

文章编号: 1005-0523(2005)05-0113-04

新时期大学生心理健康状况的相关因素研究

舒曼¹, 袁爱清², 徐紫云¹, 徐朝亮¹

(1. 华东交通大学人文学院, 江西 南昌 330013; 2. 江西师范大学传播学院, 江西 南昌 330027)

摘要:目的: 本课题采用分层横断面调查, 从正面调查了解大学生的心理健康状况, 一方面分析大学生心理健康的年级差异与性别差异等; 另一方面, 研究心理健康与个体因素具有什么样的相关性, 为心理健康教育的普及化开展提供一定的现实依据。方法: 使用 SCL-90 问卷对 1060 名大学生进行调查, 并收集学业成绩、家庭经济状况等一般资料, 最后用 SPSS10.0 建立数据库, 并运用描述性统计分析及多元回归分析。结果: 江西大学生心理健康水平总体上低于国内大学生水平! 差异有显著性意义(P 均 < 0.01)。男女生在人际关系、强迫、抑郁、焦虑因子表现出差异, 且具有显著性意义, 其余因子差异无显著性; 不同年级大学生间比较, 差异无显著性意义(P 均 > 0.05)。一、二年级大学生心理健康水平略低于三、四年级; 在诸多因素当中, 影响大学生心理健康的最重要因素是学业成败。结论: 江西大学生心理健康水平偏低, 应加强心理健康教育, 特别是针对一、二年级学生; 可以通过增强学业成就水平来促进大学生心理健康水平的提高。

关键词: 心理健康; 多元回归分析; 学生

中图分类号: B844.2

文献标识码: A

1 引言

大学生作为一个正在走向成熟而又未完全成熟的特殊群体, 由于社会竞争加剧, 生活压力增大, 加之心理素质比较脆弱, 在学习竞争、择业竞争、恋爱苦恼、经济条件限制、人际关系难处、家长期望过高等, 导致大学生心理负荷过重, 心理健康问题越来越突出并呈现出逐年上升的趋势。资料表明^[1-9], 1990 年仅有 20.43% 的同学心理健康状况不佳; 1992 年, 四川对西南地区八所院校 4 万名大学生抽样调查表明, 有心理障碍的大学生高达 31.13%。1994 年, 成都地区高校调查发现, 大学生中心心理健康水平低于常规者占 34.4%, 2002 年, 江西省高校心理健康教育研究会在全省 28 所全日制高校 3896 名学生进行了 SCL-90 抽样调查, 结果表明: 40.18% 的学生有强迫倾向, 34.04% 的学生对人际

关系敏感, 24.46% 的学生存在忧郁倾向, 24.5% 的学生存在敌对情绪。为了全面提高大学生的综合素质, 培养合格的跨世纪人才, 加强大学生的心理健康教育是非常必要和迫切的。本研究采用现代统计学理论, 在测查的基础上, 对大学生心理健康进行描述性统计及相关分析, 将结果进行逐一比较, 为有针对性地开展心理健康教育提供依据。

2 对象与方法

研究对象: 从江西三所高校(华东交大、江西医学院、江西财大)抽取文科和理科各年级大学生 1246 名进行测查。问卷回收 1208 份, 有效问卷 1060 份。

研究方法: 采用《症状自评量表》(SCL-90)(L. Derogatis, 1973), 将问卷和收集到的性别、学业成绩、家庭状况、就业期望及自我评价等方面资料, 采用

收稿日期: 2005-4-27

基金项目: 江西省高校人文社科研究“十五”规划项目, 项目编号 04XL06

作者简介: 舒曼(1977-), 男, 江西余干人, 华东交通大学人文学院讲师。

五个等级进行计分。

SCL-90 是目前临床心理学最常用的心理健康状况自评量表,共 90 道题,内容涉及较广泛的思维、情感、行为、人际关系、生活习惯等方面的异常心理表现,并通过 F1(躯体化)、F2(强迫症状)、F3(人际敏感)、F4(抑郁)、F5(焦虑)、F6(敌对)、F7(恐怖)、F8(偏执)、F9(精神病性)、F10(其他)10 个因子分别反映 10 个不同方面的心理症状情况。该量表的主要统计指标有:(1)总分,主要反映病情的严重程度,若总分 ≥ 200 分则表明该生有心理异常。(2)因子分,主要反映在各个症状上的严重程度。1-1.9 分表示“自己感觉无该项症状”,2-2.9 分表示“自己感觉有该项症状,但影响轻微”,3-3.9 表示“自己感觉有该项症状,并对自己有相当程度的影响”,4-5 分表示“自己感觉有该项症状,并对自己有严重的影响”。

调查步骤:在测试前,对心理测试的意义和目的进行宣讲,打消顾虑,使测试结果真实有效。测试

完后将问卷进行分类筛选,剔除无效问卷,整个测试过程,科学合理,具有较高的信度和效度。

统计工具:所有数据输入 EXCEL 电子表格整理,全部统计分析采用 SPSS10.0 统计分析软件处理,采用描述性统计分析及多元分析。

3 结果

1) 大学生被试样本的分布

研究有效被试共 1 060 人,其中男生 618 人,女生 342 人,一年级 321 人,二年级 364 人,三年级 217 人,四年级 158 人。

从总分(T)上看,最高分为 324 分,平均分为 143.38 分,标准差为 40.26(全国全日制大学生的平均分为 134.7 分,标准差 35.274)。根据表 1,总分大于 200 分以上的共有 158 人,这表明在调查的 1060 名学生中,有 14.49% 的学生存在较为严重的心理问题。

表 1 总分的频次分布

总分(T)	T<160	160≤T<200	200≤T<250	250≤T<300	T≥300
人数	675	237	86	54	12
比率	63.57%	21.94%	8.10%	4.97%	1.02%

2) 调查结果与分析

表 2 结果显示,被调查学生的心理健康因子分都高于全国常模,差异有统计学显著性;其中最为显著的依次是强迫、人际敏感、抑郁和焦虑四个因子。针对这四个因子,就性别差异而言,男生在强迫症状、抑郁因子得分高于女生,而女生在人际关系、焦虑症状表现更为明显。且大学生强迫症都比较明显,与全国常模比较有显著性差异,但在这因子上,

低年级与高年级相差悬殊,且高年级的强迫症状要好于低年级的学生;人际敏感的因子低年级学生与全国常模相比是显著的差异,尤其是女生在人际敏感因子分上表现比较明显。抑郁与焦虑有类似的特征,高年级男生高于低年级男生,女生并没有显著性差异。敌对和偏执并不存在性别差别,只是高年级的学生要高于低年级的学生。

表 2 不同年级不同性别学生心理健康状况的比较分析(X±S)

因子	低年级 (685)	高年级 (375)	全国常模	低年级男 (412)	高年级男 (206)	低年级女 (273)	高年级女 (99)
躯体化	1.38±0.12	1.40±0.54	1.37±0.48	1.49±0.42	1.35±0.32	1.39±0.63	1.25±0.51
强迫	1.78±0.51	1.84±0.62	1.62±0.58	2.00±0.32	1.85±0.32	2.09±0.23	1.70±0.32
人际敏感	1.69±0.32	1.55±0.61	1.65±0.61	1.64±0.62	1.55±0.52	1.70±0.32	1.55±0.41
抑郁	1.59±0.35	1.65±0.61	1.50±0.59	1.59±0.82	1.53±0.11	1.60±0.40	1.45±0.21
焦虑	1.41±0.22	1.38±0.51	1.39±0.43	1.44±0.02	1.39±0.21	1.51±0.45	1.32±0.01
敌对	1.51±0.43	1.56±0.45	1.46±0.55	1.54±0.22	1.57±0.51	1.34±0.30	1.25±0.32
恐怖	1.24±0.23	1.26±0.12	1.23±0.41	1.04±0.62	1.25±0.11	1.16±0.34	1.45±0.12
偏执	1.42±0.38	1.54±0.24	1.43±0.57	1.34±0.22	1.48±0.14	1.30±0.19	1.41±0.31
精神病性	1.62±0.41	1.24±0.34	1.29±0.42	1.54±0.62	1.35±0.50	1.50±0.42	1.45±0.32

续表 2

因子	T1	T2	T3	T4	T5
躯体化	3.25 * *	3.17 * *	0.14	0.12	2.45 * *
强迫	5.41 * *	1.21 *	4.51 *	0.14	0.15
人际敏感	3.45 * *	0.24	2.35 * *	2.24	3.27 * *
抑郁	1.59 * *	0.61	0.59	2.17 * *	0.21
焦虑	1.41 * *	0.22	1.38	0.51	0.25
敌对	0.51	1.43 *	2.56 * *	2.45	1.24 *
恐怖	1.24 *	1.25	1.46	0.12	2.15 * *
偏执	0.12	2.35 * *	2.15 * *	3.17 * *	1.24 * *
精神病性	1.52 *	0.24	1.62 *	0.41	2.14

注:T1 低年级与常模比较:T2 为高年级与常模比较:T3 为低年级与高年级比较:T4 低年级男生与女生比较:T5 高年的女生与男生比较:* $P < 0.05$ ** $P < 0.01$

2、大学生心理健康与相关因素的多元回归分析

将 SCL-90 总症状指数作因变量,将个人的因子作为自变量(各社会因素按层次赋值 1—5 分),进

一步做逐步回归分析.当 $\alpha = 0.05$ 时,选入回归模型的因素见表 3,可见在当今时代影响大学生心理健康的社会等因素主要是学业成败,其次为家庭经济状况、就业的期望以及自我评价.

表 3 大学生心理健康状况相关因素回归分析)

选入因素	回归系数	标化回归系数		T 值	P 值
		系数	标准误		
学业成绩	0.0457	0.2831	0.0412	8.210	0.000
经济状况	-0.034	-0.241	-0.063	-2.412	0.028
就业期望	0.0210	0.1232	0.1002	6.031	0.000
自我评价	0.0351	0.0611	0.0214	5.124	0.000
常数	1.351	1.4562	0.0214	0.415	0.000

4 讨论

1) 本研究对 1060 名大学生心理症状出现频度的筛查结果与国内文献报道一致.表 1 的结果表明,虽然新世纪大学生总的心理健康状况比较好,但较常出现的心理症状是人际关系、抑郁、焦虑、强迫等症状.鉴于此,认为加强大学生心理健康教育十分必要,通过针对大学生开设心理学方面的讲座、咨询、建立心理档案、利用心理报刊杂志对心理健康的知识进行宣传和普及等创设经常化的校园心理氛围,同时学校应组织一些学生社团活动,培养大学生的协作意识、竞争意识、独立意识、增强大学生的意志力、处事能力、人际交往和处理人际关系的能力,不断提高及优化心理素质.

2) 研究结果表明,男、女大学生心理健康状况存在显著差异,这种差异反映了两性间心理症状特征的不同.从表 2 可以看出,女生在人际关系、焦虑等方面的问题显著高于男生,这符合社会上流行的女性比较脆弱、敏感、胆怯和男性的独立性和自信

心强于女生的观点.而男生在强迫、抑郁因子上得分高于女生,原因可能在于男生在现代社会中面临的竞争压力比女生更为直接,影响更为深刻.该结果提示,男女生的心理健康教育应有所区别,各有侧重.

3) 本研究结果显示(从表 3 可以看出),影响心理健康的因素是多方面的,而学业成绩的成败是主要影响因素($X^2 = 0.0457, T = 8.210, P = 0.000$),可能语大学生对未来前途的关心和忧虑有关,学习成绩落后的大学生则担心自己毕业后找不到理想的工作.由此可见,大学生心理发展的社会化程度已明显表现出来.他们现在为自己学习成绩落后而焦虑,正是体现出他们对自己未来发展的一种关心.实际上这是青少年学生理想自我与现实自我的一种矛盾冲突.这种矛盾冲突不能得到缓解,便会成为引发心理疾病的诱因.

参考文献:

- [1] 李凡.全国大学生心理健康状况调查分析[J].中国心理卫生杂志,2003,5(5):347-348.
[2] 刘民,陈建文,等.医学院新生心理卫生状况纵向比较分

- 析[J]. 健康心理学杂志, 2000, (5): 499—502.
- [3] 李坚松, 刘民, 等. 528名新生心理卫生状况调查分析[J]. 健康心理学杂志, 2001, (2): 118—200.
- [4] 张红杰, 刘凤阁, 等. 大学新生心理卫生状况调查分析[J]. 健康心理学杂志, 1998, (1): 89—91.
- [5] 丁彦华, 魏锋, 等. 99级中师生心理健康状况调查[J]. 健康心理学杂志, 2001, (2): 120—122.
- [6] 杨美荣. 大学生心理状况的性别差异比较[J]. 健康心理学杂志, 2001, (2): 117—118.
- [7] 孙永明. 大学生心理健康调查[J]. 健康心理学杂志, 2000, (4): 405—408.
- [9] Hays L. R. et al. Treating psychiatric problems in medical students. Am J Psychiatry 1986; 143: 1428—1431.

Study on the Effect of Mental Health Education

SHU Man¹, YUNG Ai-qing², XU Zi-yun¹, XU Chao-liang¹

(1. School of Humanities and Social Sciences, East China Jiao tong University, Nan chang 330013;

2. School of Communication, Jiangxi Normal University, Nanchang 330027, China;)

Abstract: Objective: to investigate the level of college students' mental health through transverse study. On one hand, to explore whether differences are found between the students from different grades and between males and females students, on the other hand, to discuss whether there is correlation between mental health and personal factors. Method: 1060 college students were investigated by Symptom Checklist (SCL-90). Additional data such as their academic performance and domestic economic conditions were also collected. Then descriptive statistics and multiple regression analysis were made. Results: The results showed that the level of Jiangxi Province college students' mental health was significantly lower as compared to the average level of domestic. Significant gender differences were found on interpersonal sensitivity, obsessive-compulsive, depression and anxiety. There was no significant difference between the students from different grades. Among lots of personal factors, academic performance was the most important factor which affected one's mental health. Conclusion: the level of Jiangxi Province college students' mental health was not high, correspondingly mental health education should be strengthened. Mental health can be improved by enhancing their academic performances.

Key words: mental health; multiple regression analysis; student

(上接第 105 页)

参考文献:

- [1] 全国体育学院教材委员会. 田径运动高级教程[M]. 北京: 人民体育出版社, 1994.
- [2] 吴延禧, 傅雪雁. 要重视背越式跳高弧线助跑的技术与训练[J]. 体育科技资料, 1980, 11(29).
- [3] 宗敬华. 背越式跳高的摆臂技术[J]. 体育科技资料, 1980, 6, (18).
- [4] 金肇周, 叶佩素. 金学伟少年时期的训练[J]. 体育科技资料, 1979, 12, (27).

Discussion on Quickly Grasping the Training Ways of Back Style Take-off

ZHANG Gui-lin

(College of Physical Education, Jiangxi Normal University, Nanchang 330027, China)

Abstract: At present, the technique of back style is in the relatively stable development stage. People are tapping the limiting sports ability of human body in the run-up, the combination of speed and power, efficient training ways, increasing athletes' psychological quality. Efficient training ways mainly include: (1) running up by "J" type so as to increase the run-up speed (2) carrying hip positively the second step from the bottom to increase the initial velocity when taking off and the take-off ability. (3) combining positive, fast and forceful swinging of leg and arm with taking off in order to increase the ability of start of a race. (4) combining fast run-up with take-off.

Key words: back style; efficiency; tapping; ways