

疫情常态化防控下大学生的疾病感知和负性情绪反应对生活适应影响的研究

孙 茹

北京联合大学, 北京

收稿日期: 2022年6月9日; 录用日期: 2022年6月30日; 发布日期: 2022年7月13日

摘 要

在新冠肺炎疫情转入常态化防控阶段后, 整个社会各行各业都面临着如何适应疫情常态化的挑战。其中, 教育活动也受到影响, 大学生在疫情中处于心理应激状态, 部分大学生对疾病的感知更加敏感, 负性情绪增加, 精神或心理障碍发病率上升。目的: 探讨新冠肺炎疫情后, 大学生对于疾病的感知程度、负性情绪反应对生活适应的影响。方法: 使用《新冠追踪调查问卷》对108名大学生进行调查, SPSS统计软件做t检验相关分析和多元回归分析。结果: 大学生的疾病感知、负性反应和生活适应三者之间存在显著性正相关, 疾病感知可以显著预测生活适应, 而负性情绪反应、性别以及年级对生活适应的预测均未达到显著性水平。结论: 大学生的疾病感知程度越高, 负性情绪的反应程度越大, 换言之, 负性情绪的反应程度越大, 疾病感知程度越高。疾病感知程度越高, 疫情对生活的影响越大, 越难以适应生活; 负性情绪的反应越大, 对疫情情况越是担心, 越难以适应生活。同时, 越难以适应生活的大学生, 负性情绪的反应也越大。

关键词

新冠肺炎疫情, 疾病感知, 负性情绪反应, 大学生生活适应

A Study of the Impact of College Students' Perceptions of Illness and Negative Emotional Reactions on Life Adaptation under the Normalized Prevention and Control of the Novel Coronavirus Pneumonia Epidemic

Ru Sun

Abstract

After the epidemic shifted to a normalized prevention and control phase, the entire society in all sectors faced the challenge of adapting to the normalization of the epidemic. Educational activities were also affected, and college students were in a state of psychological stress during the epidemic, with some of them becoming more sensitive to the perception of the disease, increasing negative emotions, and increasing the incidence of mental or psychological disorders. Purpose: To investigate the effects of college students' perceived degree of illness and negative emotional reactions on life adaptation after COVID-19. Methods: 108 college students were surveyed using COVID-19 Tracking Questionnaire, and SPSS statistical software did t-test correlation analysis and multiple regression analysis. Results: There is a significant positive correlation between illness perception, negative response and life adaptation among college students. Sickness perception significantly predicted life adjustment, while negative emotional response, gender, and grade level did not reach significance levels for life adjustment. Conclusion: If college students are more sensitive to illness perceptions, then their negative emotional responses are greater. In other words, if college students have greater negative emotional reactions, then the more pronounced their illness perceptions will be. College students with high sensitivity to illness perceptions also perceive the epidemic as having a greater impact on their lives, and thus adapting to life becomes difficult. College students who have strong negative emotional reactions are more worried about the epidemic situation and have more difficulty adapting to life. At the same time, college students who have difficulty adapting to life have more pronounced negative emotional reactions.

Keywords

COVID-19, Illness Perception, Negative Emotional Reactions, College Students' Life Adaptation

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

新冠肺炎疫情把人类社会推入了一系列危机之中,作为突发性公共卫生事件对社会公众的身体健康及心理状况都产生了巨大影响,受到学术研究的广泛关注。新冠肺炎疫情这场多维的危机威胁着社会公众卫生安全的同时也影响着经济、教育和日常生活等多方面,每个人对其感知的程度可能不尽相同,但是每个人都身处其中。疾病感知(illness perception)包含人们在症状、病痛感、疾病、医疗状况和健康威胁方面所持有的知识和信念,它是人们对这些条件的主观理解(Leventhal et al., 1980)。在 Leventhal 的常识自我调节模型(The Common Sense Model, CSM)中,当一个人面对与健康有关的内部刺激(比如身体不适)或外部刺激(比如通过各种途径听到新型冠状病毒的危害),象征危险的心理表征就会出现,这种心理表征不仅包括和健康问题相关的认知表征(cognitive representation),也包括由此引发的恐惧、焦虑等情绪表征(emotional representation)。以往关于疾病感知的研究对象大都是患有某种疾病的人群,研究领域主要涉及医学,关于公共卫生事件对未患病人群的影响研究较少。学生群体在疫情防控期间亲历了长时间的居家

隔离和网课生活,这对学生以往生活和学习经验而言出现了许多的挑战,身心都受到不同程度的影响。风险认知是一种心理结构,受有关特定疾病或条件的现有信息和一些社会心理变量的影响。在新冠肺炎疫情大流行的背景下,了解大学生对疾病的看法和他们随后的行为是很重要的。本研究将大学生群体作为研究对象,主要关注情绪表征,研究疾病感知对心理和生活的影响。

分析人们在危机事件下的风险感知与行为表现对于政府突发事件的管理和应对具有重要现实意义(李婷婷,田芯,2021)。在关于波兰人口四个年龄组的抑郁症和普遍焦虑症状水平的差异的研究中,18~29岁和30~44岁的年轻人的抑郁症和广泛性焦虑症状水平高于45~59岁和60~85岁的中老年人(Gambin et al., 2021)。心理学上将焦虑、紧张、愤怒、沮丧、悲伤、痛苦等情绪统称为负性情绪(negative emotion),又称为负面情绪,此类情绪体验是不积极的,也会有不适的肢体感受,甚至会影响工作和生活的正常运作,进而有可能引起身心的双重伤害。有实证研究表明,疫情防控常态化背景下,压力感知能够直接或间接通过负性情绪影响女大学生的焦虑水平(牛雪婷等,2021)。压力感知、负性情绪反应与焦虑水平有着显著的性别差异,女大学生压力感知程度越高,负性情绪反应越大,学生焦虑水平越高。也有研究表明,新冠肺炎疫情发生后学生的心理健康、疾病感知、焦虑和抑郁症状之间存在显著的负相关,疾病感知发展为精神障碍,包括焦虑和抑郁,使个体的心理健康下降(Aqeel et al., 2022)。以上研究表明,大学生对新冠肺炎疫情的感知与负性情绪反应有相关性,甚至会影响心理健康水平。针对大学生群体在疫情下的疾病感知与行为表现进行研究分析对于社会和学校的管理工作具有深远意义。

研究分析公共突发事件下大学生的心理适应性不理想,建议动态关注大学生的心理适应性,加强心理健康教育(张世娟等,2021)。综上所述,新冠肺炎疫情防控常态化阶段,大学生对于疾病的感知、负性情绪反应是否对生活适应有着某些影响,是本文所要探索的问题所在。为积极关注大学生心理健康发展,开展心理健康教育活动做实践与理论的铺垫。

2. 研究方法

2.1. 被试

被试为某大学心理学系2019级大二学生(40人)、2017级大四学生(61人),以及研究生(7人)。由于研究生人数较少,不足10个,考虑把三个年级分为低年级(2019级大二学生40人)和高年级(2017级大四学生和研究生,一共68人)。

采用的是线上问卷调查的方法,匿名进行,每次数据通过“ID”这个变量匹配被试,ID并非学号,只是每个被试随机分配到的编号(例如,某同学在第一次问卷中ID号是121号,那么每次问卷中121号被试都是同一个人),这样做到前后测的匹配,同时匿名保护隐私。

这是一项追踪调查,先后对这108位被试进行了9次的追踪调查,其中第1次、第8次、第9次数据有关于性别数据的调查。第1次数据的统计是在新冠疫情爆发后的一个半月左右,第8次数据是在疫情出现五个月后大环境得到控制的阶段测得的,第9次数据是在2020年6月中旬北京出现疫情反弹进行的统计,第1次和第9次两次数据具有一定的特殊性。由于本研究想对比疾病感知和负性情绪反应对生活适应影响是否存在男女性别差异,以及研究疫情转入常态化防控阶段后各变量的作用机制,因此选择了第8次追踪调查的数据。

2.2. 工具

2.2.1. 疾病感知

《新冠追踪调查问卷》对新冠以及其他常见疾病的严重程度的感知的反应(例如,如果(假设)你感染新冠病毒,你觉得算严重的事情吗?),Cronbach's α 系数为0.813。选项一共有十项(1 = 完全没事,4 = 有

些严重, 7 = 较为严重, 10 = 极其严重), 计分方式将 4 道题的分数相加得到总分, 总分范围是 4~40 分, 分值越高, 疾病感知程度越高。

2.2.2. 负性情绪反应

《新冠追踪调查问卷》关于新冠疫情的担忧负性反应方面的问题(例如, 你担心自己感染新冠病毒吗? 不幸感染新冠病毒, 你会担心自己会死掉吗?), Cronbach's α 系数为 0.686。选项一共有十项(1 = 极不担心, 4 = 有些担心, 7 = 较强担心, 10 = 极其担心), 计分方式将 2 道题的分数相加得到总分, 总分范围是 2~20 分, 分值越高, 担忧程度越高, 负性反应越大。

2.2.3. 生活适应影响

《新冠追踪调查问卷》关于新冠对生活的改变方面的问题(例如, 目前, 疫情对你的影响大吗? 疫情改变你原有生活或工作计划的程度如何?), Cronbach's α 系数为 0.867。选项一共有十项(1 = 极无影响, 4 = 有些影响, 7 = 较强影响, 10 = 极其影响), 计分方式将 2 道题的分数相加得到总分, 总分范围是 2~20 分, 分值越高, 新冠对当前生活的改变越大, 对生活适应影响越大。

2.3. 研究过程

采用线上问卷法的形式, 对被试的疾病感知、负性情绪反应和生活适应影响等方面进行测量统计与分析。

2.4. 数据处理

本次研究将问卷的全部数据录入到 SPSS21.0 程序中进行统计与分析。

3. 结果

3.1. 疾病感知、负性情绪、生活适应的性别差异

Table 1. Gender differences in illness perception, negative emotions, and life adaptation
表 1. 疾病感知、负性情绪、生活适应的性别差异

	男生(n = 23)		女生(n = 85)		<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
疾病感知	20.43	6.67	19.73	6.30	0.471	0.639
负性情绪	5.61	2.35	6.50	3.24	-1.240	0.218
生活适应	10.00	4.19	9.62	3.37	0.451	0.653

通过表 1 所示的数据可知, 疫情影响下大学生的疾病感知、负性情绪、生活适应方面皆没有显示出显著的性别差异。

3.2. 低年级与高年级疾病感知、负性情绪、生活适应的差异

通过表 2 所示的数据可知, 疫情影响下大学生的疾病感知、负性情绪、生活适应方面皆没有显示出显著的年级差异。

3.3. 疾病感知、负性情绪、生活适应的相关关系

由表 3 所显示的数据结果可知, 大学生的疾病感知与负性情绪存在显著性正相关($r = 0.585, p < 0.001$), 即疾病感知程度越高, 负性情绪的反应程度越大, 换言之负性情绪的反应程度越大, 疾病感知程度越高也可成立; 大学生的疾病感知情况与生活适应情况之间存在显著性正相关($r = 0.351, p < 0.001$), 即

疾病感知程度越高, 疫情对生活的影响越大, 越难以适应生活; 大学生的负性情绪反应与生活适应影响之间存在显著性正相关($r = 0.342, p < 0.001$), 即负性情绪的反应越大, 对疫情情况越是担心, 越难以适应生活, 换言之, 越难以适应生活, 负性情绪的反应也越大。

Table 2. Grade differences in illness perception, negative emotions, and life adaptation

表 2. 疾病感知、负性情绪、生活适应的年级差异

	高年级(n = 40)		低年级(n = 68)		<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
疾病感知	19.88	7.90	19.88	5.31	-0.006	0.995
负性情绪	7.13	3.69	5.84	2.58	2.126	0.036
生活适应	10.28	3.72	9.37	3.42	1.290	0.200

Table 3. Analysis of the correlation between illness perception, negative emotions, and life adaptation

表 3. 疾病感知、负性情绪、生活适应之间的相关分析

	疾病感知	负性情绪	生活适应
疾病感知	1		
负性情绪	0.585**	1	
生活适应	0.351**	0.342**	1

注: **表示在 0.01 水平上显著相关。

3.4. 对生活适应的回归分析

首先, 对生活适应进行了回归分析, 结果如表 4 所示。

Table 4. Multiple regression analysis of life adaptation

表 4. 对生活适应的多元回归分析

	<i>B</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>	ΔR^2
疾病感知	0.131	0.235	2.071	0.041	
负性情绪	0.222	0.194	1.663	0.099	
性别	-0.538	-0.063	-0.681	0.497	
年级	-0.655	-0.090	-0.963	0.338	0.130

多元回归分析表明, 以疾病感知度、负性反应、性别以及年级为预测变量(自变量), 生活适应为因变量做回归分析, $R^2 = 0.130, F(4, 107) = 5.005, p = 0.001$ 。其中, 只有疾病感知度的得分显著地预测生活适应($\beta = 0.235, p = 0.001$)。结果表明, 疾病感知可以显著预测生活适应, 而负性情绪、性别以及年级对生活适应的预测均未达到显著性水平。本研究样本均来自于心理学系学生, 研究结果数据显示负性情绪对生活适应的影响不显著, 可能与心理学专业教育背景的影响有关, 心理系学生可能拥有更强关于积极调节情绪的能力, 在学生意识到负性情绪反应的发生时能够积极处理, 从而负性情绪并不会对学生的生活适应造成很大的影响。

4. 讨论

疫情常态化防控期间, 大学生的疾病感知、负性情绪、生活适应方面皆没有显示出显著的性别差异; 疫情影响下大学生的疾病感知、负性情绪、生活适应方面皆没有显示出显著的年级差异; 大学生的疾病

感知、负性反应和生活适应三者之间存在显著性正相关；疾病感知可以显著正向预测生活适应问题。因此，大学生的疾病感知程度越高，负性情绪的反应程度越大，换言之，负性情绪的反应程度越大，疾病感知程度越高；疾病感知程度越高，疫情对生活的影响越大，越难以适应生活；负性情绪的反应越大，对疫情情况越是担心，越难以适应生活；同时，越难以适应生活的大学生，负性情绪的反应也越大。

陈蓓婧等人关于新型冠状病毒肺炎疫情早期大学生的情绪状态、发展趋势、来源及影响的研究表明，大学生在疫情早期以高兴情绪为主，但存在一定程度的负性情绪，情绪由多种原因导致且受风险认知、情绪调节、情绪表达等因素影响，随着疫情的逐步控制，负面情绪水平逐渐下降(陈蓓婧等, 2020)。当患者感知到疾病威胁时，他们会根据当前的经验、外部社会环境和过去疾病经历，形成目前面对疾病或症状的认知和情感感知，从而促进患者形成不同的心理应对方式(Leventhal et al., 1980)。疫情防控常态化阶段，疫情得到很好的控制，社会应急措施完善化，大学生的负性情绪会逐渐减轻，加之对疫情风险和患病后果的了解逐渐清晰，大学生的生活适应性会增强。因此，学校层面要引导大学生树立正确的疫情认知和疾病感知，进行合理的情绪调节和表达，从而更好地适应疫情防控常态化下的生活。

周洁关于新冠疫情期间大学生体育锻炼水平与焦虑情绪关系的研究表明，大学生在疫情期间焦虑程度高于常模，平时以及疫情期间经常锻炼的大学生群体焦虑程度均低于非经常锻炼大学生群体(周洁, 2020)。经常参与适合自身情况的体育锻炼，可以在一定程度上调节负性情绪，尤其在封校期间安全合理的体育活动尤为重要，大学生心理健康教育辅导工作可以落实到班级单位，进行面向全体在校生高效的心理团体辅导活动。

在新型冠状病毒肺炎常态化防控期间，更应重视对高校学生的心理健康教育工作的开展(杨媛媛等, 2020)。重大疫情导致部分大学生出现创伤后应激症状，而良好的社会支持和控制感，以及恰当的应对策略，有利于减轻疫情对大学生心理造成的不利影响(廖文娜等, 2022)。学校实行分级管理和监控，及时发现学生的心理波动和问题苗头并进行干预，给予学生生活和心理上的支持帮助，减少学生的恐慌以及其他不良心理反应的发生。

参考文献

- 陈蓓婧, 袁媛, 孙笑笑, 陈沼桦, 谢菲, 沈思彤, 戴琴(2020). 新型冠状病毒肺炎疫情早期大学生的情绪状态、发展趋势、来源及影响. *中国健康心理学杂志*, 28(11), 1646-1654.
- 李婷婷, 田芯(2021). 新冠疫情下民众的风险感知对预防行为的影响: 政府信任的调节效应研究. *大连海事大学学报(社会科学版)*, 20(3), 88-93.
- 廖文娜, 罗向晗, 叶增杰(2022). 新型冠状病毒肺炎疫情下大学生社会支持与创伤后应激症状的关系: 控制感与回避型应对策略的链式多重中介作用. *中国健康心理学杂志*, 30(6), 914-920.
- 牛雪婷, 李汉学, 李菁(2021). 新冠疫情防控常态化背景下女大学生的压力感知对焦虑水平的影响: 一个有调节的中介模型. *中国健康心理学杂志*, 29(11), 1622-1626.
- 杨媛媛, 王悦, 李少闻, 雷晓梅, 杨玉凤(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.
- 张世娟, 王欣, 廖峻(2021). 公共突发事件下大学生心理适应性及应对措施——基于云南高校学生的调查. *山东农业工程学院学报*, 38(6), 99-102.
- 周洁(2020). 新冠疫情期间大学生体育锻炼水平与焦虑情绪关系的研究. *南京体育学院学报*, 19(10), 58-61.
- Aqeel, M., Abbas, J., Shuja, K. H., Rehna, T., Ziapour, A., Yousaf, I., & Karamat, T. (2022). The Influence of Illness Perception, Anxiety and Depression Disorders on Students Mental Health during COVID-19 Outbreak in Pakistan: A Web-Based Cross-Sectional Survey. *International Journal of Human Rights in Healthcare*, 15, 17-30. <https://doi.org/10.1108/IJHRH-10-2020-0095>
- Gambin, M., Sękowski, M., Woźniak-Prus, M., Wnuk, A., Oleksy, T., Cudo, A., Hansen, K., Huflejt-Lukasik, M., Kubicka, K., Łyś, A. E., Gorgol, J., Holas, P., Kmita, G., Łojek, E., & Maison, D. (2021). Generalized Anxiety and Depressive Symptoms in Various Age Groups during the COVID-19 Lockdown in Poland. Specific Predictors and Differences in

Symptoms Severity. *Comprehensive Psychiatry*, 105, Article ID: 152222.

<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152222>

Leventhal, H., Meyer, D., & Nerenz, D. (1980). The Common Sense Representation of Illness Danger. In S. Rachman (Ed.), *Medical Psychology: Vol. 2* (pp. 7-30). Pergamon Press.