

中国 13 所大学本科心理压力的流行病学调查

张林 车文博 黎兵 张旭东

【摘要】 目的 了解当前中国大学生群体心理压力的主要来源及其流行病学特征。方法 采用整群随机抽样选取 13 所高校 2007 名大学本科生作为研究样本,应用“大学生心理压力调查问卷”进行现场问卷调查。结果 大学生心理压力源排前五位的依次为学习任务、学校环境、职业选择、人际交往和情绪失调。其中,心理压力程度中等的占 49.3%,程度较重的临界人群占 8.4%,压力程度很重的占 0.3%。具体而言,二、三年级大学生心理压力的程度普遍高于一、四年级大学生,在择业和学业压力方面女生显著高于男生,在家庭、恋爱、健康、适应和挫折压力方面男生显著高于女生。乡村来源大学生的心理压力明显高于城市来源大学生,普通学校大学生心理压力显著高于重点学校大学生,西部地区大学生心理压力高于沿海开放地区的大学生。结论 心理压力已成为影响当前大学生群体心理健康发展的严重问题,其中某些特殊群体的心理压力问题尤其值得关注。

【关键词】 心理压力;大学生;个体自身压力;社会环境压力

An epidemiological survey on the psychological stress status for students in 13 Chinese colleges ZHANG Lin*, CHE Wen-bo, LI Bing, ZHANG Xu-dong. *Institute of Psychology, Normal College, Ningbo University, Ningbo 315211, China

【Abstract】 Objective To explore the main sources causing stress among Chinese college students and its distribution. **Methods** A clustered random sampling method was conducted to perform the questionnaire on psychological stress among 2007 students selected from 13 universities. **Results** The main sources of psychological stress on college students regarding learning task, college environment, job-seeking, interpersonal relationship and emotional disorders. 49.3% of the population experienced mild level of psychological stress, 8.4% belonged to critical groups who experienced higher levels of stress, while 0.3% experienced severe level of stress. Sophomores and juniors were under more stressful situation than freshmen and senior students, while female students felt more stressful on learning and job-seeking than males. Male students felt more stressful caused by their families, health status, love affairs, social adaptation and frustration than females. Students from countryside were under more stress than those coming from urbans. Students from ordinary universities felt more stressed than those from famous universities and students from western areas were under more stress than those from the coastal areas. **Conclusion** Stress had become a severe problem influencing the mental health development among college students. The problem needs to be addressed accordingly.

【Key words】 Psychological stress; College students; Personal oneself pressure; Social circumstance pressure

心理压力(psychological stress)也称为“心理应激”,是指日常生活中的各种刺激事件和不利因素使人在心理上产生的困惑或威胁,表现为心身的紧张和不适^[1]。心理压力是现代社会发展和体制转型过程中的必然产物。如果紧张反应过于强烈、持久,超

过了机体自身的调节和控制能力,就会产生心理、生理功能的紊乱而导致身心疾病^[2]。近年来我国在校大学生中出现心理问题的人数比例有逐年上升的趋势^[3]。由于大学生的身心发展尚处于未完全成熟期,自我调控能力相对较弱,在面对复杂的自身和社会问题时容易出现强烈的心理冲突和心理压力,从而引发心理障碍或心理疾病。本研究旨在了解当前社会转型时期我国大学生心理压力的流行病学特征和人群分布规律,为心理卫生相关部门制定心理压

基金项目:全国教育科学“十五”规划重点资助项目(ABA010010)

作者单位:315211 宁波大学教育学院心理学系(张林);吉林大学社会心理学系(车文博、黎兵、张旭东)

力的预防和干预措施提供科学的依据。

结 果

对象与方法

1. 调查对象:根据重点与非重点大学、沿海与西部的地域分布^[4],选取全国 13 所高校(包括北京大学、武汉大学、首都师范大学、海南大学、广州大学、大连海事大学、甘肃工业大学、青海师范大学、石河子大学、烟台大学、黑龙江大学、内蒙古民族大学、军需大学)作为抽样调查学校。以全日制在校大学本科生为调查对象,每个学校按年级随机抽取大学生 200 人。实际发放问卷 2260 份,回收有效问卷共 2007 份,问卷回收率为 88.81%。调查对象的平均年龄为 20.3 岁 ± 2.0 岁,其中一年级占 29.6%、二年级 27.1%、三年级 22.6%、四年级 20.7%;男生 51.7%、女生 48.3%;城镇来源学生 50.3%、乡村来源学生 49.7%;独生子女 31.6%、非独生子女 68.4%;汉族学生 85.8%、少数民族学生 14.2%,专业涵盖文科(38.2%)、理科(17.3%)、工科(13.8%)、医科(6.8%)、农牧(3.7%)、军事(7.5%)、师范(10.4%)等 7 个学科。

2. 调查工具:采用全国教育科学“十五”规划国家重点课题组编制的“大学生心理压力调查问卷”作为调查工具^[5]。问卷包括两个分量表:①个人自身压力分量表,有家庭压力、适应压力、健康压力、恋爱压力、自卑压力和挫折压力 6 个方面,主要考察来自大学生个体自身原因引起的心理压力,有家庭经济条件方面、自身适应能力方面、身体健康水平方面和处理恋爱关系方面、自我认识方面以及遭遇挫折失败而产生的心理压力;②社会环境压力分量表,有人际关系压力、职业选择压力、情绪失调压力、学校环境压力和学业任务压力 5 个方面,主要考察大学生来自社会环境方面的心理压力,有来自人际关系方面、求职择业方面、情绪波动方面和学校环境的条件及学业成败所带来的心理压力。问卷采用利克特 5 点式计分方式,即“没有”记 1 分,“很轻”记 2 分,“中度”记 3 分,“较重”记 4 分,“很重”记 5 分,得分越高心理压力越大。

3. 调查程序与统计学方法:调查过程遵循流行病学要求进行,采用统一指导语和答卷纸。以班级为单位团体施测,测试时间为 2002 年 3—6 月。调查数据采用 V Foxpro 6.0 软件录入管理,统计分析采用 SPSS 11.0 统计软件完成。

1. 大学生心理压力状况的总体特征分析:大学生心理压力的来源及心理压力得分均值与标准差($\bar{x} \pm s$)依次为:学业(2.59 ± 0.68)、学校(2.58 ± 0.97)、情绪(2.55 ± 0.81)、择业(2.52 ± 0.98)、人际(2.43 ± 0.75)、恋爱(2.05 ± 0.96)、挫折(1.92 ± 0.78)、适应(1.92 ± 0.75)、自卑(1.88 ± 0.76)、健康(1.79 ± 0.78)、家庭(1.69 ± 0.73)。目前,我国大学生心理压力来源排在前五位的是学习任务、学校环境、情绪失调、职业选择和人际关系方面的压力。根据心理压力得分标准,总均分低于 2 分视作轻度压力人群,总均分 2~3 分之间为中度压力人群,总均分在 3~4 分之间为压力临界人群,总均分高于 4 分为重度压力人群。从大学生的总体情况看,心理压力程度较轻的人占 41.9%,心理压力程度中等的人占 49.3%,心理压力程度较重的临界人群占 8.4%,而心理压力很重的人群占 0.3%。具体而言,平均分 > 3 作为划界标准,家庭压力较重的人占 5.6%,人际压力较重的人占 19.6%,择业压力较重的人占 27.0%,恋爱压力较重的人占 15.9%,健康压力较重的人占 6.6%,学校压力较重的人占 28.6%,情绪压力较重的人占 24.6%,适应压力较重的人占 7.2%,自卑压力较重的人占 7.2%,学业压力较重的人占 23.9%,挫折压力较重的人占 8.4%。

2. 大学生心理压力的人群分布规律:

(1)不同年级大学生心理压力的比较:应用单因素方差分析(ANOVA)对各年级心理压力总分的比较发现,各年级在心理压力总分上差异有统计学意义($F = 2.93, P < 0.05$)。事后多重比较(LSD)表明:二、三年级大学生心理压力高于一、四年级学生的水平(表 1)。个人自身压力和社会环境压力各年级之间差异有统计学意义($F = 2.71, P < 0.05; F = 3.06, P < 0.05$)。事后多重比较表明:在个人自身压力方面二、三年级大学生显著高于一、四年级;在社会环境压力方面,三年级大学生显著高于一年级大学生,其他年级没有明显差异。具体而言,大学生在择业、恋爱、健康方面的压力年级差异有统计学意义($P < 0.01$),在家庭、学校和学业方面的压力年级差异有统计学意义($P < 0.05$)。事后多重比较表明:在家庭压力方面三年级学生显著高于一年级;在择业压力方面四年级和一年级显著低于二、三年级;在恋爱和学业压力方面,一年级显著低于其他年级;

表1 13 所大学不同年级大学生心理压力的差异比较($\bar{x} \pm s$)

因素	年 级				F 值	Sig.
	大一	大二	大三	大四		
家庭	12.98 ± 5.61	13.43 ± 5.51	14.09 ± 6.07	13.60 ± 6.37	3.15	0.024
人际	19.48 ± 5.79	19.77 ± 6.09	19.24 ± 5.95	19.07 ± 6.15	1.22	0.301
择业	12.43 ± 4.95	13.10 ± 4.83	12.99 ± 4.75	11.71 ± 4.96	7.74	0.000
学校	12.11 ± 3.62	13.12 ± 3.34	12.88 ± 2.81	11.67 ± 3.96	2.73	0.042
恋爱	11.48 ± 5.75	12.48 ± 5.63	12.83 ± 5.75	12.62 ± 5.71	5.95	0.000
健康	8.44 ± 3.81	9.12 ± 3.98	9.50 ± 4.01	8.89 ± 3.77	6.74	0.000
情绪	12.77 ± 4.04	12.84 ± 4.15	12.78 ± 3.77	12.49 ± 4.18	0.65	0.581
适应	9.65 ± 3.60	9.61 ± 3.63	9.65 ± 3.70	9.35 ± 4.21	0.62	0.597
自卑	7.45 ± 2.93	7.55 ± 3.08	7.60 ± 3.07	7.52 ± 3.12	0.22	0.877
学业	17.63 ± 4.66	18.34 ± 4.97	18.35 ± 4.65	18.46 ± 4.76	3.56	0.014
挫折	9.64 ± 3.97	9.71 ± 3.69	9.76 ± 4.02	9.16 ± 3.92	2.13	0.094
个人	10.94 ± 3.52	11.33 ± 3.58	11.58 ± 3.81	11.17 ± 3.96	2.71	0.043
社会	12.51 ± 3.12	12.94 ± 3.23	12.80 ± 3.17	12.39 ± 3.36	3.06	0.027
总分	23.46 ± 6.05	24.28 ± 6.15	24.39 ± 6.34	23.56 ± 6.78	2.93	0.032

在健康压力和学校压力上,一、四年级显著低于二、三年级。

(2)不同性别大学生心理压力的比较:对不同性别组进行独立样本 t 检验的结果表明:大学生心理压力的总分上男生(24.09 ± 6.66)和女生(23.56 ± 5.86)之间没有明显的差异。具体来看,在个人自身压力方面男生显著高于女生($t = 5.22, P < 0.01$);在社会环境方面,女生的心理压力显著高于男生($t = 2.31, P < 0.05$)。其中,女生在求职择业压力和学业压力方面显著高于男生,而在家庭、恋爱、身体健康、适应和挫折压力方面男生显著高于女生。

(3)不同来源大学生心理压力的比较:对不同来源的学生进行独立样本 t 检验的结果表明,在心理压力的总分上乡村来源大学生(24.13 ± 6.35)高于城市来源大学生(23.38 ± 6.18) ($t = 2.46, P < 0.05$)。具体来看,在个人自身压力和社会环境压力方面,乡村来源大学生普遍显著高于城市来源大学生($t = 1.99, P < 0.05; t = 2.54, P < 0.05$)。其中,乡村来源的大学生在家庭压力、求职择业压力和学校方面的心理压力都明显高于城市来源的大学生。

(4)独生与非独生子女大学生心理压力的比较:对独生与非独生大学生独立样本 t 检验的结果表明,在心理压力的总分上,非独生大学生(24.04 ± 6.24)显著高于独生大学生(23.25 ± 6.30) ($t = 2.55, P < 0.05$)。具体而言,在社会环境压力上非独生女大学生显著高于独生大学生($t = 3.83, P < 0.01$);在个人自身压力方面二者没有明显差异。其中,在家庭压力、择业压力、学校压力和学业压力方面非独生显著高于独生子女。

(5)汉族与少数民族大学生心理压力的比较:对不同民族学生进行独立样本 t 检验的结果表明,在心理压力总分上汉族大学生(23.75 ± 6.28)和少数民族大学生(24.34 ± 6.21)没有明显差异。具体而言,在社会环境压力上少数民族大学生显著高于汉族大学生($t = 1.98, P < 0.05$),在个人自身压力方面二者没有明显差异。其中,在择业压力方面少数民族大学生显著高于汉族大学生,而在挫折压力上,汉族大学生显著高于少数民族大学生。

(6)不同学科大学生心理压力的比较:对不同学科大学生进行方差分析(ANOVA)表明:在心理压力的总分上有显著的学科间差异($F = 2.54, P < 0.05$)。事后多重比较的结果显示:文科(23.90 ± 6.04)、理科(22.97 ± 6.68)、工科(23.87 ± 6.54)、医科(24.11 ± 5.35)、农牧(23.69 ± 6.09)、军事(21.92 ± 6.84)、师范(25.08 ± 6.44),师范类和医科类专业大学生心理压力比较高,文科类、工科类和农牧类大学生的心理压力其次,理科类和军事类专业大学生心理压力再次。

(7)不同类型学校大学生心理压力的比较:对不同类型学校大学生进行独立样本 t 检验的结果表明:在心理压力总分上一般大学学生(24.16 ± 6.25)显著高于重点大学学生(17.14 ± 3.93) ($t = 14.29, P < 0.01$)。在西部边远地区高校大学生(20.82 ± 4.44)显著高于沿海开放地区高校大学生(18.59 ± 4.51) ($t = 7.08, P < 0.01$)。具体而言,在心理压力的各个维度上一般大学的学生都显著高于重点大学的学生,西部边远地区高校的大学生心理压力普遍高于沿海开放地区高校的大学生。

讨 论

大学时期是一个人一生中心理发展最关键的时期,同时也是心理矛盾和心理压力的多发期。当前社会转型时期大学生的心理压力,一方面来源于竞争激烈的社会环境,如上大学经济费用的攀升、学业竞争压力的沉重、就业前景的艰难;另一方面与这个年龄段大学生身心发展的特点有关,他们大都生活经历单纯、缺乏挫折承受能力、依赖性强、意志力较差。在他们进入大学后,面对环境和角色的突然变化,缺乏良好的自我调节和应对能力,很容易使一部分人产生焦虑、抑郁、烦躁和失眠等身心症状。

西方研究资料显示:大学生心理压力主要来自学习、社会和情绪方面,或来自环境和个人两个方面^[6-8]。其中,主要的学习压力源有:考试、竞争、时间、教师、课堂环境和就业等;主要的个人压力源有:亲密关系、父母关系、经济问题、人际关系、居住条件、外表等。本研究对大学生心理压力源排序的结果发现,学业压力对大学生产生的心理影响排在首位,其次是学校环境、情绪失调、职业选择和人际交往。这与国内其他研究者的调查结果相似,如徐长江、钟晨音^[9]对浙江省大学生心理压力的研究指出,心理压力来源由高到低依次为:自我发展与择业压力、学习压力、社交压力和生活压力;李虹、梅锦荣^[10]对大学生校园压力类型的研究发现,学习压力的程度相对个人烦恼和消极生活事件两类压力更为严重。由此,作为一个大学生学业成败所带来的心理压力是最强的,这将直接关系到他的切身利益,包括来自同学和老师的称赞、奖学金、毕业证,甚至决定将来的个人前途和命运。学校环境和职业选择的压力也是大学生普遍关注的一个重要方面,这些都与他们的成长和未来命运息息相关;而人际关系和情绪失调的压力也为大学生所看重,这和他们的心理发展特点是密切相关的。

从心理压力程度的总体情况来看,本文结果与樊富珉^[3]的研究结果基本一致,说明在这一时期的大学生心理承受力还比较差,面对的社会变化和外界刺激又比较多,大学生的情绪非常容易波动,再加上对于他人的评价和人际关系问题又非常敏感。所以,如果对于这些问题处理不当,给大学生心理健康发展带来的消极影响将是十分严重的。

对于大学生心理压力的年级特点,本研究的结果显示,二、三年级大学生所感受到的心理压力最

大。这可能因为二、三年级大学生在自身生活方式上逐渐过渡到了较为“成人化”、“城市化”的生活方式,具体表现为开始普遍注重衣着打扮,日常的花销增大,经济压力较为突出;从环境适应上来看,此时的大学生对周围的环境已比较了解,新鲜感、谨慎感逐渐消失,对自我的要求与目标逐渐明晰,因而学业竞争、求职择业成为心理压力的来源。在恋爱和学业压力方面,一年级的学生还涉及的比较少,所以这方面的心理压力相对其他年级的学生来说要低。二、三年级的大学生在学校环境压力方面低于一、四年级,这说明二、三年级的大学生对学校环境已经基本适应,学习环境的变化对他们产生的心理影响逐渐减小,而一、四年级大学生则普遍关注学校的名声和相关的社会威望。在身体健康方面的心理压力则主要体现了二、三年级大学生对自身的体魄和容貌的重视程度更大。

不同性别的大学生心理压力的表现不同,其中男大学生在个人自身方面的心理压力较大,具体包括家庭、恋爱、身体健康、适应和挫折方面的压力;而女大学生在求职择业和学业方面的心理压力高于男大学生。这种情况与男女性别角色的社会期望有关,社会更多地赋予男性要承担“主外”的重任,所以男生承担的家庭责任、社会适应和成就竞争任务更重,自然心理压力就更大。而女生则由于当前社会择业形势中男女差别明显,使她们更多地感受到在学业和择业方面的心理压力。

乡村来源的大学生在家庭、求职择业和学校环境方面的心理压力显著高于城市来源的大学生,这与乡村来源大学生的家庭经济环境和文化氛围有关。在进入大学后,面对城市来源大学生时他们的家庭经济压力较大、对求职择业缺乏信心,对大学校园的学习环境和生活环境适应性差,因而乡村来源的大学生心理压力普遍较强烈。

独生子女大学生是中国特有的一个社会群体,他们在社会环境方面(包括家庭压力、择业压力、学校环境压力和学业压力)都显著低于非独生子女。这可能是由于非独生子女在家庭中从小就不像独生子女那样具备独一无二的家庭地位,较早地就意识到与兄弟姐妹融洽相处的重要性,所以对自己的要求和期望值比独生子女更高,从而感受到的心理压力也就更大。具体原因还有待于进一步的考察和深入的分析。

在社会环境的压力方面,本研究还发现少数民

族大学生的心理压力显著高于汉族大学生,尤其在择业压力方面少数民族大学生显著高于汉族学生,这体现了当前少数民族大学生就业范围狭窄,回到原来地区没有合适的专业,到汉民族的聚集区又担心生活的适应问题。

在不同类型和不同专业大学生的心理压力方面,本研究发现师范和医科专业大学生的心理压力比较高,文科类、工科类和农牧类大学生的心理压力其次,而理科类和军事类专业大学生的心理压力再次。这可能与当前大学生对所学专业的喜爱程度和毕业就业形势有密切的关系。在普通学校的大学生心理压力显著高于重点大学的大学生,西部边远地区的大学生心理压力普遍高于沿海开放地区的大学生。这进一步说明社会环境和就业形势对当前大学生的心理影响十分严重。

参 考 文 献

1 车文博,主编.当代西方心理学新词典.长春:吉林人民出版社,2001.447-448.

- 2 韦有华,汤盛钦.几种主要的应激理论模型及其评价.心理科学,1998,21:441-444.
- 3 樊富珉.大学生心理健康教育研究.北京:清华大学出版社,2003.53-55.
- 4 网大指南编委会.中国大学报考指南.合肥:中国科学技术大学出版社,2001.125-127.
- 5 张林,车文博,黎兵.大学生心理压力感量表编制理论及其信、效度研究.心理学探新,2003,23(4):47-51.
- 6 Murphy MC, Archer J. Stressors on the college campus: a comparison of 1985 and 1993. J of College Student Develop, 1996, 37:21-28.
- 7 Misra R, McKean M. College students' academic stress and its relation to their anxiety, time management and leisure satisfaction. Am J Heal Stud, 2000, 16:41-51.
- 8 Armeli S, Gunther KC, Cohen LH. Stressor appraisals, coping, and post-event outcomes: the dimensionality and antecedents of stress-related growth. J Social and Clin Psychol, 2001, 20:366-395.
- 9 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.浙江师范大学学报(社会科学版),2002,27:100-104.
- 10 李虹,梅锦荣.大学校园压力的类型和特点.心理科学,2002,25:398-401.

(收稿日期:2005-06-09)

(本文编辑:尹廉)

· 疾病控制 ·

哈尔滨市社会福利院一起痢疾暴发的调查

蔡秀英 聂秀敏 杨守丽 张波

2005年3月8日,哈尔滨市太平区卫生防疫站在网上接到哈尔滨市社会福利院暴发痢疾的报告,经现场调查核实A栋楼无腹泻病例,B栋楼110人中共39例在3月2-11日出现腹痛、腹泻等相似症状,年龄20~72岁,其中男性36例,女性3例,罹患率35.5%,3月9日采集腹泻患者39份肛拭标本进行细菌学检验。志贺菌属诊断血清为卫生部生物制品研究所产品;生化系列和试纸由法国生物梅里埃中国有限公司提供;药物敏感试验采用WHO(1979)推荐的Kirby-Baller法,药敏纸片购于北京天坛药物技术开发公司,批号200409。细菌的分离和鉴定按照“中华人民共和国卫生部传染病诊断标准及处理原则”进行检验^[1],并参考“卫生防疫细菌检验”方法。将39份标本接种于沙门志贺菌属琼脂(SS)、麦康凯琼脂(Mac)培养基,于37℃培养24h;将39份棉拭直接放GN增菌液中,于37℃18-24h培养后分离于SS、Mac上。

结果与分析:在39份腹泻患者肛拭标本中,检出福氏志贺菌8株,检出率20.51%;8株菌生化反应鉴定,其结果一

致,且均符合福氏志贺菌的生化特征;8株菌血清学鉴定均为福氏志贺菌5b血清型。药敏试验:检出的8株福氏志贺菌对头孢派酮、头孢曲松、氧曲南、头孢噻肟高度敏感;对呋喃妥因、妥布霉素、头孢噻酚、氧氟沙星、阿米卡星、环丙沙星、头孢呋新、庆大霉素、头孢唑啉、头孢拉定片、哌拉西林敏感。对复方新诺明、苯唑西林、红霉素、万古霉素、氨苄西林、奥格门丁、四环素、氯霉素、青霉素耐药。经流行病学调查和病例的临床症状及细菌学鉴定结果证实,这起腹泻是由肠道致病菌所致,病原菌为福氏志贺菌,血清型为5b。此次暴发与福利院卫生条件差、人员生活接触密切有直接因果关系。患者治疗2-7天均痊愈。

参 考 文 献

- 1 中华人民共和国卫生部传染病诊断标准及处理原则. GB16002-1995.

(收稿日期:2006-01-19)

(本文编辑:尹廉)