

· 调查报告 ·

湖北某重点综合性大学新生心理压力分析

胡一文, 杨 静, 李荣金

(1. 武汉科技大学附属天佑医院精神科, 武汉 430064; 2. 武汉科技大学预防医学系, 武汉 430064)

摘要:目的 了解湖北某重点综合性大学新生的心理压力现状, 为大学生心理健康教育提供依据。方法 采用教育部统一编制的中国大学生心理应激量表对 4 896 名 2010 级大学新生进行现场调查。结果 该校新生中大学生心理应激量表的 5 个维度及总分标准分均低于全国常模, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$); 理工类新生心理压力各维度及总分明显高于文史类 ($P < 0.01$); 农村学生社交、家庭压力高于小城镇、中小城市及大城市学生, 农村及小城镇学生发展压力低于中小城市及大城市学生, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$); 独生子女的社交、家庭压力高于而非独生子女新生, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。结论 该重点综合性大学新生心理压力低于全国大学生平均水平, 总体心理健康状况良好, 不同群体间存在一定差异, 关注特殊群体, 针对性地减轻他们的心理压力, 促进其心理健康。

关键词:大学生心理应激量表; 大学新生; 应激;

doi:10.3969/j.issn.1671-8348.2012.10.018

文献标识码: A

文章编号: 1671-8348(2012)10-0980-03

Psychological stress survey of 4 896 freshmen in a key comprehensive university of Hubei province

Hu Yiwen, Yang Jing, Li Rongjin

(1. Department of Psychiatry, Tian You Hospital, Affiliated to Wuhan University of Science and Technology, Wuhan, Hubei 430064, China; 2. Department of Preventive Medicine, Wuhan University of Science and Technology, Wuhan, Hubei 430064, China)

Abstract: **Objective** To investigate the psychological stress status of freshmen in a key comprehensive university, and to provide evidence for mental health education in colleges and universities. **Methods** 4 896 freshmen were investigated with China College Student Psychological Stress Scale (CCSPSS). **Results** The standard score of each dimensionality and total of CCSPSS of freshmen were obviously lower than those of the nation-wide college students' norm. The scores of technology students were significantly higher than those of literature and history students. The scores in sociality and family dimensionalities of rural students were significantly higher than those of towns, mid-sized cities and big cities students. The scores in development dimensionality of rural and towns students were significantly lower than those of mid-sized and big cities students. The scores in sociality and family dimensionality of students from one-child family were significantly higher than students with siblings, but the scores in development stress were lower. **Conclusion** The psychological stress of freshmen in the key comprehensive university was in good conditions. In future, the mental health problems of freshmen should be given extra attention, and separate counseling must be made to attend to the profession and family background difference.

Key words: CCSPSS; freshmen; stress

心理应激或称作“精神压力”, 是指个体在应激源的作用下, 通过认知、应对、社会支持和个性特征等多种因素的影响或中介作用, 最终以心理生理反应表现出来的作用过程^[1]。既往研究表明, 适度的心理应激对于人的身心健康和功能活动具有促进作用, 而长期的、超过个体适应能力的应激则是有害的^[2-3]。最近的二三十年, 随着我国经济社会的不断发展, 竞争日趋激烈, 大学生不可避免的遭受许多心理危机及压力, 当面临种种压力与挑战时, 往往表现得不适应, 一些出现心理问题甚至精神障碍^[4-5]。其中大学新生是个特殊的群体, 当他们从中学踏入大学以后, 生活和学习环境均发生了巨大变化, 心理问题尤为突出。因此, 有必要对大学新生的心理压力进行调查分析, 针对性地教会他们正确应对各种心理压力, 提高他们的心理素质。

1 资料与方法

1.1 一般资料 本研究对象为鄂某重点综合性大学的 2010 级全体新生, 整群抽样, 在其入学 2 个月时参与调查。共有 4 896 人参与调查, 有效问卷 4 873 人, 有效率 99.53%。其中男 2 302 人, 女 2 571 人; 汉族 4 487 人, 少数民族 386 人; 文史类 4 375 人, 理工类 498 人; 独生子女 1 868 人, 非独生子女 3 005 人; 家庭所在地来自大城市 677 人, 中小城市 1 371 人, 小

城镇 1 034 人, 农村 1 791 人, 平均年龄 (18.98 ± 0.76) 岁。

1.2 方法 采用教育部统一编制的中国大学生心理应激量表 (CCSPSS) 作为调查工具, 用来评估中国大学生在一段时间内的心理应激水平。该量表各分量表得分的重测信度介于 0.97~0.98, 而量表总分的重测信度达到 0.99, 具有较高的信度和效度^[6]。依据应激源所涉及的范围分成 5 个维度或分量表, 即学习分量表、生活分量表、社交分量表、发展分量表和 家庭分量表。依据个体对发生事件的认知评价确定其性质可分为正性事情、负性事情和中性事情。要求受试者报告 1 年内所经历的生活事件, 依据心理影响的强度和持续时间评定各事情的心理影响程度, 分为极小、小、较小、中度、较大、大、极大 7 个等级, 分别记 1~7 分。各分量表的总分越高, 表明该维度心理应激压力越大。个人资料包括学号、性别、民族、是否独生子女、出生年月、专业及家庭所在地等。除问卷中有填表说明外, 测量前由专业人员现场说明指导, 并可解答疑问, 被调查者本人填写问卷后, 调查者现场检查核对, 发现错、漏及时修改补充。

1.3 统计学处理 本研究所有数据采集和分析过程均在中国大学生心理健康测评系统软件 CSPA 完成, 答题卡数据应用光

标阅读机自动输入计算机。使用 SPSS17.0 进行数据统计分析,采用 *t* 检验,方差分析 LSD 法进行均数的两两比较,检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结 果

2.1 CCSPSS 各维度及总分标准分与全国大学生常模的比较

该重点综合性大学新生 CCSPSS 的 5 个维度及总分标准分均低于全国常模,差异有统计学意义($P<0.01$),见表 1。

2.2 不同人口统计学特征大学新生心理应激水平比较

不同人口统计学特征比较发现,该重点综合性大学 2010 级理工类新生学习压力、生活压力、社交压力、发展压力、家庭压力及应激总分均明显高于文史类($P<0.01$);农村学生社交压力及家庭压力高于小城镇、中小城市及大城市学生,农村及小城镇学

生发展压力低于中小城市、大城市学生($P<0.05$);独生子女的社交及家庭压力高于而发展压力低于非独生子女新生($P<0.05$),见表 2。

表 1 新生心理应激量表各项因子标准分及总分与全国大学生常模的比较($\bar{x}\pm s$)

	新生($n=4\ 873$)	全国常模($n=54\ 708$)	<i>t</i>
学习分量表	46.84±8.71	50	-25.32
生活分量表	47.18±8.38	50	-23.51
社交分量表	45.20±8.29	50	-40.37
发展分量表	46.67±8.17	50	-28.41
家庭分量表	44.60±7.73	50	-48.82
总分	46.87±8.02	50	-27.21

表 2 大学新生心理应激量表各维度标准分比较($\bar{x}\pm s$)

	学习压力	生活压力	社交压力	发展压力	家庭压力	总分
性别						
男	46.81±8.84	47.09±8.42	45.31±8.45	46.49±8.24	44.68±7.83	46.78±8.11
女	46.81±8.55	47.22±8.33	45.05±8.11	46.80±8.06	44.46±7.59	46.90±7.90
<i>t</i>	-0.019	-0.523	1.093	-1.305	0.981	-0.550
<i>P</i>	0.984	0.601	0.275	0.192	0.326	0.582
民族						
汉族	46.75±8.60	47.12±8.35	45.19±8.28	46.63±8.07	44.52±7.67	46.81±7.96
其他	47.73±9.71	47.51±8.50	44.78±8.01	46.78±8.58	45.00±7.84	47.17±8.32
<i>t</i>	-1.932	-0.793	0.834	-0.318	-1.061	-0.778
<i>P</i>	0.053	0.428	0.404	0.750	0.289	0.437
专业						
文史类	46.51±8.55	46.87±8.17	44.88±8.04	46.39±7.83	44.34±7.50	46.54±7.75
理工类	49.86±9.54	50.05±9.70	48.14±9.90	49.45±10.55	46.92±9.27	49.96±9.72
<i>t</i>	-7.531	-7.433	-7.718	-7.350	-6.526	-8.390
<i>P</i>	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
家庭来源						
农村	46.75±8.44	47.27±8.48	45.98±8.23	46.31±7.72	45.33±7.23	47.01±7.71
小城镇	46.52±8.70	46.65±8.17	44.87±8.37	46.19±7.61	44.32±7.61	46.42±7.83
中小城市	47.25±8.75	47.26±8.09	44.60±7.96	47.07±8.41	43.88±7.74	46.88±8.02
大城市	46.48±9.14	47.37±8.86	44.56±8.65	47.36±9.26	44.23±8.64	46.89±8.86
<i>F</i>	1.900	1.551	9.517	5.008	10.242	1.213
<i>P</i>	0.127	0.199	0.000	0.002	0.000	0.303
独生子女						
是	46.76±8.69	46.98±8.24	44.38±8.24	46.99±8.59	43.71±7.76	46.61±8.15
否	46.82±8.68	47.24±8.42	45.63±8.22	46.42±7.84	45.08±7.60	46.96±7.89
<i>t</i>	-0.247	-1.021	-5.137	2.370	-6.000	-1.466
<i>P</i>	0.805	0.307	0.000	0.018	0.000	0.143

3 讨 论

国内外大量研究表明,长期的或过于强烈的心理应激既是妨碍大学生顺利完成学业的主要障碍之一^[7],也是造成大学生心理障碍的主要原因^[8]。本调查显示,该重点综合性大学新生中 CCSPSS 的总分及 5 个维度标准分均明显低于全国常模,一定程度上说明在全国高校大学生群体中,该校大学生在过去一年里,遭遇学习、生活、社交、家庭及发展方面的事件或琐事的影响远低于大学生平均水平。戴剑松等^[9]调查了江苏省 11 所高校共计 2 783 名大学生,发现江苏省大学生的心理压力各维度显著高于全国常模,毕爱红等^[10]调查了石河子大学医学院

555 名 2008 级本科生后发现,医学生的学习及发展方面的事件或琐事的影响超过大学生平均水平。分析以上原因,可能与所调查大学的层次、性质等有关。(1)本所大学为全国重点综合性大学,师资力量雄厚,学风优良,学生群体素质高,就业前景好,学生优越感强,与此相对,各方面心理压力较低。(2)该校以文科见长,文科生较医学生个性活泼、开朗,适应性强,学习压力相比医学生小,随着社会医学体制的改革,以及对医学生学历需求层次的提高,医学生的就业压力越来越大,很容易产生职业发展方面的心理问题^[10]。

关于压力的性别差异,西方研究认为女生的校园压力高于

男生^[11],我国的研究发现男生高于女生^[12-14],此结果与大部分西方研究结果相反。而本结果与以往研究不同的是,大学新生心理压力总分及各个维度上男女生之间没有明显的差异。

从专业角度分析,不同专业的大学生在心理压力方面有明显差别。理工类大学新生学习、生活、社交、发展、家庭压力及心理应激总分均明显高于文史类,与徐长江和钟晨音^[15]、周少贤等^[12]结论一致。主要由于课程的难易差别过大,使得理工大学生学业压力以及连带其他压力均高于文科学生^[15]。农村学生社交压力及家庭压力高于小城镇、中小城市及大城市学生,这可能与其所处的环境有关。据北京高校学生心理素质教育研究课题组最新的一项调查显示:在北京市大学生中有16.5%的学生存在中度以上的心理卫生问题,其中边远农村的学生比例最高,为19%,高于城市学生^[16]。由于城乡差异导致农村籍大学生的严重自卑心理,从农村到城市,由于他们在群体中地位的变化,心理没有重新定位而导致强烈的失落感,对应激性生活事件较多地采用消极的心理应付方式,常将负性情绪压在心里^[17]。从主观上看,农村大学生普遍把上大学作为他们跳出农门的唯一出路,这使他们在学习的过程中忽视了自我社会交往能力的培养,从而导致在日常生活当中出现人际沟通障碍。

独生子女的心理问题一直是心理学家研究的热点。本研究显示,独生子女的社交、家庭压力高于而发展压力低于非独生子女新生。从独生子女成长的背景分析,由于独生子女自幼就是家庭关爱的中心,缺乏同龄、同辈的沟通交往,如果引导不当,势必养成以自我为中心,任性、骄横等不良性格,有的表现为固执、自以为是、听不进他人的意见、不合群甚至敌视周围的人,而非独生子女能够很好与兄弟姐妹进行融洽,在人际交往上好于独生子女;独生子女的父母普遍较重视探索独生子女的教育之路,比较重视子女全面素质的提高,家庭教育条件优越,家庭教育较好,因此多数独生子女的成长环境宽松,自我满足感强,发展压力小。

参考文献:

- [1] 姚树桥. 医学心理学[M]. 5版. 北京:人民卫生出版社, 2008:99.
- [2] 印大中,彭密军. 略论衰老,应激,亚健康的生化同源性

[J]. 老年医学与保健,2010,16(6):337-340.

- [3] 谢川,周奇志,谢昊麟,等. 心理应激与免疫[J]. 四川生理科学杂志,2010,32(1):33-35.
- [4] 郭晓平. 当代大学生的心理状况与分析[J]. 心理研究, 2011,4(2):88-94.
- [5] 王剑,孔繁增,阎凯. 医学生心理压力与自杀倾向关系调查[J]. 首都医科大学学报,2010,31(3):377-380.
- [6] 梁宝勇,郝志红.《中国大学生心理应激量表》的编制[J]. 心理与行为研究,2005,3(2):81-87.
- [7] 王殿春,刘美婷. 大学生学业成绩与心理健康水平的相关性研究[J]. 黑龙江教育:高教研究与评估,2009,20(5):34-35.
- [8] 吴善玉,赵红姬. 大学生生活应激与心理健康的相关性研究[J]. 教育与职业,2009,11(6):95-96.
- [9] 戴剑松,蒋丰,孙飙,等. 江苏省大学生心理健康状况调查[J]. 南京体育学院学报:社会科学版,2006,20(3):7-10.
- [10] 毕爱红,方红丽,马燕. 医学院新生心理压力状况调查分析[J]. 农垦医学,2009,31(5):428-430.
- [11] Hendershott A, Drinan P, Cross M. Gender and academic integrity[J]. J Coll Student Devel, 1999, 40(4):1-8.
- [12] 周少贤. 当代大学生的压力状况及其应对策略[J]. 心理研究, 2009, 2(1):90-94.
- [13] 王富荣,龚惠香. 不同类别大学生心理压力比较与对策研究[J]. 高等农业教育,2001,2(10):42-44.
- [14] 徐长江,钟晨音. 浙江省大学生心理压力总体状况与来源的调查研究[J]. 浙江师范大学学报,2002,17(6):100-104.
- [15] 刘晓红,李黎,韩瑞珠. 大学生心理压力现状及应对措施[J]. 临床和实验医学杂志,2008,49(9):159-163.
- [16] 聂振伟. 大学生心理健康教程[M]. 西安:陕西科学技术出版社,2005.
- [17] 太山,邓海波,刘朝阳. 纯农村背景大学生心理压力的调查及对策研究[J]. 湖北经济学院学报:人文社会科学版, 2007,34(4):183-184,176.

(收稿日期:2011-11-24 修回日期:2011-12-25)

(上接第 979 页)

- Macular pigment measurement by heterochromatic flicker photometry in older subjects; the carotenoids and age-related eye disease study[J]. Invest Ophthalmol Vis Sci, 2004, 45(2):531-538.
- [8] Loane E, Stack J, Beatty S, et al. Measurement of macular pigment optical density using two different heterochromatic flicker photometers[J]. Curr Eye Res, 2007, 32(6):555-564.
- [9] Beatty S, Koh HH, Carden D, et al. Macular pigment optical density measurement: a novel compact instrument[J]. Ophthalmic Physiol Opt, 2000, 20(2):105-111.
- [10] Liew SH, Gilbert CE, Spector TD, et al. Central retinal thickness is positively correlated with macular pigment optical density[J]. Exp Eye Res, 2006, 82(5):915-920.
- [11] van der Veen RL, Ostendorf S, Hendrikse F, et al. Macu-

lar pigment optical density relates to foveal thickness[J]. Eur J Ophthalmol, 2007, 19(5):836-841.

- [12] 孟晓红,阴正勤,王一,等. 高度近视性黄斑病变光学相干断层扫描检查的临床意义[J]. 重庆医学, 2004, 33(9):1366-1367.
- [13] Kanis MJ, Berendschot TTJM, van Norren D. Influence of macular pigment and melanin on incident early AMD in a white population[J]. Graefes Arch Clin Exp Ophthalmol, 2007, 245(6):767-773.
- [14] Jones RP, Ridley C, Jowitt TA, et al. Structural effects of fibulin 5 missense mutations associated with age-related macular degeneration and cutis laxa[J]. Invest Ophthalmol Vis Sci, 2010, 51(5):2356-2362.

(收稿日期:2011-11-17 修回日期:2011-12-16)