

The Analysis and Countermeasures Research on the Investigation of Freshmen's Mental Health

Chun Yang, Yan Wu, Yan Cheng

Mental Health Education and Consultation Center, Xiangtan University, Xiangtan Hunan
Email: yangchun0129@163.com

Received: Aug. 26th, 2019; accepted: Sep. 16th, 2019; published: Sep. 23rd, 2019

Abstract

7280 freshmen in a university were surveyed with self-reporting Inventory (SCL-90), in order to have the acquaintance of mental health status and possible psychological problems of the freshmen. 54.69% of the freshmen had symptoms, of which 13.56% had moderate or severe symptoms. The top three factors among the moderate or severe symptoms were obsessive-compulsive symptoms, interpersonal sensitivity and depression. In the population variable analysis, some symptoms of female students were significantly higher than those of male students; some symptoms of the singleton were significantly lower than those of non-singleton; all symptoms of the freshmen with left-behind experience were significantly higher than those of students without left-behind experience. The study generally reflects the current situation that the mental health of the freshmen under test is not optimistic. Some countermeasures and suggestions are put forward at the end of the paper.

Keywords

College Freshmen, Investigation of Mental Health, Psychological Problem, Countermeasures

大学新生心理健康普查分析与对策研究

杨 春, 伍 艳, 程 燕

湘潭大学心理健康教育与咨询中心, 湖南 湘潭
Email: yangchun0129@163.com

收稿日期: 2019年8月26日; 录用日期: 2019年9月16日; 发布日期: 2019年9月23日

摘要

采用症状自评量表(SCL-90)对某大学新生7280人进行心理健康普查,旨在了解大学新生的心理健康现状、可能存在的心理问题等。研究发现:有症状的大学新生占总人数的54.69%,其中达到中重度症状的学生人数达13.56%。而在中重症状中,得分位于前三位的因子分别是:强迫症状、人际关系敏感、抑郁。在人口学变量上,女生某些症状表现显著高于男生;独生子女某些症状表现显著低于非独生子女;有留守经历的大学生所有症状均显著高于无留守经历的学生。研究总体反映出接受测试的大学生群体心理健康不容乐观的现状。文末据此提出了针对性的对策建议。

关键词

大学新生, 心理健康普查, 心理问题, 对策

Copyright © 2019 by author(s) and Hans Publishers Inc.

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

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



Open Access

1. 引言

根据著名发展心理学家霍尔的理论,大学生正处于“疾风暴雨”的发展时期,他们情感丰富、强烈、微妙、动荡,也充满了危机。大学生心理危机事件的偶然性、突发性和破坏性决定了心理危机干预的重点不应当仅仅放在危机发生后的及时处理,而应当强调危机发生前的主动预防(王斐&袁莉敏, 2014)。

大学新生心理普查是高校心理危机预防体系的重要组成部分,通过心理普查快速收集学生心理健康数据,在建立心理档案的基础上,一方面筛选可能存在心理问题的学生,进行及时评估干预,防范于未然,另一方面也有助于增强新生的心理健康意识,有针对性地调整自己、完善自己。

以往关于大学新生心理普查的研究有很多,主要集中在大学生心理健康状况分析与教育对策、当前心理普查工作中的困境与突破等方面。比如有研究发现,目前大学生的总体心理健康状况良好,但在强迫、人际关系敏感、偏执、精神病性等方面存在的问题比较突出(林赞歌, 陈志兵, & 邓远平, 2013; 尹红霞&王红菊, 2014)。王志琳(2015)发现大学生心理问题类型既涉及学业焦虑、人际、自我生涯等方面发展性问题,也涉及心境困扰、躯体化不适等矫正性问题,我们需要分类进行跟踪、干预,采取针对性的心理教育措施。

随近些年大学生非正常死亡现象常见诸报端(杨振斌&李焰, 2015),我们还需要更多地了解大学生当前的心理健康状况,尤其是中重度症状,这对早期识别大学生的心理危机,及时做好预防和干预工作具有重要意义。而且国内外使用最广泛的心理健康普查工具症状自评量表 SCL-90 的常模多为金华等人取样于 1986 年的全国样本而制定的,当前的 SCL-90 的因子分均较 1986 年有所提高(胡燕, 2012)。因此,本研究在以往研究基础之上,重点考察 SCL-90 各单个因子严重问题的检出情况,并分析大学新生心理健康状况在人口学变量上的差异,从而为高校的心理健康教育工作提出针对性的建议和对策。

2. 研究对象与方法

2.1. 研究对象

某大学 7280 名新生,其中男生 3347 名(占 45.98%),女生 3933 名(占 50.05%)。年龄介于 14~25 岁之

间,平均年龄 18.06 岁。独生子女 2718 名(占 37.34%),非独生子女 4562 名(占 62.66%)。有留守经历 2815 名(占 38.67%),无留守经历 4465 名(占 61.33%)。

2.2. 研究工具

选取当前高校新生心理普查应用最广的 90 项症状自评量表 SCL-90, SCL-90 是以 Derogatis 1973 年编制的 Hopkins 症状清单为基础,主要从感觉、思维、意识、行为直到生活习惯、人际关系、饮食睡眠等多种角度,评定一个人是否有某种心理症状及其严重程度如何。量表由 90 个项目组成,每一个项目采用 5 级评分制,“1~5”分别表示“从无”、“轻度”、“中度”、“重度”、“极重度”。内容包含躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性及其他 10 个因子。所有施测个体需根据“最近一个星期”的实际感觉对每个题项进行自我评分。该量表的同质性信度为 0.97,各症状的效度系数在 0.77~0.92 之间(陈树林&李凌江, 2003)。

2.3. 研究方法

在新生军训结束一个月后(待学生心绪平静,恢复日常生活学习状态),以院系为单位采用团体网络测试。心理测试系统采用北京奥泰瑞格科技有限公司研发的心理教育信息化管理系统。每个机房配有经过培训的工作人员讲解测试流程及注意事项,测试时间为 30 分钟。所有同学的测试结果保密,并存入学生心理健康档案。

本次测试共有 7270 名学生参加,施测率为 99.86%。剔除因作答态度不认真导致的无效数据 20 份,有效回收 7250 份普查数据,有效施测率为 99.59%。所有数据采用 spss19.0 进行统计分析。

3. 结果与分析

3.1. 大学新生心理健康总体状况

根据 SCL-90 阳性筛选标准,问题检出情况如下:

- 1) 有症状,任一因子分超过 2 者:即任一因子 ≥ 2 ,共检出本科新生 3965 人(男生 1810 人,女生 2155 人),占本科新生总施测人数的 54.69%。
- 2) 有症状,总分达到阳性标准者:即总分 ≥ 160 ,共计筛查出本科新生 1791 人(男生 786 人,女生 1005 人),占本科新生总施测人数的 24.70%。
- 3) 中重度症状,任一因子达到中重度标准者,或总分达到 200 分以上者:即任一因子 ≥ 3 ,或总分 ≥ 200 ,共计筛查出本科新生 983 人(男生 461 人,女生 522 人),占本科新生总施测人数的 13.56%。
- 4) 重点关注因子分达到中重度标准,或第 15 题有中等及以上自杀意念者,或总分达到 200 分以上者:即躯体化因子 ≥ 3 ,或精神病性因子 ≥ 3 ,或抑郁因子 ≥ 3 ,或第 15 题选项为 C/D/E,或总分 ≥ 200 ,共计筛查出本科新生 700 人(男生 324 人,女生 376 人),占本科新生总施测人数的 9.66%。

3.2. SCL-90 各单个因子严重问题的检出情况

对 SCL-90 的各单个因子进行中重度症状的统计,发现学生在强迫症状上的因子分最高,其次为人际关系敏感、抑郁的因子分(参见表 1)。

3.3. 大学新生心理健康状况在人口学变量上的差异

对大学新生做 SCL-90 各个因子在人口学变量(包括性别、是否独生、有无留守经历)上的独立样本差异比较。

Table 1. The detection of severe symptoms of each factor of SCL-90 (N = 7250)
表 1. SCL-90 各单个因子严重问题的检出情况(N = 7250)

因子名称	4 < 因子分 ≤ 3		因子分 ≥ 4		问题检出排序
	人数(男, 女)	百分比	人数(男, 女)	百分比	
强迫症状	571 (272,299)	7.88%	30 (15,15)	0.41%	1
人际关系敏感	386 (189,197)	5.32%	25 (13,12)	0.34%	2
抑郁	202 (92,110)	2.79%	10 (2,8)	0.14%	3
焦虑	162 (69,93)	2.23%	11 (6,5)	0.15%	4
敌对	134 (65,69)	4.02%	13 (6,7)	0.18%	5
偏执	135 (72,63)	1.85%	6 (3,3)	0.08%	6
精神病性	113 (61,52)	1.56%	11 (3,8)	0.15%	7
恐怖	93 (28,65)	1.28%	5 (2,3)	0.07%	8
其他	75 (35,40)	1.03%	5 (1,4)	0.07%	9
躯体化	52 (26,26)	0.72%	2 (0,2)	0.03%	10

1) 性别差异比较

表 2 显示，女生在抑郁、焦虑、恐怖和偏执上的因子得分均显著高于男生，在躯体化、强迫症状上的因子得分边缘显著高于男生($P = 0.07$; $P = 0.06$)。男女生在人际关系敏感、精神病性、敌对以及其他因子上没有统计学差异。

Table 2. The comparison of differences between male and female students on each factor
表 2. 男女生在各个因子上的差异比较

因子名称	男生(M ± SD)	女生(M ± SD)	t
躯体化	1.28 ± 0.38	1.30 ± 0.40	-1.81
强迫症状	1.98 ± 0.64	2.01 ± 0.62	-1.90
人际关系敏感	1.76 ± 0.65	1.75 ± 0.62	0.01
抑郁	1.52 ± 0.55	1.58 ± 0.57	-4.73***
焦虑	1.51 ± 0.51	1.56 ± 0.52	-4.19***
敌对	1.45 ± 0.51	1.44 ± 0.49	1.35
恐怖	1.31 ± 0.42	1.42 ± 0.49	-10.01***
偏执	1.54 ± 0.53	1.49 ± 0.50	4.46***
精神病性	1.51 ± 0.51	1.51 ± 0.48	0.53
其他	1.43 ± 0.47	1.43 ± 0.45	-0.48

(*表示 $p < 0.05$, **表示 $p < 0.01$, ***表示 $p < 0.001$)。

2) 是否独生子女差异比较

表 3 显示，独生子女在强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、恐怖和精神病性因子上的得分显著低于非独生子女，独生子女和非独生子女在躯体化、敌对、偏执和其他因子上没有统计学差异。

3) 有无留守经历大学生的差异比较

表 4 显示，有留守经历的大学新生在所有因子得分上均显著高于无留守经历的大学生。

Table 3. The comparison of differences between whether or not one-child on each factor
表 3. 是否独生子女在各个因子上的差异比较

因子名称	独生子女(M ± SD)	非独生子女(M ± SD)	t
躯体化	1.30 ± 0.40	1.30 ± 0.40	-0.236
强迫症状	1.97 ± 0.63	2.02 ± 0.63	-3.11**
人际关系敏感	1.72 ± 0.64	1.78 ± 0.63	-4.15***
抑郁	1.53 ± 0.56	1.56 ± 0.56	-2.57*
焦虑	1.52 ± 0.52	1.55 ± 0.52	-2.55*
敌对	1.45 ± 0.52	1.44 ± 0.49	1.26
恐怖	1.34 ± 0.44	1.39 ± 0.48	-5.02***
偏执	1.52 ± 0.53	1.51 ± 0.51	1.32
精神病性	1.48 ± 0.49	1.52 ± 0.50	-3.41**
其他	1.43 ± 0.47	1.43 ± 0.46	-0.61

(*表示 $p < 0.05$, **表示 $p < 0.01$, ***表示 $p < 0.001$)。

Table 4. The comparison of differences between students with or without left-behind experience on each factor
表 4. 有无留守经历大学生在各个因子上的差异比较

因子名称	有留守经历(M ± SD)	无留守经历(M ± SD)	t
躯体化	1.34 ± 0.43	1.27 ± 0.38	7.61***
强迫症状	2.09 ± 0.64	1.94 ± 0.61	9.95***
人际关系敏感	1.86 ± 0.65	1.69 ± 0.61	10.88***
抑郁	1.64 ± 0.60	1.49 ± 0.53	10.73***
焦虑	1.61 ± 0.54	1.49 ± 0.50	9.51***
敌对	1.49 ± 0.51	1.41 ± 0.49	6.61***
恐怖	1.43 ± 0.50	1.34 ± 0.44	7.60***
偏执	1.56 ± 0.52	1.49 ± 0.51	5.80***
精神病性	1.58 ± 0.53	1.46 ± 0.47	9.86***
其他	1.48 ± 0.49	1.40 ± 0.44	7.789***

(*表示 $p < 0.05$, **表示 $p < 0.01$, ***表示 $p < 0.001$)。

4. 讨论

4.1. 大学新生较为普遍地存在不同程度的心理不健康症状

根据 SCL-90 的阳性标准,研究者发现有症状的大学新生人数达 54.69%,其中达到中重度症状的学生人数达 13.56%。一方面说明大学新生总体心理健康状况不容乐观,整体心理健康水平呈下降趋势,如果不及时进行有效的心理健康教育与引导,部分学生可能因某些外在刺激或潜在因素发展成为严重心理问题或心理障碍,这与其他高校的调查结果基本一致(刘小玲, 2019; 刘志强, 2016);另一方面也可能存在部分学生对 SCL-90 部分题目存在歧义理解,导致出现一些假阳性情况。胡燕(2012)约谈 198 名新生发现 60%的学生对强迫因子和精神病性因子的理解有偏差,比如“头脑中有不必要的想法或字句盘旋”理解为“经常我在学习的时候会有想去玩耍之类的想法,而这些想法是不必要”,“做事反复检查”多源于检查作业或随身物品有无丢失,但每回检查次数不超过三次,并无强迫与反强迫的失控感。因此作为

高校的心理健康教育工作者,在实施心理健康普查的过程中,应进行规范性指导,对工作人员进行专业训练,从而保证心理健康普查的有效性。

在 SCL-90 的单个因子严重问题(因子 ≥ 3)检出排名中,强迫症状、人际关系、抑郁、焦虑、敌对因子排名前五,这与众多研究者的结果基本一致(林赞歌等, 2013; 尹红霞&王红菊, 2014),说明本科新生对自身行为、人际、情绪方面的困惑相比于其他方面更为突出。

4.2. 大学新生心理健康水平在不同人口学变量上存在显著差异

4.2.1. 女生心理不健康状况总体差于男生

在 SCL-90 的各分维度上,研究者发现女生在抑郁、焦虑、恐怖和偏执因子上的得分均显著高于男生,在躯体化、强迫症状上的因子得分边缘显著高于男生,在其他几个因子上差异不显著,即女生的心理健康状况总体差于男生,这与以往研究一致(刘志强, 2016; 王冰蔚, 2011)。女生的心理问题集中体现在情绪问题和一定的强迫倾向上,研究者认为可能有以下几个方面的原因:其一,从性别的身心发展特点来看。女生情绪易波动可能与女性特殊的生理结构有关,有研究报道,女生月经前期和经期多易出现疲劳和沮丧的情绪。同时与男生相比,女生更关注内在感受和体验,在感觉上更敏感,容易受暗示,注重细节。这些女生特有的生理和心理特征可能会导致女生比男生要面对更多的情绪困扰。其二,从社会客观因素上看,传统文化对中国女性的要求更为严苛,当前社会对女性还存在着一定的认知偏见,因此女性无论是在求学还是求职,包括未来在职场发展上依然面临着巨大的挑战和压力,所以步入大学校园的女生往往对自己要求更高,过度追求完美,同时又因内心缺乏安全感而过分谨慎、反复核对,产生一定的强迫倾向(闫蕾, 丁庆如, 常敏, & 吴佳男, 2015)。

4.2.2. 非独生子女心理不健康程度显著高于独生子女

在是否独生子女变量上,大学新生中独生子女比非独生子女在强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、恐怖和精神病性因子上的得分显著低,两者在躯体化、敌对、偏执和其他因子上没有统计学差异,这与伍淑兰(2018)、张晓文(2001)等的研究结果类似。但关于这一结论一直有所争议。

有研究表明,独生子女在自主性、创造才能、心理成熟和领导才能等积极心理品质上的得分显著高于非独生子女(高永金, 张瑜, & 傅纳, 2017)。这可能源于独生子女大多生活在城市,家庭经济状况相对较好,能够接受良好的教育,充分发挥自己的个性特点,而且独生家庭给予孩子更多的关爱,有更多的时间倾听孩子的困惑和苦恼,当子女遇到困难时能及时帮助其解决,更有利于子女心理健康。而非独生子女多数来自农村,经济状况相对较差,父母对子女的教育和关注相对较少,遇到问题得不到及时化解,从而产生心理上的压力和困扰,容易产生强迫、人际敏感、抑郁、焦虑等症状。孙录、赵静波和梁军林(2005)认为非独生子女的情绪不稳定性、不成熟防御机制和消极应对方式也可能是影响非独生子女心理健康的重要因素。

4.2.3. 有留守经历的大学生心理不健康程度显著高于无留守经历大学生

本研究发现有留守经历的大学生在所有因子得分上显著高于没有留守经历的大学生,这说明留守经历对儿童成年后的心理健康影响较大,这与众多研究结果一致(谢其利, 2017; 杨影&胡荣华, 2017)。从 20 世纪八九十年代起,随着社会的发展和城镇化的加速,越来越多的农村人口进入城市工作,也使得很多孩子与父母分开,成为留守儿童。有童年留守经历的大学生感知到的社会支持尤其是家庭的社会支持较低(谢其利, 宛蓉, & 张睿, 2015),缺乏来自家庭重要他人的积极外部反馈,个体的核心自我评价也比较低(黎建斌&聂衍刚, 2010)。低社会支持和低核心自我评价相互作用,进一步导致心理健康水平下降。

5. 建议与对策

通过本次大学新生心理健康普查,研究者发现第一批零零后大学新生的心理健康状况不容小觑,应及时采取有效的针对措施,促进大学生在校四年健康、全面发展,同时避免出现严重心理危机事件的发生。因此结合以上分析对高校心理健康教育工作提出以下几点建议和对策:

1) 定向开展相关主题的心理健康教育活动。大学新生的心理问题突出表现为强迫倾向、情绪问题和人际交往敏感,应引起心理健康教育工作者的高度重视。一方面针对性地开展相关主题的心理健康教育讲座、团体心理辅导以及心理健康教育宣传等活动,增强新生的心理免疫力,预防相关心理问题的发生;另一方面针对部分已出现明显强迫行为、情绪问题或人际交往问题的学生,可以采取支持性心理治疗、森田疗法和行为疗法等给予矫正,调整人际交往的社会认知偏差,引导其把注意力转移到日常的学习、生活和工作中去。

2) 树立“因性施教”的理念,加强对女生的心理健康教育。“因性施教”的本质其实就是承认并重视男女之间的性别差异,针对女生的特点专门进行女生的心理健康教育,为她们的成长提供帮助和引导。比如为女生开设女性的专题心理健康教育课程,以多种形式开展有益于女生心理健康的课余实践活动,帮助女生增强自信心,克服性别角色刻板化的消极影响,培养良好的心理品质。

3) 加强应对策略训练,矫正不良的防御机制,切实提高非独生子女的心理健康水平。情绪不稳定、不成熟防御机制与消极的应对方式是影响非独生子女心理健康的重要因素,应重点加强非独生子女的人格修养与塑造,同时调整他们的心态,使其以积极的态度与方式看待与处理所面临的问题。

4) 形成“家-校合力”,为有留守经历的大学生构建良好的社会支持系统和外部反馈系统。社会支持系统是影响有留守经历大学生心理健康的重要因素,通过学校、家庭和学生多方共同努力,促进有留守经历的大学生形成积极的自我概念,采用更积极的生活态度和应对方式提高自身心理健康水平。

基金项目

2018年湖南省高校大学生心理健康教育研究会资助项目“大学新生心理普查在危机干预中的有效性研究——以湖南省某高校近三年心理普查数据为例”(编号18A01)的研究成果。

参考文献

- 陈树林,李凌江(2003). SCL-90 信度效度检验和常模的再比较. *中国神经精神疾病杂志*, 29(5), 323-327.
- 高永金,张瑜,傅纳(2017). 初中生积极心理品质发展现状调查. *中国特殊教育*, (9), 89-96.
- 胡燕(2012). SCL-90 用于大学新生心理健康普查的局限性研究. *长春大学学报*, 22(4), 444-447.
- 黎建斌,聂衍刚(2010). 核心自我评价研究的反思与展望. *心理科学进展*, 18(12), 1848-1857.
- 林赞歌,陈志兵,邓远平(2013). 新时期大学新生心理健康问题浅析——以厦门某高校近三年大学新生心理普查数据为例. *集美大学学报(教育科学版)*, 14(3), 21-24.
- 刘小玲(2019). 2015-2018 年大学生心理健康状况调查研究. *济宁学院学报*, 40(2), 84-89.
- 刘志强(2016). 某高职院校新生 2011-2015 年心理健康状况比较. *中国学校卫生*, 37(6), 924-926.
- 孙录,赵静波,梁军林(2005). 非独生高中生心理健康状况及其影响因素. *中国组织工程研究*, 9(8), 72-73.
- 王冰蔚(2011). 性别视野下大学新生心理健康状况分析. *河南科技学院学报*, (3), 96-99.
- 王斐,袁莉敏(2014). 大学新生心理普查有效性研究. *科教文汇(中旬刊)*, (2), 212-213.
- 王志琳(2015). 大学新生心理健康状况的调查与思考. *教育与职业*, (15), 50-52.
- 伍淑兰(2018). 长沙市高职大学生心理健康状况及其影响因素. *中国健康心理学杂志*, 26(1), 139-142.
- 谢其利(2017). 留守流动经历大学生核心自我评价在领悟社会支持和心理健康状况间的中介作用. *中国学校卫生*, 38(3), 381-384.

-
- 谢其利, 宛蓉, 张睿(2015). 农村留守经历大学新生自尊社会支持和应对方式与孤独感的关系. *中国学校卫生*, 36(2), 236-238.
- 闫蕾, 丁庆如, 常敏, 吴佳男(2015). 性别视角下高职女大学生心理健康状况研究. *南京工业职业技术学院学报*, (2), 75-77.
- 杨影, 胡荣华(2017). 留守经历对大学生心理健康的影响研究. *安徽工业大学学报(社会科学版)*, 34(6), 118-119.
- 杨振斌, 李焰(2015). 大学生非正常死亡现象的分析. *心理与行为研究*, 13(5), 698-701.
- 尹红霞, 王红菊(2014). 某农业院校大学新生心理健康的人口学变量分析及教育建议. *黑龙江教育学院学报*, 33(5), 109-110.
- 张晓文(2001). 独生子女与非独生子女大学生个性发展及心理健康状况的比较研究. *南京人口管理干部学院学报*, 17(2), 36-38.