

新冠疫情背景下陕西省大学生心理健康素养现状及影响因素研究

潘寒秋¹, 王翠萍^{2*}

¹西安体育学院研究生部, 陕西 西安

²西安体育学院, 陕西 西安

收稿日期: 2022年9月15日; 录用日期: 2022年10月17日; 发布日期: 2022年10月26日

摘要

目的: 了解新冠疫情背景下大学生心理健康素养现状并探索其影响因素。方法: 使用分层整群随机抽样法, 采用一般资料调查表、国民心理健康素养问卷, 于2022年4月对陕西省1074名大学生进行问卷调查。运用 t 检验、方差分析、多元线性回归进行统计分析。结果: 1) 1030名陕西省大学生心理健康素养均分为 (34.94 ± 10.63) , 处于中等偏低水平, 回答正确率为58.22%。2) 多元线性回归分析结果显示, 资源可获取性($\beta = 0.340, t = 12.132, P < 0.001$)、间接求助经历($\beta = 0.065, t = 2.081, P = 0.038$)、性别($\beta = -0.177, t = -6.138, P < 0.001$)、生源所在地($\beta = 0.082, t = 2.758, P = 0.006$)、专业类别($\beta = 0.082, t = 3.614, P < 0.001$)、专业求助经历($\beta = 0.053, t = 2.066, P < 0.001$)、非专业求助经历($\beta = -0.057, t = -2.132, P = 0.029$)等因素均对大学生心理健康素养水平产生影响, 能够解释其22.3%的变异量。结论: 陕西省大学生心理健康素养处于中偏低水平, 学校层面应针对男生、农村生源大学生、体育类专业大学生等群体开展针对性干预, 并面向全体学生开展与自杀应对相关的知识教育。

关键词

大学生, 心理健康素养, 影响因素

Status of Mental Health Literacy and Influencing Factors of College Students in Shaanxi Province under the Background of COVID-19

Hanqiu Pan¹, Cuiping Wang^{2*}

¹Graduate Department, Xi'an Physical Education University, Xi'an Shaanxi

*通讯作者。

Abstract

Objective: To explore and analyze the mental health literacy and influencing factors of college students in Shaanxi Province through a questionnaire survey, and to provide reference for improving the mental health literacy level of college students. **Methods:** Stratified cluster random sampling method was used to investigate 1074 college students in Shaanxi Province in April 2022 by using the general information questionnaire and National Mental Health Literacy Questionnaire. *t*-test, analysis of variance and multiple linear regression were used for statistical analysis. **Results:** The overall mental health literacy level of students was middle, with a mean score of 34.94 ± 10.63 points and a correct response rate of 58.22%. The results of multiple linear regression analysis showed that accessibility to help resource ($\beta = 0.340, t = 12.132, P < 0.001$), indirect help-seeking experience ($\beta = 0.065, t = 2.081, P = 0.038$), gender ($\beta = -0.177, t = -6.138, P < 0.001$), family location ($\beta = 0.082, t = 2.758, P = 0.006$), academic directions ($\beta = 0.082, t = 3.614, P < 0.001$), professional helping behavior ($\beta = 0.053, t = 2.066, P < 0.001$), unprofessional helping behavior ($\beta = -0.057, t = -2.132, P = 0.029$) had an impact on students' mental health literacy, which could explain 22.3% of the variation. **Conclusions:** The mental health literacy of college students in Shaanxi Province is at a medium and low level. Targeted intervention should be carried out for male students, rural students and college students majoring in sports, and knowledge education related to suicide coping should be carried out for all students.

Keywords

College Students, Mental Health Literacy, Influencing Factor

Copyright © 2022 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

大学生心理健康问题一直受到政府和各级各类教育主管部门的关注和重视。特别是新冠肺炎这一公共卫生事件造成了许多人身心行为的改变, 目前疫情防控也呈常态化趋势, 此阶段个体心理行为表现也不容忽视。研究发现, 存在困扰或心理障碍的学生若及时寻求专业心理帮助, 问题会在一定程度得到缓解或康复。目前各类高校都开设了心理健康教育课程, 设立了专门的心理咨询机构, 由专业的专兼职工作人员为大学生提供心理健康服务, 但多项调查(Hunt, 2014; 徐璐, 全莉娟, 2013; 秦向荣, 马莹, 2014; 李凤兰等, 2016)显示, 大学生专业求助行为的发生率并不高。影响大学生专业求助行为的因素很多, 如心理健康知识的缺乏、心理疾病污名化、病耻感等, 而这些因素均与个体的心理健康素养有关。因此, 提升个体心理健康素养水平, 促进大学生专业心理求助行为是当前学校心理健康服务部门的首要工作。为使工作真正落到实处, 富有成效, 必须先了解其现状及特点, 基于此, 本研究以江光荣等人(2020)所确立的心理健康素养新结构为框架, 以陕西省大学生为调查对象, 了解其心理健康素养的现状, 分析影响因素, 以期为提升大学生心理健康素养水平提供干预思路。

2. 对象与方法

2.1. 对象

采用分层整群随机抽样方法, 于 2022 年 4 月抽取 5 所陕西省内的高校, 所有调查对象均知情同意。共发放问卷 1074 份, 剔除用时较少和用时较多等无效问卷后, 回收有效问卷 1030 份, 回收有效率为 95.90%, 其中男生 570 人(55.3%), 女生 460 人(44.7%); 城市生源学生 320 人(31.1%), 城镇 185 人(18%), 农村 525 人(51%); 大一年级 333 人(42.04%), 大二年级 306 人(29.7%), 大三年级 257 人(15.2%), 大四年级 134 人(13.01%); 独生子女 330 人(32%), 非独生子女 700 人(68%), 理工类学生 678 人(65.8%), 文艺类(包括文科类和艺术类学生) 163 人(15.83%), 体育类学生 189 人(18.3%)。

2.2. 方法

一般资料调查表: 包括性别、年级、生源地、是否独生、专业类别、直接求助经历、间接求助经历、资源可获取性。其中, 直接求助经历则包括专业求助和非专业求助, 分别由一个问题组成: 是否因为心理困扰寻求过专业心理咨询帮助? 是否因为心理困扰寻求过非专业心理咨询帮助, 选“是”得 1 分, “否”得 0 分(纪晓纹, 2013)。

采用吴珏等人(2018)编制的国民心理卫生素养问卷, 该问卷包括心理健康的知识和观念、心理疾病的知识和观念、对待心理疾病的态度、应对心理疾病的行为、维护心理健康的行为、对待心理健康的态度, 共 6 个维度。其中 1~30 题采用 0、1 计分; 31~60 题采用 Likert5 点计分, 分数越高, 心理健康素养水平越高。

2.3. 统计学方法

采用 SPSS25.0 统计分析软件, 两组间比较采用 *t* 检验, 两组以上比较采用 *F* 检验; 采用多元线性回归分析检验其影响因素。

3. 结果

3.1. 大学生心理健康素养水平现状

从表 1 可以看出, 大学生关于心理健康的相关知识和观念的得分高于心理疾病的相关知识和观念, 且关于心理健康的相关知识和观念处于中等偏上水平(取值范围 0~1)。剩下的四个维度中, 心理健康的态度得分最高, 其次是对待心理疾病的态度, 然后是应对心理健康的行为, 得分最低的是应对心理疾病的行为, 但四者均处于中等稍偏上水平(取值范围 1~5)。心理健康素养总分均值为(34.94 ± 10.63), 处于中偏低水平, 回答正确率为 58.22%。

Table 1. Descriptive statistical results of college students' mental health literacy and various dimensions (n = 1030)

表 1. 大学生在心理健康素养及各维度的描述性统计结果(n = 1030)

维度	Min	Max	m ± sd	回答正确率
M1	0.00	1.00	0.58 ± 0.19	57.94%
M2	0.00	1.00	0.74 ± 0.25	74.02%
M3	2.14	5.00	3.71 ± 0.54	59.53%
M4	2.17	5.00	3.78 ± 0.53	65.52%

Continued

M5	2.33	4.67	3.35 ± 0.38	46.38%
M6	1.80	5.00	3.42 ± 0.53	48.82%
MHT	0.00	0.93	0.58 ± 0.18	58.22%

注 1: M1 为心理疾病的相关知识和观念; M2 为心理健康的相关知识和观念; M3 为对待心理疾病的态度; M4 为对待心理健康的态度; M5 为应对心理疾病的行为; M6 为维护心理健康的行为; MHT 为心理健康素养; 注 2: 回答正确率为指维度内各条目通过率的平均值。

3.2. 不同组别大学生心理健康素养得分比较

从表 2 可以看出,除了是否独生及年级之间不存在显著性差异外,在性别、生源地及专业类别上均存在显著性差异,具体表现为女生的心理健康素养得分显著高于男生($P < 0.001$),农村大学生心理健康素养得分显著低于城市大学生低分($P < 0.05$),显著低于城镇大学生得分($P < 0.05$),但城市与城镇大学生之间在心理健康素养上的得分差异未达统计学显著水平($P > 0.05$);体育类大学生心理健康素养得分显著低于理工类大学生低于文科艺术类大学生,但理工类和文艺类大学生在心理健康素养得分上未达显著性差异($P > 0.05$)。

Table 2. Comparison of scores of mental health literacy and various dimensions of college students in different groups
表 2. 不同组别大学生心理健康素养及各维度的得分比较

项目	组别	例数	m ± sd	统计量	P 值
性别	男	570	0.54 ± 0.19	$t = -7.593$	<0.001
	女	460	0.63 ± 0.15		
是否独生	独生	330	0.59 ± 0.18	$t = 1.304$	0.193
	非独生	700	0.58 ± 0.17		
生源地	城市	320	0.60 ± 0.18	$F = 5.269$	0.005
	城镇	185	0.61 ± 0.16		
	农村	525	0.57 ± 0.18		
年级	大一	333	0.57 ± 0.18	$F = 2.329$	0.073
	大二	306	0.60 ± 0.17		
	大三	257	0.59 ± 0.17		
	大四	134	0.62 ± 0.17		
专业	理工类	678	0.60 ± 0.16	$F = 24.002$	<0.001
	文艺类	163	0.60 ± 0.17		
	体育类	189	0.50 ± 0.20		

3.3. 大学生间接求助经历、直接求助经历、和资源可获取性与心理健康素养的相关分析

从表 3 可以看出, 大学生心理健康素养与直接求助经历、间接求助经历和资源可获取性均存在显著正相关($P < 0.001$)。

Table 3. Correlation analysis of help seeking experience, direct help seeking experience, resource availability and mental health literacy

表 3. 求助经历、直接求助经历、资源可获取性与心理健康素养的相关分析

	间接求助经历	直接求助经历	资源可获取性
心理健康素养	0.152***	0.123***	0.379***

注: *** $P < 0.001$ 。

3.4. 大学生心理健康素养水平的多元线性回归分析

以心理健康素养为因变量, 将生源地、专业类别变量进行哑变量设置并作为自变量进行多元回归分析。结果显示, 资源可获取性、间接求助经历、性别、生源地、专业类别、专业心理求助经历和非专业求助经历等变量能够对大学生心理健康素养水平产生影响, 可解释其 22.3% 的变异性(见表 4)。

Table 4. Multiple linear regression analysis of college students' mental health literacy

表 4. 大学生心理健康素养水平的多元线性回归分析

因素	B	SE	β	t	P
常量	0.379	0.019		20.171	
资源可获取性	0.187	0.015	0.340	12.132	
间接求助经历	0.033	0.016	0.065	2.081	
性别: 女(参照组)					
男	-0.063	0.010	-0.177	-6.138	
生源地: 农村(参照组)					
城市	0.031	0.011	0.082	2.758	
城镇	0.026	0.013	0.056	1.901	
专业: 体育类(参照组)					
理工类	0.076	0.013	0.204	5.809	
文艺类	0.046	0.017	0.094	2.610	
专业求助经历: 是(参照组)					
否	-0.041	0.019	-0.068	-2.189	
非专业求助经历: 否(参照)					
是	0.033	0.013	0.082	2.619	

注: $R^2 = 0.230$, 调整后 $R^2 = 0.223$, $F = 33.897$, $P < 0.001$ 。

4. 讨论

4.1. 大学生心理健康素养的基本情况

本研究结果显示, 陕西省大学生心理健康素养总分为 (34.94 ± 10.63) , 低于我国居民心理健康素养得分 (35.81 ± 8.06) , 处于中等稍低水平。心理健康的相关知识和观念的得分高于心理疾病的相关知识和观念, 这与杨钰立等(2021)对于中学生的调查结果一致, 但两项得分均高于中学生, 可能是因为相比较于中学, 目前各级各类高校都开设了大学生心理健康教育课程, 且日常校园活动, 如“325”、“525”活动日、活动周或活动月也都围绕心理健康这一主题来展开, 使得大学生对于心理健康的知识和观念储备较多, 而对于心理疾病的知识和观念获取的信息相对匮乏。另外四个维度中, 对心理健康的态度得分最高, 其次是对心理疾病的态度得分, 然后是应对心理健康的行为, 得分最低的是应对心理疾病的行为, 说明大学生在应对心理健康和心理疾病的态度比较积极, 但应对行为还有待促进。心理健康促进素养高于心理疾病应对这与江光荣等(2021)研究结果一致。

在与自杀有关的两个题目上回答正确率最低, 仅为 15.9%和 8.2%虽略高于我国居民回答正确率(13.3%和 4.3%), 但也同样说明陕西省大学生缺乏与自杀应对相关的知识储备。

4.2. 陕西省大学生心理健康素养的影响因素

4.2.1. 个人基本情况

本研究结果显示, 性别、生源地、专业类别是影响大学生心理健康素养的重要变量。其中, 女生的心理健康素养高于男生, 这与杨钰立等(2021)对中学生的研究结论一致, 也与孙斌(2021)、Furnham 等(2014)对中学生的研究结果一致。这可能与两性应对问题的方式不同有关, 在面对困扰时女生较男生有着更高的求助意向和更积极的求助态度, 男生一般习惯于独自应对(Tay et al., 2018; Cotton et al., 2006)。生源地方面, 城市与城镇大学生的心理健康素养得分均显著高于农村大学生, 这也与杨钰立等对中学生的研究结论一致, 可能是相对城市和城镇, 出身于农村的大学生拥有的心理健康教育资源相对较少。

4.2.2. 个人经历、资源环境

本次研究表明, 在影响心理健康素养的众多因素中, 资源可获取性首先进入回归方程, 其次是间接求助经历, 这也与以往研究较为一致, 有研究显示个人经验、接触史、社会文化环境、教育环境等对心理健康素养也会有影响(Gibbons, 2015)。这说明拥有丰富的心理健康教育的资源, 如心理咨询中心机构的设置、心理健康教育课程的安排、专兼职的心理咨询师专业性、心理健康教育宣传栏的宣传、相关活动的信息输出、个人直接的求助经验、他人的求助经历等, 在这样一个环境下, 学生自然而然获取了丰富的心理健康和心理疾病方面的知识, 有了端正的应对心理健康和心理疾病的态度和正确的应对行为。

综上所述, 学校层面应针对男生、农村生源大学生、体育类专业大学生等群体开展针对性干预, 同时应面向全体学生开展与自杀应对相关的知识教育, 以提高大学生心理健康素养水平。

基金项目

2021 年陕西省创新能力支撑计划软科学一般项目(编号: 2021KRM107)。

参考文献

- 纪晓纹(2013). *心理咨询情境相关因素对大学生心理求助意愿和行为的影响*. 硕士学位论文, 南京: 南京师范大学.
- 江光荣, 李丹阳, 任志洪, 等(2021). 中国国民心理健康素养的现状与特点. *心理学报*, 53(2), 182-198.
- 江光荣, 赵春晓, 韦辉, 等(2020). 心理健康素养: 内涵、测量与新概念框架. *心理科学*, 43(1), 232-238.

- 李凤兰, 周春晓, 董虹媛(2016). 面临心理问题的大学生的心理求助行为研究. *国家教育行政学院学报*, 8(6), 72-79.
- 秦向荣, 马莹(2014). 大学生专业性心理求助的现状及其思考——基于上海市1139名大学生的实证研究. *高校辅导员学刊*, 6(2), 92-96.
- 孙斌, 侯金波, 刘陈陵(2021). 课程教学对大学新生心理健康素养的影响. *中国学校卫生*, 42(4), 587-592.
- 吴珏, 朱旭, 李艳青, 刘光大, 张灵楷, 张衍, 江光荣(2018). 国民心理卫生素养问卷的编制. 见 *第二十一届全国心理学学术会议*(p. 105).
- 徐璐, 全莉娟. 大学生心理求助调查研究. 见 *心理学与创新能力提升——第十六届全国心理学学术会议论文集*(pp. 1779-1780).
- 杨钰立, 陈泓桦, 王玲莉, 杜美杰, 苟双玉, 张宛筑(2021). 贵州省中学生心理健康素养现状及影响因素分析. *现代预防医学*, 48(22), 4085-4089.
- Cotton, S. M., Wright, A., Harris, M. G. et al. (2006). Influence of Gender on Mental Health Literacy in Young Australians. *The Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 40, 790-796. <https://doi.org/10.1080/j.1440-1614.2006.01885.x>
- Furnham, A., Annis, J., & Cleridou, K. (2014). Gender Differences in the Mental Health Literacy of Young People. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 26, 283-292. <https://doi.org/10.1515/ijamh-2013-0301>
- Gibbons, J. R., Thorsteinsson, E. B. et al. (2015). Beliefs and Attitudes towards Mental Illness: An Examination of the Sex Differences in Mental Health Literacy in a Community Sample. *PeerJ*, 3, e1004. <https://doi.org/10.7717/peerj.1004>
- Gorczynski, P., Sims-Schouten, W. et al. (2017). Examining Mental Health Literacy, Help Seeking Behaviors and Mental Health Outcomes in UK University Students. *The Journal of Mental Health Training, Education and Practice*, 12, 111-120. <https://doi.org/10.1108/JMHTEP-05-2016-0027>
- Hunt, J. et al. (2014). Mental Health Problems and Help-Seeking Behavior among College Students. *Journal Adolescent Health*, 46, 3-10. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.08.008>
- Tay, J. L., Tay, Y. F., & Klainin-Yobas, P. (2018). Mental Health Literacy Levels. *Archives of Psychiatric Nursing*, 32, 757-763. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2018.04.007>