

新冠肺炎疫情下大学生心理健康现状及求助方式调查

梁丽君¹, 何文知¹, 文沂卉¹, 王 瑶¹, 陈胡丹², 吴俊林², 黄明金², 黄国平^{1,2*}

(1. 川北医学院精神卫生学院, 四川 南充 637000;

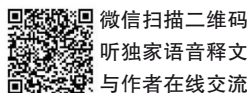
2. 四川省精神卫生中心·绵阳市第三人民医院, 四川 绵阳 621000

*通信作者: 黄国平, E-mail: cahuanggp@163.com)

【摘要】目的 调查新冠肺炎(COVID-19)疫情下大学生心理健康现状,为对其进行心理干预提供参考。**方法** 采用电子问卷的方式,通过问卷星网络平台,随机对四川省某高校在读大学生进行调查,采用焦虑自评量表(SAS)、抑郁自评量表(SDS)及躯体化症状自评量表(SSS)评估其焦虑、抑郁及躯体化症状情况,同时使用自制问卷调查其求助方式,并分析之间的关系。**结果** 共完成调查551例,其中焦虑症状检出率为4.90%,抑郁为28.68%,躯体化症状为17.97%;城市大学生的躯体化症状检出率高于农村(23.35% vs. 13.27%, $P < 0.05$)、非医学生的躯体化症状检出率高于医学生(21.40% vs. 13.89%, $P < 0.05$)。女性SSS评分高于男性[(26.51±5.44)分 vs. (25.27±5.78)分]、城市大学生SSS评分高于农村大学生[(26.69±5.98)分 vs. (25.38±5.12)分]、非医学生的SSS评分高于医学生[(26.65±5.59)分 vs. (25.21±5.45)分],差异均有统计学意义($P < 0.05$)。偏相关分析显示,大学生SSS评分与SAS评分呈正相关($r=0.110$, $P=0.010$)、与SDS评分呈负相关($r=-0.087$, $P=0.042$)。大学生常见的求助方式前三位依次为自我调节(81.85%)、与家人或朋友倾诉(70.78%)、线下心理咨询(28.31%)。**结论** COVID-19疫情下,大学生抑郁和躯体化症状检出率较高;女性、城市、非医专业的大学生躯体化症状检出率相较其他人口学特征与专业的大学生更高;自我调节和向家人或朋友倾诉是大学生主要的心理求助方式。

【关键词】 新冠肺炎;大学生;心理健康;求助方式

开放科学(资源服务)标识码(OSID):



微信扫码二维码

听独家语音释文

与作者在线交流

中图分类号:G444

文献标识码:A

doi:10.11886/scjsws20200720001

Investigation on the mental health condition and the styles of help seeking of college students during the COVID-19 outbreak

Liang Lijun¹, He Wenzhi¹, Wen Qianhui¹, Wang Yao¹, Chen Hudan², Wu Junlin², Huang Mingjin², Huang Guoping^{1,2*}

(1. Mental Health School of North Sichuan Medical College, Nanchong 637000, China;

2. Sichuan Mental Health Center·The Third Hospital of Mianyang, Mianyang 621000, China

*Corresponding author: Huang Guoping, E-mail: cahuanggp@163.com)

【Abstract】 Objective To investigate the mental health condition of college students during the Corona Virus Disease 2019 (COVID-19), and to provide accurate basis for their psychological intervention. **Methods** Through the way of electronic questionnaire, questionnaire star as tools, random investigation of college students in a university in Sichuan. Self-rating Anxiety Scale (SAS), Self-rating Depression Scale (SDS) and Somatization Symptom Scale (SSS) were used to evaluate their anxiety, depression and somatization symptoms. At the same time, a self-made questionnaire was used to investigate their styles of help seeking, and the relationships between them. **Results** A total of 551 valid questionnaires were collected, including 4.90% of anxiety symptoms, 28.68% of depression and 17.97% of somatization symptoms. In terms of somatization, the detection rate was higher in urban college students than those in rural (23.35% vs. 13.27%, $P < 0.05$), non-medical students was higher than medical students (21.40% vs. 13.89%, $P < 0.05$). Women's SSS score was higher than men's [(26.51 ± 5.44) vs. (25.27 ± 5.78)], urban college students' SSS score were higher than rural [(26.69 ± 5.98) vs. (25.38 ± 5.12)], and non-medical students' SSS score were higher than medical students [(26.65 ± 5.59) vs. (25.21 ± 5.45)], and the differences were statistically significant ($P < 0.05$). Partial correlation analysis showed that SSS score was positively correlated with SAS score ($r=0.110$, $P=0.010$) and negatively correlated with SDS score ($r=-0.087$, $P=0.042$). The top three common ways of help-seeking pattern among college students were self-

regulation (81.85%), talking to family or friends (70.78%) and offline psychological counseling (28.31%). **Conclusion** Under the COVID-19 epidemic, the detection rate of depressive symptoms and somatization symptoms of college students is high. The detection rate of somatization symptoms of female, urban and non-medical college students is high. Self-regulation and talking to family or friends are the main psychological styles of help seeking for college students.

【Keywords】 COVID-19; College students; Mental health; Styles of help seeking

2020 年春,新型冠状病毒肺炎(Corona Virus Disease 2019, COVID-19)在世界各地蔓延,因其传播速度快、感染范围广、防控难度大等特点,成为继 2003 年 SARS 之后的又一次构成国际关注的突发公共卫生事件^[1]。研究表明,人们在面对应激事件时,会表现出众多异常的心理和行为,如焦虑、抑郁、睡眠障碍以及躯体不适等^[2]。大学生处于从青少年到成人过渡的特殊时期,面对突发事件时调节和应对能力较差^[3]。又因疫情导致其生活方式陡然改变,如居家隔离等,大学生在疫情期间可能更容易出现各种心理问题^[4-5]。黄悦勤等^[6]研究表明,在 SARS 流行期间被封闭管理的大学生群体存在比较明显的焦虑和抑郁情绪,提示应更加关注突发事件下大学生的心理健康问题。此外,有研究显示,医学生心理问题的发生率高于其他专业同龄人^[7]。基于此,本研究选取新冠肺炎疫情期间四川省某高校本科大学生为研究对象,调查其焦虑抑郁、躯体化症状以及求助方式,重点分析不同人口学特征和不同专业的大学生心理健康状况的差异,以期为实施有针对性的心理危机干预提供参考。

1 对象与方法

1.1 对象

以就读于四川省某高校的本科大学生为调查对象,因疫情的特殊性,于 2020 年 2 月 15 日-18 日采用随机整群抽样法,通过问卷星进行调查。纳入标准:①四川省某高校在读大学生;②对本次调查知情同意。排除标准:在读研究生、专科生。最终共回收问卷 551 份,其中有效问卷 551 份,有效问卷回收率为 100%。

1.2 评定工具

采用自制调查表收集大学生的性别、年龄、专业、生源地等信息及求助方式,求助方式为多选题(包括自我调节、与家人或朋友倾诉、线下心理咨询、线上心理咨询、其他)。

焦虑自评量表(Self-rating Anxiety Scale, SAS)^[8-9]与抑郁自评量表(Self-rating Depression Scale, SDS)^[9-10]均由华裔教授 Zung 编制,分别包含 20 个条目,采用 1~4 分 4 级评分,“1”表示没有或很

少时间有;“2”表示有时有;“3”表示绝大部分时间有;“4”表示绝大部分或全部时间都有。SAS 与 SDS 的总评分为各条目计分之总和,标准分为总粗分 $\times 1.25$ 的整数部分。SAS 评分在 50 分以下为正常,50~59 分提示轻度焦虑,60~69 分提示中度焦虑,70 分及以上提示重度焦虑。SDS 评分在 53 分以下为正常,53~62 分提示轻度抑郁,63~72 分提示中度抑郁,73 分及以上提示重度抑郁。

躯体化症状自评量表(Somatic Self-rating Scale, SSS)^[11]共 20 个条目,采用 1~4 分 4 级评分,“1”表示不存在或没有;“2”表示偶有几天存在或尚能忍受;“3”表示有一半的天数存在或希望缓解;“4”表示几乎每天都存在或较难忍受。结果判定: ≤ 29 分为基本正常;30~40 分为轻度异常;40~60 分为中度异常; ≥ 60 分为重度异常。

1.3 评定方法

被调查的大学生通过问卷星在线填写调查问卷,该问卷由该校各班级班长转发邀请本班同学参加调查,同一微信号只能作答一次。问卷中不涉及隐私内容,对所有问卷内容遵循保密原则。网络问卷后台自动监测每份问卷的答题时长,答题时长低于 120 s 视为无效问卷。

1.4 统计方法

采用 SPSS 25.0 进行统计分析。正态分布计量资料以 $(\bar{x}\pm s)$ 表示,两组间均数比较采用独立样本 t 检验。计数资料以 $[n(\%)]$ 表示,组间比较采用 χ^2 检验;相关分析首先采用 Pearson 相关分析两两比较三者之间的相关性,若存在共同影响即进一步采取偏相关分析。检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 一般情况

共 551 例完成此次调查,其中男性 229 例(41.56%),女性 322 例(58.44%);年龄 17~24 岁 $[(19.52\pm 1.45)$ 岁];来自城市 257 例(46.64%),来自农村 294 例(53.36%);医学生 252 例(45.74%),非医学生 299 例(54.26%)。

2.2 大学生焦虑、抑郁及躯体化症状检出情况

检出存在焦虑症状者 27 例(4.9%),其中轻度 26 例(96.30%)、中度 1 例(3.7%);检出存在抑郁症状者 158 例(28.68%),其中轻度 86 例(54.43%)、中度 68 例(43.04%)、重度 4 例(2.53%);检出存在躯体化症状者 99 例(17.97%),其中轻度 81 例(81.82%)、中度 18 例(18.18%)。

结果显示,城市大学生躯体化症状检出率高于农村大学生(23.35% vs. 13.27%, $\chi^2=9.455, P=0.002$);医学生躯体化症状检出率低于非医学生(13.89% vs. 21.40%, $\chi^2=5.240, P=0.026$);焦虑、抑郁及躯体化症状在不同性别上检出率均无统计学意义(P 均 >0.05)。

体化症状在不同性别上检出率均无统计学意义(P 均 >0.05)。

2.3 单因素分析

SSS 评分比较结果显示,女性高于男性,城市高于农村,非医学生高于医学生,差异均有统计学意义(P 均 <0.05);SDS 评分比较结果显示,医学生高于非医学生,差异有统计学意义($P<0.05$),不同性别及生源地之间差异均无统计学意义(P 均 >0.05);SAS 评分比较结果显示,不同性别、生源地、专业之间差异均无统计学意义(P 均 >0.05)。见表 1。

表 1 不同人口特征的大学生 SAS、SDS、SSS 评分比较($\bar{x}\pm s$,分)

组别	SAS		SDS		SSS		
	评分	t	评分	t	评分	t	
性别	男性($n=229$)	39.0 \pm 6.51	0.724	43.68 \pm 11.31	0.181	25.27 \pm 5.78	-2.590 ^a
	女性($n=322$)	38.6 \pm 6.27		43.50 \pm 11.39		26.51 \pm 5.44	
生源地	城市($n=257$)	38.9 \pm 6.15	0.428	43.65 \pm 10.66	0.150	26.69 \pm 5.98	2.783 ^a
	农村($n=294$)	38.7 \pm 6.57		43.51 \pm 11.92		25.38 \pm 5.12	
专业	医学($n=252$)	39.2 \pm 6.20	-1.408	45.02 \pm 11.13	-2.770 ^b	25.21 \pm 5.45	3.060 ^a
	非医学($n=299$)	38.4 \pm 6.50		42.35 \pm 11.39		26.65 \pm 5.59	

注:SAS,焦虑自评量表;SDS,抑郁自评量表;SSS,躯体化症状自评量表;^a $P<0.01$,^b $P<0.05$

2.4 相关分析

大学生 SAS 评分与 SDS 评分呈正相关($r=0.127, P<0.05$),SSS 评分与 SAS、SDS 评分均不存在线性相关(P 均 >0.05)。进一步控制 SDS 评分后,SSS 评分与 SAS 评分呈正相关($r=0.110, P=0.010$);控制 SAS 评分后,SSS 评分与 SDS 评分呈负相关($r=-0.087, P=0.042$)。

2.5 大学生求助方式

在 COVID-19 疫情下,大学生主要的求助方式前三位依次为自我调节 451 例(81.85%)、与家人或朋友倾诉 390 例(70.78%)、线下心理咨询 156 例(28.31%)。见表 2。

表 2 大学生求助方式

求助方式	例数(%)
自我调节	451(88.85)
与家人或朋友倾诉	390(70.78)
线下心理咨询	156(28.31)
线上心理咨询	63(11.43)
其他	78(14.16)

3 讨论

本研究中,大学生抑郁症状检出率为 28.68%,中重度占 45.57%;焦虑症状检出率为 4.9%,以轻度

为主。既往研究显示,大学生在面对应激事件时焦虑症状更明显^[12-13],但本研究结果显示,大学生焦虑症状较轻,可能的原因有:①COVID-19 疫情期间大学生处于居家隔离,有家人的陪伴和良好的社会支持;②大学生的受教育程度相对较高,对疫情认识程度较高、对防控更有信心。结果显示,医学生的抑郁症状较非医学生更为严重,这与已有研究^[14-15]结果一致,可能的原因是:①医学生面临着高强度的工作压力和学习压力^[16];②医患关系紧张,伤医、杀医事件频繁发生,对医学生心理产生一定程度的负面影响,进而导致不同程度的抑郁症状。

本研究结果显示,大学生躯体化症状的检出率较高(17.97%),原因可能是:大学生受教育程度相对较高,对疫情的认识水平及关注度可能更高,这会使得躯体化症状比较明显,这与既往研究结果一致^[17-19]。偏相关分析也发现大学生的躯体化症状与焦虑、抑郁症状之间均有一定的关联性,进一步验证了躯体化症状是情绪表达的一部分。此外,来自城市和非医学专业的大学学生的躯体化症状检出率较高且症状更明显。可能的原因是:①城市大学生接受新冠肺炎疫情信息的机会更多,对新冠肺炎临床表现了解更加深入;②城市人口密集、流动性大,其感染风险较农村大;③非医学生由于对疾病症状认识不够而更加关注躯体症状。结果还表明,女大

学生的躯体化症状比男性更严重,因此,应给予女大学生更多的心理干预。

有研究者指出,灾难性事件本身对人类群体和个体是一种强烈的应激情境,社会支持和应对方式的研究可以为其进一步的干预提供依据^[20-21]。黄国平等^[22]在 SARS 流行期间调查了大学生的求助方式,其求助方式呈明显两极化的同时,又呈多向态势,存在专业和性别差异。本研究结果显示,大学生最主要的求助方式是自我调节和向家人或朋友倾诉,这表明加强大学生心理承受能力的训练和健全社会支持系统的体系对维护其心理健康至关重要。另外,有 28.31% 的大学生选择线下心理咨询,体现出部分大学生在出现心理问题后可以理性认识并期望寻求专业人士的帮助,但由于此次疫情的特殊性,线下心理咨询可能增加感染的风险,可采取线上心理咨询进行特殊情况下的专业求助。

综上所述,在 COVID-19 疫情应激下,大学生的心理健康受到了部分影响,其中女大学生的躯体化症状及医学生的焦虑、抑郁症状较为明显。结合大学生的心理问题及应对方式,提示未来大学生的心理健康教育应采取生物-心理-社会的综合干预方法,以取得良好的干预效果^[23]。不足之处:本研究为横断面研究,大学生在应对突发事件时焦虑、抑郁及躯体化症状之间的因果关系并不完全清楚,今后还需扩大样本,进一步观察针对大学生进行心理干预后焦虑、抑郁以及躯体化症状的改善效果,为突发事件下大学生的心理危机干预提供参考。

参考文献

- [1] World Health Organization. Novel Coronavirus (2019-nCoV) Situation Report-12 [EB/OL]. https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200201-sitrep-12-ncov.pdf?sfvrsn=273c5d35_2_2020-02-01.
- [2] 陈新华,彭化生,陈海洋,等.灾害事件后心理应激、社会支持与心脑血管病关系研究[J].中华内科杂志,2000,39(7):13-15.
- [3] 姚秋艳.新时期大学生心理健康教育服务体系的构建与实际应用[J].中国健康教育,2019,35(7):669-671.
- [4] 白银霞,张媛,刘永义.传染性非典型肺炎流行期间内蒙古 5 所高等院校 1041 名大学生心理健康水平与全国常模的比较[J].中国临床康复,2005,9(20):78-79.
- [5] 张淑玲,唐殿强,阎庆东.传染性非典型肺炎应激状态下大学生心理健康状况[J].中国学校卫生,2005,26(4):322.
- [6] 黄悦勤,党卫民,刘肇瑞,等.北京市三所高校大学生 SARS 流行期的心理状态现状调查[J].中国心理卫生杂志,2003,17(8):521-523.
- [7] 梅林,张风云,梁瀛,等.医学生与非医学生情绪状况调查[J].中国医学装备,2006,3(3):46-48.
- [8] Zung WW. Depression in the normal adult population [J]. Psychosomatics, 1971, 12(3): 164-167.
- [9] 段泉泉,胜利.焦虑及抑郁自评量表的临床效度[J].中国心理卫生杂志,2012,26(9):676-679.
- [10] Zung WW. A self-rating depression scale [J]. Arch Gen Psychiatry, 1965, 12: 63-70.
- [11] 庄琦,毛家亮,李春波,等.躯体化症状自评量表的初步编制及信度和效度研究[J].中华行为医学与脑科学杂志,2010,19(9):847-849.
- [12] 王爱芹,孟明珠,孔丽娜,等.我国医学类大学生焦虑症状检出率的 meta 分析[J].中国卫生统计,2015,32(5):841-843,847.
- [13] 马骊,王兴,廖启云.新型冠状病毒肺炎应激事件对大学生心理健康的影响[J].健康研究,2020,40(3):257-260.
- [14] 王建中,樊富珉.北京市大学生心理卫生状况调研[J].中国心理卫生杂志,2002,16(5):331-333.
- [15] 韩亚妹,赖端,赵殿松,等.某医学院校大学生抑郁的原因分析及预防[J].沈阳医学院学报,2015,17(1):56-57,60.
- [16] 张欣,李晓文,樊鑫,等.医学生考试期间心理健康状况及其影响因素分析[J].中国医科大学学报,2019,48(7):629-632.
- [17] Zhou X, Dere J, Zhu X, et al. Anxiety symptom presentations in Han Chinese and Euro-Canadian outpatients: is distress always somatized in China? [J]. J Affect Disord, 2011, 135 (1-3): 111-114.
- [18] Gao B, VanderLaan DP. Cultural Influences on perceptions of emotions depicted in emojis [J]. Cyberpsychol Behav Soc Netw, 2020, 23(8): 567-570.
- [19] Chen SH, Zhou Q. Cultural values, social Status, and Chinese American immigrant parents' emotional expressivity [J]. J Cross Cult Psychol, 2019, 50(3): 381-395.
- [20] 汪洋. SARS 治疗一线医护人员心理健康状况调查及危机干预模式构建的研究[D].西安:第四军医大学,2005.
- [21] Goto T, Wilson JP, Kahana B, et al. PTSD, depression and help-seeking patterns following the Miyake Island volcanic eruption [J]. Int J Emerg Ment Health, 2002, 4(3): 157-171.
- [22] 黄国平,张亚林,杨世昌,等."SARS"危机中的大学生求助方式[J].中国行为医学科学,2003,12(3):301-303.
- [23] 李杨,吴俊林,黄明金,等.新型冠状病毒肺炎疫情心理危机干预重点及工作方式的转变[J].四川精神卫生,2020,33(1):1-4.

(收稿日期:2020-07-20)

(本文编辑:戴浩然)