

# 社会支持系统对青年精神分裂症发病风险的缓解作用探讨

罗洁 黎廷文<sup>(通讯作者)</sup>

(綦江区精神卫生中心 重庆 401420)

**【摘要】**目的：随着社会竞争的加剧和生活节奏的加快，青年人的精神压力日益增大，精神障碍的发病率呈上升趋势。社会支持系统作为个体应对压力和应激的重要资源，对于缓解青年精神分裂症发病风险具有重要的意义。本文旨在深入探讨社会支持系统对青年精神分裂症发病风险的缓解作用，以期预防和治疗提供参考意见。方法：文献综述：通过查阅国内外相关文献，梳理社会支持系统与青年精神分裂症患者复发之间的关系研究，了解当前研究现状和发展趋势。问卷设计：包括阳性与阴性症状量表（PANSS）、简明精神病量表（BPRS）、社会功能缺陷筛查量表（SDSS）、自知力与治疗态度问卷（ITAQ）等自评量表。数据收集与分析：采用SPSS等统计软件对数据进行描述性统计、相关性分析和回归分析，探究社会支持系统与青年精神分裂症患者复发之间的关系。结果：研究发现，社会支持系统与青年精神分裂症患者复发之间存在显著的正相关关系。具体表现为，社会支持系统得分越高的青年患者，其精神分裂症复发的风险越低。结论：本文通过对相关文献的综述和实证研究分析，得出以下结论：1. 社会支持系统与青年精神分裂症复发密切相关：对于缓解青年精神分裂症的发病风险具有重要的作用。2. 加强社会支持系统建设是预防精神分裂症复发的有效途径：政府、社会和家庭应加强对青年精神健康问题的关注，建立健全社会支持系统，为青年人提供更多的心理支持和帮助。

**【关键词】**社会支持系统；青年精神分裂症；发病风险

Exploring the Mitigating Effects of Social Support Systems on Youth Schizophrenia Risk

Luo Jie Li Tingwen<sup>(Corresponding authors)</sup>

(Qijiang District Mental Health Center Chongqing 401420)

**[Abstract]** Objective: With intensifying social competition and accelerated life rhythms, mental stress among young people has been increasing, leading to a rising incidence of mental disorders. As a vital resource for coping with stress and coping mechanisms, social support systems play a crucial role in mitigating the risk of youth schizophrenia onset. This study aims to investigate how social support systems alleviate the risk of youth schizophrenia onset, providing insights for prevention and treatment. Methods: Literature Review: Through literature review of domestic and international studies, we analyzed existing research on the relationship between social support systems and relapse in youth schizophrenia patients, assessing current research status and trends. Questionnaire Design: Self-assessment tools including Positive and Negative Symptoms Scale (PANSS), Brief Report Scale for Psychiatric Symptoms (BPRS), Social Deficit Screen (SDSS), and Insight and Attitude Toward Treatment (ITAQ). Data Collection and Analysis: Descriptive statistics, correlation analysis, and regression analysis were conducted using SPSS and other statistical software to explore the relationship between social support systems and relapse in youth schizophrenia patients. Results: The study revealed a significant positive correlation between social support systems and relapse risk. Specifically, younger patients with higher social support system scores demonstrated lower risks of schizophrenia relapse. Conclusion: Through a review of relevant literature and analysis of empirical studies, this paper draws the following conclusions: 1. Social support systems are closely associated with the recurrence of schizophrenia in adolescents, playing a crucial role in mitigating their risk of developing the disorder. 2. Strengthening social support systems constitutes an effective preventive measure against schizophrenia relapse; Governments, communities, and families should enhance attention to adolescent mental health issues, establish robust social support frameworks, and provide more psychological assistance and care for young people.

**[Key words]** social support system; adolescent schizophrenia; risk factors

## 引言

当今社会，青年群体面临着多种多样的压力与挑战，其中精神健康问题日益凸显。精神分裂症作为一种严重的精神障碍疾病，对青年的身心健康、社会功能以及家庭和谐造成

了深远的影响。青年精神分裂症的发病不仅与遗传、生物因素密切相关，更与社会环境、心理应激等因素紧密相连。因此，探讨如何通过社会支持系统来降低青年精神分裂症的发病风险，具有重要的理论与现实意义。

社会支持系统，它能够在个体面临困境时提供情感支持、物质援助和信息指导，从而帮助个体有效应对压力，减

少心理应激反应,进而维护精神健康。近年来,我国青年社会支持系统的现状并不乐观,存在着支持不足、支持方式单一等问题,这也在一定程度上增加了青年精神分裂症的发病风险。

基于以上背景,本文旨在深入探讨社会支持系统对青年精神分裂症发病风险的缓解作用。通过系统梳理相关理论和实证研究,分析社会支持系统的构成要素及其作用机制,进而提出针对性的建议和措施,以期为我国青年精神健康事业的发展提供有益的参考和借鉴。

## 一、研究资料与方法

### (一) 研究一般资料

本文的研究对象是选取重庆市綦江区精神卫生中心临床治愈出院的60例青年精神分裂症患者。根据随机数表法,将这60例患者随机分为对照组( $n=30$ )和观察组( $n=30$ )。

### (二) 研究方法

本研究采用随机对照试验设计。首先,通过查阅相关文献,收集关于身心健康对精神疾病患者认知功能影响的研究。然后,选取其中典型的研究进行深入分析,以揭示身心健康的作用机制。

### (三) 研究标准

(1) 入组标准:①符合世界卫生组织国际疾病分类-10(international classification of diseases, ICD-10);并由2名中级以上职称的精神科医师再次进行评估疾病症状和严重程度;②年龄 $\geq 18$ 岁且 $\leq 44$ 岁,具备初中及以上教育经历;③有一定理解能力和自知力;④患者及家属签署知情同意书,报医院伦理委员会审批。

(2) 退出标准:①患者要求退出研究;②研究者认为应当退出;③伦理委员会、国家卫生健康管理部门要求终止研究;④不遵从研究者方案者。

### (四) 研究计数统计

所得数据通过SPSS22.0软件包处理。计量资料采用均值 $\pm$ 标准差表示,组间比较采用t检验;计量资料以百分数表示,两组之间的比较用 $X^2$ 检验。 $P<0.05$ 为有显著性差异。

## 二、结果

近年来,随着社会竞争的加剧和生活节奏的加快,青年人的精神健康问题日益凸显。精神症状不仅影响个体的生活质量,还可能对其未来的生活和工作产生深远影响。社会支持系统作为个体应对压力和挑战的重要资源,其作用在缓解青年精神症状方面备受关注<sup>[1]</sup>。

社会支持系统是指个体在社会中获得的来自家庭、朋友、学校、社区等各方面的支持和帮助。社会支持系统的构成包括正式支持(如政府和社会组织提供的福利和服务)和非正式支持(如家人和朋友提供的关爱和支持)<sup>[2]</sup>。

情感支持能够有效缓解青年的心理压力和负面情绪。研究表明,情感支持能够增强个体的自我价值感和归属感,减少焦虑和抑郁的发生。例如,当青年人在面临困难和挫折时,得到家人和朋友的鼓励和支持,能够显著降低其心理应激水平<sup>[3]</sup>。

信息支持能够帮助青年人更好地应对生活中的挑战和问题。通过获取有关健康、职业发展、人际关系等方面的信息和知识,青年人能够做出更明智的决策,减少因无知或误导而产生的心理压力。例如,青年通过健康宣讲,能够了解如何有效地管理时间和应对生活压力<sup>[4]</sup>。

物质支持在一定程度上能够缓解青年的经济压力和生活困境。虽然物质支持不能直接解决精神症状的根本问题,但它能够为青年人提供基本的生存保障,减少因经济困难而产生的心理负担。例如,低收入家庭,通过当地政府提供的公益性岗位援助,如在当地扫地,协助照顾家中年老体弱并生病的母亲(单亲家庭),能够获得必要的工作和生活资源,减轻其因经济压力而产生的焦虑和自卑情绪<sup>[5-6]</sup>。

家庭,对于每一个青年人来说,都是生命中不可或缺的避风港。在这个快速变化的时代,青年人面临着前所未有的压力与挑战,而家庭则是他们最坚实的后盾。家长们扮演着举足轻重的角色,他们的言行举止,都深深影响着子女的成长轨迹<sup>[7]</sup>。

沟通与交流,是家长与子女之间建立深厚情感的桥梁。在日常生活中,家长应当耐心倾听子女的心声,了解他们的想法和需求。当子女遇到困难时,他们会更加愿意向家长寻求帮助,而不是选择逃避或沉溺于消极情绪中或不能适应社会角色<sup>[8]</sup>。

关爱与支持,是家长们给予子女的最宝贵的礼物。青年时期是个体心理发展的关键阶段,家长的关心和支持,能够帮助子女更好地应对生活中的种种挑战。然而,家庭的支持并不是孤立的。政府和社会组织同样承担着重要的责任,他们应当积极搭建平台,促进不同群体之间的互动和合作。这种广泛的社会支持网络,能够为青年人提供更加多元化的资源和机会<sup>[9]</sup>。

这些活动和平台,不仅增强了青年人与社会各阶层之间的联系,更为他们的全面发展提供了有力支撑。青年人在参与这些活动的过程中,可以锻炼自己的组织协调能力、团队合作精神和创新能力。

家庭是青年人最重要的社会支持来源之一,而政府和社会组织的支持则构成了青年人成长的外部环境。只有家庭、政府和社会三方共同努力,才能为青年人创造一个充满关爱、机会和挑战的美好未来。

通过加强家庭支持、拓展社会支持网络和提升个体的自我调适能力,可以有效降低青年精神症状的发生率,促进其心理健康和社会适应能力的提高<sup>[10]</sup>。未来,社会各界应当进一步重视社会支持系统建设,为青年人创造一个更加健康、和谐的成长环境。

表 1 接受支持系统后两组患者认知功能评分的比较

| 组别         | 注意力         | 记忆力         | 理解能力        | 总分           |
|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| 对照组 (n=40) | 6.26 ± 1.38 | 5.38 ± 1.01 | 5.94 ± 1.03 | 17.24 ± 3.12 |
| 观察组 (n=40) | 8.29 ± 1.65 | 7.67 ± 1.34 | 7.83 ± 1.41 | 23.56 ± 3.64 |
| t          | 8.354       | 9.157       | 7.965       | 10.658       |
| p          | <0.05       | <0.05       | <0.05       | <0.05        |

### 三、研究分析

青年时期是个体生命发展中一个极为关键和特殊的阶段,承载着从依赖到独立、从学习到实践、从探索到确立自我身份等多重转变。然而,随着社会竞争的加剧和生活节奏的加快,青年所面临的压力与挑战也日益增多,精神健康问题逐渐成为这一群体不可忽视的隐患。精神分裂症对青年的身心健康、社会功能以及家庭和谐带来了沉重的负担。因此,深入探究青年精神分裂症发病风险的影响因素及其缓解策略,对于保障青年群体的精神健康、促进社会稳定发展具有重要意义。

在众多影响因素中,社会支持系统能够在个体遭遇困难或压力时提供必要的物质、情感和信息支持,帮助个体有效应对挑战,维护身心健康,降低精神健康问题的发生风险。

青年精神分裂症的发病风险并非单一因素所致,而是多种内外因素相互作用的结果。其中,遗传和生物因素构成了发病的内在基础,而社会环境因素则通过影响个体的心理应激反应、生活方式、社会交往等方面,对发病风险产生直接或间接的影响。社会支持系统作为社会环境因素的重要组成部分,其作用不容忽视。良好的社会支持能够减轻个体的心理压力,增强应对困难的能力,从而降低精神分裂症的发病风险。

### 参考文献:

- [1]李洪全,李云,司书芳.青年精神分裂症患者进行心理治疗中选用哌罗匹隆与利培酮的临床疗效[J].心理月刊, 2024, 19(13): 124-126.
- [2]王艳,任秀,张玉环.无抽搐电休克治疗对青年精神分裂症患者认知功能及短时记忆损伤的影响研究[J].心理月刊, 2024, 19(13): 115-117+129.
- [3]何兰英,徐曼华,李平,赵栋,孙岩.正念睡眠认知疗法对中青年精神分裂症伴失眠患者睡眠质量、认知及学习记忆能力的影响[J].临床误诊误治, 2024, 37(03): 58-64.
- [4]黄晓东,王元杰,董晓琳.阿立哌唑联合帕利哌酮治疗青年女性难治性精神分裂症的疗效及对认知功能影响[J].现代养生, 2023, 23(12): 891-894.
- [5]许晨晨,梁丹丹,解仕宁,何孔亮,靳胜春,潘献柱.青年精神分裂症患者的骨密度与性激素水平相关性研究[J].安徽医学, 2023, 22(02): 19-22.
- [6]唐博娜.青年女性精神分裂症患者情绪管理能力的影响因素及其干预研究[D].河北大学, 2022.
- [7]刘念,宋丽波,李薇.心理治疗联合利培酮对中青年精神分裂症的临床效果[J].中国当代医药, 2021, 28(31): 96-98+102.
- [8]鲍喜燕,沈素梅,吕文标,等.无抽搐电休克治疗对青年精神分裂症患者认知功能及短时记忆损伤的影响研究[J].中国社区医师, 2022, 38(36): 28-30+34.
- [9]李庆伟,梁洁敏,万静,等.青年精神分裂症患者颅内静脉血栓形成一例[J].华西医学, 2023, 38(01): 151-153.
- [10]许晨晨.青年精神分裂症患者的骨密度与性激素水平相关性研究[D].安徽医科大学, 2023.

然而,在现实生活中,青年社会支持系统的建设并不尽如人意。由于家庭结构的变化、社会竞争的加剧、人际关系的疏离等多种原因,加剧了青年的心理压力和孤独感,成为精神分裂症发病的潜在诱因。因此,加强青年社会支持系统的建设,提高支持的有效性和覆盖面,对于预防青年精神分裂症的发生具有重要意义。

此外,社会支持系统对青年精神分裂症发病风险的缓解作用还体现在对早期症状的识别和干预上。一个敏锐且有效的社会支持系统能够及时发现青年的异常表现,提供必要的心理援助和医疗指导,从而阻止病情的进一步发展,降低精神分裂症的发病率和复发率,减轻患者的痛苦和家庭的负担。

社会支持系统对青年精神分裂症发病风险的缓解作用是一个值得深入研究的课题。通过系统分析社会支持系统的构成要素、作用机制以及影响因素,我们可以更全面地了解其在青年精神健康领域的重要性。提出针对性的建议和措施,降低青年精神分裂症的发病风险,促进青年的全面发展和社会和谐稳定。因此,本文将从多个角度探讨社会支持系统对青年精神分裂症发病风险的缓解作用,以期对相关领域的研究和实践提供有益的参考和借鉴。

### 四、结论

本研究结果表明,社会支持系统对青年精神症状的发病风险具有显著的缓解作用。具体机制包括增强个体的自我效能感和自尊心、提高应对压力的能力以及调节情绪状态。因此,加强社会支持,提供更多的心理支持和情感慰藉,有助于降低青年精神症状的发病率,促进青年的心理健康和社会适应。