

研究生新生连续三年心理健康状况研究

——基于 SCL-90 普查结果

高 杰

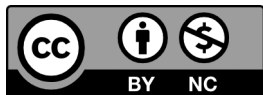
湖北大学学生工作部，武汉

摘 要 | 目的：调查湖北大学研究生心理健康状况，了解心理健康需求，完善研究生人才培养方案。方法：2020—2022 年连续三年使用症状自评量表（SCL-90）调查 8552 名研究生，并进行样本总体分析、阳性因子情况分析。结果：2020—2022 年，研究生阳性率为 13.86%、8.43%、9.87%。阳性因子前四位依次是强迫症状、人际关系敏感、抑郁和焦虑。结论：研究生整体心理健康状况较好。研究生群体中人际交往、情绪问题仍是突出问题，如何有效引导和培养还需要进一步研究。

关键词 | 研究生；SCL-90；心理健康

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/>



根据教育部 2022 年 9 月公布的数据，2021 年我国在校研究生共有 333.2 万人^[1]。但近年来由于心理疾病导致的不良现象屡见报端，研究生的心理健康问

基金项目：2020 年湖北大学研究生教育教学改革研究项目“研究生新生心理健康状况研究及培养工作建议——基于 SCL-90 的 3 年调查分析”。

作者简介：高杰（1983—），女，湖北武汉人，湖北大学学生工作部（处）讲师，硕士，研究方向：心理健康教育、思想政治教育。

文章引用：高杰. 研究生新生连续三年心理健康状况研究——基于 SCL-90 普查结果 [J]. 心理咨询理论与实践, 2023, 5 (5): 343–350.

<https://doi.org/10.35534/tpc.0505032>

题值得关注。2019 年,中国科学院心理所调查了中国科学院大学研究生的心理健康,发现 35.5% 的研究生有轻度抑郁,60.1% 的研究生有轻度到中度焦虑症状^[2]。如何及时、准确地发现研究生群体中存在的心理问题,更加有针对性地开展心理健康教育 and 心理咨询工作,提高高等学校学生心理健康教育的实效性,是众多高校一直在探索的课题。本研究采用目前国内常用的症状自评量表(SCL-90)来评估在校学生的心理健康状况,并对比分析 2020 年、2021 年、2022 年 3 年的心理普查数据,为更有效开展研究生心理健康工作提供客观依据。

1 研究对象和方法

1.1 研究对象

选取湖北大学 2020 年、2021 年、2022 年新入学的全日制研究生为研究对象。2020 年通过北京瑞格心理教育信息化管理系统发放调查问卷 2811 份,回收 2778 份,回收率为 98.83%。2021 年通过该系统发放调查问卷 2854 份,回收 2846 份,回收率为 99.72%。2022 年通过该系统发放调查问卷 2992 份,回收 2928 份,回收率为 97.86%。

1.2 研究方法

本研究主要使用问卷调查法。测量工具为症状自评量表 SCL-90。该量表共有 90 题,由躯体化、强迫症状、人际关系敏感、敌对、恐怖、抑郁、焦虑、偏执、精神病性等 9 个因子组成,采用 1 ~ 5 分计分,因子分超过 3 分即表明该因子的症状已达到中度以上严重程度。研究通过北京瑞格心理教育信息化管理系统发放调查问卷。

2 数据分析

2.1 样本总体分析

2020 年测试的 2778 人中,可能存在心理问题的人数为 385 人,占总人数的

13.86%（本科生当年为 20.88%）。2021 年测试的 2846 人中，可能存在心理问题的人数为 240 人，占总人数的 8.43%（本科生当年为 19.09%）。2022 年测试的 2928 人中，可能存在心理问题的人数为 289 人，占总人数的 9.87%（本科生当年为 19.86%）。具体数据详见下表 1。

表 1 2020—2022 年可能存在心理问题一览表

Table 1 List of possible psychological problems in 2020-2022

入学 年份	筛查标准	男		女		合计	
		人数 (N)	百分比 (%)	人数 (N)	百分比 (%)	人数 (N)	百分比 (%)
2020 年	总分 ≥ 160 分, 或阳	153.00	5.51%	232.00	8.35%	385.00	13.86%
2021 年	性项目数 >43 , 或任	88.00	3.09%	152.00	5.34%	240.00	8.43%
2022 年	一因子分 ≥ 3 分	104.00	3.55%	185.00	6.32%	289.00	9.87%

2.2 2020—2022 年不同因子对比分析

通过对 2020—2022 年研究生新生的 SCL-90 测验结果对比, 强迫症状、人际关系敏感、抑郁和焦虑 4 个因子始终排前 4, 躯体化因子排最后, 其他因子有较小变化。 $t1$ 、 $t2$, $p1$ 、 $p2$ 显示, 2021 年、2022 年较 2020 年, 9 个因子都有所下降, 并且存在显著的差异, 可以表明 2021—2022 年入校学生的整体心理健康程度较 2020 年好, 这或许与 2020 年全国暴发疫情, 国民整体心理健康水平受到影响有关。 $t3$ 、 $p3$ 显示, 2022 年较 2021 年有所上升, 但不显著。这或许与 2022 年全国疫情形势加重, 学校封闭式管理有关, 详见下表 2。

表 2 湖北大学研究生新生 SCL-90 各因子 3 年评分情况

Table 2 The 3-year scores of each factor of SCL-90 for new graduate students in Hubei University

项目 / 年	2020		2021		2022		$t1$	$p1$	$t2$	$p2$	$t3$	$p3$
	M	SD	M	SD	M	SD						
强迫症状	1.589	0.567	1.467	0.498	1.485	0.503	8.714	<0.01	7.429	<0.01	-1.385	>0.01
人际关系敏感	1.382	0.484	1.277	0.411	1.295	0.419	8.750	<0.01	7.250	<0.01	-1.636	>0.01
抑郁	1.340	0.466	1.261	0.403	1.284	0.410	6.583	<0.01	4.667	<0.01	-2.091	>0.01

续表

项目 / 年	2020		2021		2022		$t1$	$p1$	$t2$	$p2$	$t3$	$p3$
	M	SD	M	SD	M	SD						
焦虑	1.287	0.406	1.217	0.356	1.234	0.345	7.000	<0.01	5.300	<0.01	-1.889	>0.01
精神病性	1.249	0.371	1.172	0.317	1.183	0.305	8.556	<0.01	7.333	<0.01	-1.375	>0.01
恐怖	1.209	0.348	1.149	0.302	1.159	0.298	6.667	<0.01	5.556	<0.01	-1.250	>0.01
偏执	1.247	0.379	1.168	0.318	1.183	0.319	8.778	<0.01	7.111	<0.01	-1.875	>0.01
敌对	1.244	0.362	1.173	0.303	1.190	0.308	7.889	<0.01	6.000	<0.01	-2.125	>0.01
躯体化	1.173	0.294	1.144	0.274	1.155	0.254	3.625	<0.01	2.571	<0.01	-1.571	>0.01

2.3 9 个因子 3 年阳性检出率情况

2020—2022 年,强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑因子的检出率一直最高,其他因子有所起伏,但整体呈下降趋势。这与其他研究者的研究结果基本一致^[3]。

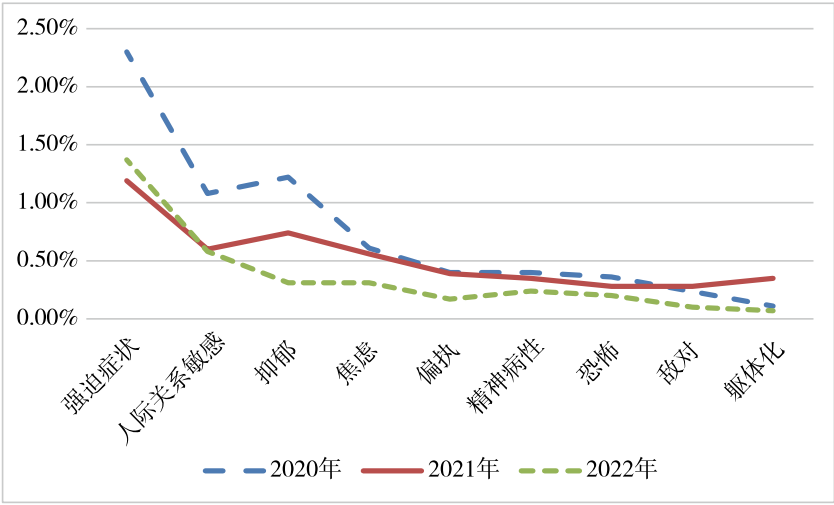


图 1 各因子阳性检出率走势图

Figure 1 Trend chart of positive detection rates of various factors

3 后期跟踪调查

3.1 心理访谈后期跟踪

2020—2022 年进入心理访谈的学生分别为 108 人、73 人、106 人,分别占同年筛查人数的 28.05%、30.42%、36.68%。经过专业老师心理访谈,发现有明

显心理问题,进入重点关注的学生人数分别为28人、17人、14人,分别占同年心理访谈人数的25.93%、23.29%、13.21%。数据显示,2020—2022年进入心理访谈的比例逐年上涨,这与高校越来越重视研究生心理问题和进行早期排查有关。进入重点关注学生的人数和比例在逐年下降,2022年分别比2020年和2021年下降12.72和10.08个百分点,下降幅度明显。

3.2 心理咨询后期跟踪

2020年,全校研究生共有90人预约心理咨询,重点关注学生共有14人预约心理咨询,占咨询总人数15.56%。2021年,全校研究生共有136人预约心理咨询,重点关注学生共有28人预约心理咨询,占咨询总人数20.59%。2022年,全校研究生共有139人预约心理咨询,重点关注学生共有24人预约心理咨询,占咨询总人数17.27%。

3.3 医学诊断后期跟踪

根据心理普查和日常观察,全校研究生重点关注学生现有71人,17人有精神科就医史,其中2020级4人,占总就医人数23.53%。从心理普查渠道发现的学生有2人,1人诊断为抑郁,1人诊断为双相情感障碍,占2020级就医史人数的50.00%。2021级11人有就医史,占总就医人数64.71%,比2020年上升41.18个百分点。从心理普查渠道发现的学生有5人,3人诊断为抑郁症或抑郁状态、1人诊断为焦虑症、1人诊断为强迫症,占2020级就医史人数的45.45%。2022级1人有就医史,占总就医人数5.88%,比2020年下降17.65个百分点,比2021年下降58.83个百分点。该生为心理咨询中发现。2022级学生就医人数最少可能与学生刚入校有关,一方面学生入校时间短,学校未有充足的时间发现,另一方面学生处在研一阶段,各方面压力小,心理健康程度较好。

4 结论

在2020—2022年研究生新生的SCL-90各因子的阳性检出率中,2020年最高,2021年最低,2022年有回升趋势,这也许与全国疫情和防控变化有关。研究生

的整体阳性检出率要低于本科生,说明研究生的整体心理水平要好于本科生。女生的阳性检出率要明显高于男生,说明女生比男生更加敏感,需要更多的心理支持与疏导。强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑因子的检出率一直最高。后期心理访谈后,发现有心理问题需要学院重点关注的学生较低,后期学生主动寻求的心理咨询,通过专业渠道解决自己的心理困扰较低。

5 反思及建议

5.1 丰富心理健康教育内容

普查结果显示,在 2020—2022 年因子排名中始终排在前四的分别是强迫症状、人际关系敏感、抑郁和焦虑。在研究生心理健康教育课程设置中,一方面,增加精神卫生知识内容,特别在强迫症、抑郁症、焦虑症等内容上有针对性地增设公选课或者讲座,通过已开的或将要开设的课程或讲座,从课堂主渠道对学生进行面对面的心理健康知识普及教育,教会学生如何识别心理问题,如何开展心理自助与他助。另一方面,开设心理团体辅导,加强人际交往、情绪疏导与调节方面的教育与指导。

5.2 精准开展心理咨询宣传

调查表明,2020—2022 年,普查发现的有心理问题的研究生预约心理咨询的不到 20%,基于调查结果,后期应该加强心理咨询与治疗宣传,特别针对筛查出明显心理问题的学生,该类学生可能本身就存在人际交往困难,让其主动去预约心理咨询有一定的困难,针对这部分学生,点对点的发出咨询邀约,加强宣传力度和效果。

5.3 建档立卡,跟踪随访

学校针对普查发现的有明显心理问题的学生,学院需结合工作和学生实际,对学生的心理健康状况给予高度关注,应组织辅导员和导师就其心理问题进行建档立卡,跟踪随访,并与学校心理健康教育中心进行及时有效的沟通,依托

专业力量采取危机评估、心理咨询、组织朋辈辅导等方式,及时准确掌握其日常学习生活状况和情绪状态,发现问题及时疏导,双方通力合作,共同干预,防止恶性事件发生。

5.4 全员参与心理健康教育

心理健康教育工作是一项系统工程,必须对其进行规范管理,形成以学校心理健康教育中心为核心枢纽,学校党委统一领导,研工部牵头组织、心理健康教育中心支持、学院学生工作积极配合,学生广泛自主参与、校内外专业机构及时援助的心理健康教育网络管理体系,才能为心理健康教育提供明确的指导思想、可靠的组织保障、坚实的物质保障和可行的制度保障,才能使心理健康教育运行协调,形成强大合力,发挥应有的作用。

参考文献

- [1] 中华人民共和国教育部. 教育部: 2021年全国共有在学研究生333.2万人 [EB/OL]. (2022-09-28) [2022-10-13]. http://edu.china.com.cn/2022-09/28/content_78-441278.htm.
- [2] 中国青年网. 研究显示: 我国研究生群体抑郁焦虑问题显著 [EB/OL]. (2021-04-13) [2022-10-13]. <https://baijiahao.baidu.com/s?id=169687990414459-8374&wfr=spider&for=pc>.
- [3] 孙路遥, 刘倩倩. 医科院校大学新生近十年心理健康状况纵向分析: 基于SCL90普查结果 [J]. 科学咨询, 2021 (19): 194-195.

A Study on the Mental Health of Graduate Freshmen For 3 Years —Based on SCL-90 Census Results

Gao Jie

Hubei University, Wuhan

Abstract: Objective: Investigate the mental health of graduate students at Hubei University, understand their mental health needs, and improve their talent development plan. Methods: From 2020 to 2022, a total of 8552 graduate students were surveyed using SCL-90 for 3 years, and analyzed population sample, conducted positive factor. Results: From 2020 to 2022, the positive rates for graduate students were 13.86%, 8.43%, and 9.87%. The top 4 positive factors are obsessive-compulsive symptoms, interpersonal sensitivity, depression, and anxiety. Conclusion: The overall mental health status of graduate students is good. Interpersonal and emotional issues are prominent issues in this group. Further research is needed on how to effectively guide and cultivate them.

Key words: Postgraduate; SCL-90; Mental health