歧视和刻板印象, 使男女牧民在心理健康方面享有更平等的待遇和机会。

从受教育水平来说, 牧民文化程度越低, 牧民心理健康问题越严重, 这与(黄炳花, 2010)等人的重庆市居民的研究结果一致。且各因子的平均值均大于 2, 说明牧民的心理健康问题不甚理想。(张知光等, 2012)等认为文化层次较低的居民, 缺乏心理健康知识, 对心理健康知识的知晓率偏低, 面对困难、挫折等的心理承受能力较差有关。此外, 文化层次较低的居民, 拥有较低的社会支持, 享受的社会资源及福利较少, 从而影响其心理健康水平, 且容易产生心理失衡等问题。并且目前的教育体系可能未能充分考虑牧民的实际需求和生活环境, 导致教育内容与他们的日常生活和心理需求不相关。在一些地区, 教育资源可能相对匮乏, 牧民难以接受到高质量的教育, 这也会影响他们受教育程度与心理健康之间的关系。

在收入水平上, 与(郑红涛, 张相乐, 2015)提出的结果一致, 收入越高, 心理健康水平就越高。说明牧民的心理健康水平可能受到其经济收入的影响。(Chang, 2022)等提到牧户的生计资本受到牧民的教育、年龄、社会交往、牲畜数量、收入和补贴等因素的影响。且牧民的经济收入往往受到多种因素的影响, 如天气、市场价格、政策等。这些不确定因素可能导致牧民对未来的担忧和焦虑, 增加心理压力。(樊永升等, 2018)认为如果收入水平波动较大或整体偏低, 可能会导致牧民面临经济困难和压力, 这可能对他们的心理健康产生负面影响。经济环境的稳定性也对牧民的心理健康至关重要, 如果经济环境不稳定, 如市场价格的剧烈波动或自然灾害导致的畜牧业损失, 可能会增加牧民的不确定感和焦虑感, 对心理健康产生不利影响。

从劳动时间上看, 首先, 牧民的生活方式与劳动特点具有独特性。他们的劳动往往与自然环境、畜牧业的季节性变化以及家庭生活的需求紧密相关。(吴群, 张艾力, 2014)提到的“逐水草而徙”这种劳动方式使得他们的工作时间较为灵活, 不完全受固定劳动时间的限制。因此, 劳动时间的长短对牧民

心理健康的影响并不显著。其次,牧民通常具有较强的适应性和韧性。他们长期生活在多变且资源有限的自然环境中,培养了应对挑战和压力的能力。这种能力使得他们在面对劳动时间的变化时能够保持相对稳定的心态,减少对心理健康的负面影响。但是牧民的日常工作往往涉及长时间的户外劳动,如放牧、挤奶、照顾牲畜等。这种长时间高强度的劳动不仅可能导致身体上的疲劳,还可能引发心理上的压力和焦虑。长期下来,这种持续的身心负担可能对牧民的心理产生负面影响,由于畜牧业劳动的特殊性,牧民可能需要在不同季节和天气条件下进行工作,这可能导致他们的工作节奏与家庭生活产生冲突。

在年龄上,(孙配贞,黄明喜,2008)提到青年农民的心理问题值得重视。青年牧民的心理水平大于青年农民,说明青年牧民的心理问题不甚理想。可能是年轻一代的牧民,往往面临着更高的期望值和压力。他们可能希望在保留传统畜牧业的同时,引入现代化技术和管理方法,以提高生产效率和竞争力。然而,这种转型过程并非易事,可能遭遇资金、技术、市场等多方面的挑战,从而给他们带来心理压力和焦虑。而(袁力,2009)认为老年牧民在年龄增长的过程中,随着自身心理机能的衰退和社会角色的转变,他们会感受到更多的消极情绪,如孤独感、寂寞感、失落感,随之而来的还有身体状况的下降,心理疾病和生理疾病也开始显现。并且老年牧民的心理水平不如老年农民,刘国权,孙崇勇(2008a,2008b)认为农村生活水平低、营养不良,看病难等因素,使一些老年农民感到头痛、胸闷、腰酸、恶心等身体不适会影响到他们的心理健康。(林萍等,2022)发现经济条件较差的老年人焦虑,抑郁情绪更甚。这些因素都可能导致他们的心理健康水平下降。

锡林郭勒盟牧民的心理受到多种因素的影响,这些因素涵盖了社会环境、经济条件、自然环境、文化习俗以及个人因素等多个方面。

社会环境方面,锡林郭勒盟作为一个以畜牧业为主导的地区,牧民的生活节奏往往受到畜牧业生产周期、市场需求和政策调整的影响。比如(智荣等,2022)等提到的草原生态补偿政策的实施,这个政策意味着禁牧、休牧会直接降低牧民的收入水平,牧民的禁牧、休牧意愿直接影响着政策的执行度与生态的恢复程度,而生态补偿标准的高低直接影响着牧民的收入水平及牧民的禁牧、休牧意愿这些外部因素可能导致牧民面临经济压力、社会竞争和就业不确定性,进而对其心理健康造成影响。

(巩芳,韩青,2019)提到经济条件对牧民心理健康的影响也不容忽视。畜牧业作为牧民的主要收入来源,其波动性和不确定性可能导致牧民产生焦虑、担忧和失落等情绪。目前畜牧业发展面临着一些新情况、新问题,传统的粗放型经营方式已难以为继。特别是今年畜产品价格持续走低,加之旱灾、雪灾影响,草原退化、沙化速度加快,牲畜饲养成本逐年增高,(樊永升等,2018)等认为在成本“底板”抬高与效益“顶板”下压双重作用下,牧民收入增长普遍放缓。在此背景下,收入水平的稳定性和增长性也会影响牧民的心理状态。

自然环境方面,锡林郭勒盟地处草原地区,自然环境的变化如气候变化、草场退化等可能对牧民的生活和心理健康产生直接影响。例如,自然灾害可能导致牲畜死亡、草场减少,从而影响牧民的经济收入和生活水平,进而影响其心理健康。

文化习俗也是影响牧民心理健康的重要因素。(刘生琰,2013)认为传统的游牧文化和习俗可能在一定程度上限制了牧民的生活方式和社交活动,从而影响其心理发展和适应能力。个人因素如年龄、性别、教育背景、性格特点等也会对牧民的心理健康产生影响。例如,年轻牧民可能面临更多的就业压力和适应挑战,而老年牧民则可能面临孤独和失落等问题。

综上所述,锡林郭勒盟牧民的心理受到多种因素的综合影响。为了维护和提高牧民的心理水平,需要综合考虑这些因素,并采取有效的措施和策略。

4.3.3. 结论

锡林郭勒盟牧民 SCL-90 各个因子均分都高于全国常模,其心理健康状况不甚理想。

基金项目

内蒙古自治区自然科学基金(2020LH03013), 内蒙古师范大学基本科研业务费专项资金(2022JBQN117), 内蒙古师范大学高层次人才科研启动基金(2015YJRC012), 国家自然科学基金项目(31960184)。

参考文献

- 樊永升, 张兴伦, 姜其林, 苏晋绥, 杜敏(2018). 草原类型和牲畜价格变动对牧民收入的影响分析——基于内蒙古锡林郭勒盟 180 户牧民的调查数据. *北方金融*, (2), 85-93.
- 巩芳, 韩青(2019). 草原生态补偿标准对牧民收入的影响研究——以锡林郭勒盟为例. *资源与产业*, 21(5), 44-51.
- 黄炳花(2010). *重庆市三峡库区移民的心理健康现状及影响因素研究*. 硕士学位论文, 重庆: 重庆医科大学.
- 金华, 吴文源, 张明园(1986). 中国正常人 SCL-90 评定结果的初步分析. *中国神经精神疾病杂志*, (5), 260-263.
- 林萍, 苏铮, 张京蕾, 张静, 靳荣, 郭楠(2022). 老年人心理健康状况调查及其影响因素分析. *中国临床保健杂志*, 25(3), 355-358.
- 刘国权, 孙崇勇(2008a). 农民心理健康状况调查研究. *吉林师范大学学报(人文社会科学版)*, 36(5), 40-42.
- 刘国权, 孙崇勇(2008b). 农民心理健康与人格类型、经济收入、文化程度的相关研究. *统计与决策*, 24(8), 100-101.
- 刘生琰(2013). *游牧民生计方式变迁与心理适应研究*. 博士学位论文, 兰州: 兰州大学.
- 刘媛媛(2018). *基于 SCL-90 量表的中国人群心理健康现状及 30 年变化特征分析*. 硕士学位论文, 西安: 中国人民解放军空军军医大学.
- 孙配贞, 黄明喜(2008). 经济特区被征地青年农民心理健康状况及影响因素研究. *河北师范大学学报(教育科学版)*, 10(1), 96-101.
- 吴群, 张艾力(2014). 内蒙古牧区贫困牧民的心理因素分析. *黑龙江民族丛刊*, (1), 97-100.
- 袁力(2009). *内蒙古农牧民幸福感研究*. 硕士学位论文, 呼和浩特: 内蒙古师范大学.
- 张知光, 丁明, 谢才文(2012). 日资企业员工心理健康状况影响因素分析. *中国健康心理学杂志*, 20(3), 372-374.
- 郑红涛, 张相乐(2015). 湖北省新农村居民心理健康现状及影响因素. *职业与健康*, 31(24), 3436-3439.
- 智荣, 陈梅梅, 闫敏, 李平(2022). 草原补奖政策下牧户家庭收入的影响研究——以内蒙古锡林郭勒盟为例. *草地学报*, 30(12), 3392-3401.
- Chang, H., Liu, X., Xie, Y., Liu, Y., Yang, W., & Niu, J. (2022). The Grassland Ecological Compensation Policy Drives the Differentiation of Herders' Livelihoods in Inner Mongolian Desert Grassland. *Agriculture*, 12, Article 1325. <https://doi.org/10.3390/agriculture12091325>