

新冠疫情背景下大学生心理健康状况调查及对策研究

彭 丹 王 凡 石 露 雷京凭

贵州医科大学, 贵阳

摘 要 | 目的: 探讨新冠肺炎疫情背景下大学生心理健康状况, 并提出针对性的建议。方法: 采用方便取样选取贵州省 4294 名大学生在 COVID-19 背景下进行问卷调查, 包括一般资料问卷(性别、生源地、是否独生等)、症状自评量表(SCL-90), 采用描述性统计分析大学生心理健康状况, 独立样本 T 检验分析不同特征大学生心理健康水平的差异。结果: 大学生得分和检出率最高的两个因子为强迫症状和人际关系敏感, 最低的两个因子为躯体化和敌对。各因子在性别上均存在显著性差异($p < 0.05$), 躯体化、人际关系敏感和恐怖在生源地上差异显著($p < 0.05$), 其他因子在是否独生上存在显著性差异($p < 0.05$)。结论: 应采取各项措施做好学生心理调适并加强心理干预。

关键词 | 新冠疫情; 大学生; 心理健康; 对策

Copyright © 2022 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/>



新型冠状病毒肺炎 (Corona Virus Disease 2019, COVID-19), 简称“新冠肺炎”, 是指 2019 新型冠状病毒感染导致的肺炎^[1], 临床表现为: 以发热、乏力、干咳为主要表现, 鼻塞、流涕等上呼吸道症状少见, 会出现缺氧低氧状态^[2]。2020 年 1 月 30 日, 世界卫生组织 (WHO) 将新冠肺炎疫情定义为“国际关注的突发公共卫生事件”^[3]。疫情的突发性与严重性给人们心理造成了巨大负担, 部分民众出现了恐慌、焦虑、抑郁等情绪。一项对疫情期间 52730 名中国民众的研究显示, 抑郁、焦虑等心理困扰的检出率为 35%^[4]。此外, 有研究者对 15 个国家疫情期间大学生的心理健康状况进行元分析发现, 抑郁、焦虑症状的检出率超过 30%^[5]。疫情暴发以来社会民众的心理健康问题也受到了国家的高度重视, 国务院下发多个通知做好疫情期间心理支持工作^[6-8]。

大学生现正处于学习、积累知识阶段, 对疾病的认识与掌握还存在不足, 尤其对于经历疫情进入大

基金项目: 贵州省“2021 年度高等学校人文社会科学研究项目 (2021zc077)”。

通讯作者: 彭丹, 贵州医科大学大学生心理健康教育与咨询中心副主任, 研究方向: 心理健康教育与医学心理学, E-mail: 287743456@qq.com。

文章引用: 彭丹, 王凡, 石露, 等. 新冠疫情背景下大学生心理健康状况调查及对策研究 [J]. 中国心理学前沿, 2022, 4 (4): 469-474.

<https://doi.org/10.35534/pc.0404058>

学的新生,疫情期间长时间居家上网课,经历了高考的压力,进入大学心理也需要一段“适应—调整—恢复”时期,可能会出现一些情绪或行为反应。昌敬惠(2020)对新冠肺炎疫情下大学生心理健康状况及影响因素分析表明,在疫情背景下大学生表现出不同程度的焦虑或抑郁情绪^[9]。陈美(2021)的研究中发现,新冠肺炎流行期间大学生心理健康水平会受到不同程度的影响,流行期后心理健康水平有所提升^[10]。因此,本研究旨在探讨新冠疫情背景下大学生的心理健康状况,为高校开通防疫心理支持服务、开展有针对性的心理健康教育工作提供依据。

1 对象与方法

1.1 研究对象

采用方便取样,选取贵州省某高校的大一新生作为研究对象,2020年9月使用线上问卷平台进行匿名问卷调查,问卷共回收4500份,剔除规律作答等无效问卷后,保留有效问卷4294份,有效率为95.42%。其中男生1819人(42.4%),女生2475人(57.6%),汉族2509人(58.4%),少数民族1785人(41.6%);农村2444人(56.9%),城镇1850人(43.1%);独生子女619人(14.4%),非独生子女3675人(85.6%),年龄范围16~29岁,平均年龄为 20.86 ± 1.67 。

1.2 研究工具

采用90项症状清单(Symptom Checklist 90, SCL-90)测量大学生的心理健康状况,又名症状自评量表。该量表1975年由德若伽提斯(L.R.Derogatis)编制,我国使用的版本为王征宇的翻译本^[11]。包含躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性及其他10个独立因子,量表采用1“没有”到5“严重”的5级计分方式,各因子得分大于等于2分考虑筛选阳性,总分以160分为临床界限,超过160分即判断为阳性。该量表内部一致性信度良好,Cronbach α 系数为0.87。

1.3 统计分析

采用EpiData录入数据,采用SPSS22.0对数据进行统计分析,主要涉及描述性统计分析大学生心理健康状况;独立样本T检验分析不同特征(性别、生源地及是否独生)大学生心理健康水平的差异。

2 结果

2.1 新冠疫情背景下大学生心理健康状况

新冠疫情背景下大学生心理健康各因子平均得分和检出率见表1。结果显示,大一新生各因子均分中得分和检出率最高的两个因子为强迫症状和人际关系敏感,最低的两个因子为躯体化和敌对。

表 1 新冠疫情背景下大学生心理健康状况分析

Table 1 Analysis of mental health status of college students under the background of the new crown epidemic

项目	平均数	标准差	检出率
躯体化	1.24	0.38	5.8%
强迫症状	1.75	0.61	32.4%
人际关系敏感	1.54	0.56	20.5%
抑郁	1.45	0.54	14.8%
焦虑	1.40	0.49	12.4%
敌对	1.32	0.44	10.1%
恐怖	1.33	0.47	10.5%
偏执	1.36	0.46	11.9%
精神病性	1.38	0.45	11.0%
其他	1.37	0.46	11.4%

2.2 新冠疫情背景下大学生心理健康状况在人口学变量上的差异分析

采用独立样本 T 检验分析新冠疫情背景下大学生心理健康状况在人口学变量（性别、生源地、是否独生）上的差异，结果显示，新冠疫情背景下大学生各因子在性别上均存在显著性差异（ $p<0.05$ ），均表现为女生得分显著高于男生；躯体化、人际关系敏感和恐怖在生源地上差异显著（ $p<0.05$ ），均表现为城镇学生显著高于农村学生；其他因子在是否独生上存在显著性差异（ $p<0.05$ ），表现为独生学生显著高于非独生学生。见表 2。

表 2 新冠疫情背景下大学生心理健康状况在人口学变量上的差异分析

Table 2 Difference analysis of college students' mental health status in demographic variables under the background of the new crown epidemic

项目	性别		t 值	生源地		t 值	是否独生		t 值
	男	女		农村	城镇		独生	非独生	
躯体化	1.22 ± 0.36	1.25 ± 0.39	-3.005**	1.23 ± 0.40	1.26 ± 0.38	-2.027*	1.26 ± 0.40	1.24 ± 0.37	1.252
强迫症状	1.66 ± 0.60	1.80 ± 0.60	-8.171***	1.74 ± 0.59	1.75 ± 0.62	-0.675	1.76 ± 0.63	1.74 ± 0.60	0.610
人际关系	1.47 ± 0.53	1.59 ± 0.58	-7.024***	1.53 ± 0.55	1.56 ± 0.59	-2.056*	1.56 ± 0.58	1.54 ± 0.56	1.026
抑郁	1.37 ± 0.50	1.50 ± 0.56	-7.294***	1.44 ± 0.53	1.45 ± 0.55	-0.640	1.46 ± 0.56	1.44 ± 0.53	0.836
焦虑	1.34 ± 0.45	1.45 ± 0.50	-7.170***	1.40 ± 0.48	1.41 ± 0.50	-1.063	1.41 ± 0.50	1.40 ± 0.48	0.693
敌对	1.30 ± 0.44	1.34 ± 0.44	-2.856**	1.32 ± 0.43	1.32 ± 0.44	-0.339	1.33 ± 0.46	1.32 ± 0.44	0.640
恐怖	1.26 ± 0.41	1.38 ± 0.50	-8.836***	1.31 ± 0.46	1.34 ± 0.49	-2.278*	1.34 ± 0.47	1.32 ± 0.47	1.174
偏执	1.34 ± 0.46	1.36 ± 0.46	-2.055*	1.35 ± 0.45	1.36 ± 0.46	-0.388	1.38 ± 0.49	1.35 ± 0.45	1.522
精神病性	1.35 ± 0.45	1.40 ± 0.46	-3.580***	1.37 ± 0.44	1.38 ± 0.46	-0.489	1.38 ± 0.47	1.37 ± 0.45	0.414
其他	1.34 ± 0.46	1.39 ± 0.46	-3.625***	1.36 ± 0.45	1.37 ± 0.47	-1.060	1.40 ± 0.51	1.36 ± 0.45	2.020*

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

3 讨论

3.1 大学生心理健康状况

新型冠状病毒作为突发公共卫生应激事件会引起大规模的心理、社会连锁反应，使人处于焦虑、不安、

恐惧等情绪状态中,同时产生退缩和逃避等行为,应激源导致的心理创伤会严重影响个人心理健康并导致心身疾病^[12]。本研究通过对某高校2020级本科生开展心理自评量表测试,结果表明大部分学生都处于一种相对健康的心理状态,总体相对稳定,与陈美的研究结果基本一致,大一新生各因子均分中得分和检出率最高的两个因子为强迫症状和人际关系敏感,这与人研究结果基本一致^[13]。这可能与大学生这一群体信息过载、甄别能力弱、心理防御能力尚不完备、易受外界因素影响导致心理处于亚健康状态、产生焦虑恐慌等不良情绪和盲从冲动等不当行为有关^[14]。

3.2 不同人口学特征大学生心理健康状况存在差异

研究结果表明,新冠疫情背景下大学生各因子在性别上均存在显著性差异,均表现为女生得分显著高于男生,结果与国内同类研究结果具有一致性^[15]。这可能与女性心思细腻、敏感,身体负荷承受较低,偏重感性思维有关,同时,女性本身在新冠肺炎疫情中属于易感染人群,对疫情传播、感染的忧虑也有可能会导致出现心理异常^[16],因此,对女性群体要加强情绪上的关心,对男性群体注重理性应对的疏导。

本次研究数据表明,躯体化、人际关系敏感和恐怖在生源地上差异显著,均表现为城镇学生显著高于农村学生,这与李仁莉等人的研究结果略有差异^[17]。此外,本研究结果中,其他因子在是否独生上存在显著性差异,表现为独生学生显著高于非独生学生,提示“是否独生”这一成长环境可能对个体心理健康状况存在一定影响。研究表明,社会支持对抑郁情绪有改善作用^[18],说明独生子女可能在得到的家人方面的支持多于非独生子女,以往的研究也证实,独生子女的身份能够减轻负面生活事件对抑郁的影响^[19]。

4 建议与对策

4.1 加强信息引导,稳定学生情绪

在新冠肺炎疫情期间与开学之后,高校应加强对客观信息的宣传,积极传播正能量,稳定学生情绪。帮助引导大学生群体以理性平静的心态,提升自身鉴别能力,通过国家正规媒体渠道了解新闻事实和正确的防疫知识。各高校可考虑开设一些针对突发公共卫生事件相关的心理疏导课程,以提升大学生群体对突发事件的心理应对能力。此外,还可以通过心理健康网站、微信公众号等相关途径,进行大学生防“疫”心理健康知识的宣讲与普及,通过整合客观科学的权威信息来增加大学生的已知感,缓解焦虑、恐慌等负面情绪,消除不安全感伴随的失控和焦虑情绪。

4.2 重点关注应激易感人群,积极采取预防措施

针对大学生群体中新冠肺炎疫情的应激易感人群,应采取积极预防、健康干预措施,如重点关注女大学生等应激易感群体在新冠肺炎期间的心理状况,进行疫后复学的心理调适,避免心理异常者发生创伤后应激障碍,加强心理健康安全及危机干预知识的宣传与教育等。后续研究可在此基础上对重点关注人群开展访谈等性质研究,深入挖掘其心理健康状况的细节以及出现心理问题的具体原因,并建立相应的心理危机干预方案,进一步改善受疫情影响下高校学生的心理状态。

4.3 提供援助支持, 调整疫后心态

疫情的突然性和高危性, 使高校大学生开始怀疑周围环境的安全。因此, 疫情过后, 心理承受能力较弱的学生往往会出现精神世界多疑、焦虑、恐怖、抑郁等的心理状态^[20]。如不及时进行干预, 往往会为学生带来不同寻常的心理创伤, 甚至对今后的学习生活造成较大的影响。高校可以组建心理专家、医学专家、心理咨询师等专业心理援助队伍, 运用专业的心理学、医学知识对存在心理危机的大学生群体进行心理疏导。

参考文献

- [1] Harapan H, Itoh N, Yufik A A, et al. Coronavirus disease 2019 (COVID-19): a literature review [J]. J Infect Public Health, 2020, 13 (5): 667-673.
- [2] 新冠肺炎遗体解剖取得重要发现: 病毒或有损免疫系统 [N]. 科技日报, 2020-02-25.
- [3] Who. Statement on the second meeting of the International Health Regulations (2005) Emergency Committee regarding the outbreak of novel coronavirus (2019-nCoV) [EB/OL]. [2020-01-31]. [https://www.who.int/news-room/detail/30-01-2020-tatement-on-the-second-meeting-of-the-international-health-regulations-\(2005\)-emergency-committee-regarding-the-outbreak-of-novel-coronavirus-\(2019-ncov\)](https://www.who.int/news-room/detail/30-01-2020-tatement-on-the-second-meeting-of-the-international-health-regulations-(2005)-emergency-committee-regarding-the-outbreak-of-novel-coronavirus-(2019-ncov)).
- [4] Qiu J Y, Shen B, Zhao M, et al. A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations [J]. Gen Psychiatry, 2020 (33): e100213.
- [5] Batra K, Sharma M, Batra R, et al. Assessing the psychological impact of COVID-19 among college students: an evidence of 15 counties [J]. Healthcare, 2021, 9 (2): 222.
- [6] 应对新型冠状病毒感染的肺炎疫情联防联控工作机制. 关于印发新型冠状病毒感染的肺炎疫情紧急心理危机干预指导原则的通知 [EB/OL]. (2020-01-26) [2020-02-04]. http://www.gov.cn/xinwen/2020-01/27/content_5472433.htm.
- [7] 国务院应对新型冠状病毒感染的肺炎疫情联防联控机制. 关于设立应对疫情心理援助热线的通知 [EB/OL]. (2020-02-02) [2020-02-04]. http://www.gov.cn/zhengce/2020-02/03/content_5474125.htm.
- [8] 国务院应对新型冠状病毒感染的肺炎疫情联防联控机制. 关于印发新型冠状病毒肺炎疫情防控期间心理援助热线工作指南的通知 [EB/OL]. (2020-02-07) [2020-02-07]. http://www.gov.cn/xinwen/2020-02/27/content_5484047.htm.
- [9] 昌敬惠, 袁愈新, 王冬. 新型冠状病毒肺炎疫情下大学生心理健康状况及影响因素分析 [J]. 南方医科大学学报, 2020, 40 (2): 171-176.
- [10] 陈美. 新型冠状病毒肺炎疫情下大学生心理健康状况及影响因素研究 [D]. 海口: 海南医学院, 2021.
- [11] 唐秋萍, 程灶火, 袁爱华, 等. SCL-90 在中国的应用与分析 [J]. 中国临床心理学杂志, 1999 (1): 19-23.
- [12] 马骊, 王兴, 廖启云. 新型冠状病毒肺炎应激事件对大学生心理健康的影响 [J]. 健康研究, 2020, 40 (3): 257-260.
- [13] 刘悦. 新冠肺炎疫情影响下高校实习护生 SCL-90 测评结果分析 [J]. 职业教育 (下旬), 2020, 19 (2): 45-50.

- [14] 范生根, 卢玲, 周永利, 等. 新冠疫情期医学生与非医学生心理健康差异与应对方式关系研究 [J]. 晋城职业技术学院学报, 2021, 14 (3): 64-67.
- [15] 李亚彤, 曾碧. 基于 SCL-90 的新生心理健康状况调查分析 [J]. 廊坊师范学院学报 (自然科学版), 2019 (2): 111-113.
- [16] 何航, 鲍万松. 新冠肺炎疫情对大学生心理健康的影响: 以某高校大二学生 SCL-90 心理测评为例 [J]. 才智, 2021 (6): 90-92.
- [17] 李仁莉, 代俊, 袁晓艳, 等. 新冠肺炎疫情期大学生心理健康状况 [J]. 攀枝花学院学报, 2020, 37 (6): 18-24.
- [18] Wang P, Xiong Z, Yang H. Relationship of Mental Health, Social Support, and Coping Styles among Graduate Students: Evidence from Chinese Universities [J]. Iran JPublic Health, 2018 (47): 689-697.
- [19] Jin Y, Zeng P, An J, et al. Negative life events and post-traumatic stress disorder symptoms: a moderated mediation model of only child status and depressive symptoms [J]. Public health, 2019 (172): 31-39.
- [20] 连选, 谭鑫, 张江华. 新冠肺炎疫情期间大学生心理问题调查及干预对策研究 [J]. 高教学刊, 2020 (34): 33-36, 40.

Investigation on the Mental Health Status of College Students and Countermeasures Under the Background of the New Crown Epidemic

Peng Dan Wang Fan Shi Lu Lei Jingping

Guizhou Medical University, Guiyang

Abstract: Objective: To explore the mental health status of college students under the background of the new crown pneumonia epidemic, and to put forward targeted suggestions. Methods: A convenient sampling was used to select 4294 college students in Guizhou Province to conduct a questionnaire survey in the context of COVID-19, including general information questionnaires (sex, place of origin, only child, etc.), symptom self-rating scale (SCL-90), using descriptive Sexual statistics were used to analyze the mental health status of college students, and the independent sample T test was used to analyze the differences in the mental health level of college students with different characteristics. Results: The two factors with the highest score and detection rate of college students were obsessive-compulsive symptoms and interpersonal sensitivity, and the two lowest factors were somatization and hostility. There were significant differences in gender for each factor ($p < 0.05$), significant differences in somatization, interpersonal sensitivity and fear in the source of birth ($p < 0.05$), and significant differences in other factors in whether or not the only child was born ($p < 0.05$). Conclusion: Various measures should be taken to adjust students' psychological adjustment and strengthen psychological intervention.

Key words: New crown epidemic; College students; Mental health; Countermeasures