

# 2016——2020 年高校新生心理健康状况变化趋势调查

——以武汉某高校为例

雷 辉<sup>1</sup> 吕容涛<sup>2</sup>

1. 武汉工程大学心理健康教育中心, 武汉;

2. 武汉工程大学学生工作处, 武汉

**摘 要** | 以武汉某高校 2016—2020 年新生心理普查数据为研究对象, 探讨不同年份大学生新生心理健康水平的变化趋势。通过对 23596 份 SCL-90 心理普查数据进行分析, 发现大学生心理健康水平与性别、生源地、家庭结构、父母婚姻状态、留守经历等存在差异。结论显示, 我国大学生心理健康水平在逐步提升, 但严重心理问题和一般性心理问题学生比例也在增长, 需要包括中小学及高校在内的全社会工作关注和应对, 需要继续加强新生的适应教育, 打造“五位一体”的高校心理健康教育模式, 提升高校心理健康教育的专业化和规范化水平。

**关键词** | 大学生; 心理健康; 策略

Copyright © 2021 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



随着我国进入中国特色社会主义新时代, 我们面临的国际经济政治形势、社会发展主要矛盾、发展动力、发展目标、实现方式等都产生了深刻的变化, 我们所处的社会环境也愈加复杂化, 当代大学生面临的心理问题愈来愈多。当代大学生是中国社会未来的建设者和接班人, 是中华民族的希望, 是决定中国命运的重要力量, 因此大学生的心理健康水平成为党和国家、社会以及家庭关注的重要内容。本研究以武汉某高校 2016—2020 年本科新生心理健康测评数据为对象, 考察我国高校新生心理健康状况发展趋势。

## 1 调查方法

### 1.1 调查对象

本研究就武汉某高校 2016—2020 年根据《症状自评量表 (SCL-90) 》对其当年入学的本科新生进行心理

基金项目: 2019 年湖北省高校学生工作精品重点资助项目 (心理健康教育精品) (2019XGJXP2001)。

通讯作者: 雷辉, 武汉工程大学心理健康教育中心, 讲师, 研究方向: 大学生心理健康教育。E-mail: lh1204@qq.com。

文章引用: 雷辉, 吕容涛. 2016—2020 年高校新生心理健康状况变化趋势调查——以武汉某高校为例 [J]. 心理咨询理论与实践, 2021, 3 (10): 675-682.

<https://doi.org/10.35534/tppc.0310084>

健康普查情况,抽取问卷共计 23854 份,排除无效问卷 258 份,得到有效问卷 23596 份,其人口学特征见表 1。

表 1 2016 年—2019 年测评学生人口学特征

Table 1 The demographic characteristics of students in 2016-2019

年级	学科类型							性别		是否独生子女	
	法学	工学	管理学	经济学	理学	文学	艺术学	男	女	否	是
2016 级	90	3239	400	203	172	251	343	2952	1746	—	—
2017 级	90	3307	397	206	80	227	342	2765	1884	—	—
2018 级	125	3400	432	174	86	151	347	2806	1909	2601	2114
2019 级	138	3332	396	130	137	214	330	2891	1786	2594	2083
2020 级	123	3564	239	233	187	204	307	2992	1865	2845	2012

注:2016 级、2017 级因未采集其“是否独生子女”数据,故该项数据缺省。

## 1.2 测量工具

《症状自评量表(SCL-90)》由 90 个条目 9 个分量表构成,分别是躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执和精神病性。SCL-90 是心理健康研究及临床工作中应用十分广泛的心理健康评定工具之一。SCL-90 在正常人群中有很好的信度和效度,总量表的内部一致性信度为 0.97,各分量表的内部一致性信度  $>0.69$ ,重测信度  $r_{xx} > 0.7$ ,每个条目与总分的相关系数  $r > 0.36$ ,显著性水平  $p < 0.0001$ 。

## 1.3 统计方法

通过 SPSS 24.0 统计软件,对数据进行描述统计分析、独立样本 t 检验、单因素方差分析等方法对测评数据进行统计学分析,  $p < 0.05$ ,  $p < 0.01$  或  $p < 0.001$ ,具有统计学意义。

# 2 研究结果

## 2.1 2016 年—2020 年新生在 SCL-90 量表各维度上的得分变化趋势(见图 1)

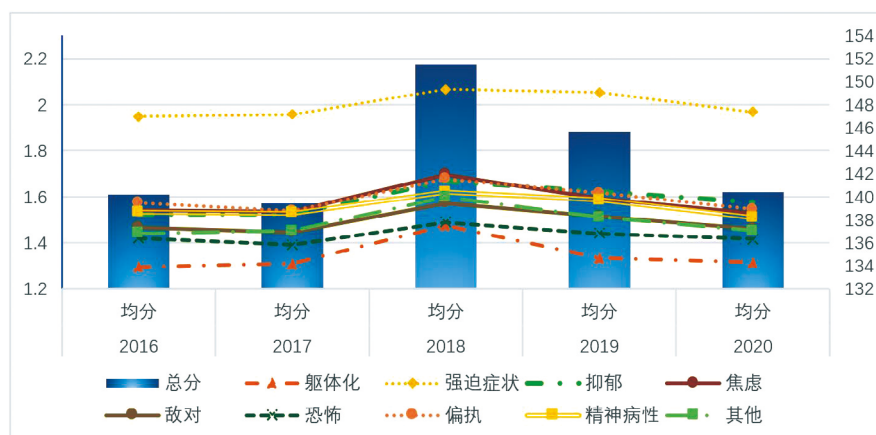


图 1 2016 年—2020 年新生在 SCL-90 量表各维度均分

Figure 1 Average value of Freshmen in each dimension of The SCL-90 from 2016 to 2020

通过 SCL-90 量表总分来衡量新生的心理健康状况,发现新生心理健康状况呈波动变化,2016 年较 2017 年略有下降,2018 年呈出现明显上升,2018 至 2020 年期间呈逐步下降趋势,但 2019 年和 2020 年总分仍高于 2016 年和 2017 年。

在 SCL-90 量表各维度上的得分上,与总分的变化趋势相同,呈现波动变化的趋势。2018 年为最高值,2019 年后各维度分数稍微下降,但仍高于 2016 年、2017 年各维度分数。焦虑、抑郁、躯体化、人际关系敏感、其他、强迫等几个维度变化较大。

## 2.2 不同性别新生在 SCL-90 量表各维度上的得分比较

从表 2 中可以看出,不同性别新生在 SCL-90 量表部分维度上存在显著差异,在躯体化、抑郁、焦虑、恐怖四个维度上男生极显著低于女生 ( $p<0.001$ ),在强迫维度上女生显著高于男生 ( $p<0.01$ ),在精神病性维度上女生高于男生 ( $p<0.05$ ),具有统计学意义;在人际关系敏感、敌对、偏执、其他三个维度上不存在统计学意义。

从各个维度来看,在 2016—2020 年中,新生中女生心理健康水平整体要比男生心理健康水平低。

表 2 不同性别新生在量表各维度上的比较

Table 2 Comparison of sex freshmen in various dimensions of The SCL-90

因子	男		女		<i>F</i>	<i>P</i>
	$\bar{x}$	<i>s</i>	$\bar{x}$	<i>s</i>		
躯体化	1.336	0.396	1.363	0.416	20.502	0.000***
强迫	1.989	0.586	2.014	0.570	8.216	0.004**
人际	1.817	0.601	1.818	0.599	1.453	0.228
抑郁	1.553	0.527	1.631	0.557	28.092	0.000***
焦虑	1.554	0.491	1.619	0.514	23.959	0.000***
敌对	1.491	0.513	1.493	0.513	1.587	0.208
恐怖	1.384	0.447	1.508	0.506	161.136	0.000***
偏执	1.592	0.513	1.59	0.507	1.755	0.185
精神病性	1.552	0.486	1.561	0.473	6.049	0.014*
其他	1.484	0.48	1.502	0.475	0.101	0.751

注: \* $p<0.05$ , \*\* $p<0.01$ , \*\*\* $p<0.001$ 。

## 2.3 不同生源地新生在 SCL-90 量表各维度上的得分比较

从表 3 可以看出,新生的心理健康水平在一定程度上存在城乡差异。整体来说,来自农村的新生要比其它生源地新生心理健康状况差,具体体现在强迫、人际关系敏感、抑郁、焦虑、恐怖、精神病性等六个维度上。同时,生源地为大城市、中小城市的新生在心理健康水平上整体高于县城和农村生源地新生,尤其是强迫和人际关系敏感两个维度上,大城市生源新生得分最低。在敌对、偏执两个维度上,生源地因素无统计学意义。

表 3 不同生源地新生在 SCL-90 量表各维度上得分比较

Table 3 Comparison of hometown freshmen in various dimensions of The SCL-90

因子	生源地 ( $\bar{x} \pm s$ )				<i>F</i>	<i>P</i>	<i>LSD</i>
	1 大城市	2 中小城市	3 县城	4 农村			
躯体化	1.3 ± 0.4	1.3 ± 0.3	1.3 ± 0.4	1.3 ± 0.4	2.348	0.005*	1=2<3<4
强迫	1.9 ± 0.5	1.9 ± 0.5	2.0 ± 0.6	2.0 ± 0.6	13.913	0.000***	1<2<3=4
人际	1.7 ± 0.6	1.7 ± 0.6	1.8 ± 0.6	1.8 ± 0.6	19.413	0.000***	1<2<3=4
抑郁	1.5 ± 0.5	1.5 ± 0.5	1.6 ± 0.5	1.6 ± 0.5	5.717	0.001***	1=2<3=4
焦虑	1.5 ± 0.5	1.5 ± 0.5	1.5 ± 0.5	1.5 ± 0.5	4.608	0.003**	1=2=3<4
敌对	1.4 ± 0.5	1.4 ± 0.5	1.4 ± 0.5	1.4 ± 0.5	1.232	0.296	
恐怖	1.3 ± 0.4	1.3 ± 0.4	1.4 ± 0.4	1.4 ± 0.5	17.678	0.000***	1=2<3=4
偏执	1.5 ± 0.5	1.5 ± 0.5	1.5 ± 0.5	1.5 ± 0.5	1.225	0.299	
精神病性	1.4 ± 0.4	1.5 ± 0.4	1.5 ± 0.5	1.5 ± 0.5	9.941	0.000***	1=2<3=4
其他	1.4 ± 0.4	1.4 ± 0.4	1.4 ± 0.5	1.4 ± 0.5	3.789	0.010**	1=2<3=4

注: \* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ , \*\*\* $p < 0.001$ 。

## 2.4 新生父母婚姻状态在 SCL-90 量表各维度上的得分比较

从表 4 可以看出, 父母婚姻状态对新生的心理健康水平有显著影响。其中, 父母正常婚姻状态家庭学生的心理健康水平比单亲家庭(离异或丧亲)的新生各个维度上的心理健康水平高。离异家庭与丧亲家庭新生的心理健康水平的无统计学意义。父母婚姻状况为其他类(如分居、异地等)的新生心理健康水平最低, 比离异与丧亲家庭的心理健康水平还低。

表 4 父母婚姻状态在 SCL-90 量表各维度上得分比较

Table 4 Comparison of marital status parents of Freshmen in various dimensions of The SCL-90

因子	1 正常 ( <i>n</i> =8587)	2 离异 ( <i>n</i> =722)	3 丧亲 ( <i>n</i> =227)	4 其他 ( <i>n</i> =75)	<i>F</i>	<i>P</i>	<i>LSD</i>
躯体化	1.3 ± 0.3	1.3 ± 0.5	1.3 ± 0.4	1.5 ± 0.7	8.522	0.000***	1<2<4, 3<4
强迫	1.9 ± 0.6	2.0 ± 0.6	2.0 ± 0.6	2.2 ± 0.7	7.222	0.000***	1<2<4, 3<4
人际	1.8 ± 0.6	1.9 ± 0.7	1.9 ± 0.6	2.0 ± 0.8	7.391	0.000***	1<2, 3<4
抑郁	1.5 ± 0.5	1.7 ± 0.7	1.6 ± 0.6	1.9 ± 0.9	18.316	0.000***	1<2<4, 3<4
焦虑	1.5 ± 0.5	1.6 ± 0.6	1.6 ± 0.5	1.8 ± 0.9	12.273	0.000***	1<2<4, 3<4
敌对	1.4 ± 0.5	1.6 ± 0.6	1.5 ± 0.5	1.7 ± 0.8	11.394	0.000***	1<2<4, 3<4
恐怖	1.4 ± 0.4	1.5 ± 0.5	1.4 ± 0.5	1.6 ± 0.7	6.407	0.000***	1<2<4, 3<4
偏执	1.5 ± 0.5	1.6 ± 0.6	1.6 ± 0.5	1.7 ± 0.7	6.161	0.000***	1<2<4, 3<4
精神病性	1.5 ± 0.4	1.6 ± 0.6	1.6 ± 0.5	1.7 ± 0.7	12.566	0.000***	1<2<4, 3<4
其他	1.4 ± 0.4	1.6 ± 0.6	1.5 ± 0.5	1.7 ± 0.7	16.069	0.000***	1<2<4, 3<4

注: \* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ , \*\*\* $p < 0.001$ 。

## 2.5 新生留守经历在 SCL-90 量表各维度上的得分比较

从表 5 可以看出, 留守经历对新生的心理健康水平也有较大影响, 除偏执维度存在显著差异( $F=7.798$ ,  $p < 0.05$ ) 外, 其它 9 个维度(躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、精神病性、其他)都存在极显著差异( $p < 0.001$ )。

表5 新生留守经历在 SCL-90 量表各维度上的得分比较

Table 5 Comparison of Stay Experience in various dimensions of The SCL-90

因子	是		否		F	P
	$\bar{x}$	s	$\bar{x}$	s		
躯体化	1.423	0.439	1.355	0.405	42.258	0.000***
强迫	2.121	0.594	1.993	0.570	10.798	0.001***
人际	1.948	0.627	1.804	0.592	23.395	0.000***
抑郁	1.708	0.580	1.588	0.539	36.448	0.000***
焦虑	1.677	0.536	1.576	0.496	33.123	0.000***
敌对	1.564	0.543	1.496	0.517	27.060	0.000***
恐怖	1.511	0.508	1.424	0.466	62.814	0.000***
偏执	1.670	0.531	1.590	0.512	7.798	0.005**
精神病性	1.655	0.521	1.538	0.472	59.652	0.000***
其他	1.582	0.509	1.495	0.480	22.776	0.000***

注: \* $p<0.05$ , \*\* $p<0.01$ , \*\*\* $p<0.001$ 。

## 2.6 新生是否独生子女在 SCL-90 量表各维度上的得分比较

从表6可以看出, 是否独生子女对心理健康水平存在一定程度上影响, 其中人际关系敏感、焦虑、恐怖、精神病性四个维度呈现极显著差异 ( $p<0.001$ ), 在强迫症状、躯体化、抑郁维度上存在差异。敌对、偏执两个维度无统计学意义。

表6 是否独生子女在 SCL-90 量表各维度上的得分比较

Table 6 Comparison of only-child or not has in various dimensions of The SCL-90

因子	否		是		t	P
	$\bar{x}$	s	$\bar{x}$	s		
躯体化	1.379	0.417	1.364	0.413	2.116	0.034*
强迫	2.035	0.580	2.009	0.587	2.667	0.008**
人际	1.855	0.604	1.820	0.611	3.415	0.001***
抑郁	1.627	0.552	1.607	0.556	2.181	0.029*
焦虑	1.614	0.513	1.585	0.507	3.361	0.001***
敌对	1.509	0.517	1.516	0.536	-0.758	0.449
恐怖	1.470	0.491	1.415	0.462	6.738	0.000***
偏执	1.606	0.511	1.614	0.531	-0.867	0.386
精神病性	1.582	0.489	1.550	0.490	3.875	0.000***
其他	1.525	0.489	1.506	0.491	2.341	0.019*

注: \* $p<0.05$ , \*\* $p<0.01$ , \*\*\* $p<0.001$ 。

## 3 讨论

### 3.1 近几年大学新生的心理健康状况的发展趋势

从本研究的调查结果来看, 近年来我国大学生的心理健康状况呈波动变化, 结合学校心理咨询数据

及危机干预数据来看,有严重心理问题和一般心理问题大学新生的比例逐年在增长,抑郁症、焦虑症以及双相情感障碍等心理障碍学生的比例也有所增长。

### 3.2 不同人口学特质新生的心理健康状况比较

心理健康水平存在性别差异。根据近五年的调查结果,男大学生的心理健康水平整体优于女大学生心理健康水平,其主要表现在躯体化、抑郁、焦虑、恐怖四个维度上,我们普遍认为的人际关系敏感并没有显著的性别差异。

心理健康水平存在城乡差异。本研究显示,农村学生心理健康水平低于城市生源学生,这与大中城市中学、父母对学生心理健康教育的重视程度有关,大部分大中城市中学开设有心理健康教育相关的课程,让这部分学生更多的关注自身的心理健康。

### 3.3 家庭环境对新生心理健康状况的比较

父母婚姻状况对新生心理健康状况影响较大。本研究表明,离异家庭、丧亲家庭等对学生的心理健康状况有显著影响,他们的心理健康水平在各个维度上均低于正常家庭学生的心理健康水平。同时,家庭氛围的不和谐,对学生心理健康状况的影响比离异、丧亲家庭的影响更大。

留守经历对新生心理健康状况影响明显。调查显示,有留守经历学生的心理健康水平显著低于非留守学生,由于留守经历学生在成长过程中缺乏父母的陪伴,大部分留守儿童接受来自老一辈的隔代教育,造成了留守学生在遇到心理冲突时无法及时等到关注和倾诉,造成有些问题被忽视,同时,有留守经历大学生往往家境一般又缺少父母的支持,造成学生性格上的不完善与人际的敏感。

是否独生子女对心理健康状况的影响。本研究显示,独生子女在人际关系敏感、焦虑、恐怖等维度上优于非独生子女,这与独生子女家庭学生从小受到父母等家庭成员的更多关注有关,在生活和学习上,独生子女的需求更能及时得到满足和反馈,因此在焦虑、恐怖、躯体化、抑郁等方面体验较少。在人际关系敏感上,由于独生子女在家庭中不存在竞争关系,因此对他人的敏感较低,更有机会锻炼人际交往的主动性。

## 4 建议

### 4.1 进一步加强中小学心理健康教育力度

通过个案的研究发现,很多大学生的心理健康问题都输入“输入型”,他们在中小学阶段就已经产生了各种心理问题,而社会竞争原来越激烈,学校、家长出现了对学生不同程度的发展焦虑,他们会将这种焦虑通过各种方式传递给学生,因此中小学生在生活、人际交往和自我意识等方面就可能遇到或产生各种心理问题。这就需要相关部门加强对全体中小学生学习开展心理健康教育,从源头上解决问题,使学生不断正确认识自我,增强调控自我、承受挫折、适应环境的能力,培养学生健全的人格和良好的个性心理品质。



## 4.2 加强新生的入学时的适应教育

在中学阶段,几乎所有学生的校内行为模式单一且一致(备考和复习),几乎无差异性,但进入大学以后校园文化、人际交往、学习模式等均发生变化,部分学生看到自己与身边学生存在较大差异和比较,因此各类潜在问题均开始浮现,造成新生一入校便出现各种不适应,这就需要各高校在新生入学期间通过各种方式开展心理适应教育,让新生从学习方式、人际交往、情绪疏导等方面开展活动,提升新生的适应能力,使其尽快融入大学生生活。

## 4.3 加大心理咨询与求助的宣传与科普

根据调查的结果,部分家长和学生心理健康知识还存在了解不多,尤其是对心理咨询和心理治疗存在一定的羞耻感,错误地认为“有严重心理问题才需要去做心理咨询”“去做心理咨询就说明这个人不正常”“有问题扛一扛就过去,没必要去心理咨询”“去心理咨询的很不体面”等,但随着学生对心理健康课程的学习、心理健康活动及心理讲座的参与,学生到大学一下学期以后对心理咨询的接受程度有所增加。

## 4.4 打造“五位一体”的心理健康教育模式

高校心理健康教育是一项系统性的工程,它需要从“课堂教学、宣传倡导、活动培育、咨询服务、危机干预”等五个方面具体实施。课堂教学是构建全程心理健康教育体系的核心;宣传倡导是帮助学生提升心理健康素养的有效补充;活动培育能帮助学生进行有效的活动体验;咨询服务及时有效地提高学生的应对能力;危机干预则可以有效防范和减少心理恶性事件的发生,构建和谐校园。

## 4.5 加强高校心理健康教育的专业化和规范化建设

根据研究,大学生的心理健康素养逐步在提升,这与我国近年来对国民心理健康的重视以及高校对心理健康教育工作的加强有着密切的关系。但这也对高校的心理健康服务提出了更高、更多的要求,因此加强高校心理健康教育的专业化和规范化建设显得尤为重要。心理健康教育的专业化和规范化建设,需要有稳定、专业性强的心理专职教师,需要有充足的经费支持和必要场所与设施条件,需要有规范的工作、咨询制度和定期的督导、培训。

## 参考文献

- [1] 陈树林,李凌江. SCL-90 信度效度检验和常模的再比较[J]. 中国神经精神疾病杂志, 2003, 29(5): 323-327.
- [2] 范存欣,马绍斌,林汉生,等. 大学生心理健康状况及其影响因素的逐步回归分析[J]. 中国学校卫生, 2001, 22(3): 215-216.
- [3] 辛自强,张梅,何琳. 大学生心理健康变迁的横断历史研究[J]. 心理学报, 2012(5): 664-679.
- [4] 廖友国,连榕. 独生与非独生子女心理健康变迁的差异——一项横断历史研究[J]. 西南大学学报: 社会科学版, 2020(3): 117-126.
- [5] 赵颖,姚斌. 大学生心理健康水平的发展趋势研究[J]. 中国医学伦理学, 2017(4): 504-508.

## Changes in Mental health of College Freshmen From 2016 to 2020 —Based on Data Form A University in Wuhan

Lei Hui<sup>1</sup> Lv Rongtao<sup>2</sup>

1. *Mental health center of Wuhan Institute of Technology, Wuhan;*
2. *Office of Students' affairs of Wuhan Institute of Technology, Wuhan*

**Abstract:** Taking the freshmen's psychological survey data of a university in Wuhan from 2016 to 2020 as the research object, this paper discusses the change trend of Freshmen's mental health level in different years. Through the analysis of 23596 SCL-90 psychological census data, it is found that there are differences between college students' mental health level and gender, place of origin, family structure, parents' marital status and left behind experience. The conclusion shows that the mental health level of college students in China is gradually improving, but the proportion of students with serious and general mental problems is also increasing. It needs the attention and response of the whole social work, including primary and secondary schools and colleges and universities. It is necessary to continue to strengthen the adaptation education of freshmen and create a "five in one" mental health education model in colleges and universities, improve the specialization and standardization of mental health education in colleges and universities.

**Key words:** College students; Mental health; Strategy