

大学生生命态度与心理健康的相关性研究

王 枫 杨 静 晏 心 常雅娟 江 慧

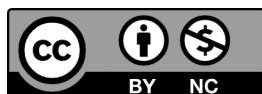
文华学院心理健康教育中心，武汉

摘 要 | 目的：了解大学生生命态度与心理健康的关系，为高校开展心理健康教育与生命教育提供参考。方法：使用《心理健康症状自评量表》与《生命态度量表》对武汉某高校参与心理访谈的 316 名学生进行问卷调查。结果：除死亡态度因子外，生命态度总分及理想、生命自主、存在感、爱与关怀、生命经验各因子均与心理健康总分及各因子呈显著负相关。结论：大学生生命态度能显著预测其心理健康状态，高校应着力开展生命教育，帮助大学生形成积极的生命态度。

关键词 | 生命态度；心理健康；相关研究

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/>



近年来，大学生自杀、自伤及伤人事件时有发生，反应出大学生的心理健康状态令人担忧。此外，越来越多大学生出现沉迷网络、无聊度日、没有生活目标的情况。从根本上说，这些都是消极生命态度的表现。当前中国大陆对生命态度的研究还处于起步阶段，主要是调查生命态度现状与影响因素^[1, 2]，部分研究将生命态度的主体集中在医学生、医护人员群体^[3, 4]，缺少了对一般大学生群体生命态度的深入研究。本研究拟调查参与心理访谈学生的生命态度现状，探索大学生生命态度与其心理健康状态之间的关系。

1 对象与方法

1.1 对象

本研究以武汉某高校参与心理访谈的大学生为调查对象，使用本校心理测评系统完成调查，共回收问卷 322 份，剔除无效问卷 6 份，最终得到有效问卷 316 份。调查对象基本信息如下：

基金项目：文华学院本科教学质量和教学改革工程（J0900741214）；湖北省高校学生工作精品项目 2020 年重点资助项目（2020XGJXP2005）。

通讯作者：江慧（1984-），湖北红安人，文华学院，讲师，研究方向：大学生心理健康教育。

文章引用：王枫，杨静，晏心，等：大学生生命态度与心理健康的相关性研究[J]. 中国心理学前沿，2021，3（11）：1295-1299.

<https://doi.org/10.35534/pc.0311147>

表 1 调查对象基本信息

Table 1 Basic information of survey subjects

变量	分类	人数	百分比
性别	男	149	47.2%
	女	167	52.8%
所属学部	外语学部	45	14.2%
	基础学部	3	0.9%
	信息学部	63	19.9%
	机电学部	42	13.3%
	人文学部	44	13.9%
	城建学部	62	19.6%
	经管学部	57	18%
	大一	162	51.3%
年级	大二	39	12.3%
	大三	77	24.4%
	大四	38	12%
是否独生子女	是	90	28.5%
	否	226	71.5 %

1.2 测量工具

本研究主要使用以下两个量表：

《心理健康症状自评量表》（SCL-90），它是当前全国高校使用最为广泛的大学生心理健康筛查量表。该量表共有 90 个项目，采用 10 个因子分别反映 10 个方面的心理症状情况，分别为：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、其他（饮食睡眠）。该量表采用 5 级评分（1-5 分，从没有到严重），在量表总分及各维度上得分越高，表示其在该项目上程度越严重，分数越高，心理健康状况越差。该量表使用广泛，陈树林、李凌江（2003）对 SCL-90 的信效度进行检验发现，SCL 90 总量表的同质性信度为 0.97，重测信度大于 0.7，内容效应和结构效应也较好。^[5] 本研究中 SCL-90 总分的 α 系数为 0.91。

《生命态度量表》，由台湾学者谢曼盈于 2003 年编制，量表共 70 个项目，分为理想、生命自主、存在感、爱与关怀、生命经验和死亡态度六个维度。该量表采用 7 级评分（1-7 分，从完全不同意到完全同意），在量表总分及各维度上得分越高，表示其生命态度越积极。该量表在台湾地区大学生中进行施测的结果表明，量表的 α 系数为 0.94，重测信度为 0.91，与《生活目的测验》的相关系数为 0.72，具有良好的信度与效度。^[6] 本研究中《生命态度量表》总分的 α 系数为 0.86。

1.3 统计学方法

本研究采用 SPSS21.0 软件进行描述统计、 t 检验与相关分析，以 $p < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 心理健康调查结果

对《心理健康症状自评量表》总分及各分量表得分进行描述统计，得到的结果如表 2 所示。由于本研究受访对象为参与心理访谈学生，可以看到，该群体在总分与各项因子分上得分偏高。

表2 《心理健康症状自评量表》总分及各分量表得分情况

Table 2 "Symptom Checklist 90" total scores and scores of each subscale

	有效样本数	平均分 \pm 标准差	最低分	最高分
躯体化	316	1.96 \pm 0.81	1	5
强迫	316	2.67 \pm 0.99	1	5
人际关系敏感	316	2.51 \pm 1.01	1	5
抑郁	316	2.56 \pm 1.05	1	5
焦虑	316	2.36 \pm 0.98	1	5
敌对	316	2.22 \pm 0.99	1	5
恐怖	316	2.06 \pm 0.92	1	5
偏执	316	2.22 \pm 0.9	1	4.5
精神病性	316	2.22 \pm 0.88	1	4.6
其他	316	2.23 \pm 0.85	1	4.43
心理健康总分	316	208.55 \pm 76.56	91.00	432

2.2 生命态度调查结果

对《生命态度量表》总分及各分量表得分进行描述性统计，得到的结果如表3所示。

表3 《生命态度量表》总分及各分量表得分情况

Table 3 "Life Attitude Scale" total scores and scores of each subscale

	有效样本数	平均分 \pm 标准差	最低分	最高分
理想	316	47.92 \pm 13.29	11	76
生命自主	316	54.3 \pm 11.76	20	84
爱与关怀	316	61.7 \pm 12.64	31	90
存在感	316	45.25 \pm 14.1	12	77
死亡态度	316	56.14 \pm 8.99	33	82
生命经验	316	52.4 \pm 9.92	27	77
生命态度总分	316	317.71 \pm 54.53	180	465

进一步使用t检验分析不同性别在《生命态度量表》总分及各分量表上的得分情况，结果如表4所示。在生命态度总分与理想、生命自主、爱与关怀、存在感、生命经验各因子上，不存在性别差异；在死亡态度因子上，男性的死亡态度得分显著高于女性。

表4 不同性别在《生命态度量表》总分及各分量表的得分情况

Table 4 Gender differences in the "Attitudes to Life Scale" total scores and scores of each subscale

	男 (n=149)	女 (n=167)	t	p
理想	51.28 \pm 12.3	44.93 \pm 13.47	4.356	0.190
生命自主	57.1 \pm 10.91	51.8 \pm 11.96	4.100	0.355
爱与关怀	63.49 \pm 12.32	60.1 \pm 12.74	2.400	0.840
存在感	47.95 \pm 12.84	42.84 \pm 14.75	3.269	0.066
死亡态度	56.97 \pm 9.6	55.38 \pm 8.38	1.578	0.034
生命经验	53.87 \pm 10.29	51.07 \pm 9.41	2.521	0.151
生命态度总分	330.68 \pm 53.15	306.13 \pm 53.27	4.095	0.667

进一步使用t检验分析是否独生子女在《生命态度量表》总分及各分量表上的得分情况,结果如图5所示。同样,在生命态度总分与理想、生命自主、爱与关怀、存在感、生命经验各因子上,独生子女与非独生子女不存在显著差异;在死亡态度因子上,独生子女的死亡态度得分显著高于非独生子女。

表5 是否独生子女在《生命态度量表》总分及各分量表得分情况

Table 5 The total score and subscale scores of the only child or not in the Life Attitude Scale

	独生子女 (n=90)	非独生子女 (n=226)	t	p
理想	47.57 ± 13.22	48.05 ± 13.34	-0.289	0.466
生命自主	54.16 ± 11.08	54.34 ± 12.04	-0.125	0.293
爱与关怀	60.07 ± 12.60	62.34 ± 12.62	-1.444	0.952
存在感	45.28 ± 13.63	45.24 ± 14.31	0.026	0.400
死亡态度	56.35 ± 8.14	56.04 ± 9.33	0.273	0.049
生命经验	52.53 ± 9.36	52.34 ± 10.15	0.156	0.618
生命态度总分	316.00 ± 50.12	318.39 ± 56.27	-0.351	0.115

2.3 生命态度与心理健康的相关分析

将生命态度总分及各因子分与心理健康总分及各因子分进行相关分析,得到结果如表6所示。可以看到,除死亡态度之外,生命态度总分及理想、生命自主、爱与关怀、存在感、生命经验因子分与心理健康总分及各因子分均显著负相关,说明生命态度越积极,心理健康状况越好。

表6 生命态度与心理健康的相关分析

Table 6 Correlation analysis between life attitude and mental health

	躯体化	强迫	人际关系敏感	抑郁	焦虑	恐怖	偏执	精神病性	心理健康总分
理想	0.151*	-0.269**	-0.261**	-0.326**	-0.220**	-0.254**	-0.175**	-0.251**	-0.263**
生命自主	-0.186**	-0.265**	-0.280**	-0.328**	-0.250**	-0.289**	-0.198**	-0.275**	-0.265**
爱与关怀	-0.140*	-0.199**	-0.155**	-0.205**	-0.144*	-0.185**	-0.117*	-0.223**	-0.154**
存在感	-0.207**	-0.301**	-0.314**	-0.351**	-0.288**	-0.318**	-0.185**	-0.323**	-0.304**
死亡态度	-0.033	-0.063	-0.068	-0.064	-0.067	-0.091	-0.036	-0.011	-0.048
生命经验	-0.140*	-0.251**	-0.310**	-0.352**	-0.234**	-0.309**	-0.223**	-0.298**	-0.267**
生命态度总分	0.194**	-0.303**	-0.309**	-0.363**	-0.269**	-0.321**	-0.207**	-0.312**	-0.292**

注: *: $p < 0.05$, **: $p < 0.01$ 。

3 讨论

台湾学者谢曼盈综合沙特、弗兰克尔、罗洛·梅、罗杰斯对生命态度的看法,认为生命态度是描述人对生命有关的人、事、物或观念,倾向如何感受、如何行动,包含人对生命的认知与情意,并由此发展出了生命态度的六个维度。根据本研究的结果,大学生生命态度与心理健康息息相关,除死亡态度因子外,其他各因子均能显著预测心理健康各因子得分。而死亡态度不能显著预测心理健康得分的原因可能在于文化因素。谢曼盈对死亡态度的理解倾向于认为死亡的觉察会为生命带来正向意义,对死亡越接纳,则态度越积极,这与中国文化中忌讳死亡的传统有差异。同时,大学生缺乏生命教育,对死亡的态度

度与整体社会态度较为一致,可能导致死亡态度不能预测心理健康得分。

针对当前大学生心理问题凸显、生命意识淡薄的情况,高校应着力加强生命教育,使大学生能够积极正面理解死亡,树立远大理想,体验生命自主,发现生命的价值与意义,强化存在感,从而更好珍惜当下、活出有质量的人生。未来对生命态度的研究也将延续至生命教育课程的探索与开发,从根本上提升大学生生命态度,促进大学生心理健康发展。

参考文献

- [1] 杨彩霞,王微妙,王伟.大学生生命态度现状及其影响因素研究[J].校园心理,2019,17(2):96-98.
- [2] 石剑秋.大学本科生生命态度现状的调查研究[J].临床医药文献电子杂志,2018,5(60):8-9.
- [3] 王传明,于钦明,季顺欣.医学生心理弹性,生活满意度与生命态度的关系[J].中国医药导报,18(23):4.
- [4] 田凡立,李惠玲,马文霞,等.抗疫一线护理人员生命态度及影响因素调查[J].中国医学伦理学,2021,34(10):1347-1352.
- [5] 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.
- [6] 潘靖瑛,谢曼盈.生命态度量表之发展[J].慈济大学教育研究学刊,2010(6):185-229.

Research on the Correlation Between College Students' Life Attitudes and Mental Health

Wang Feng Yang Jing Yan Xin Chang Yajuan Jiang Hui

Wenhua Mental Health Education Center, Wuhan

Abstract: Objective: To understand the relationship between college students' life attitudes and mental health, and to provide references for the development of mental health education and life education in colleges and universities. Methods: Using the "Mental Health Symptom Self-rating Scale" and "Life Attitude Scale" to conduct a questionnaire survey of 316 students in a university in Wuhan who participated in psychological interviews. Results: Except for the death attitude factor, the total scores of life attitudes and ideals, life autonomy, sense of existence, love and care, and life experience were all significantly negatively correlated with the total scores of mental health and each factor. Conclusion: The life attitude of college students can significantly predict their mental health status. Colleges and universities should focus on life education to help college students improve their positive attitude towards life.

Key words: Life attitude; Mental health; Related research