

# 大学生抑郁情绪及相关因素的初探

刘宇宁, 金月兰\*

(江西省高安市人民医院, 江西 高安, 336000)

中图分类号: R395.5

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2001)03-0208-02

## A Study of Depression and Related Factors in Undergraduates

LIU Yu-ning, JIN Yue-lan

Jiang Xi Province Gao An City People's Hospital, Jiang Xi 336000, China

**【Abstract】 Objective:** To study the relationship between life events, coping strategies and depression in undergraduates. **Methods:** Fifteen hundred students were selected in three schools area of a university. All participants were administered the Life Events Scale, Coping Strategies Scale and Self-rating Depressive Scale (SDS). **Results:** The score of SDS was  $42.42 \pm 7.97$ . Respondents scored higher on SDS endorsed higher scores on major life events pertaining to inter-personal relationship, stress of study, loss, punishment, health and adaptation, as well as love and family. The higher scorers on SDS were also found to adopt more negative coping strategies when compared to lower scorers. **Conclusion:** The rate of depression were higher in undergraduates which warrant closer attention. Higher incidents of life events and negative coping strategies may constitute significant risk factors for depression.

**【Key Words】** Depression; Life events; Coping strategies; Undergraduates

社会经济的快速发展、竞争压力的增大等社会因素导致大学生的心理卫生问题明显增多。有资料说明, 以前影响大学生学习的主要原因是躯体疾病, 现在, 抑郁、精神分裂症等疾病已是升为主要原因<sup>[1]</sup>。抑郁情绪的发生可能与大学生受各种生活事件的影响, 以及对这些精神刺激的应付方式有密切的关系<sup>[2]</sup>。本研究对部分大学生进行了调查, 结果如下。

## 1 对象与方法

### 1.1 研究对象

于2000年10月, 在某综合大学进行随机抽样, 共抽取样本1500人。其中, 男951人(63.4%)、女549人(36.6%); 平均年龄17~23岁( $19.3 \pm 2.55$ )。大学生一年级学生648人(43.2%), 二年级学生852人(56.8%)。医学生606人(40.4%), 非医学专业学生894人(59.6%)。

## 1.2 方法

### 1.2.1 生活事件评定

采用刘贤臣编制的青少年生活事件量表<sup>[3]</sup>对近三个月来的生活事件进行评定。该量表有27个条目, 共分为6个因子: 人际关系因子、学习压力因子、惩罚因子、丧失因子、健康适应因子、恋爱与家庭关

系因子。

### 1.2.2 应对方式测评

采用解亚宁编制的简易应付方式问卷<sup>[4]</sup>, 该量表有20个条目, 分为积极与消极应付方式两个维度。前面12条为积极应付方式、后面8条为消极应付方式。

### 1.2.3 抑郁情绪评估

采用抑郁自评量表<sup>[3]</sup>, 该量表有20个条目, 每个条目按四级评分。本研究按平均分加减一个标准差, 将大学生分为高抑郁分与低抑郁分两组。

由10名接受过培训的大学生, 负责在课外活动时将以上三种量表发给同学, 对每个条目进行认真填写。

## 2 结 果

### 2.1 大学生抑郁情绪的调查结果

抑郁自评量表总分 $42.42 \pm 7.97$ 。抑郁自评量表总粗分的分界值为41分, 有50.3%的在学生分数在41分以上。

### 2.2 生活事件、应付方式的比较

青少年生活事件量表分为两个部分, 第一部分是调查生活事件有没有发生, 第二部分是考察生活事件对大学生的影响程度。从表1可见, 高抑郁分组各种生活事件的发生率高于低抑郁分组。两组比较发现, 高抑郁分组生活事件量表的各因子分均明显高于正常组( $P < 0.05$ )。而应付方式的比较发现

\* 高安市中医院

积极应对方式的两组差异不显著( $P > 0.05$ ), 高抑郁分组脂用消极应付方式显著多于正常组, 差异有显著性( $P < 0.05$ )(见表2)。

表1 生活事件的发生率

	低抑郁分组 ( $n=236$ )	高抑郁分组 ( $n=277$ )
人际关系	71.5%	78.5%
学习压力	64.5%	80.7%
惩罚	33.5%	71.7%
丧失	53.9%	67.5%
健康适应	66.3%	79.7%
恋爱与家庭	48.1%	72.8%

表2 生活事件、应付方式的比较

	低抑郁分组 ( $n=236$ )	高抑郁分组 ( $n=277$ )	$t$ 值
人际关系	11.77±4.30	13.91±4.48	-5.52*
学习压力	12.19±4.50	15.02±4.60	-7.02*
惩罚	10.78±9.61	17.22±9.47	-7.62*
丧失	6.00±3.03	8.09±4.07	-6.50*
健康适应	9.02±3.22	12.17±4.46	-9.03*
恋爱与家庭	7.07±5.41	10.36±4.43	-7.76*
积极应付方式	22.45±7.19	21.53±7.49	1.41
消极应付方式	8.13±3.81	13.94±5.75	-13.24*

### 2.3 影响抑郁情绪的回归分析

本研究将一般资料、青少年生活事件量表的各因子分、积极与消极应付方式作为自变量, 抑郁总分作为因变量进行回当分析, 发现对抑郁情绪影响最大的是消极应付方式、健康适应因子、积极应付方式、惩罚因子和学习压力。

## 3 讨 论

根据WHO的定义: 健康不仅仅不没有疾病, 不仅仅是身体不虚弱, 而必须是身体、心理、社会适应的良好状态<sup>[1]</sup>。精神病是一个临床诊断概念, 定义是: “症状必须达到一定的严重程度, 并且持续足够

的时间或在某一时段内出现的频率达到一定的程度, 才符合诊断标准”。因此, 没有精神病并不等于心理健康, 精神症状在人群中并不少见。本研究调查发现抑郁情绪在大学生当中比较常见, 应该给予更多的关注。

本调查发现, 在大学生中生活事件发生率高抑郁分组明显高于低抑郁分组; 抑郁情绪的大学生中, 生活事件对他们的影响较大, 六个因子分都高于低抑郁分组。说明恋爱不顺利或失恋、就业问题的担心、是否继续升学、家庭经济状况、与同学或好友发生纠纷、考试成绩不理想、学习负担重等等生活事件在高抑郁分组中不仅仅发生率高, 而且对大学生影响程度也大。

为了减轻精神压力对个体的损害, 个体往往会有意或无意的采取一些心理应付方式<sup>[2]</sup>。积极的应付方式使人正确地应对心理刺激, 而消极的应付方式可能加重心理刺激对人体的损害, 如“借酒消愁, 愁更愁”。所以面对同样的精神压力, 不是所有的大学生都会出现抑郁症状。高抑郁分组的大学生采取消极的应付方式明显多于低抑郁分组, 如回避、烟酒等物质滥用, 以及压抑、否认等心理防御机制。回当分析发现, 消极应付方式、健康适应因子、积极应付方式、惩罚因子、学习压力可能是造成大学生抑郁情绪的主要因素, 针对大学生的特点, 有目的性的对学生心理教育, 如让他们了解什么是消极的应付方式, 什么是积极的应付方式及其对心身健康的影响, 以提高学生的心理素质促进其心身健康。

### 参 考 文 献

- 1 陈学诗. 中国心理卫生工作展望. 中国心理卫生杂志, 1999; 13(5): 258
- 2 Michael Gelder, Richard Mayou, John Geddes. Psychiatry. Second edition, Oxford University Press, 1999; 87-100
- 3 汪向东. 心理卫生评定量表手册. 中国心理卫生杂志, 1993(增): 36-53
- 4 解亚宁, 张育昆, 赵靖平. 少数民族大学生人格因素与心理健康的相关分析. 中国临床心理卫生杂志, 1996, 4(2): 109-110

(收稿日期: 2001-06-05)