

大学生的焦虑状况调查

李 虹, 王善慧*

(清华大学教育研究所, 北京 100084)

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2003)02-0148-02

Study on College Students' Anxiety

LI Hong

A Institute of Education, Tsinghua University, Beijing 100084, China

【Abstract】 Objective: To describe the anxious status of college students. **Methods:** Adopting standardized GHQ—Anxiety Scale as a measure to assess a total sample of 788 college students from first year to third year at three universities in Beijing. **Results:** About 20% of the respondents' raw scores are higher than the conceptual mid—point of 2.5 and they are therefore considered to exhibit high anxiety. Among the other 80% of the respondents, about 40% reported low anxiety, and about 38% did not report any anxiety. **Conclusions:** About 60% of the respondents are considered to exhibit anxious tendency, within which about 20% are considered to exhibit high anxiety.

【Key words】 College Student; Anxiety; GHQ

焦虑是大学生当中普遍存在的一种心理健康问题, 对大学生的日常学习生活影响很大。国外有研究认为, 焦虑和人们的价值观有关, 因为有了自我中心的价值观, 所以才产生焦虑^[1]。Mandler 等^[2]早在五十年代就指出, 大学生的考试焦虑是因为他们的注意力集中在自我, 而非考试。Ingram^[3]进一步指出, 大学生的社交焦虑同样因为他们把注意力集中在自我而非社交。在中国, 一些流行病学的调查指出, 焦虑和忧郁是大学生当中存在的对其日常生活影响最大的心理健康问题^[4]。尽管有大量中西方研究报告, 焦虑情绪严重影响大学生的日常生活, 我国学者对大学生焦虑情绪的系统研究并不多见。为此, 我们开展了此项研究。本研究的主要目的是: ①分析大学生焦虑状况的性别差异; ②分析大学生焦虑状况的年级差异; ③分析大学生焦虑状况的学科差异。

1 研究方法

1.1 研究对象

选定北京高校的在校大学生为适合样本。我们进一步定义这个样本为一至三年级大学生。四年级学生面临毕业, 其压力及心理健康状况应与其它三个年级有所不同, 故未被选取。我们采用目的抽样法(Purposive sampling)选取了一所文科大学, 一所理工科大学和一所综合性大学。然后采取方便抽样

法(Convenient sampling)对这三个年级的被试进行抽样。总被试人数为 788。

1.2 测量工具

GHQ—焦虑量表^[5]: 包括 5 个题目, 该量表基于中国大学生的内部一致性为可接受或满意(Cronbach $\alpha = .64 \sim .70$), 结构效度可靠。采用‘是一否’计分法(0=否, 1=是)。

《GHQ—焦虑量表》的理论分数范围是 0~5 分, 分数越高表明焦虑程度越严重。以理论中数 2.5 分来划分焦虑的高低。得分高于 2.5 被认为焦虑程度严重或称严重焦虑, 反之, 为不严重。

2 结 果

2.1 大学生的焦虑状况

由表 1 可见, 如果用理论中值 2.5 来划分焦虑情绪的高低或严重与不严重, 大学生焦虑情绪的平均数远远低于理论中值。换句话说, 大学生报告的焦虑情绪大部分属于轻度而非重度。进一步检验了焦虑情绪的人数百分比, 结果如表 2 所示: 根据表 2 的结果, 焦虑分数高于理论中值 2.5 的人数大约占 20% 左右, 因此认为约 20% 左右的被试报告严重焦虑, 报告轻度焦虑的人数约 40% 左右, 另外约 38% 的被试没有报告任何焦虑情绪。

表 1 大学生焦虑状况的描述统计

题目数	平均数	标准差	理论中值	实际分数范围	理论分数范围
GHQ—焦虑	5	1.44	1.50	2.5	0~5

【基金项目】 全国教育科学十五规划重点课题(ABA 010012)子课题

* 解放军总参谋部管理局卫生处保健科

表 2 大学生焦虑情绪的人数百分比(*n* = 788)

焦虑分数	c%
0	37.6
1	58.8
2	76.5
3	88.3
4	94.8
5	100.0

2.2 大学生焦虑状况的性别、年级及学科比较

男生在 CHQ 焦虑量表上的得分为 1.50 ± 1.50 , 女生为 1.37 ± 1.50 ; 一年级大学生得分 1.35 ± 1.46 , 二年级 1.51 ± 1.50 , 三年级 1.58 ± 1.57 ; 自然科学大学生得分 1.53 ± 1.56 , 社会科学大学生得分 1.37 ± 1.37 。性别、年级及学科之间差异均不显著。

3 讨 论

在对大学生焦虑情绪的分析中发现, 约 60% 接受调查的大学生报告有焦虑情绪, 其中约 20% 报告有严重焦虑情绪。这个数字明显高于其忧郁情绪及严重忧郁情绪^[3]。Freud^[6] 曾指出, 忧郁情绪和焦虑情绪是对压力/ 丧失或对压力/ 丧失之威胁的生物学反应。Brenner^[7] 进一步指出, 忧郁是对当时的或过去的压力/ 丧失的一种反应, 焦虑则是对未来可能的压力/ 丧失的一种反应。换句话说, 忧郁指向过去和现在, 焦虑则指向未来。根据上述观点, 也许可以这

样解释我们的结果: 多数大学生更担心未来, 而非沉溺于对过去和现在的压力/ 丧失中。本研究也检验了性别, 年级和学科因素对大学生焦虑状况的影响, 结果发现, 所有这些因素都不影响大学生的焦虑状况。这个发现也许恰好说明, 引起焦虑的最重要因素是压力/ 丧失, 而非其它^[3]。

参 考 文 献

1 Schwartz, S, Sagiv, L, Boehnke, K. Worries and Values Journal of Personality, 2000, 68: 2, 309—346
2 Mandler, G, & Sarason, SB. A study of anxiety and learning. Journal of Abnormal and Social Psychology, 1952, 47: 166—173
3 Ingram, R. Self—focused attention in clinical disorders: review and a conceptual model. Psychological Bulletin, 1990, 107: 156—176
4 樊富珉, 王建忠. 北京大学生心理素质与心理健康研究. 2001, 4: 26—32
5 Li, H. College Stress and Psychological Well—being: Vision in Life as a Coping Resource. Unpublished Ph. D. thesis at the University of Hong Kong, 2002, p. 275
6 Freud, S. Inhibition, symptoms and anxiety. In J. Strachey (ed.), The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud. London: Hogarth Press, 1964 (1926), p. 23
7 Brenner, C. On the nature and development of affects: A unified theory. Psychoanalytic Quarterly, 1974, 43: 532—556
(收稿日期: 2002—10—14)

(上接第 150 页)

3 讨 论

随访结果表明, 按照患病后生存时间的频度分布, AD 组患病后 3 年内的累计死亡频率为 38%, VD 组为 61%。其中 AD 组的死亡频率主要集中在 2~6 年, VD 组主要集中在 1~3 年。这与同类研究结果相似^[3-4]。从性别比较看, AD 组女性生存期间显著高于男性。

在研究中还发现, 在已死亡者和存活者之间, 10 年前的 MMSE 得分有显著性差异, 提示认知功能越差死亡率愈高, 这与 Claus^[3] 研究结果额叶功能的损害程度与生存时间有密切相关, 以及 Arriagada 等^[5] 的研究结果相一致。至于 AD 组和 VD 组最主要的死亡原因都是肺部感染, 这可能与他们长期卧床, 躯体抵抗力降低以及年龄越来越大等因素有关。在存活者中, 10 年前自身 MMSE 量表比较有显著性差异, 表明两组患者的认知功能明显下降, 这与国内有关研究^[6] 结果相似。

参 考 文 献

1 高至胜, 盛小奇, 单飞豹, 等. 湖南长沙市老年期痴呆流行病学调查. 湖南医学, 1994, 11(14): 195—196
2 张明园主编. 精神科评定量表手册. 长沙: 湖南科学技术出版社, 1998, 184
3 Claus JJ, walstra GJM, Bossuyt PM, et al. A simple test of copying ability and sex define survival in patients with early Alzheimers disease. Psychological Medicine, 1999, 29: 485
4 陈美娟, 宋立什, 陆学胜, 等. Alzheimer 病死亡病例分析. 上海精神医学, 1993, 5: 198
5 Arriagad PV, Marzloffk, Hyman BT. Distribution of Alzheimer—type pathological changes in non—demented elderly individuals matches the pattern in Alzheimer's disease. Neurology, 1992, 42: 1681
6 朱紫青, 黄春波, 张明园. 社区老人轻度认识功能损害的预后和转归. 上海精神医学, 2001, 13(增刊): 12
(收稿日期: 2002—09—11)