

农林高校大学生自杀意念纵向研究： 心理咨询心理健康的影响

张军华 汪振国

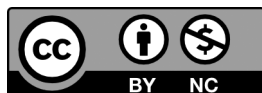
江西农业大学，南昌

摘要 | 目的：纵向研究农林高校大学生心理健康变化及心理咨询对心理健康和自杀意念的影响。方法：采用精神症状自评量表（SCL-90），通过抽样测评了2016—2020年共计63,010份样本。结果：农林高校大学生心理健康总体良好，SCL-90得分大于2分的学生占总体的17.5%，其分数在性别上差异显著（ $t=2.52$ ， $p<0.001$ ），在是否接受过心理咨询上差异显著（ $t=-7.30$ ， $p<0.001$ ）；农林高校大学生自杀意念较低，自杀意念偏重的学生占总体的0.87%，在有自杀学生想法的学生中，其分数在性别上差异显著（ $t=13.74$ ， $p<0.001$ ），在是否接受过心理咨询上差异显著（ $t=-12.82$ ， $p<0.001$ ）；在疫情严重的2020年，各年级学生出现心理症状的人数均在上升，但有自杀想法的学生的数量变化不大。结论：农林高校大学生心理健康不容忽视，心理咨询有助于提升心理健康水平。

关键词 | 心理健康；自杀意念；心理咨询

Copyright © 2023 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/>



习近平总书记在全国高校思想政治工作会议中指出，要坚持不懈促进高校和谐稳定，培育理性平和的健康心态，加强人文关怀和心理疏导，把高校建设成为安定团结的模范之地^[1]。习近平总书记在全国高校思想政治工作会议上的讲话对高校思想政治工作心理疏导模式进行了充分阐述，这表明了中央对于高校大学生心理健康以及高校安全稳定的重视。大学生的心理健康是其各种能力发展的基础^[2]。目前对于大学生心理健康总体情况，有些研究认为大学生心理健康总体状况良好^[3]，也有些研究认为大学生心理健康情况不容乐观^[4]。

自杀意念是指个体产生企图通过自杀方式结束自身生命的一种观念，虽然自杀意念不会直接导致

基金项目：国家社会科学基金委员会一般项目（19BDJ069），中央苏区妇女解放运动的理念嬗变、路径演化及经验启示研究江西省教育厅专项任务项目“大学生心理创伤与心理危机的防治与干预研究”（高校思想政治工作，ZZX20139）。

通讯作者：张军华，江西农业大学大学生心理健康咨询中心主任，研究方向：心理健康方向，E-mail: 107904217@qq.com。

文章引用：张军华，汪振国. 农林高校大学生自杀意念纵向研究：心理咨询心理健康的影响 [J]. 中国心理学前沿, 2023, 5 (4): 346-355.

<https://doi.org/10.35534/pc.0504042>

个体的自杀，但依旧是自杀行为产生的高风险因素^[4]。据WHO统计，截至2014年，全球年平均自杀死亡率在0.01%，即每年全球有近80万人死于自杀^[6]，更加需要警惕的是，全球每年有2,000万自杀未遂，6,000万有自杀意念^[7]。卡兰普（Kaplan）等在《精神病学概要》中认为，自杀是有意的自我伤害导致个体的死亡。有研究表明，自杀是我国16~35岁个体非正常死亡的首要原因^[8]，大学生自杀率为0.26%。大学生自杀原因比较复杂，大学生自杀的影响因素包括精神疾病、心理疾病、家庭环境、丧失体验等^[9]，有研究指出，神经症人格在遭遇生活事件后更容易产生自杀行为^[10]。大学生自杀是威胁高校安全稳定的重要因素，研究大学生自杀的影响因素，对于增强学生自杀预防与识别有着重要意义。

心理咨询对于维护和改善心理健康水平，减轻心理疾病负担有着重要意义^[11]，且对于大学生群体而言，心理咨询污名化的影响较小，大学生更愿意信任心理咨询^[12]。心理咨询对于校园危机事件的预防和干预发挥着巨大的作用^[13]，对于可能自杀的危机受害者，在心理咨询过程中可以捕捉到细微自杀危险信号，把握受害者发出求助信号，进而降低自杀意愿，避免其付诸行动^[13]，心理咨询可以明显降低大学生自杀的行为冲动^[15]。

1 对象与方法

1.1 对象

收集2016—2020年共五年学校心理健康普查数据，共收集数据63,010份，其中男生32,483人，女生30,517人。2016年5,254人，2017年4,598人，2018年14,350人，2019年18,961人，2020年19,846人。

1.2 研究工具

1.2.1 症状自评量表（SCL-90）

采用症状自评量表（SCL-90）进行施测。SCL-90量表的同质性信度为0.97，各分量表的同质性信度在0.96以上，重测信度大于0.7，各分量表与总量表的相关为0.79~0.92，各分量表之间的相关为0.59~0.83，说明SCL-90量表内容和结构效应较好^[16]，SCL-90在正常人群中有很好的信度和效度。量表为症状自评量表，为五级评分，分别是“没有”“轻度”“中度”“偏重”，以及“严重”。量表分为十个维度，分别是躯体化、强迫症状、人际敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性和其他，单维度均分大于2则被筛查出为阳性，若超过3分则表明该症状已经达到了中等以上严重程度。

本研究选取SCL-90量表中第15题作为判定自杀意念程度的指标，按照0到4的五级评分，分别对应“没有”“轻度”“中度”“偏重”，以及“严重”五个选项，填写大于等于2即可认为存在相关想法，得分越高表示自杀观念越强^[17]。

1.2.2 人口统计学信息

研究收集了大学生的性别，是否独生，是否有过留守经历，家庭构成情况以及是否愿意接受心理咨询。

1.3 研究方法

采用 SPSS 22.0 版本对数据进行分析,其中包括对数据进行描述统计,进一步分析数据在各人口学变量上的差异。

2 结果

2.1 2016—2020 年大学生心理健康整体情况

2.1.1 2016—2020 年症状自评量表总均分分布情况

由表 1 可知,大学生心理健康状况整体良好,无心理症状的大学生占比为 82.5%。可能存在一定心理症状的大学生占比为 17.5%。其中,有严重心理症状的大学生占比总和为 3%。

表 1 2016—2020 年被试大学生心理症状量表均分

Table 1 Average score of psychological symptom scale of college students from 2016 to 2020

SCL 症状总均分	人数	占比 (%)
1.00—2.00	51,998	82.5
2.00—3.00	9,020	14.3
3.00—4.00	4,568	2.4
4.00—5.00	423	0.6

2.1.2 2016—2020 年每年新生筛选出存在心理症状的人数

由表 2 可知,大学新生筛选出存在心理症状的大学生占比约为 10%,但在 2020 年为 29.11%,这两年的新生心理症状人数变化较大。

表 2 2016—2020 年新生筛选存在心理症状人数

Table 2 Number of freshmen with psychological symptoms in 2016-2020

年级	人数	占比 (%)
2016 级	528	10.05
2017 级	666	14.48
2018 级	283	5.87
2019 级	644	12.27
2020 级	1,526	29.11

2.1.3 2016—2020 年大学生心理症状分布

由表 3 可知,在大学生心理症状项目中,占据人数前五分别是:强迫症状,人际关系敏感,抑郁,焦虑和偏执,分别占总体人数的 37.85%, 28.39%, 21.02%, 19.21% 和 18.15%。

表 3 2016—2020 年总体大学生心理症状分布图

Table 3 Distribution map of psychological symptoms of college students from 2016 to 2020

项目	人数	占比 (%)
躯体化	7, 952	12.62
强迫症状	23, 851	37.85
人际关系敏感	17, 889	28.39
抑郁	13, 245	21.02
焦虑	12, 101	19.21
敌对	10, 077	15.99
恐怖	9, 898	15.71
偏执	11, 433	18.15
精神病性	10, 957	17.39

2.1.4 大学生心理症状在性别上的差异

选取 2020 年全校数据，筛选出心理症状总均分大于 2 的被试在性别上的差异显著，男性大学生心理症状得分显著高于女大学生。

表 4 大学生心理症状在性别差异上的比较

Table 4 Comparison of psychological symptoms of college students in gender differences

	性别 ($\bar{x} \pm s$)		<i>t</i>
	男 ($n=2, 480$)	女 ($n=2, 595$)	
心理症状	2.71 ± 0.70	2.66 ± 0.66	2.52***

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

2.1.5 大学生心理症状在是否接受过心理咨询上的差异比较

选取 2020 年全校数据，筛选出心理症状总均分大于 2 的被试在性别上的差异显著，接受过心理咨询的大学生心理症状得分显著低于没有接受过心理咨询的大学生心理症状得分。

表 5 大学生心理症状在是否接受过心理咨询差异上的比较

Table 5 Comparison of psychological symptoms of college students in whether they have received psychological counseling or not

	是否接受过心理咨询 ($\bar{x} \pm s$)		<i>t</i>
	是 ($n=1, 095$)	否 ($n=3, 980$)	
心理症状	2.55 ± 0.56	2.82 ± 0.71	-7.30***

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

2.1.6 2016—2020 级大学生每年心理症状筛查人数变化

由图 1 可以看到，各年级大学生心理症状均有回落现象，2016 级存在心理症状学生在 2018 年筛查中有一定的涨幅，但所有年级在 2020 年均有强烈涨幅。

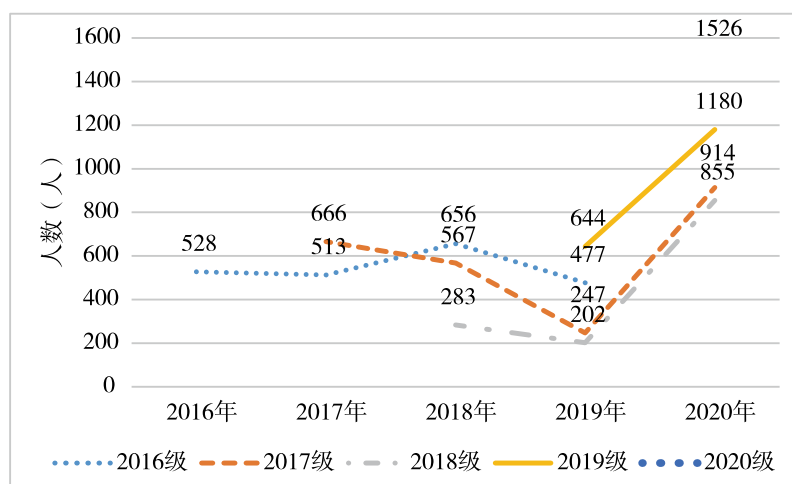


图1 各年级大学生每年心理症状人数变化

Figure 1 Changes of the number of psychological symptoms of college students of all grades every year

2.2 2016—2020 年大学生自杀意念整体情况

2.2.1 2016—2020 年被试大学生心理症状量表总均分分布情况

由表6可知,大学生自杀意念总体较低,没有自杀意念的大学生占总体的93.43%,但轻度、中度、偏重及严重分别占2.2%,3.42%,0.49%以及0.38%。特别是中度,偏重以及严重有自杀意念的大学生占4.29%。

表6 2016—2020 年被试大学生自杀意念分布情况

Table 6 Distribution of suicidal ideation among college students from 2016 to 2020

自杀意念程度	人数	占比 (%)
没有	58, 872	93.43
轻度	1, 386	2.20
中度	2, 156	3.42
偏重	309	0.49
严重	242	0.38

2.2.2 2016—2020 年每年新生筛选出存在自杀意念人数

由表7可知,每年有自杀意念的新生大约占总体的6%左右,五年变化比较平稳。

表7 2016—2020 年新生筛选存在自杀意念人数

Table 7 Number of suicidal ideation in freshmen screening from 2016 to 2020

年级	人数	占比 (%)
2016 级	280	5.33
2017 级	308	6.70
2018 级	393	8.15
2019 级	394	7.50
2020 级	276	5.26

2.2.3 大学生自杀意念在性别上的差异

由表 8 可知，有自杀意念的女大学生自杀意念显著高于男大学生。

表 8 大学生自杀意念在性别差异上的比较

Table 8 A comparison of suicide ideals among college students in gender differences

	性别 ($\bar{x} \pm s$)		<i>t</i>
	男 (<i>n</i> =868)	女 (<i>n</i> =687)	
自杀意念	2.75 ± 0.82	3.11 ± 0.67	-13.74***

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

2.2.4 大学生自杀意念在是否接受过心理咨询上的差异比较

由表 9 可知，有自杀意念的大学生在是否接受过心理咨询上差异显著，接受过心理咨询的大学生自杀意念得分显著低于没有接受过心理咨询的大学生自杀意念得分。

表 9 大学生自杀意念在是否接受过心理咨询差异上的比较

Table 9 Comparison of suicidal ideation of college students in whether they have received psychological counseling or not

	是否接受过心理咨询 ($\bar{x} \pm s$)		<i>t</i>
	是 (<i>n</i> =560)	否 (<i>n</i> =995)	
自杀意念	2.75 ± 0.81	3.21 ± 0.66	-12.82***

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

2.2.5 2016—2020 级大学生每年自杀意念筛查人数变化

由图 2 可知，各年级有自杀意念的大学生人数随时间呈下降趋势，其中 2018 级和 2019 级有自杀意念的人数持续下降，而 2016 级自杀意念人数有小波动上升后下降，2017 级在 2018 年下降后在 2019 年后又有所上升。

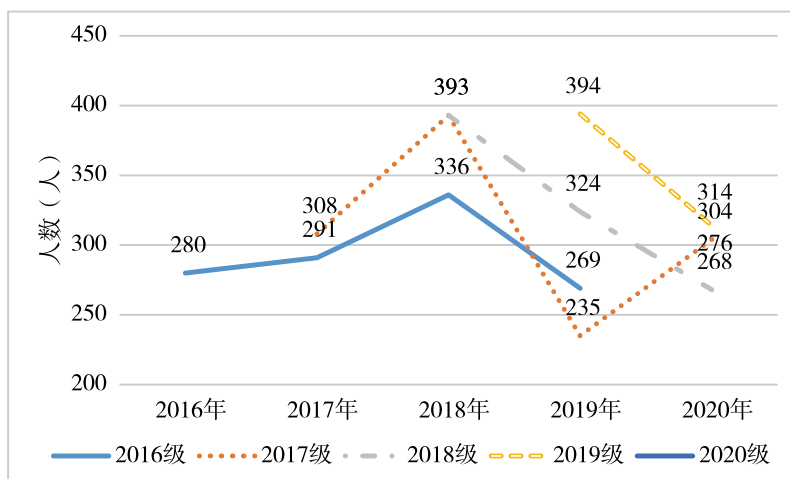


图 2 各年级大学生每年自杀意念人数变化

Figure 2 Changes in the number of suicidal ideation among college students of all grades each year

3 讨论

大学生心理健康状况整体良好,这和江涌研究结果一致^[18],与刘文的研究结果不一致^[18]。大学生心理健康良好率在82.5%,中度以上心理症状发生率在3%,低于以往的研究^[20]。无心理症状的大学生占比为82.5%。可能存在一定心理症状的大学生占比为17.5%,这说明大学生心理健康状况需要更加重视。其中,有严重心理症状的大学生占比总和为3%,可能的原因是近年来国家对于大学生心理健康的关注度在不断上升,国家连续出台多个文件如《2010—2020年国家中长期教育改革和发展规划纲要》明确提出“加强心理健康教育,促进学生心理健康”、《教育部 卫生部 共青团中央关于进一步加强和改进大学生心理健康教育的意见》共同为大学生心理健康保驾护航。同时高校越发重视大学生心理健康,通过多渠道多形式的活动,帮助大学生了解心理健康知识,从而促进了大学生心理健康水平的提高。

在大学生心理症状项目中,占据人数前五分别是:强迫症状,人际关系敏感,抑郁,焦虑以及偏执,分别占总体人数的37.85%,28.39%,21.02%,19.21%以及18.15%,这一结果与以往的研究基本一致^[21, 22]。这说明大学生心理健康症状主要集中在强迫症状、人际关系敏感以及焦虑抑郁上,这对于今后进一步针对性地提高大学生心理健康有着积极意义。

大学生心理健康症状得分在性别上差异显著,男性大学生心理症状得分显著高于女大学生,这与答会明的研究结果一致^[23],与辛自强的研究结果不一致^[23]。可能的原因在于被试的不同,辛自强研究被试样本为医学学生,从而造成了研究结果的不一致。这说明各个不同的专业背景的大学生心理健康性别差异可能会有所不同。

大学生心理健康症状得分在是否接受过心理咨询上差异显著,接受过心理咨询的大学生心理症状得分显著低于没有接受过心理咨询的大学生心理症状得分,这说明有效的心理咨询干预可以提升大学生心理健康水平^[24]。心理咨询是有效干预心理健康状况的重要方法途径,在心理咨询过程中,咨询师与来访者共同合作去探索、理解、重构内部工作模式,从而帮助来访者提升和改变非适应性的内部工作模式^[25]。这说明及时接受心理咨询是必要的。2014年中国抑郁症患病率为3.02%,约有3,900万患者,但真正接受抗抑郁有效治疗的比例不足10%^[26]。强化高校对大学生心理服务,对于提升大学生心理健康有着重大意义。

在对大学生心理症状的纵向研究发现,2016—2019年大学生心理症状筛查人数基本都在下降,但在2020年筛查出有心理症状的大学生人数在急剧增加。这很可能是由于新冠疫情的公共安全事件导致的心理问题的增加。随着2020年新冠疫情的暴发,对安全的担忧和疫情信息过载等原因对每个个体都造成了不同程度的影响。而对于2020级学生的影响可能更大,他们既顶着高考的压力,又长期处于疫情带来的不确定因素的压力,以及原生家庭环境的压力,因此,出现了更多的负性生活事件。许多研究认为负性事件在自杀意念中是一个十分重要的环境因素。根据压力过剩理论模型,压力既可直接对个体产生影响,也可以通过减损某些心理资源(心理健康)而对个体产生间接影响^[26]。在环境因素和心理因素的共同影响下,素质——应激模型认为自杀行为发生的原因是个体的素质因素与环境应激因素的相互作用^[29],该研究同样印证了心理健康双因素模型(DFM)在中国大学生及其心理素质中的有效性^[30]。

大学生有严重自杀意念的人数占总体的0.87%,高于我国0.26%的自杀率^[8],这说明高校依旧存在大学生自杀风险。保障大学生的生命 safety 是维护高校校园安全稳定的重要内容,这一高危群体给高校安

全稳定工作带来了挑战。新生自杀意念由2016年的5.33%上升到2017年的8.33%，最终下降为了2020年的5.26%。在2020年的新冠疫情中对自杀意念的影响不大，可能的原因在于疫情期间高校对于心理健康的关注起到了一定作用。

大学生自杀意念得分在性别上差异显著，女大学生的自杀意念显著高于男大学生，这与以往的研究结果相一致。这可能与性别有关，女性性格一般敏感脆弱，思想负担较重，长时间将各种心理压力积聚在内心，无法承受心理痛苦，有可能就会容易选择极端方式来解决；而男生可能有情绪更容易通过行为或者交流的方式得到舒缓。

大学生自杀意念得分在是否接受过心理咨询上差异显著，接受过心理咨询的大学生自杀意念得分显著低于没有接受过心理咨询的大学生自杀意念得分。这进一步说明了科普心理知识、心理咨询的重要意义，心理咨询干预是有效减少高校自杀风险的重要途径，对于维护校园稳定具有积极意义。

参考文献

- [1] 刘建军. 新时期思想政治工作创新研究：第一版 [M]. 北京：中国人民大学出版社，2009.
- [2] 曾美英，晏宁，于红军，等. 家庭因素对大学生心理健康的影响研究 [J]. 心理科学，2008（3）：597-601.
- [3] 甘文斌，杨秀芬，汪海红，等. 云南边境地区高校新生心理健康状况调查与分析 [J]. 辽宁省交通高等专科学校学报，2020，22（4）：85-87.
- [4] 盖彦成. 当代大学生心理健康问题研究 [D]. 太原：山西财经大学，2016.
- [5] 蔡军，肖水源，周萍. 死亡概念的发展和儿童与少年的自杀意念 [J]. 国外医学·精神病学分册，2003（1）：31-34.
- [6] Matthew K, Nock J G G. Prevalence, Correlates, and Treatment of Lifetime Suicidal Behavior Among Adolescents: Results From the National Comorbidity Survey Replication Adolescent Supplement [J]. Jama Psychiat, 2013, 3（70）：1-11.
- [7] Borges Guilherme N M K. Twelve-month prevalence of and risk factors for suicide attempts in the World Health Organization World Mental Health Surveys [J]. Jelin Psychiat, 2010, 12（71）：1617-1628.
- [8] Phillips M R L X. Suicide rates in China [J]. The lancet, 2002（359）：835-843.
- [9] 李亚敏，雷先阳，张丹，等. 中国大学生自杀意念影响因素的元分析 [J]. 中国临床心理学杂志，2014，22（4）：638-640.
- [10] Roy A. Family history of suicide and neuroticism: a preliminary [J]. Psychiat Res, 2002（110）：87-93.
- [11] 陈祉妍，刘正奎，祝卓宏，等. 我国心理咨询与心理治疗发展现状、问题与对策 [J]. 中国科学院院刊，2016，31（11）：1198-1207.
- [12] 赵丽，江光荣，王英. 大学生心理咨询信任度及与专业求助意向的关系 [J]. 中国心理卫生杂志，2011，25（4）：249-253.
- [13] 史占彪，张建新. 心理咨询师在危机干预中的作用 [J]. 心理科学进展，2003（4）：393-399.
- [14] 梁挺，张小远，王喆. 自杀“守门人”培训研究述评 [J]. 心理科学进展，2012，20（8）：1287-1295.
- [15] 王寒，武昱，姜丽，等. 不自杀协议在自杀风险评估与管理中的应用 [J]. 中国临床心理学杂志，

- 2019, 27 (5): 1067-1072.
- [16] 施玲燕, 黄水平, 卓朗, 等. 大学生应用SCL-90量表的参考值及信效度评价 [J]. 中国学校卫生, 2013, 34 (2): 223-224.
- [17] 刘慧瀛, 王婉. 自闭特质对自杀意念的影响: 有调节的中介模型 [J]. 中国临床心理学杂志, 2020, 28 (6): 1130-1134.
- [18] 江涌, 范庭卫. 大学生心理健康教育状况探讨 [J]. 教育评论, 2014 (7): 66-68.
- [19] 刘文, 韩静, 张丽娜. 大学生人际交往能力与心理健康关系的研究 [J]. 中国特殊教育, 2008 (3): 71-80.
- [20] 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, 44 (5): 664-679.
- [21] 黄艳苹, 李玲. 用症状自评量表 (SCL-90) 评估中国大学生心理健康状况的Meta分析 [J]. 中国心理卫生杂志, 2009, 23 (5): 366-371.
- [22] 仲稳山, 李露. 全国大学生SCL-90新常模构建问题研究 [J]. 中国校医, 2009, 23 (3): 251-253.
- [23] 答会明, 李梦月. 大学生心理健康水平及其与父母教养方式的关系研究 [J]. 健康心理学杂志, 2000 (4): 385-387.
- [24] 胡春红, 王强, 钟迪, 等. 萨提亚模式团体心理干预对大学生心理健康的提升作用 [J]. 中国健康心理学杂志, 2020, 28 (10): 1561-1567.
- [25] 徐梦飞, 侯志瑾, 李栩, 等. 心理咨询中的依恋关系研究综述 [J]. 中国临床心理学杂志, 2017, 25 (2): 319-325.
- [26] 宋倩, 苏朝霞, 王学义. 抑郁症的行为激活治疗 (综述) [J]. 中国心理卫生杂志, 2013, 27 (9): 655-658.
- [27] Aneshensel C S A W. The stress process: an appreciation of Leonard I [J]. Soc Ment Health, 2015, 2 (5): 67-85.
- [28] Pearlin L I, Lieberman M A, Menaghan E G, et al. The Stress Process [J]. Journal of Health and Social Behavior, 1982, 22 (4): 337-356.
- [29] Brodsky B S M K. Characteristics of Borderline Personality Disorder Associated With Suicidal Behavior [J]. The American Journal of Psychiatry, 1997 (154): 1715-1719.
- [30] 王鑫强, 谢倩, 张大均, 等. 心理健康双因素模型在大学生及其心理素质中的有效性研究 [J]. 心理科学, 2016, 39 (6): 1296-1301.

Longitudinal Study on Suicide Ideation of College Students in Agricultural and Forestry Universities: The Impact of Psychological Counseling on Mental Health

Zhang Junhua Wang Zhenguo

Jiangxi Agricultural University, Nanchang

Abstract: Objective: To longitudinally study the mental health changes of college students in agricultural and forestry colleges and the influence of psychological counseling on their mental health and suicidal ideation. Methods: Using the SCL-90 Questionnaire, a total of 63, 010 samples from 2016 to 2020 were sampled and evaluated. Results: The mental health of college students in agricultural and forestry colleges is generally good. The students with SCL-90 score greater than 2 accounted for 17.5% of the total. Their scores are significantly different in gender ($t=2.52, p<0.001$), and there is a significant difference in whether they have received psychological counseling ($t=-7.30, p<0.001$); college students in agricultural and forestry colleges have low suicidal ideation, and students with more suicidal ideation accounted for 0.87% of the total. Among the students with suicidal ideation, their scores are significantly different in gender ($t=13.74, p<0.001$), there is a significant difference in whether or not they have received psychological counseling ($t=-12.82, p<0.001$); in 2020, when the epidemic is severe, the number of students with psychological symptoms in all grades is on the rise, but those with suicidal thoughts The number of students has not changed much. Conclusion: The mental health of college students in agricultural and forestry colleges cannot be ignored, and psychological counseling can help improve the level of mental health.

Key words: Mental health; Suicidal ideation; Psychological counseling