

大学新生压力源与压力强度现状调查^{*}

高立¹ 贾斐² 张蕾³ 王美愿⁴ 程刚¹

(¹ 济宁医学院临床学院, 山东 济宁 272067; ² 山东师范大学, 济南 250014;

³ 济南职业学院, 济南 250103; ⁴ 山东省电影学校, 济南 250014)

摘要 目的 通过调查大学新生压力现状, 为有针对性地开展大学生心理健康教育提供理论依据。**方法** 采用一般调查问卷结合 Beck-Srivastava 压力量表(Beck-Srivastava stress inventory, BSSI), 对山东省 4 所高校 1816 名新生的压力源及压力强度情况进行调查。**结果** 所有参与调查的大学新生压力源普遍集中在学习压力、人际关系、生活环境和感情问题 4 个方面, 其检出率普遍超过 60%, BSSI 单因子得分也均在 3 分以上, 且不同院校间的差异有统计学意义($P < 0.05$); 在压力强度方面, 参与调查的大学新生 BSSI 总分最高 103 分, 最低 62 分, 平均(80.84±11.24)分, 高于临界值, 且不同院校大学新生之间差异有统计学意义($P < 0.05$)。**结论** 虽然不同院校之间大学新生的压力源与压力强度存在一定的差异, 但大学新生面临的压力总体较大, 必须引起足够的重视。

关键词 大学生; 新生; 压力源; 压力强度

中图分类号: G642.44 **文献标识码**: A **文章编号**: 1000-9760(2014)120-433-03

Investigation on freshmen's current situation of the pressure source and stress intensity

GAO Li, JIA Pei, ZHANG Lei, WANG Meiyuan, CHENG Gang

(Clinical Institute, Jining Medical University, Jining 272067, China)

Abstract: Objective The current situation of freshman's stress was investigated to provide the theoretical basis for developing the psychological health education in college students. **Methods** It was adopted the ordinary questionnaire with the BSSI to investigate 1816 freshmen's current situation of pressure source and stress intensity in four universities of Shandong Province. **Results** The pressure sources of all the participated freshmen were generally concentrated on the four aspects of learning pressure, socialization, life circumstances and emotional problems, and their detection rates which was generally above 60%. The scores of AVONA of BSSI were averagely above 3, and the differences in universities had statistically significance($P < 0.05$). At the aspect of stress intensity, the top score of BSSI in all the participated freshmen were 103, and the lowest were 62. The average were among(80.84±11.24) scores which were higher than the threshold value. The differences in freshmen of different universities had statistical significances($P < 0.05$). **Conclusion** Although there are differences in pressure source and stress intensity of freshmen in different universities, and the freshmen face generally higher pressure which should be given adequately emphasis.

Key words: College students; Freshman; Pressure source; Stress intensity

学生进入大学校园进行学习之后, 需要完成从高中生到大学生的重要角色转变。学习环境、生活环境的突然改变, 或多或少的会对其产生一定的影响^[1]。目前对于大学生压力及相关影响的研究日益成熟, 在此基础上, 本文拟通过对不同高校

大学新生的压力状况进行调查, 旨在为今后有针对性地开展相关教育奠定基础。

1 对象与方法

1.1 对象

2014 年 2 月至 3 月期间, 在山东师范大学、济宁医学院、山东省电影学校、济南职业学院 4 所高校 2013 级新生中进行相关调查。在详细说明调查

^{*} [基金项目] 2013 年山东省青少年教育科学规划研究项目(编号: 13AJY093); 2011 年山东省高校科技发展计划(编号: J11LF04)

目的后,每所高校选取 500 名自愿参与调查的大学新生填写相关问卷,共 2000 份,最终收回有效问卷 1816 份,占发放问卷总数的 90.80%。

1.2 方法

1.2.1 一般资料 包括大学生的学校、性别、年龄、家庭背景、是否独生子女等。

1.2.2 Beck-Srivastava 压力量表(Beck-Srivastava stress inventory, BSSI)^[2] 该量表克朗巴哈 α 系数(Cronbach's Alpha)为 0.82~0.96。BSSI 采用 1~5 分评分标准,从 1 分表示“没有压力”依次到 5 分表示“压力很大”,以总分超过 72 分作为压力较大的判断标准^[3]。

1.3 统计学方法

所有收回的有效问卷均由统计学专业人员进行数据处理,采用 SPSS19.0 数据统计分析软件进

行数据处理,以 $P<0.05$ 作为差异有统计学意义的标准。

2 结果

2.1 参与调查的大学生一般情况

4 所院校共有 1816 名大学新生自愿参与本次调查,其中男生 887 人,平均年龄(17.72 ± 2.37)岁,女生 929 人,平均年龄(17.08 ± 1.40)岁。

2.2 大学新生压力源情况调查

通过对 BSSI 结果进行分析,发现所有院校大学新生的压力源均集中在学习压力、人际关系、生活环境和感情问题 4 个方面,其检出率普遍超过 60%,BSSI 单因子得分也均在 3 分以上,不同院校大学新生 BSSI 单因子得分差异均有统计学意义($P<0.05$)。见表 1。

表 1 大学新生常见压力源情况

压力源	院校	检出率[n(%)]	BSSI 单因子的得分($\bar{x} \pm s$, 分)	F 值	P
学习压力	山东师范大学	437(94.79)	3.52 $\pm$ 1.22	6.20	0.0003
	济宁医学院	422(96.13)	3.21 $\pm$ 1.35		
	山东省电影学校	405(89.21)	3.37 $\pm$ 1.22		
	济南职业学院	288(62.34)	3.19 $\pm$ 1.06		
人际关系	山东师范大学	405(87.85)	3.45 $\pm$ 1.57	3.24	0.0215
	济宁医学院	400(91.12)	3.37 $\pm$ 1.12		
	山东省电影学校	333(73.35)	3.16 $\pm$ 1.16		
	济南职业学院	351(75.97)	3.29 $\pm$ 1.31		
生活环境	山东师范大学	335(72.67)	3.07 $\pm$ 1.45	4.28	0.0051
	济宁医学院	279(63.55)	3.12 $\pm$ 1.09		
	山东省电影学校	351(77.31)	3.34 $\pm$ 1.24		
	济南职业学院	263(56.93)	3.03 $\pm$ 0.93		
感情问题	山东师范大学	319(69.20)	3.05 $\pm$ 0.96	7.00	0.0001
	济宁医学院	255(58.09)	3.10 $\pm$ 1.16		
	山东省电影学校	318(70.04)	3.25 $\pm$ 1.03		
	济南职业学院	311(67.32)	3.42 $\pm$ 1.25		

2.3 不同院校大学新生压力强度情况调查

所有参与调查大学新生 BSSI 总分最高 103 分,最低 62 分,平均(80.84 ± 11.24)分,明显高于临界值(Beck 设定 BSSI 的临界值为 72 分)^[2];且不同院校大学新生 BSSI 总分之间差异有统计学意义($P<0.05$),见表 2。

表 2 不同院校大学新生压力强度比较($\bar{x} \pm s$)

院校	BSSI 最高分	BSSI 最低分	BSSI 平均分	F 值	P
山东师范大学	97	79	82.35 $\pm$ 10.51	51.87	0.0000
济宁医学院	103	77	85.46 $\pm$ 11.29		
山东省电影学校	95	73	78.38 $\pm$ 12.18		
济南职业学院	89	62	77.16 $\pm$ 10.65		

3 讨论

压力是心理压力源和心理压力反应共同构成的一种认知和行为体验过程^[4]。个体长期处于压力环境,不仅有可能使机体的各项生理功能发生紊乱,更有可能影响心理健康致使疾病的发生。大学新生在入校后,不仅需面临学习、生活环境的改变,还要面对人际关系、感情问题等一系列新的问题。由于大学新生所在学校性质、性别、年龄、家庭背景等方面均存在着较大的差异,师范院校、医学院校大学新生年龄较大,而电影学校、职业学院大学新生的年龄较小。因此,所面临的压力源于压力强度

的侧重点会有所差异^[5];加之大学生的心理适应和压力调节能力与年龄有一定的关系。因此又会导致同等来源的压力会对不同大学生造成不同的影响。

本文 BSSI 结果显示不同院校大学新生压力源集中本文在学习压力、人际关系、生活环境和感情问题 4 个方面,说明大学新生的压力源具有较强的共性。首先,在经历了高考过后暑假的放松期,再回到一个学习相对紧张的环境,很多新生短时间内难以适应,因此造成了一定的压力和负担;其次,原先在家的单人住宿环境的被集体宿舍所取代,生活习惯的差异、人际关系的协调、民族习惯的不同甚至作息时间的调整,均会给新生带来不小的压力;最后,远离家乡的求学会使很多大学新生感到不适,因此在感情方面亦会产生一定的压力^[6]。在压力强度方面,不同院校新生 BSSI 总分均高于临界值,且差异有统计学意义($P<0.05$),这说明大学新生面临的压力总体较大。通过一般访谈得知,医学院校大学生的课程设置门数较多,学生学习负担较重,因而导致医学院校大学生的压力强度最大;而职业学院的课程门数设置相对较少,学生学习负担相对较轻,加之学校对学生的管理较为松懈,因此职业学院对学生的压力强度最小。总体看来,不同学校间的对学生压力强度的差异很大程度上与学校课程设置、培养目标、考试科目、管理方式、住宿条件等因素有关^[7]。

近年来,国内外有关大学生压力及心理的研究发展均较为迅速,不仅在研究工具方面更为完善,

在量表的编制和使用上也更加科学和规范。BSSI 作为研究压力的经典量表,可以准确地对大学新生的压力源及压力强度进行判断。本次调查在山东省不同性质的 4 所高校内进行,虽然 BSSI 单因子及总分之间的差异有统计学意义($P<0.05$),但也明确告知了目前大学新生总体面临的压力源较为集中、压力强度较大这一情况。因此,教育工作者必须及时采取个别访谈、心理辅导等相关措施,尽量减轻大学新生的压力,最大程度上避免因压力引起的不良心理事件的发生。

参考文献:

- [1] 王道阳,姚本先.当代大学生压力源调查分析[J].中国卫生事业管理,2012,29(6):468-471.
- [2] Beck D L, Hackett M B, Srivastava R, et al. Perceived level and sources of stress in university professional schools[J]. J Nur Edu, 1997, 36(4):180-186.
- [3] Beck D L, Srivastava R. Perceived level and sources of stress in baccalaureate nursing students[J]. J Nur Edu, 1991, 30(3):127-133.
- [4] 姚树桥,杨彦春.医学心理学[M].北京:人民卫生出版社, 2013:128.
- [5] 史光远,崔丽霞,雷雳,等.大学生的压力、情绪与心理弹性[J].中国心理卫生杂志,2013,27(9):703-708.
- [6] 魏双锋.大学生孤独感与校园压力、应对方式的关系[J].辽宁医学院学报(社会科学版),2012,10(4):53-55.
- [7] 高立,孙海姬,国洪福,等.医学院大学新生压力源与心理健康关系的研究[J].中华行为医学与脑科学杂志,2010,19(12):1128-1129.

(收稿日期 2014-07-11)

(上接第 432 页)

参考文献:

- [1] 田和军.微博对高校网络思想政治教育的影响及其对策[D].西安:西北大学,2011.
- [2] 廖颖.微博对高校思想政治教育的挑战及其对策[J].学理论,2011,53(16):276-278.
- [3] 温旭.以微博文化构建高校网络思想政治教育新模式[J].山东青年政治学院学报,2013,29(2):77-80.
- [4] 郑元景.新媒体环境下高校思想政治教育实效性探析[J].思想理论教育导刊,2011,18(11):107-109.

- [5] 于甲子.大学生网络思想政治教育长效机制建设研究[D].哈尔滨:哈尔滨师范大学,2013.
- [6] 杨立淮,徐百成.微博网络生态下的高校网络思想政治教育[J].中国青年研究,2011,23(11):114-116.
- [7] 童卫丰.“微时代”大学生思想政治教育创新研究[J].浙江师范大学学报(社会科学版),2012,53(3):121-124.
- [8] 陈志丹.大学生微博自主教育机制的构建[J].教育评论, 2014, 30(11):69-71.
- [9] 陈志远.利用社会热点问题开展大学生思想政治教育刍议[J].学校党建与思想教育,2014,32(8):26-27.

(收稿日期 2014-11-19)