

# 疫情封闭式管理时大学生焦虑情绪现状及影响因素

陈梦<sup>1</sup>, 李奇光<sup>2</sup>, 戴尊孝<sup>3\*</sup>

<sup>1</sup>西安医学院研究生处, 陕西 西安

<sup>2</sup>西安市精神卫生中心医务科, 陕西 西安

<sup>3</sup>西安市精神卫生中心, 陕西 西安

收稿日期: 2023年8月27日; 录用日期: 2023年10月7日; 发布日期: 2023年10月18日

## 摘要

目的: 了解突发性公共卫生事件发生下采取封闭式管理模式时大学生焦虑情绪的现状及其影响因素, 为高校的管理提供了参考。方法: 2022年1月7日至17日采用问卷星, 通过微信、QQ等社交软件随机发放给疫情期间处于封闭式管理模式下的陕西各大高校学生。运用自制一般情况量表及焦虑自评量表(SAS), 对1651名大学生发放问卷进行调查, 共收集有效问卷1617份。结果: 疫情期间采取封闭式管理模式时大学生焦虑症状的检出率为21.34%, 其中男生焦虑症状的检出率为20.98%, 女生为21.58%。二元 Logistic 回归分析发现, 研二、有精神病史等因素影响下大学生更容易产生焦虑情绪( $p$ 值均  $< 0.05$ )。结论: 在突发性公共卫生事件下采取封闭式管理模式时应注意疏导大学生的心理, 可针对焦虑情绪影响因素进行早期的识别和干预, 有效预防大学生焦虑情绪的产生。

## 关键词

疫情期间, 突发性公共卫生事件, 封闭式管理模式, 大学生, 焦虑情绪

# Current Status of Anxiety among College Students and Its Influencing Factors during Lockdown Management in Epidemic

Meng Chen<sup>1</sup>, Qiguang Li<sup>2</sup>, Zunxiao Dai<sup>3\*</sup>

<sup>1</sup>Graduate School Office of Xi'an Medical University, Xi'an Shaanxi

<sup>2</sup>Medical Department of Xi'an Mental Health Center, Xi'an Shaanxi

<sup>3</sup>Xi'an Mental Health Center, Xi'an Shaanxi

\*通讯作者。

## Abstract

**Objective:** To understand the current status of anxiety among college students and its influencing factors during the implementation of lockdown management mode in sudden public health emergencies, and provide references for university management. **Methods:** From January 7th to 17th, 2022, using the Questionnaire Star platform, questionnaires were randomly distributed to students from various universities in Shaanxi Province who were under lockdown management mode during the epidemic period through social networking platforms such as WeChat and QQ. A total of 1651 college students were surveyed using a self-made General Information Questionnaire and the Self-Rating Anxiety Scale (SAS), and 1617 valid questionnaires were collected. **Results:** The detection rate of anxiety symptoms among college students during the epidemic period under lockdown management mode was 21.34%, with a detection rate of 20.98% for male students and 21.58% for female students. Binary logistic regression analysis found that factors such as being a second-year graduate student, having a history of mental illness, etc., are more likely to lead to anxiety among college students ( $p < 0.05$ ). **Conclusion:** During the implementation of lockdown management mode in sudden public health emergencies, attention should be paid to providing psychological support to college students. Early identification and intervention of factors influencing anxiety can effectively prevent the occurrence of anxiety among college students.

## Keywords

Epidemic Period, Sudden Public Health Emergencies, Lockdown Management Mode, College Students, Anxiety Emotions

Copyright © 2023 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

2019 年底我国突然爆发新型冠状病毒肺炎(简称新冠肺炎), 由于其经过呼吸道传播速度快、传播范围广、致病率高、致死率高等特点迅速引起全球范围的关注, 2020 年初世界卫生组织已将其定义为“国际关注的突发公共卫生事件”。有研究表明(温娟娟, 2021), 大学生在面对突发性公共卫生事件时会出现紧张焦虑等各种各样的心理问题。2020 年底至 2022 年初陕西省疫情突然形式严峻, 正值春节返乡来临之际, 为了防止疫情全面播散, 陕西省各大高校立刻延迟放假, 采取封闭式管理校园模式。这一举措打乱了学生的学习生活计划, 使学生们处于急性应激状态, 校园相对来说是一个空间狭小、人数密集的地方, 因此大学生更容易出现焦虑情绪。本文旨在了解在突发性公共卫生事件下高校采取封闭式管理模式时, 大学生焦虑情绪的发生率, 并探究其影响因素。目前在校大学生焦虑抑郁人群逐年上升, 不同应激事件以及校园管理模式的改变都将可能是大学生负面情绪产生的源头, 因此疫情后同样应当密切关注大学生的情绪状况, 有利于高校及时监测大学生心理健康状况, 完善优化大学生管理策略。

## 2. 对象与方法

### 2.1. 研究对象

于 2022 年初采用非概率抽样即方便抽样的方法选取陕西省在校大学生作为研究对象, 通过微信和

QQ 发放问卷星。使用引导语告知所有被调查者本次研究的目的及意义，遵循自愿填写原则，所有研究对象进行线上匿名调查。最终收取 1651 份问卷，剔除无效问卷后，有效问卷共 1617 份，有效率为 97.9%。

## 2.2. 研究方法

1) 采用自行编制的调查问卷，问卷内容包括：一般人口学特征(性别、年龄、籍贯、专业、年级、目前居住情况、目前婚恋情况、家庭结构、精神病史、家族史、疫情前学校管理模式)以及焦虑情绪的影响因素。

2) 焦虑自评量表(Self-rating Anxiety Scale, SAS) (汪向东等, 1999), 此量表主要调查研究对象近一周以来的焦虑情绪状况, 其中包含有 20 条项目, 根据症状出现的频度可以分为 4 级: 没有或很少时间、少部分时间、相当多时间、绝大部分或全部时间, 分别计分为 1~4 分, 其中第 5、9、13、17、19 题为方向计分, 其余题目为正向计分, 累积各题目得分为总粗分, 标准分 = 总粗分  $\times$  1.25, 取整数。SAS 标准分界值为 50 分, 其中 50~59 分为轻度焦虑, 60~69 分为中度焦虑, 70 分以上为重度焦虑。既往研究表明, 该量表在我国大学生中应用具有良好的信度和效度, 即 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.77, 分半信度系数为 0.72 (周永安, 2012)。

## 2.3. 统计方法

应用 SPSS26.0 软件进行数据处理与分析, 人口学特征按照分类变量, 采用频数、百分比进行描述性分析, 呈正态分布的计量资料以( $\bar{x} \pm S$ )表示, 采用  $t$  检验对性别、籍贯、专业、有无精神病史、有无家族史、疫情前学校管理模式差异进行检验, 采用  $F$  检验对年级、目前居住状况、婚恋状况、家庭结构差异进行检验; 采用 Logistic 回归分析大学生焦虑情绪的影响因素, 检验标准为  $\alpha = 0.05$ 。

## 3. 结果

### 3.1. 调查对象的人口学特征

本研究共调查陕西省在校大学生 1617 名, 平均年龄为  $21.83 \pm 2.69$ , 其中男生 653 名(40.4%), 女生 964 名(59.6%); 籍贯为省内 1041 名(64.4%), 省外 576 名(35.6%); 专业为医学 694 名(42.9%), 非医学 923 名(57.1%); 年级为大一 482 名(29.8%), 大二 281 名(17.4%), 大三 296 名(18.3%), 大四 160 名(9.9%), 大五 35 名(2.2%), 研一 216 名(13.4%), 研二 65 名(4.1%), 研三 82 名(5.1%); 目前居住状况为校内多人宿舍 1494 名(92.4%), 学校单人宿舍 19 名(1.2%), 校外多人合租 21 名(1.3%), 校外独租 18 人(1.1%), 家里 65 名(4.0%); 目前婚恋状况为单身 1103 名(68.0%), 恋爱 493 名(30.5%), 已婚 16 名(1.0%), 离异 5 名(0.3%); 家庭结构为双亲 1436 名(88.8%), 单亲 125 名(7.7%), 组合家庭 56 名(3.5%); 有精神疾病史 12 名(0.7%), 无精神疾病史 1605 名(99.3%); 有家族史 39 名(2.4%), 无家族史 1578 名(97.6%); 疫情前学校管理模式为开放式 402 名(24.9%), 封闭式 1215 名(75.8%)。如表 1 所示。

**Table 1.** Demographic characteristics and proportions of the survey participants

**表 1.** 调查对象的人口学特征及占比( $n = 1617$ )

变量	分类	人数	占比
性别	男	653	40.4%
	女	964	59.6%
籍贯	省内	1041	64.4%
	省外	576	35.6%

## Continued

专业	医学	694	42.9%
	非医学	923	57.1%
年级	大一	482	29.8%
	大二	281	17.4%
	大三	296	18.3%
	大四	160	9.9%
	大五	35	2.2%
	研一	216	13.4%
	研二	65	4.0%
	研三	82	5.1%
	目前居住情况	学校多人宿舍	1494
学校单人宿舍		19	1.2%
校外合租		21	1.3%
校外独租		18	1.1%
家中		65	4.0%
目前婚恋情况	单身	1103	68.2%
	恋爱	493	30.5%
	已婚	16	1.0%
	离异	5	0.3%
家庭结构	双亲	1436	88.8%
	单亲	125	7.7%
	组合家庭	56	3.5%
精神病史	有	12	0.7%
	无	1605	99.3%
家族史	有	39	2.4%
	无	1578	97.6%
疫情前学校管理模式	开放式	402	24.9%
	封闭式	1225	75.8%

### 3.2. 突发性公共卫生事件下采取封闭式管理模式时大学生焦虑情绪的现状

调查结果显示,研究对象焦虑自评量表的总体得分为  $41.73 \pm 10.40$ ; 焦虑症状的总检出率为: 21.34%; 轻度焦虑得分为  $54.14 \pm 2.72$  分; 中度焦虑得分为  $63.68 \pm 2.70$  分; 重度焦虑得分为  $73.58 \pm 2.62$  分; 轻度焦虑 248 名(15.34%), 中度焦虑 74 名(4.58%), 重度焦虑 23 名(1.42%)。其中 78.66% 的大学生未产生焦虑情绪, 有 21.34% 的学生产生焦虑情绪。如表 2 所示。

**Table 2.** Anxiety score distribution of the survey participants

**表 2.** 调查对象的焦虑得分情况

程度	得分	人数	检出率
轻度焦虑	$54.14 \pm 2.72$	248	15.34%
中度焦虑	$63.68 \pm 2.70$	74	4.58%
重度焦虑	$73.58 \pm 2.62$	23	1.42%

### 3.3. 突发性公共卫生事件下采取封闭式管理模式时大学生焦虑情绪影响因素的单因素分析

调查结果显示,不同专业、年级、目前婚恋情况、有无精神疾病史、疫情前学校管理模式、封闭式管理模式、生活质量下降、与舍友相处不融洽、不规律作息、学习计划被打乱、就业压力、对家人的担心与思念、社交受限的大学生焦虑得分差异有统计学意义( $p < 0.05$ ),而不同性别、籍贯、目前居住情况、家庭结构、有无家族史的大学生焦虑得分无统计学意义( $p > 0.05$ )。如表 3 所示。

**Table 3.** Univariate analysis of anxiety emotions among college students

**表 3.** 大学生焦虑情绪的单因素分析( $n = 1617$ )

人口学特征	分类	调查人数	焦虑人数(%)	SAS 得分( $\bar{x} \pm S$ )	$t/F$	$p$ 值
性别	男	653	137 (20.98)	41.51 $\pm$ 10.54	-0.702	0.483
	女	964	208 (21.58)	41.88 $\pm$ 10.31		
籍贯	陕西省内	1041	220 (21.13)	41.59 $\pm$ 10.16	-0.700	0.484
	陕西省外	576	125 (21.70)	41.97 $\pm$ 10.84		
专业	医学	694	119 (17.15)	40.06 $\pm$ 9.67	-5.637	$p < 0.01^{**}$
	非医学	923	226 (24.49)	42.98 $\pm$ 10.76		
年级	大一	482	88 (18.26)	40.58 $\pm$ 9.91	7.007	$p < 0.01^{**}$
	大二	281	65 (23.13)	42.67 $\pm$ 10.75		
	大三	296	81 (27.36)	43.59 $\pm$ 10.67		
	大四	160	50 (31.25)	44.58 $\pm$ 11.84		
	大五	35	7 (20.00)	43.57 $\pm$ 10.41		
	研一	216	34 (15.74)	39.94 $\pm$ 9.49		
	研二	65	4 (6.15)	38.15 $\pm$ 7.69		
	研三	82	16 (19.51)	39.76 $\pm$ 9.56		
目前居住情况	学校多人宿舍	1494	322 (21.55)	41.84 $\pm$ 10.38	1.354	0.248
	学校单人宿舍	19	1 (5.26)	36.51 $\pm$ 9.91		
	校外合租	21	5 (23.81)	41.19 $\pm$ 9.77		
	校外独租	18	3 (16.67)	41.11 $\pm$ 11.00		
	家中	65	14 (21.54)	40.98 $\pm$ 10.93		
目前婚恋情况	单身	1103	221 (20.04)	41.27 $\pm$ 10.16	3.486	0.015*
	恋爱	493	119 (24.14)	42.81 $\pm$ 10.74		
	已婚	16	3 (18.75)	38.36 $\pm$ 11.30		
	离异	5	2 (40.00)	47.00 $\pm$ 17.95		
家庭结构	双亲	1436	306 (21.31)	41.63 $\pm$ 10.30	0.650	0.522
	单亲	125	28 (22.40)	42.26 $\pm$ 11.05		
	组合家庭	56	11 (19.64)	43.01 $\pm$ 11.57		
精神病史	有	12	8 (66.67)	49.06 $\pm$ 8.53	2.454	0.014*
	无	1605	337 (21.00)	41.67 $\pm$ 10.40		
家族史	有	39	11 (28.21)	42.34 $\pm$ 10.88	0.371	0.711
	无	1578	334 (21.17)	41.72 $\pm$ 10.40		

## Continued

疫情前学校管理模式	开放式	402	66 (16.42)	40.50 ± 9.51	-2.905	$p < 0.01^{**}$
	封闭式	1215	279 (22.96)	42.14 ± 10.66		
担心被感染	主要原因	284	68 (23.94)	42.76 ± 10.36	1.832	0.067
	次要原因	1333	277 (20.78)	41.51 ± 10.40		
封闭式管理模式	主要原因	877	246 (28.05)	43.84 ± 11.06	9.264	$p < 0.01^{**}$
	西药原因	740	99 (13.38)	39.23 ± 8.95		
生活质量下降	主要原因	871	251 (28.82)	43.85 ± 11.09	9.217	$p < 0.01^{**}$
	次要原因	746	94 (12.60)	39.26 ± 8.93		
与舍友关系不融洽	主要原因	172	63 (36.63)	46.91 ± 11.31	7.012	$p < 0.01^{**}$
	次要原因	1445	282 (19.52)	41.11 ± 10.12		
不规律作息	主要原因	784	216 (27.55)	44.73 ± 10.51	8.986	$p < 0.01^{**}$
	次要原因	833	129 (15.49)	39.52 ± 9.81		
学习计划被打乱	主要原因	902	235 (26.05)	43.33 ± 10.66	7.143	$p < 0.01^{**}$
	次要原因	715	110 (15.38)	39.71 ± 9.70		
就业压力	主要原因	432	141 (32.64)	45.12 ± 11.24	7.580	$p < 0.01^{**}$
	次要原因	1185	204 (17.22)	40.49 ± 9.80		
对家人的担心与思念	主要原因	935	245 (26.20)	43.27 ± 10.86	7.251	$p < 0.01^{**}$
	次要原因	682	100 (14.66)	39.61 ± 9.35		
社交受限	主要原因	583	187 (32.08)	44.82 ± 11.22	8.792	$p < 0.01^{**}$
	次要原因	1043	158 (15.15)	39.98 ± 9.48		

注: \*代表  $p$  值  $< 0.05$ ; \*\*代表  $p$  值  $< 0.01$ 。

### 3.4. 突发性公共卫生事件下采取封闭式管理模式时大学生焦虑情绪影响因素的多因素 Logistic 回归分析

通过对大学生焦虑情绪影响因素的单因素分析,按照纳入标准( $\alpha = 0.05$ )、排除标准( $\beta = 0.10$ ),以是否焦虑(0 = 无焦虑, 1 = 有焦虑)作为因变量,将专业、年级、目前婚恋情况、有无精神病史、疫情前学校管理模式等 13 个因素作为自变量,调查研究结果显示,研二、有精神病史、疫情前学校管理模式为封闭式、封闭式管理模式、生活质量下降、就业压力、社交受限的大学生焦虑情绪更容易受到影响( $p$  值均  $< 0.05$ ),如表 4 所示。

**Table 4.** Multivariable logistic regression analysis of factors influencing anxiety emotions among college students  
**表 4.** 大学生焦虑情绪影响因素的多因素 Logistic 回归分析

自变量	选项	$\beta$ 值	标准误	Wald $x$ 值	$p$ 值	OR 值(OR 值 95%CI)
专业	非医学					1.00
	医学	-0.20	0.15	1.77	0.18	0.82 (0.61~1.10)
年级	大一					1.00
	大二	0.12	0.20	0.39	0.53	1.13 (0.77~1.66)
	大三	0.29	0.19	2.18	0.14	1.33 (0.91~1.95)
	大四	0.40	0.23	3.05	0.08	1.50 (0.95~2.36)
	大五	0.16	0.49	0.10	0.75	1.17 (0.45~3.03)
	研一	-0.11	0.24	0.19	0.66	0.90 (0.56~1.45)

Continued

	研二	-1.41	0.55	6.53	0.01*	0.25 (0.08~0.72)
	研三	-0.28	0.34	0.69	0.41	0.76 (0.39~1.46)
目前婚恋情况	单身					1.00
	恋爱	0.18	0.14	1.67	0.19	1.20 (0.91~1.59)
	已婚	0.34	0.69	0.24	0.62	1.40 (0.36~5.42)
	离异	0.41	0.95	0.18	0.67	1.51 (0.23~9.77)
精神病史	无					1.00
	有	1.94	0.66	8.78	<0.01**	6.99 (1.93~25.29)
疫情前学校管理模式	开放式					1.00
	封闭式	0.35	0.16	4.56	0.03*	1.41 (1.03~1.94)
封闭式管理模式	次要原因					1.00
	主要原因	0.36	0.15	5.68	0.02*	1.43 (1.07~1.92)
生活质量下降	次要原因					1.00
	主要原因	0.58	0.15	14.59	<0.01**	1.79 (1.33~2.40)
与舍友关系不融洽	次要原因					1.00
	主要原因	0.17	0.19	0.74	0.39	1.18 (0.81~1.73)
不规律作息	次要原因					1.00
	主要原因	0.30	0.15	3.90	0.04*	1.35 (1.00~1.82)
学习计划被打乱	次要原因					1.00
	主要原因	-0.01	0.16	0.00	0.96	0.99 (0.73~1.35)
就业压力	次要原因					1.00
	主要原因	0.33	0.16	4.20	0.04*	1.39 (1.01~1.90)
对家人的担心与思念	次要原因					1.00
	主要原因	0.14	0.15	0.87	0.35	1.15 (0.86~1.55)
社交受限	次要原因					1.00
	主要原因	0.33	0.15	4.89	0.03*	1.39 (1.04~1.87)

注: \*代表  $p$  值  $< 0.05$ ; \*\*代表  $p$  值  $< 0.01$ 。

## 4. 讨论

### 4.1. 突发性公共卫生事件下采取封闭式管理模式时大学生焦虑情绪的一般水平

对比非疫情期间山东省某高校日常调查大学生焦虑自评量表得分  $38.21 \pm 7.88$  (张凤梅等, 2014), 本研究调查对象的焦虑自评量表得分较高, 为  $41.73 \pm 10.40$ , 这说明此次突发性公共卫生事件下采取封闭式管理模式时大学生的焦虑水平明显升高。

本次研究结果显示大部分大学生能够很好地应对突发性公共卫生事件的发生, 对于校园管理模式的改变也能够及时做出自我调整, 但仍有 21.34% 的大学生出现焦虑情绪。此结果显著高于疫情期间吴楠等 (吴楠等, 2021) 报道的某高校返校大学生焦虑症状的检出率 (10.4%) 以及邓蓓等 (邓蓓等, 2021) 报道的武汉市大学生焦虑症状的检出率 (3.48%), 说明不同地域、延迟放假以及封闭式管理等因素对学生们的焦虑情绪可能造成了一定的影响。

## 4.2. 突发性公共卫生事件下采取封闭式管理模式时大学生焦虑情绪的影响因素

### 4.2.1. 专业

本研究表明医学专业的学生焦虑症状检出率低于非医学专业的学生，首先，由于医学生自身专业的特点，能够更好的应对传染病的流行并做好自身的防护；其次，医学生对心理疾病的知识有所了解，具有较高的心理素质，从而减少了医学生焦虑情绪的发生。

### 4.2.2. 婚恋情况

与以往研究(余小杰, 2018)认为处于恋爱中的人不容易出现焦虑情绪不同，本研究结果为处于离异状态的学生焦虑症状检出率最高，其次为恋爱中的学生。这与认为单身学生在疫情恐慌和抑郁的症状明显低于非单身学生结果相似(冯涛, 2020)，这可能是由于离异及恋爱的学生更需要时间陪伴孩子和恋人，封闭式管理使他们正常的交流和相处变得很难，从而导致焦虑情绪的产生。

### 4.2.3. 年级

根据多因素 Logistic 回归分析结果显示，研二的学生相比于其它年级的学生更容易焦虑，这可能是由于此项调查处于研二学生正在开展毕业课题的初期，封闭式管理使其无法及时与导师进行线下的沟通，各项任务都难以完成，既面临毕业课题的设计及撰写压力又面临毕业寻找工作的压力，压力相对于其他年级学生更大一些。这与陈霞(陈霞等, 2021)及王姣锋(王姣锋等, 2019)结果不同，其研究结果分别认为研一焦虑显著大于研二、研三及研三学生的心理水平低于研一。

### 4.2.4. 有无精神病史

有无精神疾病史对大学生焦虑症状的检出率有统计学意义，曾患有精神疾病的大学生比未曾患有精神疾病的大学生更容易出现焦虑情绪，这可能因为焦虑障碍与其他一些精神疾病的遗传易感性相关(Ohi et al., 2020)。

### 4.2.5. 封闭式管理模式导致焦虑情绪的原因

封闭式管理模式会使学生们产生一定的焦虑情绪，此前一项研究发现(张淑玲等, 2005)，处于封闭式管理下的大学生由于“非典”肺炎的不确定性和传染性，人际关系敏感，看问题偏执等因素，使学生们更容易产生恐惧、敌对、焦虑、抑郁等不良情绪。本研究探其原因可能是由于在这种管理模式下大学生失去了以往自由的生活。第一，校园封闭式管理导致学生们像以往一样外出购物吃饭，社交受限，生活质量有所下降；第二，许多大学为避免人群聚集将图书馆及自习室等学习场所进行封闭式管理，导致学习计划被打乱；第三，高校的人际关系矛盾中以宿舍矛盾更为突出，在这个特殊时期，学生大部分时间只能和舍友在一起，由于宿舍的群居性，宿舍成员内部或多或少存在着一些分歧和摩擦，如果不能很好的处理好关系，会对学生的心理健康影响较大(刘畅, 2020)；第四，不规律的作息，昼夜颠倒，缺乏锻炼，都会是焦虑产生的源头，有研究发现适当的体育锻炼能够有效的改善睡眠质量(赵婧怡等, 2020)。

### 4.2.6. 其他

有文献(陈美, 2021; 左方一等, 2022; 冯涛, 2020; 李娟娟等, 2021)结果显示女生焦虑症状检出率高于男生，相对于男生而言，女生更为感性和情绪化，更容易受到外界环境的影响，产生恐怖情绪而引起焦虑情绪(杨媛媛等, 2020)。而本研究结果显示不同性别大学生焦虑症状检出率则无显著差异，与吴怡等(吴怡等, 2020)及陈霞等(陈霞等, 2021)的研究结果也表明不同性别大学生的心理健康情况无明显差异，这表明(非典心理意义调查课题组, 2004)在当代大学生中，女生的感受力和承受力较强，而男生开始对情感情绪的体验比较敏感，表达也相当的开放。研究还显示不同籍贯、居住情况、家庭结构、有无家



族史这些因素对大学生焦虑症状的检出率并无显著差异。

## 5. 结论

总而言之，因为突发性公共事件带来的应激再加上校园管理模式突然的转变，大学生的情绪受到了一定的影响。且目前高校大学生的情绪问题发生率较高，形势严峻。所以，今后政府相关部门及高校辅导员应加强对大学生心理健康的关注，及时干预，避免意外的发生。如可以开展心理健康知识大讲座；设立班级心理委员辅助辅导员时刻排查危险情况；定期对大学生进行线上心理热线咨询；在面对突发性公共卫生事件时，及时关注学生的情绪问题，提供切实的安慰与帮助；为封闭式管理的校园更应及时疏导学生情绪，为学生提供更多有效缓解情绪的方法。关注疫情后大学生的心理问题是目前的重要任务，着重关注具有易感因素的人群，尽可能做出个体化的情绪疏导方案，以提高学生的心理应激、增强自信心，尽快恢复到心理健康状态，回归正常的学习生活轨道。

局限性：本文样本量过少，可能会与现实产生误差，因此在接下来的研究中应当扩大样本量，使研究的结果更加具有代表性；本文还缺少大学生抑郁自评量表，抑郁常与焦虑情绪共存，在今后的研究中应当补充抑郁自评量表，使研究结果更加全面、更加具有参考价值。

## 致 谢

感谢戴尊孝老师、付丹丹老师、我的妈妈以及各位朋友们在问卷发放阶段予以支持和帮助，感谢李奇光老师在论文上写作上予以悉心的指导，感谢辛苦的自己，祝愿大家未来可期，前程似锦。

## 参考文献

- 陈美(2021). 新型冠状病毒肺炎疫情下大学生心理健康状况及影响因素研究. 硕士学位论文, 海口: 海南医学院.
- 陈霞, 刘芳丽, 王莹(2021). 因新冠疫情延迟开学期间某高校大学生心理健康状况及影响因素分析. *中国初级卫生保健*, 35(7), 87-89.
- 邓蓓, 艾亚婷, 胡慧(2021). 新型冠状病毒肺炎疫情期间武汉市大学生焦虑状况及其影响因素. *武汉大学学报(医学版)*, 42(3), 369-372.
- 非典心理意义调查课题组(2004). “非典”心理意义的性别比较. *妇女研究论丛*, (1), 23-27.
- 冯涛(2020). 新型冠状病毒肺炎疫情下大学生心理健康状况调查与分析——以清远职业技术学院为例. *清远职业技术学院学报*, 13(4), 58-65.
- 李娟娟, 杨国愉(2021). 艺术类专业大学生焦虑及抑郁状况的影响因素分析. *校园心理*, 19(6), 494-498.
- 刘畅(2020). 高校大学生和谐宿舍人际关系的构建与思考. *当代教育实践与教学研究*, (14), 215-216.
- 汪向东, 王希林, 马弘(1999). *心理卫生评定量表手册(增订版)*. 中国心理卫生杂志社.
- 王姣锋, 姜鑫, 保志军(2019). 上海某高校医学研究生心理健康评估及其影响因素分析. *中国健康教育*, 35(6), 542-545.
- 温娟娟(2021). 突发性公共卫生事件下大学生心理疏导机制研究. *中国多媒体与网络教学学报(中旬刊)*, (8), 222-224.
- 吴楠, 张婉君, 笃梦雪(2021). 新冠肺炎疫情期间某高校返校大学生抑郁焦虑现状及影响因素. *中国学校卫生*, 42(4), 602-605, 610.
- 吴怡, 韩相如, 钱东福(2020). 新型冠状病毒肺炎疫情期间大学生心理健康状况研究. *中国健康教育*, 36(8), 697-700, 709.
- 杨媛媛, 王悦, 李少闻(2020). 新型冠状病毒肺炎流行期陕西高校学生心理反应及影响因素. *中国学校卫生*, 41(5), 664-667.
- 余小杰(2018). 大学生焦虑调查及对策分析. *科教文汇*, (22), 152-154.
- 张凤梅, 陈建文, 徐恒戡(2014). 山东某高校大学生焦虑抑郁状况分析. *现代预防医学*, 41(13), 2399-2400, 2425.
- 张淑玲, 唐殿强, 阎庆东(2005). 传染性非典型肺炎应激状态下大学生心理健康状况. *中国学校卫生*, 26(4), 322.

- 赵婧怡, 赵玉杰, 周桐(2020). 基于微信平台 and 体育锻炼协同干预对大学生心理健康及睡眠质量的影响. *中国学校卫生*, 41(03), 448-450.
- 周永安(2012). *焦虑自评量表在我国高校大学生中应用的评价研究*. 硕士学位论文, 广州: 南方医科大学.
- 左方一, 王宁(2022). 新冠疫情期间大学生焦虑、抑郁情绪影响因素研究——以北京市部分高校为例. *情报探索*, (1), 41-47.
- Ohi, K., Otowa, T., Shimada, M. et al. (2020). Shared Genetic Etiology between Anxiety Disorders and Psychiatric and Related Intermediate Phenotypes. *Psychological Medicine*, 50, 692-704. <https://doi.org/10.1017/S003329171900059X>