

# 大学生心理健康状况及影响因素的比较分析

姚斌<sup>1</sup>,汪勇<sup>1</sup>,王挺<sup>1,2</sup>

(西安交通大学人文学院心理中心,陕西西安 710049; 2. 南京中医药大学经贸学院,江苏南京 210000)

**摘要:**目的 了解大学生心理健康状况及其特征,分析影响大学生心理健康的主要因素。方法 使用症状自评量表(SCL-90)对1350名大学生进行整群随机抽样,对调查结果采用分类比较的方法比较不同类别间心理健康水平的差异。结果 大学生SCL-90总均分及各因子分均高于全国青年常模,有中度以上心理问题的学生占总数的13.6%,经分类比较,低年级、来自单亲家庭、专业满意度低、自感学习压力大、同学关系较差及有心理问题不愿求助于他人的同学SCL-90总均分及各因子得分较高。结论 大学生有中度以上心理痛苦的同学占总数的13.6%,低年级、来自单亲家庭、专业满意度低、自感学习压力大、同学关系不佳、有心理问题不愿求助等是其心理健康的影响因素。

**关键词:**大学生;心理健康;影响因素;SCL-90

中图分类号:R395.6 文献标识码:A 文章编号:1671-8259(2004)02-0201-04

## The mental health of college students and a comparative analysis of the factors affecting it

Yao Bin, Wang Yong, Wang Ting

(Psychology Center, College of Art and Social Sciences, Xi'an Jiaotong University, Xi'an 710049, China)

**ABSTRACT:** Objective To find out the state and characteristics of college students' mental health, and analyse the main factor affecting the mental health of college students. Methods This research investigated 1350 college students sampled by random with the scale of Symptom Checklist 90 (SCL-90), and compared the difference of mental health level between groups with the method of classifying comparison. Results The college students' total mean and factor score of SCL-90 were higher than those of youth norm in China, but 13.6% of college students had psychological problems worse than middle degree. After classifying comparison, the groups with higher score in SCL-90 total mean and factors were as follows: low grade, coming from single-parent family, having low degree of satisfaction with their specialty, feeling heavier stress in study, worse classmate relationship, not asking for help when having mental problem. Conclusion The factors which may affect the mental health level of college students are low grade, coming from single-parent family, having low degree of satisfaction with their specialty, feeling heavier stress in study, bad classmate relationship, and not asking for help when having mental problem.

**KEY WORDS:** college student; mental health; affecting factor; SCL-90

大学生心理健康状况不仅关系到学生自身的身心健康和学习效率,而且关系到高等院校合格人才的培养及全民族素质的提高。近年来关于大学生心理健康的研究表明,相当一部分学生心理上存在不良反应和适应障碍,心理问题发生率高达30%左右<sup>[1]</sup>,并有日益严重的趋势。大学生心理问题主要表现为焦虑、强迫、恐怖、抑郁、神经衰弱等。造成大学生心理问题的原因较为复杂,有大学生自身素质的问题,也有大学的生活、环境条件等因素。了解大学生心理健康状况,分析大学生心理问题产生的影响因素,对开

展心理健康教育,提高大学生心理健康水平有非常重要的意义。我们调查了大学生的心理健康状况,并分析了影响心理健康水平的因素。

### 1 对象与方法

**1.1 研究对象** 我们采用分层整群随机抽样,在某高校抽取1350名大学生进行问卷调查。调查后筛选出有效问卷1327份。其中男性787人,占59.3%,女性540人,占40.7%。年龄16~25岁,平均(19.96±1.57)岁。专业构成:文科学生207人,占15.6%;医科学生622人,占46.9%。理工科学生498人,占37.5%。年级构成:一年级学生738人,占55.6%;二年级学生184人,占13.9%;三年级学生

收稿日期:2003-03-24 修回日期:2003-07-15  
基金项目:西安交通大学2000年本科教学改革基金项目  
作者简介:姚斌(1969),男(汉族),讲师,硕士研究生。

291人,占21.9%;四年级学生114人,占8.6%。生源情况:来源于大城市的215人,占16.2%,来源于中小城市的502人,占37.8%,来源于乡村的610人,占46.0%。

**1.2 调查工具与方法** 调查使用症状自评量表(SCL-90)<sup>[2]</sup>和自行编制的基本情况调查表。症状自评量表采用5级评分(1~5分),包括躯体化、强迫、人际敏感、抑郁、敌对、恐怖、偏执、及精神病性等9个因子。此量表在国内应用非常广泛,有较好的信度与效度。基本情况调查表主要包括姓名、性别、年龄、学院、专业、年级、班级、来源地、专业满意程度、是否单亲子女家庭、同学关系、家庭经济状况、自觉学习压力、每周上网时间、上网目的等。调查全部采用群体测查的方式,以班级为单位组织同学接受调查,被试独立作答后当场收回问卷。调查后剔除无效问卷,将数据录入电脑,使用社会科学套装统计软件(SPSS)进行统计分析。

## 2 结果

### 2.1 大学生 SCL-90 结果及与全国青年常模的比较

大学生症状自评量表的平均总分为  $142.61 \pm 34.55$ ,总均分为  $1.58 \pm 0.38$ ,阳性项目数  $33.24 \pm 16.47$ ,阳性项目均分  $2.50 \pm 0.39$ 。将本次调查结果与全国青年常模<sup>[2]</sup>进行比较分析(表1),结果显示大学生的 SCL-90 总均分和大部分因子分高于全国青年常模,差异有显著性。说明大学生存在明显的心理健康问题。

表1 大学生 SCL-90 总均分和各因子均分与全国青年常模的统计分析

Table 1 The *t*-test of total and factors mean between college students and Chinese youth norm ( $\bar{x} \pm s$ )

Factor	College students	Chinese youth norm	<i>t</i>	<i>P</i>
Total mean	1.58 ± 0.38	1.44 ± 0.43	13.718	< 0.001
Somatization	1.37 ± 0.40	1.34 ± 0.45	2.734	< 0.001
Obsession	1.92 ± 0.56	1.69 ± 0.67	14.576	< 0.001
Interpersonal sensitivity	1.75 ± 0.55	1.76 ± 0.67	- 0.159	> 0.05
Depression	1.65 ± 0.54	1.57 ± 0.61	5.193	< 0.001
Anxiety	1.56 ± 0.48	1.42 ± 0.43	10.840	< 0.001
Hostility	1.57 ± 0.53	1.50 ± 0.57	4.761	< 0.001
Phobia	1.31 ± 0.36	1.33 ± 0.47	- 2.153	< 0.05
Paranoid	1.59 ± 0.50	1.52 ± 0.60	4.961	< 0.001
Psychopathy	1.51 ± 0.44	1.36 ± 0.47	12.741	< 0.001

### 2.2 SCL-90 总均分及各因子均分的分段统计分析

以小于等于2,大于2小于等于3,大于3的三个等级对 SCL-90 总均分、各因子分进行统计分析(表2),

结果显示从总均分的角度看,有中度以上心理问题的学生占13.6%,在各因子分中,以强迫(34.6%)、人际关系敏感(26.2%)、抑郁(22.4%)、偏执(21.4%)、敌对(20.9%)等问题较为严重。

表2 SCL-90 总均分和各因子均分的分段统计分析

Table 2 The section statistics of SCL-90 total mean and factorial scores

Factor	1~2		2~3		3~5	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Total mean	1 146	86.4	177	13.3	4	0.3
Somatization	1 215	91.6	100	7.5	12	0.9
Obsession	759	57.2	397	29.9	61	4.7
Interpersonal sensitivity	979	73.8	301	22.7	47	3.5
Depression	1 030	77.6	255	19.2	42	3.2
Anxiety	1 121	84.5	175	13.2	31	2.3
Hostility	1 049	79.1	243	18.3	35	2.6
Phobia	1 230	92.7	94	7.1	3	0.2
Paranoid	1 043	78.6	260	19.6	24	1.8
Psychopathy	1 127	84.9	190	14.3	11	0.8

### 2.3 SCL-90 结果的分类比较分析

**2.3.1 不同年级、是否单亲、对专业是否满意的 SCL-90 结果比较** 将调查资料分为高年级(三、四年级)和低年级(一、二年级)两组,比较 SCL-90 的各项指标(表3),结果显示低年级同学的 SCL-90 总均分和各因子分均高于高年级同学,两组差异有显著性。说明低年级同学存在较多心理问题。

以是否为单亲子女为标准将调查资料分组,比较 SCL-90 各项指标(表3),结果显示来自单亲家庭的同学的 SCL-90 总均分高于来自非单亲家庭的同学,差异有显著性。说明单亲家庭子女的心理健康状况总体较差。单亲家庭子女的强迫、人际敏感、抑郁、敌对、偏执、精神病性等6个因子分也显著高于来自非单亲家庭的同学。

为了解大学生对所学专业的满意程度,在调查问卷中提供了对自己专业“满意”、“一般”和“不满意”三个选项,调查显示对自己专业感到满意的有390人,占29.3%;认为一般的741人,占55.7%;认为不满意的199人,占15.0%。这里将对专业满意的同学作为一组,对专业“一般”和“不满意”作为另一组进行比较(表3),结果显示对专业满意同学的 SCL-90 总均分和各因子分均低于对照组,差异有显著性。说明对专业满意度高的同学心理健康水平明显较高。

**2.3.2 自感学习压力、同学关系及有心理问题是否求助的 SCL-90 结果比较** 学习是大学生的主导活动,为了解大学生自感学习压力的情况,设计了以认

为学习“很轻松”、“学习压力可以承受”和“学习压力太大”为选择项的问题。调查结果是“很轻松”9.6%，“学习压力可以承受”77.4%，“学习压力太大”13.0%。以选“学习压力太大”的同学为一组与其他为另一组进行比较(表4),结果显示认为学习压力太大的同学在 SCL-90 总均分、各因子分上均高于对照组,差异均有显著性( $P < 0.01$ )。说明对学习压力的认识是影响心理健康的一个重要因素。

表3 不同年级、是否单亲、专业满意度的分类比较

Table 3 The classifying comparison of grade single parent or not and degree of satisfaction with specialty ( $\bar{x} \pm s$ )

	Grade			Single parent or not			Specialty satisfaction		
	High	Low	<i>t</i>	Yes	No	<i>t</i>	Yes	No	<i>t</i>
Total mean	1.48 ± 0.34	1.63 ± 0.39	- 6.717 **	1.70 ± 0.45	1.57 ± 0.38	2.737 **	1.62 ± 0.37	1.51 ± 0.35	4.797 **
Somatization	1.29 ± 0.33	1.40 ± 0.42	- 4.695 **	1.40 ± 0.49	1.36 ± 0.39	0.874	1.39 ± 0.42	1.32 ± 0.35	2.848 **
Obsession	1.76 ± 0.53	1.98 ± 0.57	- 6.822 **	2.03 ± 0.57	1.91 ± 0.56	2.054 *	1.97 ± 0.58	1.77 ± 0.51	5.973 **
Interpersonal sensitivity	1.61 ± 0.49	1.82 ± 0.56	- 6.589 **	1.94 ± 0.60	1.75 ± 0.55	3.125 **	1.80 ± 0.55	1.66 ± 0.55	4.343 **
Depression	1.52 ± 0.48	1.70 ± 0.55	- 5.612 **	1.78 ± 0.59	1.63 ± 0.53	2.307 *	1.69 ± 0.54	1.54 ± 0.50	4.667 **
Anxiety	1.46 ± 0.42	1.61 ± 0.50	- 5.287 **	1.65 ± 0.57	1.56 ± 0.47	1.676	1.59 ± 0.49	1.50 ± 0.45	2.901 **
Hostility	1.50 ± 0.49	1.60 ± 0.55	- 3.298 **	1.70 ± 0.59	1.56 ± 0.53	2.373 *	1.60 ± 0.54	1.50 ± 0.50	3.190 **
Phobia	1.22 ± 0.31	1.35 ± 0.37	- 5.822 **	1.37 ± 0.43	1.30 ± 0.35	1.639	1.33 ± 0.37	1.26 ± 0.33	2.971 **
Paranoid	1.46 ± 0.43	1.64 ± 0.51	- 6.372 **	1.73 ± 0.65	1.58 ± 0.48	2.760 **	1.61 ± 0.51	1.52 ± 0.45	3.097 **
Psychopathy	1.42 ± 0.38	1.55 ± 0.45	- 0.596 **	1.65 ± 0.53	1.50 ± 0.43	3.301 **	1.54 ± 0.45	1.45 ± 0.39	3.586 **

\*  $P < 0.05$ , \*\*  $P < 0.01$

表4 学习压力、同学关系、是否求助的分类比较

Table 4 The classifying comparison of stress in study, classmate relationship and asking for help or not ( $\bar{x} \pm s$ )

	Stress in study			Classmate relationship			Asking for help or not		
	High	Low	<i>t</i>	Good	Bad	<i>t</i>	Yes	No	<i>t</i>
Total mean	1.81 ± 0.49	1.55 ± 0.35	8.809 **	1.68 ± 0.42	1.53 ± 0.35	7.457 **	1.63 ± 0.40	1.56 ± 0.37	3.238 **
Somatization	1.53 ± 0.49	1.34 ± 0.38	5.834 **	1.39 ± 0.41	1.35 ± 0.39	2.071 *	1.37 ± 0.42	1.37 ± 0.39	0.021
Obsession	2.25 ± 0.67	1.87 ± 0.53	8.437 **	2.04 ± 0.60	1.84 ± 0.53	6.271 **	1.94 ± 0.57	1.90 ± 0.56	1.625
Interpersonal sensitivity	2.03 ± 0.67	1.72 ± 0.52	7.705 **	1.91 ± 0.61	1.66 ± 0.49	8.387 **	1.84 ± 0.58	1.71 ± 0.53	4.231 **
Depression	1.99 ± 0.66	1.59 ± 0.49	9.442 **	1.80 ± 0.59	1.55 ± 0.47	8.231 **	1.72 ± 0.57	1.60 ± 0.51	3.920 **
Anxiety	1.83 ± 0.64	1.52 ± 0.44	7.949 **	1.63 ± 0.52	1.52 ± 0.45	0.044 **	1.57 ± 0.49	1.56 ± 0.47	0.421
Hostility	1.77 ± 0.71	1.54 ± 0.49	5.422 **	1.65 ± 0.57	1.52 ± 0.50	4.627 **	1.61 ± 0.56	1.54 ± 0.51	2.215 *
Phobia	1.43 ± 0.42	1.29 ± 0.34	4.809 **	1.37 ± 0.38	1.27 ± 0.34	4.965 **	1.33 ± 0.37	1.30 ± 0.35	1.783
Paranoid	1.77 ± 0.66	1.56 ± 0.46	5.332 **	1.70 ± 0.55	1.52 ± 0.45	6.353 **	1.66 ± 0.52	1.54 ± 0.48	4.321 **
Psychopathy	1.71 ± 0.53	1.48 ± 0.41	6.576 **	1.63 ± 0.48	1.44 ± 0.39	7.865 **	1.58 ± 0.46	1.47 ± 0.41	4.184 **

\*  $P < 0.05$ , \*\*  $P < 0.01$

关于大学生在出现心理问题后是否求助于他人,我们设计了5个选项:“求助于父母”、“求助于好友”、“求助于心理工作者”、“求助于互联网”、“不求助”。调查结果为:“求助于父母”8.7%、“求助于好友”49.8%、“求助于心理工作者”0.6%、“求助于互联网”3.5%、“不求助”37.4%。在分类比较中将前四种求助的同学作为一组,将不求助的同学作为一组,比较结果见表4。显示不求助于任何对象的同学的 SCL-90 总均分显著高于求助的

在问卷中对同学关系的了解提供了三个选择项:“很好”、“一般”和“不好”,调查结果为“很好”61.6%，“一般”37.8%，“不好”0.6%。将“很好”的作为一组，“一般”和“不好”为另一组进行比较(表4),结果显示同学关系很好的学生 SCL-90 总均分和各因子分都低于对照组,差异有显著性( $P < 0.01$ )。说明同学关系良好可以促进心理健康水平的提高。

同学。在人际敏感、抑郁、敌对、偏执和精神病性5个因子分上也高于对照组同学。说明遇到心理困惑时能求助于他人有利于心理问题的解决,有利于心理健康水平的提高,选择“不求助”的同学把心理问题压在心底得不到有效解决将有损心理健康。

### 3 讨 论

#### 3.1 关于大学生心理健康状况 大学生的 SCL-90 总

均分高于全国青年组,除人际关系敏感和恐怖两个因子外,其余各因子也均高于全国青年组。此结果与国内有关研究相近<sup>[3,4,8]</sup>。说明大学生的心理健康状况有其特殊性,对于这样的结果,应从以下两个方面来认识:

一方面,大学生存在较多的心理问题或症状,其原因是多方面的,首先,大学时期是一个特殊的阶段,它既有繁重的学习任务,又是走向社会的准备阶段,面临学业和社会的双重压力,容易诱发心理问题;其次,大学生活对学生有较多的考验。脱离父母、集体生活、自我管理、人际关系等多种问题需要大学生去思考和面对。与同年龄的社会青年相比,大学生的学习生活更紧张,未来的不确定因素更多,自我反思的程度更大,心理矛盾也会更多。

另一方面,不能对大学生的心理健康问题过分悲观。国内的大多数研究认为大学生心理健康较正常人群青年组差<sup>[1,2,4,7]</sup>。本调查的结果也支持这种观点,但不能因此得出大学生心理问题十分严重的结论。从心理问题的发生率来看,各个研究结论不一且相差较大,这有研究方法的问题,也有比较标准的问题<sup>[1]</sup>。总体来看,大学生的智力开发良好,价值取向积极,观念紧跟时代步伐,有一定的优越感,相比之下,有明显的健康优势,心理状况总体是健康的<sup>[8,9]</sup>。从心理问题的性质和程度上看,大学生的心理问题大都是适应不良或情绪困扰,真正有神经症等心理疾病的是少数<sup>[6,9]</sup>,对大学生的心理问题应该以心理教育及预防为主。

**3.2 大学生心理健康的评价工具** SCL-90 是一个有较好信度和效度的量表。国内对大学生心理健康状况的评价大多用此量表。但用此量表的常模作为评价大学生心理健康状况的指标是否合适,有学者提出了异议<sup>[3,5]</sup>。SCL-90 的国内常模制定的时间较早(1986年),制定常模使用的样本量也较少,仅为1388例,而且这个数字包含了各种职业和年龄段的人<sup>[5]</sup>。近年来由于中国的社会、经济发展速度较快,人们的心理状况与以前肯定有所不同,因此有必要制定新的常模标准。在实际工作中,需要一个类似医学中正常值范围的指标来界定学生心理问题的性质和程度,使用 SCL-90 在大学生范围内确定这样的指标是一项具有现实意义的工作。

**3.3 影响大学生心理健康状况的因素** 影响大学生心理健康状况是多方面的。有研究指出,个性因素、负性生活事件、社会支持等因素都是大学生心理健康的影响因素<sup>[5]</sup>。我们通过比较不同组别的 SCL-90 结果,来说明几个因素对心理健康的影响。

大学生的不同年级对心理健康有一定影响,有研

究认为,各个年级学生的心理健康状况有所不同<sup>[3]</sup>,也有研究通过4个年级的两两比较认为各年级的心理健康状况没有显著差异<sup>[10]</sup>。我们采用高年级和低年级的比较发现,低年级同学有较多的心理问题,心理健康水平较差。这个结果与张志勇、樊富珉等人的研究结果一致<sup>[1,3]</sup>。从低年级到高年级也有一个心理成熟的过程,一、二年级正是学生调节奋斗目标,形成新的人生观、价值观的重要时期,可能出现较多的心理矛盾。

单亲家庭、对专业是否满意、自感学习压力、同学关系、有心理问题是否求助等因素会影响大学生心理健康,其中来自单亲家庭为成长经历的影响因素,其他因素均为学校适应的问题,提示帮助大学生适应大学生活是提高其心理健康水平的一个重要因素。

#### 4 结论与建议

我们发现,大学生有中度以上心理痛苦的同学占总数的13.6%,低年级、来自单亲家庭、专业满意度低、自感学习压力大、同学关系不佳、有心理问题不愿求助等因素影响学生的心理健康水平。因此,在心理健康教育中应更加关注低年级和来自单亲家庭的同学,在心理干预的内容上应加强专业认同教育,并介绍学习方法、提高学习效率,开展人际关系训练,增进学生交往能力。同时,还应通过科普宣传,加强学生对心理健康知识的了解,提高学生对心理问题的识别能力和主动求助的愿望。

#### 参考文献:

- [1]樊富珉,王建中.北京大学生心理素质及心理健康研究[J].清华大学教育研究,2001,(4):26-32.
- [2]张明园.精神科评定量表手册[M].长沙:湖南科学技术出版社,1998:17-27.
- [3]张智勇,罗珊红.大学生SCL-90量表测试结果的比较研究[J].中国心理卫生杂志,1998,(12)2:77-78.
- [4]刘美娟,余华.大学生SCL-90测试结果的研究[J].心理科学,1995,(18)5:295-298.
- [5]杨雪花.大学生心理健康状况及其研究进展[J].国外医学社会医学分册,2000,(17)2:65-68.
- [6]董丁戈.当代大学生心理健康的现状和思考[J].中国高等教育,1999,(3):26-27.
- [7]毛富强,刘莉.医科大学生心理健康状况比较分析[J].天津医科大学学报,1999,(5)1:27-31.
- [8]王淑兰,徐浩渊.大学生心理健康与自我调适[M].西安:陕西人民教育出版社,2002:16-25.
- [9]张小乔.开展大学生心理健康教育的几点认识[J].中国高等教育[J].2002,(5):6-18.
- [10]王建中,樊富珉.北京市大学生心理卫生状况调研[J].中国心理卫生杂志,2002,(16)5:331-333.

(编辑 韩维栋)