

常态化疫情背景下在校大学生心理健康状况及影响因素研究

洪庆榆*, 王鸿儒, 孙丽媛#

深圳大学医学部护理学院, 广东 深圳

收稿日期: 2023年5月30日; 录用日期: 2023年7月13日; 发布日期: 2023年7月20日

摘要

目的: 了解常态化疫情背景下大学生心理健康状况。方法: 选取深圳地区院校在校本科大学生为研究对象, 采用焦虑自评量表、抑郁自评量表、事件影响量表和人口学基本信息资料进行调查, 运用相关性、多元线性回归方法进行统计分析。结果: 大学生群体中受疫情影响存在不同程度的焦虑、抑郁情绪和创伤后应激障碍症状, 其中非医学生比例高于医学生, 男生比例高于女生; 不同专业、年级和生源地与焦虑具有统计学意义, 不同专业和年级与抑郁具有统计学意义, 不同专业、年级和生源地与创伤后应激障碍具有统计学意义。结论: 学校可针对学生的不同特点开展心理干预以降低突发公共卫生事件造成的心理危害。

关键词

公共卫生突发事件, 大学生, 心理健康

Mental Health Status and Influencing Factors of College Students under the Background of Normal Epidemic Situation

Qingyu Hong*, Hongru Wang, Liyuan Sun#

Nursing College of Health Science Center, Shenzhen University, Shenzhen Guangdong

Received: May 30th, 2023; accepted: Jul. 13th, 2023; published: Jul. 20th, 2023

*第一作者。

#通讯作者。

文章引用: 洪庆榆, 王鸿儒, 孙丽媛(2023). 常态化疫情背景下在校大学生心理健康状况及影响因素研究. *心理学进展*, 13(7), 2789-2795. DOI: 10.12677/ap.2023.137344

Abstract

Aim: To understand the mental health status of college students under the background of normalized epidemic prevention and control. **Methods:** Undergraduates from universities in Shenzhen were selected as research subjects. The study used the Self-Rating Anxiety Scale, the Self-Rating Depression Scale, the Event-Related PTSD Scale, and demographic information to conduct a survey. **Correlation and multiple linear regression analysis** were used for statistical analysis. **Results:** The college student population was affected by the epidemic to varying degrees, with anxiety, depression, and PTSD symptoms. The proportion of non-medical students was higher than that of medical students, and the proportion of males was higher than that of females. Different majors, grades, and hometowns had statistical significance with anxiety. Different majors and grades had statistical significance with depression. Different majors, grades, and hometowns had statistical significance with PTSD. **Conclusion:** Schools can conduct targeted psychological interventions for students with different characteristics to reduce the psychological harm caused by public health emergencies.

Keywords

Public Health Emergencies, College Students, Mental Health

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. 前言

新冠肺炎是重大突发卫生事件，除了在全球迅速传播造成经济损失和社会负担之外(景文展, 刘民, 2020), 由于其在发生时间和空间上具有不确定性, 更可能导致公众心态的不平衡、安全感和控制感的丧失、压力感的增大。它严重影响了人们正常生活和心理健康(Samji et al., 2022; 吴文婷, 陈莉, 2021), 是具有严重负面影响的应激源(吴爱勤, 2020)。

学生是此次疫情影响的重要群体。由于防控疫情的需要, 各学校利用在线教育平台和资源, 组织开展居家教学和学习, 长期的居家状态会造成一定的负性情绪。尤其是大学生更容易暴露在大量与疫情事件相关的压力环境中, 他们的学业、家庭和社交生活的正常秩序被打破, 更容易产生焦虑、抑郁、愤怒等危害心理健康的症状, 出现不同程度的心理问题(王敏佳等, 2020; 中国教育报, 2022)。因此, 探究大学生的心理健康状况, 采取必要的干预措施显得尤为重要。此外, 深圳作为改革开放的前沿城市, 在疫情期间面临着前所未有的防控压力。在疫情防控成为常态化的背景下, 深圳大学生的心理健康状况更应该受到社会关注。

目前我国在常态化疫情背景下对在校大学生进行心理健康状况的研究较少。而我国各地域经济、政策、疫情形势等不同, 且深圳与内地其他地区的情况也有很大差别, 因此很难借鉴现有的研究结果对大学生进行心理疏导与干预。此外, 现有的研究结论也有一定的局限性, 比如未分析不同专业类别、年级对大学生心理健康的影响。

因此, 本研究立足于深圳市, 调查深圳市大学生在此次突发的公共卫生事件背景下的心理状况及影响因素, 为高校进行大学生心理健康教育信息化建设、制定科学合理的心理健康教育政策提供一定的参

考依据。

2. 研究对象和方法

本研究于 2022 年 9 月~2022 年 12 月, 以在深圳就读在校本科大学生作为调查对象。共调查 517 人, 回收有效问卷 504 份, 有效问卷回收率为 97%。采用访谈法与横断面研究的方式, 运用问卷星平台收集问卷。

3. 研究工具

调查问卷包含四个部分, 人口学基本信息调查表、抑郁自评量表、焦虑自评量表和事件影响量表。

3.1. 人口学基本信息调查表

问卷采用匿名填写的形式, 包含性别、年龄、专业、生源地、户籍所在地。

3.2. 抑郁自评量表

抑郁自评量表(Self-rating depression scale, SDS), 含有 20 个项目、分为 4 级评分, 抑郁严重程度指数 = 题目累计分/80, 抑郁严重程度指数在 0.50 以下为无抑郁, 0.50~0.59 为轻微至轻度抑郁, 0.60~0.69 为中至重度抑郁, 0.70 以上为重度抑郁。

3.3. 焦虑自评量表

焦虑自评量表(Self-Rating Anxiety Scale, SAS), 含有 20 个项目、分为 4 级评分。按照中国常模结果, SAS 标准差分界值为 50 分, 其中 50~59 分为轻度焦虑, 60~69 分为中度焦虑, 69 分以上为重度焦虑。

3.4. 事件影响量表

事件影响量表修订版(Impact of Event Scale-Revised, IES-R)是由 Weiss 和 Marmar 于 1997 年对美国精神医学家霍罗威茨(M. Horowitz)等编制的自评量表进行修订后完成。用于评估创伤后应激障碍综合症的严重程度。包括 15 个条目, 分侵扰、唤醒和逃避 3 个因子的自评量表与闯入量表相加, 可得出替代性创伤程度。

3.5. 统计学处理

应用 SPSS 25.0 统计软件进行统计分析, 采用均数 \pm 标准差和率描述计量资料和计数资料, 运用相关性和多元线性回归方法分析。

4. 研究结果

4.1. 一般人口学情况

本次调查 504 人, 年龄集中在 19~22 岁, 平均年龄 20.3 岁。其中男生 181 人, 占比 35.9%, 女生 323 人, 占比 64.0%; 医学类专业占比 38.0%; 共 192 人, 非医学类学生占比 61.9%, 共 312 人, 生源地在南方占比 85.9%, 有 433 人, 生源地在北方 71 人, 占比 14.0%, 户籍所在地在城市 349 人, 占比 69.2%, 户籍所在地在农村 155 人, 占比 30.7%。504 名学生中, 出现焦虑症状共 221 人, 检出率为 43.8%, 其中轻度焦虑有 111 人, 占比 22.0%, 中度焦虑有 60 人, 占比 11.9%, 重度焦虑有 50 人, 占比 9.9%。504 名学生出现抑郁症状 322 人, 检出率 63.8%, 其中轻度焦虑有 120 人, 占比 23.8%, 中度抑郁有 170 人, 占比 33.7%, 重度抑郁有 32 人, 占比 6.3%。504 名学生出现创伤后应激症状 389 人, 检出率 77.1%, 其中轻度创伤有 187 人, 占比 37.1%, 中度创伤有 122 人, 占比 24.2%, 重度创伤有 80 人, 占比 15.8%。见表 1。

Table 1. Demographic characteristics of the sample**表 1.** 调查对象一般情况

项目	人数 (N, %)	焦虑(N, %)		抑郁(N, %)		创伤(N, %)		
		无	有	无	有	无	有	
性别	男	181, 35.9	103, 56.9	78, 43.0	58, 32.0	123, 67.9	33, 18.2	148, 81.7
	女	323, 64.0	180, 55.7	143, 44.2	124, 38.3	199, 61.6	82, 25.3	241, 4.6
年龄	≤18	69, 13.6	24, 34.7	45, 65.2	29, 42.0	40, 57.9	23, 33.3	46, 66.6
	19-22	423, 85.7	237, 54.8	195, 45.1	152, 35.1	280, 64.8	91, 21.0	341, 78.9
	≥23	3, 0.5	1, 33.3	2, 66.6	1, 33.3	2, 66.6	1, 33.3	2, 66.6
专业	医学	192, 38.0	129, 67.1	63, 32.8	93, 48.4	99, 51.5	61, 31.7	131, 68.2
	非医学	312, 61.9	154, 49.3	158, 50.6	89, 28.5	223, 71.4	54, 17.3	258, 82.6
年级	大一	57, 11.3	39, 68.4	18, 31.5	22, 38.5	35, 61.4	20, 35.0	37, 64.9
	大二	127, 25.1	76, 59.8	51, 40.1	54, 42.5	73, 57.4	25, 19.6	102, 80.3
	大三	235, 46.6	145, 61.7	90, 38.2	90, 38.2	145, 61.7	58, 24.6	177, 75.3
	大四	61, 12.1	21, 34.4	40, 65.5	15, 24.5	46, 75.4	10, 16.3	51, 83.6
	大五	24, 4.7	2, 8.3	22, 91.6	1, 4.1	23, 95.8	2, 8.3	22, 91.6
生源地	南方	433, 85.9	258, 59.5	175, 40.4	167, 38.5	266, 61.4	105, 24.2	328, 75.7
	北方	71, 14.0	25, 35.2	46, 64.7	15, 21.1	56, 78.8	10, 14.0	61, 85.9
户籍地	城市	349, 69.2	199, 57.0	150, 42.9	126, 36.1	223, 63.8	83, 23.7	266, 76.2
	农村	155, 30.7	84, 54.1	71, 45.8	56, 36.1	99, 63.8	32, 20.6	123, 79.3

对 504 人的条目得分按照量表计分方法进行统计, 采用均数±标准差的方式, 发现焦虑自评总分均值达到轻度焦虑, 抑郁自评总分均值达到轻度抑郁, 创伤应激总分处于轻度创伤应激, 大部分数值和其平均值之间差异较大。见表 2。

Table 2. The score of each scale**表 2.** 各量表得分情况

	N	最小值	最大值	Mean ± SD
焦虑自评总分	504	26	100	50.09 ± 13.23
抑郁自评总分	504	0.26	0.96	0.54 ± 0.12
创伤应激总分	504	0	64	23.16 ± 17.44

4.2. 各变量相关性分析

Table 3. The results of correlation analysis**表 3.** 各变量间相关性分析

项目	焦虑(P 值)	抑郁(P 值)	创伤(P 值)
性别	0.781	0.315	0.894
年龄	0.061	0.455	0.025
专业	<0.001	<0.001	<0.001
年级	<0.001	0.004	<0.001
生源地	0.001	0.074	<0.001
户籍地	0.600	0.755	0.868

以性别、年龄、专业、年级、生源地、户籍所在地为自变量，以焦虑、抑郁和创伤分别作为因变量，通过相关性分析得出专业、年级和生源地变量与焦虑存在相关性；专业和年级变量与抑郁有相关性；专业、年级、生源地和年龄变量与创伤有相关性。见表 3。

4.3. 多元线性回归分析

多元线性回归分析结果显示，专业、年级、生源地与焦虑有统计学意义，其中年级与焦虑症状呈正相关关系，即年级越高，焦虑程度越高。专业和年级与抑郁具有统计学意义。专业、年级、生源地与创伤有统计学意义，且年级与创伤后应激症状存在正相关关系，即年级越高，创伤后应激症状评级越高，见表 4。

Table 4. Multiple linear regression analysis of anxiety, depression and trauma

表 4. 焦虑、抑郁和创伤的多元线性回归分析

项目	焦虑		抑郁		创伤	
	B	P 值	B	P 值	B	P 值
性别	-0.557	0.647	-0.008	0.468	-0.282	0.856
年龄	-1.198	0.514	-0.009	0.594	-2.501	0.286
专业	4.582	<0.001	0.045	<0.001	5.958	<0.001
年级	2.867	<0.001	0.013	0.042	5.073	<0.001
生源地	3.755	0.030	0.012	0.436	7.533	<0.001
户籍地	0.635	0.609	-0.002	0.876	0.119	0.940

4.4. 各影响因素的组间比较

在专业变量上，医学类学生在焦虑、抑郁和创伤三个量表的平均分都低于非医学生，独立样本 t 检验结果显示，两者差异显著($P < 0.001$)，有统计学意义；在生源地变量上，南方学生在焦虑、抑郁和创伤三个量表的平均分都低于北方学生，独立样本 t 检验结果显示，两者差异显著($P < 0.001$)，在抑郁量表具有差异性($P < 0.05$)，有统计学意义。见表 5。

Table 5. Comparison of influencing factors between groups

表 5. 影响因素的组间比较

变量		焦虑		抑郁		创伤	
		Mean \pm SD	F 值	Mean \pm SD	F 值	Mean \pm SD	F 值
专业	医学类	46.30 \pm 11.67	7.864**	0.50 \pm 0.12	1.052**	17.76 \pm 14.44	20.672**
	非医学类	52.42 \pm 13.61		0.56 \pm 0.12		26.49 \pm 18.29	
性别	男	50.31 \pm 13.64	0.407	0.55 \pm 0.12	0.409	23.02 \pm 16.50	3.516
	女	49.96 \pm 13.01		0.54 \pm 0.12		23.24 \pm 17.97	
生源地	南方	49.28 \pm 13.07	0.358**	0.54 \pm 0.12	13.712*	21.62 \pm 16.61	9.545**
	北方	55.03 \pm 13.19		0.57 \pm 0.09		32.55 \pm 19.43	

注：*表示 $P < 0.05$ ；**表示 $P < 0.01$ 。

5. 讨论

本次调查的 504 名大学生普遍存在焦虑、抑郁和创伤后应激障碍的心理问题，焦虑的影响因素有年级、专业和生源地，抑郁的影响因素有专业和年级，创伤后应激障碍的影响因素有专业、年级和生源地。

年级与焦虑、抑郁和创伤得分呈正相关关系,即年级越高,症状程度越高,这与国外奥登(奥登等, 2020)等学者研究结果相同。这可能由于大四、大五阶段是学生获得全面发展与蜕变的关键时期,此时的大学生对于一些问题有主见,是思想、学习、生活逐渐分化的时期(王雅等, 2019)。同时由于即将步入社会,正处于人生重大岔路口,而疫情背景下使其面临升学和择业的压力更大。对于这一阶段的学生仍然要加强心理普查筛选出高危人群,及时进行心理疏导和干预。

非医学专业学生焦虑、抑郁和创伤的均分以及检出率较高,而医学类专业学生症状检出率明显低于非医学类学生,可能因为医学生接受了专业知识教育,对人类身体机能和精神行为有更加深刻和全面的理解,具备一定的医学素养,从而对自身的心理状态有比较敏锐的感受,能够自己识别、管理和应对自己的心理问题,懂得自我放松、心理调控和积极暗示等方法。而非医学专业学生医学知识欠缺,因而不良心理的发生风险增高。学校可对非医学专业学生有针对性的开展医学相关知识讲座,提高疾病认识和个人防护能力(石小盼等, 2021),降低其对疾病的恐惧。同时,建立学生社交网络,提供相应的支持和鼓励,可以应用在线社交软件,使学生能够远程交流和分享他们的状态和情绪,从而减轻他们心理上的孤独感和焦虑感。

此外,研究发现女生的焦虑程度高于男生,但男生的抑郁和创伤后应激障碍检出率高于女生。这可能由于男性倾向于悲观的认知倾向,比较注重现实、性格独立(张耐思等, 2021),孤独感较强(雷璇等, 2011),对社会支持的利用程度较低(赵薇等, 2013)且传统社会认为男性应该承担更多的责任和挑战,在事业、工作和家庭生活等方面要展示出表现和力量,这种社会角色的定位会让男性感到更大的压力,容易导致心理问题的发生,出现相对较多的负性情绪体验(陶沙, 刘霞, 2004),同时,男性在处理心理压力时可能会选择更加直接的方式,导致其表现出更加易怒、沮丧的情绪,而女大学生喜欢向他人倾诉,负面情绪得以疏泄释放。提示我们可对不同性别的学生进行心理辅导,鼓励自我疏导调适、积极寻求帮助。

南北方生源地组间也显示有差异,北方学生在焦虑、抑郁和创伤后应激障碍的心理问题检出率均高于南方。这可能是受地域和气候的影响,南北方生活习性不同,文化差异较大,而深圳是南方城市,作为经济特区的城市,虽包容度较高,但饮食、文化和气候上与北方有较大差异,可能会给北方学生带来更多的社会和经济压力,增加情感障碍的发生率。此外,北方人具有更强的内群体偏好,对内群体成员具有更高信任水平(陈雅梅等, 2021),而身边多为南方人,可能不利于友情关系等建立,影响沟通交流及负面情绪无法排解。提示学校在开展相应的心理健康教育和干预时,要考虑到南北地域差异,更加关注北方学生在面对陌生环境时的心理承受能力。

6. 小结

此次新冠肺炎疫情期间大学生焦虑、抑郁和创伤后应激障碍症状的检出率较高,研究结果提示学校日常应加强挫折教育等提高学生心理抗压能力和心理韧性(曾子焯等, 2023)。并且遵循预防性干预为主的心理危机预防机制(叶晓璐, 2021; 王高洁, 2010),给予咨询服务降低负面情绪(Velayudhan et al., 2010)。大力提倡合理运动,增加体育锻炼的次数(谭天赐, 2021),同时营造良好的校园氛围、维护和谐的师生关系(刘慧等, 2023),通过有力的社会支持、完备的心理预警机制、充足的个人防护知识和专业的干预,以预防不良事件,维护大学生心理健康,共同打造美好温馨的校园。

基金项目

基金支持: 深圳市科技创新委员会基础研究面上项目。

项目号: JCYJ20220531102612029。

参考文献

- 奥登, 王振杰, 唐婧(2020). 新冠疫情下北京市大学生的心理状况调查及人口学因素分析. *人口与发展*, 26(5), 122-128+21.
- 曾子煊, 王乐实, 黄蕾, 等(2023). 上海某高校新冠肺炎疫情防控期间医学生身心健康状况及其影响因素分析. *浙江医学教育*, 22(1), 30-36.
- 陈雅梅, 张艺瑶, 杨柯, 白丽英(2021). 中国南北方信任差异及其心理机制: 社会距离的影响. 见中国心理学会(编), *第二十三届全国心理学学术会议摘要集(上)* (pp. 714-715). <https://doi.org/10.26914/c.cnkihy.2021.042445>
- 景文展, 刘民(2020). 世界卫生组织应对新型冠状病毒肺炎的机制. *中华流行病学杂志*, 41(9), 1385-1389.
- 雷璇, 晋京, 张澜(2011). 医学生人格、社会支持与信赖他人的相关研究. *现代预防医学*, 38(3), 501-503.
- 刘慧, 邱逸文, 余运贤(2023). 新型冠状病毒肺炎疫情影响下医学生抑郁现状及对心理学教学改革的启示. *全科医学临床与教育*, 21(3), 251-255.
- 石小盼, 罗红, 房茹, 齐佳红, 平书姚, 张灿(2021). 新冠肺炎疫情下湖北省大学生焦虑抑郁现状及影响因素. *河南预防医学杂志*, 32(9), 657-661.
- 谭天赐(2021). *后疫情时代医学院校研究生抑郁焦虑状况及影响因素研究*. 硕士学位论文, 广州: 南方医科大学.
- 陶沙, 刘霞(2004). 认知倾向在大学生压力与负性情绪关系中的中介作用. *中国心理卫生杂志*, 18(2), 107-110.
- 王高洁(2010). 多校区大学学生心理危机特征分析与干预机制研究. *鸡西大学学报*, 10(4), 7-8+21.
- 王敏佳, 杨攀, 黄茵(2020). 从突发公共卫生事件——新冠肺炎疫情看国民心理建设的意义. *现代医药卫生*, 36(19), 34-36.
- 王雅, 王红, 王枫(2019). “三全育人”视角下大学生心理健康教育实践探索——以上海某医学类高校为例. *卫生职业教育*, 37(5), 154-156.
- 吴爱勤(2020). 加强疫情后时期心理危机干预和心身重建. *东南大学学报(医学版)*, 39(5), 581-582.
- 吴文婷, 陈莉(2021). 新冠肺炎期间疫情起伏与民众心理安全感的关系. *中国心理卫生杂志*, 35(4), 350-352.
- 叶晓璐(2021). 新冠疫情防控常态化下青年大学生心理危机干预与预防——认知心理学的视角. *前沿*, (2), 90-97.
- 张耐思, 裴冬梅, 郭颖(2021). 沈阳市某高校医学生心理健康状况及相关因素调查分析. *卫生职业教育*, 39(1), 130-134.
- 赵薇, 李小杉, 胡俊海, 邓水平, 印丽锋, 刘晓俊, 朱晓阳(2013). 医学生社会支持与焦虑、抑郁及生活质量的相关分析. *南通大学学报(医学版)*, 33(4), 253-257.
- 中国教育报. *疫情之下, 大学生抑郁、焦虑时有发生——如何守护大学生心理健康*. <https://baijiahao.baidu.com/s?id=1733870106622497959&wfr=spider&for=pc>
- Samji, H., Wu, J., Ladak, A., Vossen, C., Stewart, E., Dove, N., Long, D., & Snell, G. (2022). Review: Mental Health Impacts of the COVID-19 Pandemic on Children and Youth—A Systematic Review. *Child and Adolescent Mental Health*, 27, 173-189. <https://doi.org/10.1111/camh.12501>
- Velayudhan, A., Gayatri Devi, S., & Bhattacharjee, R. R. (2010). Efficacy of Behavioral Intervention in Reducing Anxiety and Depression among Medical Students. *Industrial Psychiatry Journal*, 19, 41-46. <https://doi.org/10.4103/0972-6748.77636>