

大学生体质弱势群体心理健康现状分析*

马 倩 尹克峰[△]

(济宁医学院药学院,日照 276826;济宁医学院基础医学院,济宁 272067)

摘 要 目的 调查分析大学生体质弱势群体的心理健康状况。方法 采用《症状自评量表 SCL-90》对山东省 13 所高校 561 名体育课程免修的体质弱势大学生进行调查。结果 大学生体质弱势群体量表得分 7 项高于全国常模,其中只有抑郁因子有显著性差异($P < 0.05$);女生的强迫症状、人际关系、抑郁、焦虑、恐惧、偏执因子得分高于男生($P < 0.05$);农村学生抑郁、敌对、恐惧因子得分和总均分高于城市学生($P < 0.05$),强迫症状、人际关系、焦虑因子得分和总均分高于城市学生,有显著性差异($P < 0.01$);大一学生人际关系、抑郁、焦虑、敌对因子得分高于常模($P < 0.05$),大二、大三抑郁因子得分高于常模($P < 0.05$),大四强迫症状、偏执因子得分高于常模($P < 0.05$)。结论 大学生体质弱势群体的心理健康教育应受到重视,群体性别、生源地、年级的不同会导致心理健康水平的差异,应区别对待,有的放矢。

关键词 大学生;心理健康;体质弱势群体

中图分类号:G804.8 文献标识码:A 文章编号:1000-9760(2018)12-422-04

Analysis on mental health of college students with poor fitness

MA Qian, YIN Kefeng[△]

(College of Pharmacy, Jining Medical University, Rizhao 276826, China;

College of Basic Medicine, Jining Medical University, Jining 272067, China)

Abstract: Objective The mental health status of college students with poor fitness was analyzed based on a survey. **Methods** A survey was conducted to investigate the mental health of 561 college students who applied for exemption of PE course from 13 universities and colleges of Shandong with Symptom Checklist 90 (SCL-90). **Results** The scores of 7 factors in the scale for college students with poor fitness were higher than those of the national norm, and there was significant difference in depression ($P < 0.05$); the scores of such factors as obsessive-compulsive symptoms, interpersonal relationship, depression, anxiety, fear and paranoia of female students were higher than those of male students ($P < 0.05$); the scores of such factors as depression, hostility and fear and total average score of students from rural areas were higher than those of urban students ($P < 0.05$), and the scores of such factors as obsessive-compulsive symptoms, interpersonal relationship and anxiety and the total average score of rural students were also higher than those of urban students with significant difference ($P < 0.01$); the scores of factors such as interpersonal relationship, depression, anxiety and hostility of freshmen were higher than those of national norm ($P < 0.05$); the scores of depression factor of sophomores and juniors were higher than those of national norm ($P < 0.05$), and the obsessive-compulsive symptoms and paranoid factors of were higher than those of national norm ($P < 0.05$). **Conclusion** Great importance should be attached to psychological health and education of college students with poor fitness, which may vary with gender, native place and grade. The difference should be identified and relevant measures shall be taken to improve their mental health.

Keywords: College students; Mental health; Students with poor fitness

* [基金项目] 济宁医学院教育科学研究课题(16050)

[△] [通信作者] 尹克峰, E-mail: kefengyin@163.com

大学是人生最重要的发展时期,是青年人学习知识、增长才干、放飞梦想的地方。象牙塔内的莘莘学子既拥有广阔发展空间,也肩负社会发展的重任。但他们由于年纪轻且阅历少,面对这样的机遇与挑战,极易出现心理问题。大学生的心理健康已经受到了社会各方的关注^[1-2]。与同年龄阶段人群相比,大学生群体的心理健康水平,大大低于其他群体,至少 1/5 的大学生存在心理健康问题,具体轻重程度不一^[3],因心理健康问题影响大学学业的,占到整个退学、休学人数的一半以上。大学生中体质弱势群体,主要指残疾、疾病、肥胖等体质因素导致完成不了大学公共体育课学习的群体;相对于正常学生,他们的心理健康问题容易被忽视。本文对大学生体质弱势群体的心理健康状况调查分析,以期为提高大学生群体的心理健康水平提供数据参考。

1 对象与方法

1.1 对象

以山东省济宁市、日照市两地 13 所高校的 561 名体质弱势大学生为研究对象,发放问卷 561 份,收回有效问卷 527 份,有效率 94%,其中男生 312 名,平均年龄 (19.85 ± 1.87) 岁,女生 215 名,平均年龄 (19.26 ± 1.38) 岁。全部为申请公共体育课程免修,且自愿参与调查的学生。

1.2 方法

1.2.1 基础资料调查 包括大学生的性别、年龄、

年级、生源地等。

1.2.2 《症状自评量表 SCL-90》测评 《症状自评量表 SCL-90》共有 90 个测评项目,分为 9 个方面测评,即躯体化、强迫、人际关系、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执和精神病性。每个测评项目有 5 个层次:没有、很轻、中等、偏重、严重,分别记 1 ~ 5 分。各因子信度为 0.685 ~ 0.873,效度拟合指标为 GTI = 0.966,NTI = 0.980,CTI = 0.987,RMSEA = 0.047,χ²/df = 2.767。量表的信度、效度良好,能够保证调查的可靠性^[4]。

1.3 统计学方法

数据采用 SPSS19.0 统计软件进行处理。

2 结果

2.1 山东省大学生体质弱势群体心理健康总体状况

见表 1。

2.2 男、女大学生体质弱势群体心理健康状况比较

见表 2。

2.3 城市、农村大学生体质弱势群体心理健康状况比较

见表 3。

2.4 不同年级大学生体质弱势群体与全国大学生常模 SCL-90 得分比较

见表 4。

表 1 大学生体质弱势群体与全国大学生常模 SCL-90 得分比较(分, $\bar{x} \pm s$)

组别	躯体化	强迫	人际关系	抑郁	焦虑	敌对	恐惧	偏执	精神病性	总均分
大学生体质弱势群体(n=527)	1.56 ± 0.57	2.00 ± 0.68	1.93 ± 0.67	1.86 ± 0.59	1.70 ± 0.56	1.68 ± 0.65	1.49 ± 0.51	1.76 ± 0.63	1.57 ± 0.55	1.74 ± 0.70
全国大学生常模(n=1946)	1.58 ± 0.51	1.92 ± 0.64	1.85 ± 0.64	1.70 ± 0.64	1.59 ± 0.57	1.68 ± 0.65	1.42 ± 0.51	1.78 ± 0.65	1.58 ± 0.54	1.67 ± 0.70
t	-0.07	0.35	0.23	1.91	0.63	-0.71	0.94	-0.59	0.98	0.70
P	0.935	0.728	0.821	0.029 *	0.516	0.227	0.352	0.542	0.325	0.477

注: * P < 0.05。

表 2 男、女大学生体质弱势群体 SCL-90 得分比较(分, $\bar{x} \pm s$)

组别	躯体化	强迫	人际关系	抑郁	焦虑	敌对	恐惧	偏执	精神病性	总均分
男生(n=312)	1.57 ± 0.58	1.96 ± 0.68	1.91 ± 0.68	1.83 ± 0.61	1.67 ± 0.58	1.69 ± 0.62	1.46 ± 0.52	1.83 ± 0.64	1.57 ± 0.56	1.72 ± 0.61
女生(n=215)	1.56 ± 0.55	2.05 ± 0.65	1.99 ± 0.67	1.91 ± 0.58	1.77 ± 0.58	1.71 ± 0.60	1.55 ± 0.49	1.93 ± 0.61	1.57 ± 0.64	1.78 ± 0.58
t	0.07	-2.36	-1.56	-1.34	-1.14	-0.25	-1.27	-1.56	0.02	-1.57
P	0.567	0.013 *	0.042 *	0.046 *	0.049 *	0.612	0.047 *	0.039 *	0.718	0.038 *

注: * P < 0.05。

表 3 城市、农村大学生体质弱势群体 SCL-90 得分比较(分, $\bar{x} \pm s$)

组别	躯体化	强迫	人际关系	抑郁	焦虑	敌对	恐惧	偏执	精神病性	总均分
城市(n=201)	1.57±0.55	1.95±0.61	1.88±0.63	1.82±0.53	1.64±0.52	1.65±0.59	1.45±0.48	1.85±0.59	1.55±0.53	1.69±0.56
农村(n=326)	1.55±0.59	2.26±0.69	2.10±0.68	1.90±0.67	1.97±0.59	1.74±0.62	1.73±0.52	1.87±0.65	1.59±0.56	1.78±0.62
t	0.61	-2.34	-2.13	-1.56	-2.17	-1.87	-1.85	-0.56	-0.21	-1.42
P	0.626	0.008*	0.007*	0.040*	0.008*	0.040*	0.043*	0.187	0.811	0.039*

注: * $P < 0.05$ 。表 4 不同年级大学生体质弱势群体与全国大学生常模 SCL-90 得分比较(分, $\bar{x} \pm s$)

组别	躯体化	强迫	人际关系	抑郁	焦虑	敌对	恐惧	偏执	精神病性	总均分
大一(n=136)	1.59±0.59	1.92±0.71	1.96±0.68	1.90±0.62	1.75±0.59	1.73±0.62	1.54±0.53	1.89±0.65	1.57±0.56	1.77±0.62
大二(n=128)	1.55±0.54	1.98±0.64	1.91±0.66	1.84±0.58	1.69±0.55	1.66±0.60	1.51±0.49	1.86±0.61	1.54±0.53	1.73±0.58
大三(n=131)	1.57±0.55	1.99±0.65	1.93±0.67	1.87±0.68	1.73±0.56	1.69±0.61	1.53±0.51	1.84±0.62	1.55±0.54	1.74±0.59
大四(n=132)	1.64±0.55	2.04±0.61	1.88±0.63	1.81±0.53	1.68±0.52	1.70±0.59	1.48±0.47	1.89±0.59	1.59±0.53	1.71±0.56
全国大学生常模(n=1946)	1.58±0.51	1.92±0.64	1.85±0.64	1.70±0.64	1.59±0.57	1.68±0.65	1.42±0.51	1.78±0.65	1.58±0.54	1.67±0.70
t ₁	0.08	0.69	1.96*	2.03*	1.64*	1.56*	0.07	0.11	0.09	0.57
t ₂	-0.07	0.35	0.28	1.79*	0.67	-0.04	0.94	-0.51	0.98	0.40
t ₃	-0.03	0.31	0.23	1.96*	0.53	-0.02	0.90	-0.59	0.78	0.50
t ₄	0.44	1.65*	0.21	0.71	0.67	0.54	0.53	1.74*	0.75	0.07

注: t₁、t₂、t₃、t₄ 分别为大一、大二、大三、大四体质弱势群体与全国大学生常模得分比较值; * $P < 0.05$ 。

3 讨论

3.1 大学生心理健康状况不容乐观

本文结果显示,山东省大学生体质弱势群体组和全国大学生常模组的 SCL-90 总均分都在 1.5 ~ 2.5 之间。弱势群体组总均分 1.74, 高于全国大学生常模组, 9 项因子得分, 除“躯体化”“敌对”和“偏执”3 项, 都高于全国大学生常模, 尤其是抑郁程度明显。主要原因有: 1) 大学生群体的心智不够成熟, 缺乏意志力与自我调控能力, 遇到困难、困惑时极易产生心理健康问题。2) 大学生体质弱势群体由于先天不足或后天发育的原因, 他们运动能力比较差, 掌握不了体育课上的运动技能, 加之自卑心理, 课下羞于练习, 引发恶性循环, 生活缺乏自信心。3) 由于山东省是教育发达省份, 校内竞争与就业压力较大, 更易使大学生体质弱势群体的心理出现问题^[5]。学校应构建心理健康管理体系, 备案大学生体质弱势群体为预警对象, 关注其日常心理动态; 对他们开设专项课程辅导, 以心理干预的方式, 积极改善群体的心理健康状况。

3.2 女生体质弱势群体心理健康状况低于男生

女生体质弱势群体的“强迫症状”“人际关系”“抑郁”“焦虑”“恐惧”“偏执”6 个因子得分和总均

分高于男生, 可见其总体心理健康水平低于男生。有研究认为, 女生一般更内向、注意细节, 应变能力差, 容易紧张失控, 体验到的心理冲突更大^[6]。而且女生在生理期受激素水平影响, 不仅心情、行为产生相应的变化, 更会对心理健康产生负面影响。女生群体的心理健康, 理应受到更多的关注。

3.3 农村体质弱势大学生相比城市大学生的心理问题多

主要原因有: 1) 农村的学生人际关系较为淳朴和直接, 走进大学校园, 面对新环境, 更容易出现交际紧张、敏感、自卑等^[7]。2) 学费与物价的原因, 会使农村大学生因为经济窘迫而出现一些心理失衡问题^[8]。3) 城市学生中、小学接受的包括体育在内的教育规范系统, 心理健康水平相应得到提高^[9]。城市与农村学生的心理健康水平差异, 使我们认识到, 对于农村体质弱势大学生, 要加强心理健康教育, 对症下药, 引导他们建立正确的、价值观, 适应社会, 全面健康成长。

3.4 不同年级大学生体质弱势群体心理健康存在一定差异

大一新生的“人际关系”“抑郁”“焦虑”“敌对”4 个因子得分高于全国大学生常模, 且各年级比较其 SCL-90 得分最高, 说明一年级新生的心理

健康问题较多。新生入校面对新的生活环境、人际关系和学业压力需要适应,加之自身体弱的现实,心理负担重,极易出现心理问题。学校对新生应开设心理健康课程,增加处理人际关系,缓解抑郁、焦虑、敌对情绪的授课内容。大二、大三学生只有“抑郁”因子得分显著高于全国大学生常模,表明两个年级学生,适应大学生生活后,心理健康问题相对减少,但持续的抑郁情绪应引起关注。大四学生“强迫症状”“偏执”因子得分显著高于全国大学生常模,表明进入大四后新的心理健康问题出现。大四学生因面临着就业、升学压力和恋爱交友等诸多问题,缺乏安全感,易产生急躁情绪,出现心理问题。学校应未雨绸缪,在三年级就开始缓解偏执、强迫症的心理健康课程。

本文结果显示,大一、二、三年级的体质弱势群体学生“抑郁”因子得分显著高于全国大学生常模,说明抑郁情绪贯穿了许多体质弱势学生大学生涯。精神医学规定一般抑郁不应超过两周,如果超过一个月,甚至持续数月或半年以上,则可以肯定是病理性抑郁症状^[10]。由于体质弱势群体的心理健康水平更低于正常大学生,对大学生体质弱势群体的身心健康教育应受到更多地重视。有研究认为,大学生需要建立自我同一性,在保持个性和满足社会预期上维持平衡,是心理健康的重要保证^[11]。体质弱势群体学生需要应对自身体弱带来的持续压力,很难保持自我的同一性,缺乏信心,思维抑制;其次,较少参与体育运动以至自我封闭,长时间心境低落,是抑郁症的高危人群。由此,学校、教师应长期关注大学生体质弱势群体的抑郁情绪,开设专项心理健康课程促进其心智发展;改善其学习生活环境,助其形成健康生活方式;建立帮扶支持体系,减少其压力性生活事件^[12];大学生体质弱势群体性别、生源地、年级的不同会导致心理健康水平的差异,开展心理健康教育和帮扶工作时针对他们特点,区别对待,有的放矢,多措并举,才能有效预防大学生体质弱势群体抑郁症的发生。

参考文献:

[1] 许英华. 大学生心理健康状况的调查[J]. 中国公共卫生管理, 2017(1): 138-140. DOI: 10. 19568/j. cnki.

23-1318. 2018. 01. 041.
[2] 程翥亭. 大学生体育锻炼情况与主观幸福感的相关研究[J]. 重庆第二师范学院学报, 2016(6): 159-162. DOI: 10. 16655/j. cnki. 2095-2813. 2016. 32. 125.
[3] 郭璐阳. 大学生体育锻炼的影响因素及促进[J]. 山西财经大学学报, 2013(S1): 221-226. DOI: 10. 13781/j. cnki. 1007-9556. 2013. s1. 088.
[4] 任杰. 大学生心理健康现状分析及对症状自评量表(SCL-90)的反思[J]. 中国健康心理学杂志, 2009, (8): 958-961. DOI: 10. 13342/j. cnki. cjhp. 2009. 08. 029.
[5] 王璟奕. SCL-90 测评大学生心理健康状况的调查研究[J]. 时代教育, 2016(12): 297-299. DOI: 10. 13515/j. cnki. hnjpm. 1006-8414. 2016. 07. 007.
[6] 杨春燕, 郑灿磊, 赵雄. 医学院校大学生美育教育现状及对策[J]. 济宁医学院学报, 2016, 39(5): 371-374. DOI: 10. 3969/j. issn. 1000-9760. 2016. 05. 019.
[7] 张秋梅, 梅瑞华, 吉峰. 考研压力对医学生睡眠及认知功能的影响调查[J]. 济宁医学院学报, 2016(5): 341-344. DOI: 10. 3969/j. issn. 1000-9760. 2016. 05. 011.
[8] 赵维燕, 刘明慧, 段照明, 等. 大学生社会支持与求职行为的关系研究[J]. 济宁医学院学报, 2015, 38(5): 421-423. DOI: 10. 3969/j. issn. 1000-9760. 2015. 06. 011.
[9] 徐芳芳, 吉峰, 刘菲, 等. 医学生职业决策困难与情绪智力的关系研究[J]. 济宁医学院学报, 2015, 38(2): 119-123. DOI: 10. 3969/j. issn. 1000-9760. 2015. 02. 012.
[10] 董亚歌, 张雪娇, 杭荣华. 大学生心理韧性 with 心理控制的关系研究[J]. 济宁医学院学报, 2016, 39(1): 45-47, 57. DOI: 10. 3969/j. issn. 1000-9760. 2016. 01. 011.
[11] 胡心怡, 程英和. 智力和人格内隐观对大学生应对方式和抑郁的影响[J]. 心理发展与教育, 2018(5): 586-595. DOI: 10. 16187/j. cnki. issn1001-4918. 2018. 05. 09.
[12] 刘晓宇, 张婉莹, 许郡婷, 等. 生活事件对大学生焦虑和抑郁的影响[J]. 中国健康心理杂志, 2018(12): 1906-1912. DOI: 10. 13342/j. cnki. cjhp. 2018. 12. 040.

(收稿日期 2017-03-11)

(本文编辑:林琳)