

# 527 名大学生心理健康状况及相关因素调查

陈 华

(东南大学高教所,江苏 南京 210096)

**【摘要】** 目的:了解大学生心理健康状况与负性生活事件、应对方式、社会支持等各种因素之间的关系。方法:用 SCL - 90、青少年生活事件量表(ASLEC)、简易应对方式问卷、社会支持评定量表(SSRS)等工具对 527 名大学生进行调查。结果:(1)影响大学生心理健康的因素依次是:负性生活事件、消极应对方式、丧失因子、受惩罚因子、对支持的利用度。(2)负性生活事件与 SCL - 90 总分间有显著正相关;消极应对与 SCL - 90 总分间相关极其显著;社会支持总分及其各因子与 SCL - 90 总分间呈显著负相关。结论:负性生活事件、消极应对等是影响大学生心理健康状况的重要因素。

**【关键词】** 心理健康;生活事件;应对方式;社会支持

中图分类号:R395.6

文献标识码:A

文章编号:1005 - 3611(2004)04 - 0371 - 02

## An Investigation on the Mental Health of 527 Undergraduates' and the Related Factors

CHEN Hua

Higher Educational Institute of Southeast University, Nanjing 210096, China

**【Abstract】 Objective:** To explore the correlation between the mental health of undergraduates and it's related factors. **Methods:** SCL - 90, Adolescent Self - Rating Life Events Check List, Simplified Coping Style Questionnaire and Social Support Rating Scale were administered to 527 undergraduates. **Results:** (1) The sequence of factors affecting undergraduates' mental health were negative life events, passive coping style, losing factor, punishment factor, and the degrees of using social support. (2) The correlation between the total score of SCL - 90 and negative life events, passive coping style scores was significant. **Conclusion:** Negative life events, passive coping style played important roles on the mental health of undergraduates.

**【Key words】** Mental health; Life events; Coping style; Social support

大学生的心理卫生状况已广泛受到关注<sup>[1]</sup>,而个性、生活事件、应对方式、社会支持与心理健康之间的相互关系也日益引人注目。研究表明:影响心理健康的因素很多,压力是其中的重要因素<sup>[2]</sup>;综合已有的相关实证研究可知,与大学生 SCL - 90 评定结果相关的主要因素不外乎个性特征、生活事件、社会支持、应对方式等方面<sup>[3]</sup>。本次调查取其中几种进行研究,着重考查大学生心理健康状况与其心理压力、应对方式、社会支持等因素的相关,以便了解影响大学生心理健康水平的各种因素。

## 1 对象与方法

### 1.1 研究对象

共抽取 600 名,南京市大学生,收回有效问卷 527 份。其中男生 342 人,女生 185 人。最大的 25 岁,最小的 15 岁,平均年龄  $20.00 \pm 0.98$  岁。一年级 387 人,二年级 140 人。

### 1.2 研究工具

1.2.1 症状自评量表(SCL - 90) 由 Derogatis, L. R

1975 年编制,1984 年王征宇等人修订<sup>[4]</sup>。

1.2.2 青少年生活事件量表(ASLEC) 于 1987 年编制,由 27 项可能给青少年带来心理反应的负性生活事件构成<sup>[4]</sup>。累积各事件评分为总应激量。它由人际关系、学习压力、受惩罚因子、丧失因子、健康适应因子和其他六个方面组成。

1.2.3 简易应对方式问卷(CPS) 由解亚宁 1998 年编制<sup>[4]</sup>,共 20 个题目,积极应对 12 题、消极应对 8 题。

1.2.4 社会支持评定量表(SSRS) 由肖水源 1986 年编制<sup>[4]</sup>,1990 年修订,有 10 个条目,包括客观支持、主观支持和对支持的利用度等三个维度。

## 2 结 果

### 2.1 SCL - 90 高分组与低分组各因素比较

将 SCL - 90 总分由低到高排序,取其上下各 30%,分别为高分组( $n = 158$ )和低分组( $n = 166$ ),二者在 SCL - 90 十项因子上差异均极其显著。比较其相关因素的差异,结果见表 1。

### 2.2 SCL - 90 总分与各因素之间的相关

负性生活事件、应对方式、社会支持均与 SCL -

90 总分有显著相关。其中 SCL - 90 总分与负性生活事件( $r = 0.386$ )、学习压力( $r = 0.356$ )、丧失( $r = 0.139$ )、健康适应( $r = 0.291$ )、其他生活事件( $r = 0.373$ )、应对总分( $r = 0.174$ )、消极应对( $r = 0.310$ )显著正相关;与社会支持总分( $r = 0.105$ )、客观支持( $r = 0.116$ )、对支持的利用度( $r = 0.150$ )显著负相关。

表1 SCL - 90 高分组与低分组各相关因素的比较

|        | 高分组        | 低分组        | <i>t</i> 值 | <i>P</i> 值 |
|--------|------------|------------|------------|------------|
| 生活事件总分 | 31.1 ±15.4 | 18.5 ±11.6 | 8.3        | 0.000      |
| 人际关系因子 | 7.3 ±4.0   | 4.6 ±3.5   | 6.6        | 0.000      |
| 学习因子   | 10.2 ±4.6  | 6.4 ±3.2   | 8.5        | 0.000      |
| 受惩罚因子  | 2.5 ±3.7   | 1.3 ±2.5   | 3.4        | 0.001      |
| 丧失因子   | 3.0 ±3.2   | 2.0 ±2.4   | 3.1        | 0.002      |
| 健康适应因子 | 4.2 ±2.6   | 2.4 ±2.1   | 6.8        | 0.000      |
| 其他生活事件 | 3.9 ±2.8   | 1.8 ±2.1   | 7.6        | 0.000      |
| 消极应对   | 8.6 ±3.6   | 6.1 ±3.2   | 6.5        | 0.000      |
| 应对总分   | 29.3 ±7.8  | 26.6 ±8.7  | 2.9        | 0.003      |
| 社会支持总分 | 34.8 ±6.1  | 36.6 ±7.1  | 2.4        | 0.019      |
| 客观支持   | 8.7 ±2.3   | 9.3 ±2.8   | 2.17       | 0.031      |
| 支持利用度  | 7.5 ±1.6   | 8.0 ±1.6   | 2.94       | 0.004      |

### 2.3 多元回归分析

以 SCL - 90 总分为因变量,以青少年生活事件、应对、社会支持度等因素为自变量,用逐步回归的方法,得知有如下变量进入回归方程:生活事件总分、消极应对、丧失因子、受惩罚因子、对支持的利用度等。见表2。

表2 逐步回归分析结果

| 入选自变量   | 回归系数   | 标准误   | 标准回归系数 | <i>t</i> | <i>P</i> |
|---------|--------|-------|--------|----------|----------|
| 生活事件总分  | 0.940  | 0.111 | 0.586  | 8.449    | 0.000    |
| 消极应对    | 1.446  | 0.244 | 0.231  | 5.931    | 0.000    |
| 丧失因子    | -1.325 | 0.381 | -0.172 | -3.478   | 0.001    |
| 受惩罚因子   | -1.393 | 0.444 | -0.187 | -3.138   | 0.002    |
| 对支持的利用度 | -1.355 | 0.506 | -0.102 | -2.680   | 0.008    |

### 3 讨 论

曾有研究指出,负性事件对个体的心理健康影响较大,二者相关显著,正性事件与心理健康的相关不显著<sup>[5,6]</sup>。本研究中采用的 ASLEC 皆为负性生活事件,研究结果表明负性生活事件是影响大学生心理健康状况的首要因素,负性生活事件总分与 SCL - 90 总分之间的相关极其显著,且 SCL - 90 高分组的生活事件压力值显著大于低分组。该研究结果提示我们,增进青少年心理健康的措施之一是帮助他们尽量减少负性生活事件的发生。

应对方式被认为是压力事件和心身反应的主要中介因素。已有研究表明,消极应对与 SCL - 90 总

分之间呈正相关,而积极应对得分与 SCL - 90 总分间的关系则无一致的研究结论<sup>[6,7,8]</sup>。有人调查认为积极应对可以有效地缓解心理压力,有利于心理健康,但也有调查认为二者间的相关并不显著。本调查则认为二者相关不显著,但消极应对与 SCL - 90 总分间的正相关极其显著。SCL - 90 高分组的消极应对极其显著地高于低分组,因此,改善大学生心理健康状况可从引导其具有良好的应对方式做起。

社会支持是个体面临压力的缓冲剂,多项研究认为良好的社会支持有益于心身健康<sup>[9]</sup>。本研究结果即为社会支持总分及其各因子与 SCL - 90 总分间呈负相关,相关显著。这也说明改善大学生心理健康可从增加其社会支持网络着手,特别要让他们懂得在不良境遇中尤其要善于利用社会支持网络。

本次调查表明,影响大学心理健康的因素依次是:负性生活事件、消极应对方式、丧失因子、受惩罚因子、对支持的利用度。华南师大王玲等对中小学教师调查研究,其结论为:影响教师心理健康的关键性因素是生活事件和回避应对方式<sup>[12]</sup>。后又调查了115名空中乘务员,认为影响其心理健康水平的因素主要有:工作压力、身体状况、消极应对方式、人格特征等。皆与本研究结果一致。

### 参 考 文 献

- 1 唐秋萍,等. SCL - 90 在中国的应用与分析. 中国临床心理学杂志,1999,7(1):16 - 20
- 2 王 玲,唐红波,郑 雪. 生活事件、应付方式与心理健康. 人大报刊复印资料 B4《心理学》,1994,4:56 - 61
- 3 张付全,唐秋萍,等. 医科大学生心理卫生状况及相关因素的调查分析. 中国临床心理学杂志,2004,12(1):63 - 65
- 4 汪向东. 心理卫生评定量表手册. 中国心理卫生杂志 1999 年增订版:31 - 35,106 - 108,122 - 124,127 - 131
- 5 解亚宁,等. 生活事件因素与中国少数民族大学生健康状况的相关和多元回归分析. 中国心理卫生杂志,1993,4:182 - 184
- 6 姜乾金,祝一虹,等. 心理社会应激因素与多项心身健康指标的相关性分析. 中国行为医学科学,1996,4:200 - 202
- 7 张育昆,解亚宁. 社会支持和应对方式与少数民族大学生心理健康的相关分析. 中国临床心理学杂志,1995 年增刊:73 - 74
- 8 姜振山,等. 空军飞行员心身疾病心理社会因素研究. 中国行为医学杂志,1998,3:232 - 235
- 9 宫宇轩. 社会支持与健康的不关系研究概述. 心理学动态,1994,2:34 - 39

(收稿日期:2004 - 01 - 13)