

高职学生自杀心理调查研究 ——以某高职院校 860 名学生为例

蒋晓敏 江奕其 邵红梅

(成都航空职业技术学院 四川 成都 610000)

摘要: 本研究通过对某高职院校 860 名学生进行自杀心理的相关调查研究,发现高职大学生自杀心理状况整体良好,但在相关心理健康教育方面仍存在一定问题。因此,如何对大学生进行有效的心理健康教育,使他们尽快摆脱心理问题的困扰是当前高校迫切需要解决的重要课题。本文使用 SPSS 26.0 统计软件分析了某高职院校学生自杀心理状况,讨论了高职背景下学生自杀心理的原因,为学校开展针对性的自杀心理健康教育提供依据。

关键词: 高职学生; 自杀心理; 调查研究

中图分类号: G632

1 研究意义

高职学生作为未来社会重要的高素质技术技能人才,他们的心理健康问题日益受到关注。其心理健康状况不仅影响个体的学习、生活和职业发展,也对整个社会的发展具有重要意义。加强对高职学生心理健康教育,及时发现问题、解决问题,对于培养一代社会主义事业接班人具有重要意义。因此,要不断加强对高职学生心理健康教育工作研究。这不仅可以进一步提高高职学生心理健康水平,还可以为我国社会主义现代化建设事业培养合格的技术技能人才提供帮助。基于此,了解高职学生的自杀心理现状及其影响因素,对开展针对性的自杀心理健康教育具有重要意义。

2 研究方法与工具

2.1 研究方法

本研究采用问卷调查的方法,对某高职院校在校学生进行调查。采用 SPSS 26.0 进行数据录入和分析,包括信度检验、效度检验、频度分析、描述性统计等统计方法。

2.2 问卷的设计

根据调查研究的内容,笔者在参考了《抑郁自评量表 SDS》、《伯恩思忧郁症清单(BDC)》等多个量表后,又咨询了相关心理学专业的专家后,初步拟定了“关于高职院校大学生自杀心理调查问卷”。问卷调查由两部分组成。第一部分为人口学变量,包括性别、年龄等个人基本信息。第二部分为自杀心理调查部分,包括是否有过自杀或自残的行为或想法、是否关注大学生自杀行为、遇到挫折时是否会自我伤害、是否与同学讨论过自杀等具体内容。

2.3 研究对象与抽样方法

研究对象:某高职院校全日制大一到大三在校生。

抽样方法:笔者在某高职院校全校范围内采取随机抽样的方法进行抽样调查。

2.4 问卷的发放与回收

为了检验问卷的质量问题,笔者进行了 2 个阶段的调查研

究。第一阶段进行了预调查,通过随机抽样的方式对某高职院校 36 名学生进行了调查。在检验了问卷信效度都较高的情况下,进行了第二阶段的问卷调查,共回收问卷 860 份。

2.5 问卷的信效度检验

笔者利用 SPSS 26.0 对第一阶段预调查的 36 份问卷进行了信度和效度的检验,发现其信效度均较高。在信度检验中,本问卷的 α 系数 0.886。由于 α 系数大于 0.8,即使删除任意项目后信度不会有极其明显的变化,说明本问卷的研究数据信度较好。如表 1 所示。

表 1 Cronbach 信度分析表

Cronbach 信度分析-简化格式		
项数	样本量	Cronbach α 系数
19	36	0.886

在效度检验中,本问卷的 KMO 值为 0.847,高于 0.8,且 p 值小于 0.05,说明本问卷的效度较好。如表 2 所示。

表 2 KMO 和 Bartlett 检验表

KMO 和 Bartlett 的检验		
KMO 值		0.847
Bartlett 球形度检验	近似卡方	140.253
	df	31
	p 值	0.000

3 调查结果与分析

本节对某高职院校 860 名学生进行自杀心理调查结果分析。本次调查的 860 名学生中,男生 682 名,占比 79.3%,女生 178 名,占比 20.7%。其中,大学一年级学生 356 人,占比 41.4%。大学二年级学生 328 人,占比 38.1%,大学三年级学生 176 人,占比 20.5%。年级与性别的交叉情况如表 3 所示。本节使用 SPSS 26.0 统计软件进行了频率分析和描述性分析,具体调查结果与分析如下。

表 3 年级和性别交叉表

所在年级	男	性别占比	女	性别占比	总计	
大一	计数	272	39.9%	84	47.2%	356
	年级占比	76.4%		23.6%		100%
大二	计数	248	36.4%	80	44.9%	328
	年级占比	75.6%		24.4%		100%
大三	计数	162	23.8%	14	7.9%	176
	年级占比	92.0%		8.0%		100%
总计	计数	682	79.3%	178	20.7%	860
	年级占比	79.3%		20.7%		100%

3.1 大学生自杀(自残)的行为或想法状况

在调查的 860 名大学生当中,有 59 名大学生有过自杀或自残的行为。虽然没有这种想法的大学生占比为 93.14%,整体状况较好,但仍存在 6.86% 的大学生有过自杀或自残行为。

对于是否有过自杀或自残的想法问题中,有 737 名大学生(占比 85.7%)表示没有这样的想法,但有 123 名大学生有过自杀或自残行为的想法,占比高达 14.3%。从以上数据当中我们可以看出,虽然大学生有过自杀或自残的行为和想法占比比较低,但仍不可忽视。学校应该重视大学生自杀或自残的行为及想法,对大学生自杀或自残行为的情况进行干预,以防止酿成不可挽救的悲剧。

3.2 大学生对大学生自杀(自残)行为的态度

(1) 关注大学生自杀事件的情况。在学校近年有没有自杀现象一题当中,有 367 人(占比 42.67%)的大学生不知道,有 331 人(占比 38.49%)的大学生认为没有,仅有 162 人(占比 18.84%)的大学生认为有自杀现象。而对于是否关注个体相关的大学生自杀事件议题当中,仅有 6.98% 的大学生知道很多,有 53.84% 的大学生听说过,有 28.95% 的大学生不太了解,有 10.23% 的大学生完全不知道。如表 4 所示。由此可见,该高职院校的大学生对于大学生自杀事件的关注度不高,该校可以就此进行进一步的心理健康教育相关知识的普及和关注。

表 4 是否关注各起大学生自杀事件统计表

	频率	百分比
有听说过	463	53.8%
知道很多	60	7%
不太了解	249	29%
完全不知道	88	10.2%
总计	860	100%

(2) 遇到挫折时是否有自杀(自残)行为或想法的情况。在大学期间,一些学生存在着学习压力过大、人际关系紧张、情绪化问题、心理负担过重、对未来的职业规划产生了困惑等心理焦虑、抑郁等问题。不仅如此,部分学生还存在着生理方面的问题,例如生理疾病、心理疾病等。对于自己或身边同学是否在遇到挫折时,会以极端的方式结束自己的生命一题中,有 3.02% 的大学生表示经常会有这样的想法,有 18.14% 的大学生偶尔会有这样的想法,有 78.84% 的大学生从未有过这样的想法。有 21.16% 的大学生表示在遇到挫折时会有自杀(自残)的行为或想法,因此,我们更应该关注高职学生的挫折教育。

(3) 是否与同学讨论过自杀(自残)的话题。对于有没有

跟周围同学讨论过大学生自杀现象的一题当中,有 2.67% 的大学生表示经常讨论,有 30.23% 的大学生表示偶尔与周围同学讨论过,有 67.09% 的大学生表示从未讨论过该话题。从以上调查结果我们可以看出,有超过 30% 的大学生与周围的同学讨论过大学生自杀现象,如何对大学生进行有效的心理健康教育,使其摆脱自杀心理问题带来的困扰,也是当前高职院校迫切需要解决的重要课题。

(4) 对大学生自杀(自残)行为的态度。在对大学生自杀事件频繁发生的态度一题当中,有 8.02% 的大学生表示跟我没关系,有 33.02% 的大学生表示惋惜,有 9.07% 的大学生表示理解,有 7.67% 的大学生认为自杀是一种愚蠢的行为,有 40% 的大学生认为是一种不负责任的行为,有 2.21% 的大学生埋怨社会。如表 5 所示。

表 5 对大学生自杀事件频繁发生的态度统计表

	频率	百分比
跟我没关系	69	8%
惋惜	284	33%
理解	78	9.1%
认为自杀的人很蠢	66	7.7%
是一种不负责任的行为	344	40%
埋怨社会	19	2.2%
总计	860	100%

而对于如果自杀的人是调查者认识的人自杀(自残)的态度一题中,我们发现了明显的变化。选项由上一题的“跟我没关系”中的 8.02% 降低到了 2.33%。选项“惋惜”由上一题的 33.02% 提高到了 55.35%。说明对于调查者来说,大学生自杀行为的关注度不高,有待于进一步的宣传和干预。

3.3 大学生对大学生自杀(自残)的行为产生的影响与原因

(1) 大学生对大学生自杀(自残)的行为产生的影响。自杀会产生什么样的影响一题中有 2.33% 的大学生认为影响了大学生的形象,有 59.53% 的大学生认为让朋友和家人伤心,有 27.56% 的大学生认为会引起人们对社会问题的反思,有 10.58% 的大学生认为影响社会安定。

(2) 大学生对生命及责任感的理解情况。大学生在对生命及责任感的理解当中,有 40.23% 的大学生认为要对得起父母、社会和国家,有 19.42% 的大学生认为是为自己而活,有 34.88% 的大学生认为生命只有一次,要珍惜生命,有 1.4% 的大学生认为生在这个世界上本不是我的选择,有 0.58% 的大学生认为生命的意义在于获得其他人的认同,有 3.49% 的大学生认为对生命和责任感没有什么感觉。从以上数据当中可以看出,该校应该对生在这个世界上本不是我的选择、生命的意义在于获得他人的认同、以及对生命和责任感没有什么感觉的同学进行特殊的关照和干预。

(3) 大学生对大学生采取自杀行为的心理问题情况。在大学生认为采取自杀行为的大学生存在什么样的心理问题一题中,有 78.02% 的大学生认为心理承受能力差,有 65.81% 的大学生认为对社会生活的适应能力较差,有 54.88% 的大学生认为缺乏社会责任感,有 52.79% 的大学生认为缺乏理想和追求,有 60.81% 的大学生认为冲动行事,有 69.65% 的大学生认为常常悲观厌世、

自我否定,有65.47%的大学生认为没有树立正确的人生价值观。

(4)大学生对大学生可能导致大学生自杀原因的情况。在大学生认为可能导致大学生自杀的原因一题当中,有80.81%的大学生选择了学习和就业压力大,有76.05%的大学生选择了生活压力大,有51.7%的大学生选择了自我期望太高,有70%的大学生选择了性格孤僻、人际关系敏感,有75.81%的大学生选择了受到了重大打击,有56.4%的大学生选择了因为牵扯到贷款、赌博、色情等事件不敢面对他人。

由于在调查当中,笔者发现导致大学生自杀的原因占比最多的是学习就业和生活压力,因此我们对压力进行了进一步的调查和研究。首先,在压力来源一题中,有43.14%的大学生认为来源于家庭,有72.67%的大学生认为来自于学习和就业,有55.4%的大学生认为来源于生活,有44.42%的大学生认为自我施压,有45.93%的大学生认为来自于社会。其次,对于如何看待压力一题中,有15%的大学生会逃避,有73.6%的大学生会积极面对,有31.74%的大学生不知从何入手,有48.37%的大学生会顺其自然。

3.4 大学生自杀(自残)行为的预防

在加强大学生心理素质的有效途径一题中,有64.88%的大学生认为可以开展科普讲坛,有71.98%的大学生认为学校可以开办心理辅导室,有43.84%的大学生认为可以实施挫折教育,有53.49%的大学生认为自我预防,有66.4%的大学生认为发动学生积极开展社会问题的讨论。在预防大学生自杀行为的一题中,有85.12%的大学生认为学校和家长可以建立沟通桥梁,多关注学生的心理和行为状态,有63.95%的大学生认为学校可以不定期组织学生进行心理测试,有61.28%的大学生认为大学可以邀请其他专家进行心理讲座。

4 讨论与建议

4.1 利用新媒体做好舆情引导工作

在实证调查研究中,有42.67%的大学生不知道学校近年来有没有自杀现象,有39.18%的大学生完全不关注各起相关的大学生自杀事件。但却有21.16%的大学生想过在遇到挫折时,以极端的方式结束自己的生命,也有32.9%的大学生有跟周围同学讨论过大学生自杀现象。新媒体已经成为当代大学生获取信息和社交的主要渠道之一,因此,高校应该通过新媒体平台发布相关信息和引导舆情,占据主动地位。高校在对于大学生自杀心理教育当中不应该掩饰和隐藏自杀事件,应该利用新媒体做好舆情的引导工作,让大学生从相关事件中引以为戒。例如,高校可以建立官方微博、微信公众号等新媒体平台,及时发布有关心理教育的信息,及时回应和解决学生和社会公众的关切和问题。

媒体是社会舆论的重要载体之一,其报道内容和方式对于社会公众和学生有着重要的影响。因此,各大媒体在报道大学生自杀事件时,应该遵循客观、公正、还原事实的报道原则,不夸大、不缩小、不歪曲大学生自杀或自残事实真相,为公众和学生提供真实、全面、客观的信息和服务。

4.2 解决好大学生各种压力源问题

大学生心理压力源问题会对大学生们的学习和生活产生诸多负面影响。首先,过度的心理压力会影响学生的学习效率和质量,使他们难以集中精力投入学习。其次,心理压力还可能导致学生在人际交往中出现问题,如与同学、老师或家长关系紧张,甚至会产生孤独感和抑郁情绪。此外,长期的心理健康问题可能

会影响学生的身体健康和免疫系统功能,使他们在面对疾病时更加脆弱。最后,心理压力问题还会影响学生的职业发展和社会适应能力,如影响学生的创新能力、团队合作精神和责任感等方面的培养。如果不能解决好大学生面临的各种压力源问题,很容易使学生产生自杀心理。

因此,解决好大学生心理压力源问题需要学校、家庭和社会共同关注和努力。只有高校通过建立健全的心理健康教育体系、加强学生自我管理能力的培养、营造良好的校园氛围以及建立完善的社会支持体系等多方面的措施,才能增强学生的社会适应能力和面对各种压力的应对能力。

4.3 建立起健全的心理教育机制

高校是大学生的主要学习和生活场所,也是其心理问题最容易产生和最容易解决的场所之一。因此,高校应该建立起健全的心理教育机制,对于大学生的自杀心理问题进行及时的发现、干预、引导和治疗。这包括建立心理辅导中心、开设心理健康课程、提供心理咨询和治疗服务等。同时,高校应该加强对于心理教育师资队伍的培养和管理,提高教师的专业素养和教育水平,确保他们能够有效地帮助和引导学生解决心理问题。高校应该通过心理健康课程、讲座、论坛等方式,引导大学生正确认识和处理好自己的心理问题。同时,高校应该加强对于大学生的心理健康教育,提高其心理素质和自我调适能力。

此外,高校应该加强对于学生心理事件的发现和干预。高校应该建立起健全的学生管理机制,对于学生的心理状态进行实时监测和预警,及时发现和处理学生的自杀心理问题。同时,高校应该加强对于校园内外的心理健康服务的整合和管理,建立起有效的心理援助机制,确保学生能够得到及时、有效的帮助和治疗。

参考文献:

- [1]何元庆,高琦,高佳敏.高校学生自杀危机的干预困境与时代机遇[J].中国卫生事业管理,2017,34(01):65-67.
- [2]曾琳娜,陈振业.广州市大学生自杀倾向现状研究[J].中国学校卫生,2006(10):863-864.
- [3]林晓楠.当前大学生心理健康现状及对策[J].政工研究动态,2009(14):37-38.
- [4]刘佳泰.青少年自杀问题的现状与原因分析[J].消费导刊,2008(19):165-166.
- [5]翟清菊,蒋建勋.原生家庭视角下的高职学生心理健康教育工作路径研究——基于自杀风险学生的实证研究[J].太原城市职业技术学院学报,2021(09):131-133.
- [6]臧伟伟.大学生视角下大学生自杀现象的实证研究[J].科学咨询(科技·管理),2015(02):45-47.

作者简介:蒋晓敏(1987.11-),女,四川泸州人,副教授,研究方向为思想政治教育。江奕其(1992-),女,四川绵阳人,硕士,助教,研究方向为应用心理学。邵红梅(1985.9-),女,安徽芜湖人,助理研究员,研究方向为思想政治教育。

课题项目:

四川省心理健康教育研究中心2023年度课题——新时代高职院校“一站式”学生社区心理健康服务模式研究(编号:XLJKY2321B)、成都航空职业技术学院校级人文课题——“五育并举”视角下定向军士生心理健康教育路径研究(编号:ZRX0623091)阶段性成果研究。