

综合性高校“95后”大学生心理健康追踪研究及思考

——以长江大学为例

易丹¹ 张平^{2*}

1. 长江大学学生心理健康教育中心, 荆州, 434023;

2. 湖北省中医药高等专科学校, 荆州, 434020

邮箱: 18847031@qq.com

摘要: 目的: 了解综合性高校“95后”大学生群体的心理健康及其发展状况。方法: 以长江大学2013级至2016级28512名学生为研究对象, 在各年级进校时采用SCL-90和16PF进行测评, 在其大二下学期时再次进行SCL-90测评。结果: (1) “95后”大学生大一入校时SCL-90检出率排名前三的因子是强迫症状、人际关系敏感和抑郁, 大二下学期时检出率排名前三的因子是强迫症状、人际关系敏感和其他。(2) 学生入校一年半后, SCL-90总分和强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性8个因子的得分均呈现显著下降($p < 0.001$)。(3) 16PF测评结果既没有呈现出低分特征(1-3分), 也没有呈现出高分特征(8-10分)。

关键词: 95后; 大学生; 心理健康; 追踪研究

收稿日期: 2019-05-02; 录用日期: 2019-05-10; 发表日期: 2019-05-15

Follow-up Study and Consideration on Psychological Health of “After-95” College Students in Comprehensive Universities——The Case Study of Yangtze University

Yi Dan¹ Zhang Ping^{2*}

1.Mental health education center, Yangtze University, Jingzhou 434023;

2.Hubei College of Chinese Medicine, Jingzhou 434020

Abstract: Objective: To understand the mental health and development of “after-95” college students in comprehensive colleges and universities. Methods: A total of 28512 students from class 2013 to class 2016 in Yangtze University were selected as subjects of study, and evaluated twice by SCL-90 and PF16. Results: (1) The top three factors of SCL-90 detection rate of after-95 freshmen were obsessive-compulsive symptoms, interpersonal sensitivity and depression. The top three factors in the second semester of sophomore year were obsessive-compulsive symptoms, interpersonal sensitivity and others. (2) After one and a half years of enrollment, the total score of SCL-90 and eight factors, including compulsive symptoms, interpersonal sensitivity, depression, anxiety, hostility, terror, paranoia and psychosis, decreased significantly ($p < 0.001$). (3) The results of 16PF showed neither low score (1-3 points) nor high score (8-10 points).

Key words: After-95; College student; Mental health; Follow-up study

Received: 2019-05-02; Accepted: 2019-05-10; Published: 2019-05-15

Copyright © 2019 by author(s) and SciScan Publishing, Limited.

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



1 引言

教育的逻辑起点是学生,高校心理健康教育工作需以学生的实际情况为出发点,因而,对学生状况的调查和分析势在必行。在大学生中开展心理普查,以大数据研究获得学生心理状况的总体特点和发展规律,是调查研究的有效方式之一。长江大学作为湖北省属高校中规模最大、学科门类较全的综合性大学,自2003年开始就持续开展学生心理普查工作,用科学严谨的研究结果为学校心理健康教育工作提供目标和依据。

2018年,第一批“00后”已步入大学校园,对“00后”群体的心理研究悄然兴起¹,但实际在校学生主体仍然为“95后”。以“95后”大学生为研究对象,一方面有助于进一步掌握该群体的特点,另一方面,可以与此前“90后”群体及更早的群体进行对比,同时也可作为“00后”及未来大学生群体的心理研究提供对比基础,从而更加清晰地了解不同时代背景和社会环境下大学生群体其心理发展轨迹。

关于“95后”大学生心理普查和研究分析,多针对某一年级,例如2013级2、2014级3等。本研究以长江大学2013级至2016级学生为样本,全面开展心理普查和数据分析,从而在更大程度上全面、准确地摸清“95后”大学生心理健康状况。

纵观以往基于心理普查的大学生心理健康状况相关研究,多表现为横向比较,例如同一年级男性与女性大学生的对比⁴,城市生源和乡镇生源的对比⁵,不同学科之间的对比⁶,不同家庭排行之间的对比⁷,不同年级之间的对比⁸。本研究尝试从纵向角度开展2013级至2016级学生的追踪研究,即,对这四个年级在大一入校时和大二下学期时分别进行两次心理普查,了解“95后”大学生入校后的心理健康发展趋势。

针对长江大学2013级至2016级的心理普查,研究采用SCL-90和16PF两

套量表,既关注学生心理健康水平,也进行人格研究;抓住心理易变层面和稳定层面,从而全面、立体地把握“95后”大学生的心理特点。

2 对象与方法

2.1 研究对象

本研究以长江大学2013级至2016级28512名学生为样本,全面开展心理普查和数据分析,即每一级新生入校施测16PF和SCL-90,大二下学期再测SCL-90。研究者意在更大程度上全面、准确地探查“95后”大学生心理健康状况及其发展。

2.2 研究工具

2.2.1 卡特尔十六种人格因素测验(16PF)

人格是稳定的、习惯化的思维方式和行为风格,它贯穿人的整个心理,是人独特性的整体写照。16PF是卡特尔根据其人格特质理论,运用因素分析方法编制的。量表由187题组成,每一题有三个方向备选项,每一个人格因素由10-13个测题来测量,共16个分量表,各分量表分数分低分(1-3)特征与高分(8-10)特征。量表重测信度在0.48--0.92之间;效度显示16种因素之间相关较低,即表明各因素之间相互独立;项目因素负荷在0.73-0.96之间,说明同一因素中各题的反应有高度一致性。

2.2.2 症状自评量表(SCL-90)

SCL-90是以身心症状表现的角度考察个体的心理健康水平,包括90题、10个因子,每题采取1-5级评分。按全国常模结果,量表为1-5的5级评分,总分超过200分,或阳性项目数超过43项,或任一因子分超过3分,可考虑筛选阳性,需进一步检查。

2.3 数据分析

利用SPSS 22.0对所有数据进行描述统计、前后测T检验、相关分析、年级间方差分析等统计分析。

3 结果与分析

3.1 大学生心理健康状况与追踪比较

本研究对2013—2016级28512名学生分年级实施SCL-90前后两次测评,整体上来看,SCL-90各因子前后测得分值均低于3分,总分远低于200分;结合阳性因子检出率来看,在新生入学普查时排名前三的因子依次为强迫症状、人际关系敏感和抑郁;间隔一年半后再测排名前三的因子依次为强迫症状、人际关系敏感和其他。

表1 大学生心理健康水平与追踪比较(N=28512)

Table 1 Mental Health Level of College Students and Follow-up Comparison (N=28512)

项目	大一			大二			t
	M	SD	≥ 3分	M	SD	≥ 3分	
躯体化	1.24	0.358	0.48%	1.23	0.250	0.11%	1.048
强迫症状	1.75	0.592	4.06%	1.54	0.475	1.12%	24.826***
人际关系敏感	1.55	0.578	2.93%	1.34	0.445	0.62%	24.924***
抑郁	1.38	0.491	1.62%	1.27	0.406	0.48%	17.109***
焦虑	1.40	0.478	1.46%	1.24	0.368	0.36%	26.529***
敌对	1.35	0.465	1.60%	1.23	0.374	0.43%	22.058***
恐怖	1.30	0.422	1.03%	1.19	0.334	0.24%	20.825***
偏执	1.41	0.483	1.45%	1.24	0.369	0.34%	27.830***
精神病性	1.39	0.449	1.16%	1.24	0.359	0.25%	28.749***
其他	1.23	0.432	0.96%	1.22	0.392	0.55%	1.799
总分	124.96	39.402		114.30	30.367		26.858***

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

对比新生普查与大二下学期再测情况,结果显示,学生入校一年半后,SCL-90总分和强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性8个因子的得分均呈现显著下降($p < 0.001$)。

3.2 大学生人格特征描述分析

2013年至2016年入校的2.5万多名大学生其16PF测评数据显示,16个分量表的得分既没有呈现出低分特征(1-3分),也没有呈现出高分特征(8-10分)。同时,研究者依据性别、专业、入学年份分类对量表的4个次元因素以及预测个体发展的4个方面进行比较。

以性别分类,结果显示,2013级学生中,女生得分在内向与外向型因素以及心理健康方面上,均显著高于男生;男生得分在适应与焦虑、感情用事与安详机警、怯懦与果断3个因素以及专业成就、创造能力2个方面上,均高于女生。2014级学生中,女生得分在内向与外向型因素以及心理健康、环境适应2个方面上,均显著高于男生;男生得分在适应与焦虑、感情用事与安详机警、怯懦与果断3个因素以及专业成绩、创造能力2个方面上,均高于女生。2015级学生中,女生得分在心理健康方面显著高于男生;男生得分在感情用事与安详机警型、怯懦与果断型2个因素以及创造能力方面上,均显著高于女生。2016级学生中,男生得分在适应与焦虑型、感情用事与安详机警型、怯懦与果断型3个因素以及专业成就、创造能力2个方面上,均高于女生。性别组的得分在其他因素和方面上差异不显著。

以专业分类,结果显示,理工科学生在适应与焦虑型、感情用事与安详机警型、怯懦与果断型3个因素上得分较高,文科生在内向与外向型因素上得分较高;文科生在心理健康方面得分较高;理科生在创造能力方面得分较高;医科生在适应环境方面得分较高。另外,在专业成就方面,各专业得分没有呈现出差异一致性的趋势。

以入学年份分类,结果显示,2013级学生在内向与外向型、感情用事与安详机警型2个因素以及心理健康、专业成就环境适应3个方面得分最高;2015级、2016级学生在适应与焦虑型因素以及创造能力方面得分较高。

表2 大学生16PF总体情况及各方面比较分析(N=28086)

Table 2 General Situation of 16PF of College Students and Comparative Analysis in All Aspects

(N=28086)

因素	M	SD	性别比较	专业比较	入校年份比较
适应与焦虑型	5.64	1.741	13/14/16级:男>女**	13级:工>文,理,医**,农>文** 14级:理,工,农>文**,工>医* 15级:理,工,农>文,医** 16级:工>农>文>医*,理>医**	15>13* 16>14>13*
内向与外向型	5.75	1.904	13/14级:女>男**	13级:文>理,工,农,医**,农>工* 14级:文>理,工,农,医** 15级:文,工>理>农**,文>医** 16级:文>理,工,农,医**	13>14>15>16*

续表

因素	M	SD	性别比较	专业比较	入校年份比较
感情用事 与安详机 警型	5.66	1.611	男 > 女**	13级: 工 > 理 > 农 > 文, 医** 14级: 工 > 理 > 农 > 文, 医* 15级: 工, 理 > 医 > 文**, 农 > 文** 16级: 工 > 理, 农, 医 > 文**	13 > 14, 15, 16*
怯懦与果 断型	4.49	1.520	男 > 女**	13级: 理, 工 > 文, 农, 医** 14级: 理 > 文, 农, 医**, 工 > 文** 15级: 理 > 工 > 文, 农, 医** 16级: 理 > 工 > 农 > 文*, 理 > 医**	
心理健康 方面	21.83	4.961	13/14/15级: 女 > 男**	13级: 文 > 工, 农**, 理 > 工* 14级: 文 > 理, 工, 农, 医* 15级: 文 > 医, 工, 农 > 理* 16级: 文, 医 > 理, 工, 农*	13 > 14 > 16* 13 > 15**
专业成就 方面	54.66	9.304	13/14/16级: 男 > 女**	13级: 理, 工 > 农** 14级: 文, 工 > 农* 16级: 理, 工, 医 > 文, 农**	13 > 14** > 15, 16**
创造能力 方面	4.88	1.713	男 > 女**	14级: 理 > 农, 医文*, 工 > 文* 15级: 理, 工 > 农 > 文*, 理 > 医** 16级: 理 > 工 > 医, 文*, 农 > 文**	15, 16 > 13**
环境适应 方面	22.78	3.689	14级: 女 > 男**	13级: 医 > 文, 工, 农*, 理 > 农* 14级: 医 > 文, 理, 工, 农** 15级: 医 > 文 > 工**, 医 > 理, 农* 16级: 医, 理, 工, 农 > 文*	13 > 14* > 15, 16**

4 讨论

4.1 SCL-90 三因子

“95后”大学生入校时 SCL-90 阳性因子检出率排名前三的因子是：强迫症状、人际关系敏感、抑郁，入校一年半后排名前三的因子是：强迫症状、人际关系敏感、其他。这一结果与其他地区高校的调查结果部分一致⁹。本研究与长江大学 10 年前“85后”的大学生阳性因子检出率靠前的三个因子是：强迫症状、人际关系敏感和偏执¹⁰。这一方面显示随着时代和社会的变化，大学生的心理困扰因素发生了转移；另一方面，这也表明在相当长的时间内，大学生一直备受强迫症状和人际关系敏感等方面的持续困扰。

依据赵勇的研究¹¹，SCL-90 中的强迫因子与艾森克个性问卷中内外向因子呈一定程度的负相关 ($p < 0.01$)，与精神质 (P) 和稳定性 (N) 两因子呈一

定程度的正相关 ($p < 0.01$)。同时他发现强迫症患者多伴有焦虑和抑郁等心理问题。而强迫症状显著受到家庭氛围 12 和教养方式 13 的影响。

4.2 SCL-90 前后测

“95后”大学生入校一年半后，SCL-90 总分及 8 个因子（躯体化、其他因子除外）上的得分均呈现非常显著的下降。这种状况是受到学生个体、教育和环境等多方面的影响。一方面，学生个体具有适应能力。在甫进入大学校园时，无论生活、学习、人际交往都发生巨大改变，学生的心理处于应激状态。经过一年半的探索与调适，他们能够逐渐较好地适应大学环境。另一方面，学校针对新生适应主题开展了一系列心理健康教育工作，例如讲授《大学生心理健康教育》课程，开设涉猎广泛的心理选修课，开展学生骨干培训、女生讲座、心理嘉年华活动等。这些工作能够帮助学生了解心理保健知识，掌握心理调适技巧，增加积极心理体验，牢记心理求助方式。再一个方面，因为学生从空间上摆脱了原生家庭，在一定程度上削弱了父母教养的影响，同时高考竞争刚过，就业考研尚未到来，相对轻松的学业压力和人际关系使得大学生二年级时的心理健康状况较好。

总之，高校心理健康教育应持续营造温暖、真诚、接纳、共情的氛围，针对大学生的强迫倾向、人际关系、焦虑和抑郁情绪加强新生心理健康教育，并对重点学生进行关注和干预。

基金项目

湖北省教育厅人文社会科学研究项目（17Z028）和长江大学社科基金项目（2017CXY02）。

参考文献

- [1] 马川. “00后”大学生心理健康水平的实证研究——基于近两万名2018级大一学生的数据分析[J]. 思想理论教育, 2019(3): 95-99.
- [2] 张录全, 肖建伟. 大学新生心理健康水平调查[J]. 心理与行为研究,

- 2015, 13 (1) : 70-75.
- [3] 张晖, 何凯, 罗军, 等. 95后大学新生心理适应与心理健康的关系: 自我接纳的中介作用 [J]. 中国健康心理学杂志, 2016, 2 (5) : 762-766.
- [4] 李璐, 陈永科. 大学新生心理健康状况调查 [J]. 中国民康医学, 2015, 27 (5) : 96-97.
- [5] 牛慧明, 穆小梅, 裴根祥, 等. 甘肃省地方高校师范类大学新生心理健康状况调查 [J]. 中国民康医学, 2015, 27 (7) : 29-31. <https://doi.org/10.7748/ns.29.29.31.s34>
- [6] 杨敏, 黄小梅. 构建“微时代”背景下“95后”大学生心理健康教育APP [J]. 亚太教育, 2015 (14) : 10-12.
- [7] 林琳, 赵海楠, 于丹丹. 农业院校大学生心理健康状况调查及干预机制分析——以某农业大学新生心理普查结果为例 [J]. 中国农业卫生事业管理, 2016, 36 (5) : 616-619.
- [8] 刘秀英. 河南省高校大学生心理健康状况及其特点分析 [J]. 黑龙江高教研究, 2011 (7) : 130-133.
- [9] 邓彩艳, 王礼晗. 民办高校新生UPI与SCL-90测评结果比较研究 [J]. 统计与管理, 2018 (9) : 102-105.
- [10] 程坤. 大学新生SCL-90测查中三因子分析研究 [J]. 中国民康医学, 2009 (17) : 2131-2134.
- [11] 赵勇. 大学生强迫症状调查及其个性分析 [J]. 中国健康心理学杂志, 2005, 13 (6) : 417-418.
- [12] 吴明霞, 齐晓栋, 刘衍玲, 等. 大学一年级新生699名强迫症状现状及相关因素分析 [J]. 中国学校卫生, 2005, 26 (8) : 650-651.
- [13] 李琴, 连榕. 父母教养方式、完美主义与强迫症状的关系研究 [J]. 集美大学学报, 2018, 19 (6) : 33-39.