

海南医学院学生宿舍关系对心理健康的影响分析及干预研究

薛涛涛 陈文龙 何勇勇 黄琦琪 吴玲 马寅正

(海南医学院 海南海口 571199)

摘要:目的:调查海南医学院大学生宿舍关系的现状及影响因素,并对宿舍关系进行干预研究,提出改善大学生宿舍关系的措施,为改善大学生宿舍关系及心理健康提供建议。**方法:**采用自制的学生宿舍关系调查问卷以及 GHQ-12 量表对海南医学院学生进行问卷调查;采用团体辅导对符合干预的对象进行实验研究。**结果:**不同年级与宿舍关系状况的差异 ($\chi^2=107.109, P=0.000$) 具有统计学意义;偷盗、侵权行为 ($t=-6.298, P=0.000$) 等是影响宿舍关系的主要因素;1011 名调查对象有心理健康问题阳性者占 23.05% (233/1011);宿舍关系与调查对象心理健康问题的差异具有统计学意义 ($\chi^2=28.930, P=0.000$);实验组处理后,宿舍人际关系诊断量表前后两次测量结果差异 ($t=2.422, p=0.024$) 具有统计学意义。**结论:**当前海南医学院大学生宿舍人际关系状况总体状况良好;不良的生活习惯等 5 种因素是影响宿舍关系的因素;约 23%海南医学院大学生可能存在心理方面的问题;舍关系的状况与心理状态之间的差异 ($\chi^2=28.930, P=0.000$) 具有统计学意义。

关键词:宿舍关系;干预;心理健康;

一、引言

在大学生的人际关系中,宿舍是大学生各种人际关系的一个主要方面。宿舍关系可以影响大学生心理健康,从而导致一些不愉快的事情发生,更有甚者可以发展为犯罪。宿舍关系的和谐与否对大学生的心理健康非常重要^[1],在大学中有超过一半的时间是在集体宿舍里度过^[2]。宿舍作为学生经常发生人际交往的场所,可以反映出大学生人际交往能力与心理健康状况。对宿舍关系不满的学生常常会表现出一些心理问题。而在和谐宿舍关系中生活的大学生,具有积极乐观的心理状态^[3]。本课题通过调查海南医学院大学生宿舍关系的现状及影响因素,对大学生宿舍关系进行研究、分析,并设置干预组对其进行干预,分析干预结果,提出改善大学生宿舍关系的措施,为改善大学生宿舍关系及心理健康提供建议。此课题对大学生的人际关系及心理健康有着积极意义,还可促进学生宿舍关系的发展。

二、研究内容与方法

2.1 内容

通过自制的《学生宿舍关系调查问卷》以及 GHQ-12 量表调查海南医学院大学生宿舍关系的现状、影响大学生宿舍关系的因素,以及宿舍关系对心理健康的影响作用。通过团体辅导的干预措施对符合进入标准的宿舍进行团体辅导治疗,并评价干预效果,提出改善大学生宿舍关系的对策及方法。

2.2 方法

2.2.1 海南医学院宿舍关系状况

以海南医学院全体学生为研究对象,采用简单随机抽样方法,从海南医学院大一到大五的学生中随机抽取约 1100 人。用《学生宿舍关系调查问卷》以及 GHQ-12 量表进行横断面调查。发放调查问卷 1100 份,收回有效问卷 1011 份,问卷有效率 92%,调查对象具体情况见表 2.1

表 2.1 调查对象基本情况

分类	人数	百分比
性别	男	354 35.0%
	女	657 65.0%
年级	大一	273 27.0%
	大二	217 21.5%
	大三	228 22.6%
	大四	200 19.8%
	大五	93 9.2%
是否独生子女	是	263 26.0%
	否	748 74.0%

2.2.2 海南医学院宿舍关系干预研究

采用宿舍人际关系量表(杨荣)对海南医学院公共卫生学院 1-3

年级学生进行基线调查,以总分 7 进入团体,以出现宿舍人际关系问题的个人所在宿舍为单位,选取 8 个宿舍总计 47 人。得到每

一位研究对象的同意后,采用单盲法,按照分层随机分组,以性别为分层,分为干预组和对照组各 4 个宿舍。在干预前对研究对象用症状自评量表(SCL-90)与宿舍人际关系诊断量表(杨荣)测量其影响因素及心理得分。对照组为空白组不施加干预,干预组采用团体辅导进行干预,辅导方法为:(1)形成团体(2)认识自己,了解舍友(3)建立积极的宿舍关系(4)相互信任(5)学习宿舍沟通技巧(6)分享参加辅导的感想。团体辅导三次,每次一个小时后,两组再次填写 SCL-90 量表和宿舍人际关系量表(杨荣)。

三、海南医学院学生宿舍关系调查结果与分析

3.1 分析方法

使用 SPSS22.0 进行资料分析,根据获得的资料,单因素分析采用 t 检验、 χ^2 检验,多因素分析采用多重线性回归分析。

3.2 宿舍关系调查结果

3.2.1 宿舍关系的状况

1) 不同人群的宿舍关系状况

表 3.1 不同人群宿舍关系状况

分类	十分和谐	偶有矛盾	常有矛盾	χ^2	p	
性别	男	164	180	10	4.729	0.094
	女	258	379	20		
年级	大一	184	84	5	107.109	0.000*
	大二	76	137	4		
	大三	79	141	8		
	大四	55	136	9		
	大五	28	61	4		
是否独生子女	是	111	143	9	0.320	0.852
	否	311	416	21		
宿舍成员组成	同班	348	460	27	1.942	0.922
	不同专业	24	35	0		
	不同年级	18	26	1		
其他	32	38	2			

注* $P<0.05$

由表 3.1 可以看出,宿舍人际关系十分和谐占比 41.7% (422/1011),人际关系偶有矛盾的宿舍占比 55.3%(559/1011),人际关系常有矛盾的宿舍占比约 3%(30/1011),这说明目前海南医学院学生宿舍关系状态较为良好。不同年级 ($\chi^2=107.109, P=0.000$) 的宿舍关系状况差异具有统计学意义,在宿舍成员组成、是否独生子女方面差异不具有统计学意义。

2) 大学生对宿舍发生矛盾的态度

表 3.2 大学生对宿舍矛盾的态度

	直接说出	委婉提醒	背后吐槽	保持沉默	一笑而过
人数	178	540	59	159	75
占比	17.6%	53.4%	5.8%	15.7%	7.4%

由表 3.2 可以看出,当前大学生对于宿舍发生矛盾时的处理

态度较多,其中发生矛盾时委婉提醒对方占大多数为 53.4%,直接说出型占比 17.6%,保持沉默型占比 15.7%,一笑而过型占比 7.4%,背后吐槽型占比 5.8%。这说明大多数学生在处理宿舍矛盾时保持积极态度,对于发生矛盾时关系缓和持有很大的希望,渴望建立一个积极的宿舍人际关系环境。但是,也有一部分同学处理矛盾的态度

消极,应该给予充分的重视。

3.2.2 影响宿舍关系的因素

本次共调查 11 种不同因素与宿舍人际关系状况之间的关系,并与宿舍人际关系状态进行多重线性回归分析,具体情况见表 3.3。

表 3.3 宿舍关系的影响因素分析

变量	B	标准误	标准回归系数	t	p
常量	1.493	0.042		35.653	0.000
不良的生活习惯	0.112	0.042	0.087	2.652	0.008*
擅用他(她)人物品	-0.024	0.040	-0.022	-0.597	0.551
性格不合	0.097	0.039	0.084	2.509	0.012*
不尊重他(她)人	0.028	0.042	0.025	0.667	0.505
相互不够包容	0.046	0.038	0.042	1.202	0.230
与室友的贫富差距大	0.131	0.054	0.081	2.412	0.016*
不顾及室友的感受	0.131	0.040	0.112	3.275	0.001*
打呼噜说梦话	0.018	0.054	0.011	0.329	0.742
偷盗、侵犯行为	-0.301	0.048	-0.273	-6.298	0.000*
不尊重他(她)人隐私	-0.075	0.047	-0.069	-1.591	0.112
室友间不信任	-0.019	0.041	-0.017	-0.469	0.640

注*P<0.05

由表 3.3 可以得出,不良的生活习惯(t=2.652, P=0.008)、性格不合(t=2.509, P=0.012)、与室友的贫富差距大(t=2.412, P=0.016)、不顾及室友的感受(t=3.275, P=0.001)、偷盗、侵犯行为(t=-6.298, P=0.000)是影响宿舍关系的主要因素,其中偷盗、侵犯行为影响程度最重,与室友的贫富差距大影响程度最轻。

3.2.3 宿舍关系对心理健康的影响作用

1) 调查对象的 GHQ-12 量表总分分布情况。

GHQ-12 总分分布情况见图 3.1。由图 3.1 可以得出, GHQ-12 得分区间为 0-12 分,中位数为 1 分。以总分 3 分作为分割值,即 GHQ-12 总分>=3 分为可能有心理健康状况不良,即心理健康问题阳性者^[4]。1011 名调查对象有健康问题阳性者占 23.05%(233/1011)。

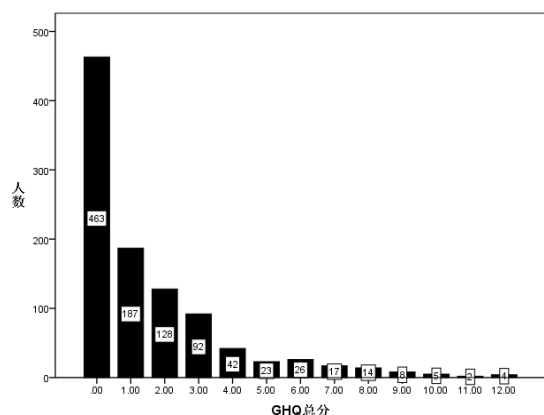


图 3.1 调查对象的 GHQ 总分

2) 宿舍关系与心理状况的作用分析

由表 3.1 得,本次调查将海南医学院宿舍人际关系状况分为四个等级,并与调查对象的 GHQ-12 总分进行卡方检验,分析宿舍关系与心理状况之间的联系,具体情况见表 3.4。

表 3.4 宿舍关系与心理状况的作用分析

心理阳/阴性	关系状况	人数	χ^2	p
GHQ-12 总分	十分融洽	71	28.930	0.000*
	阳性(GHQ 偶有矛盾 总分>=3)	145		
	常有矛盾	16		
	非常紧张	1		
GHQ-12 总分	十分融洽	351	28.930	0.000*
	阴性(GHQ 偶有矛盾 总分<3)	414		
	常有矛盾	12		
	非常紧张	1		

注*P<0.05

由表 3.4 可以得出,宿舍关系十分融洽的心理问题阳性率为 16.8%(71/422),宿舍关系偶有矛盾的阳性率为 25.9%(145/559),宿舍关系常有矛盾的阳性率为 57.1%(16/28),宿舍关系非常紧张的阳性率为 50%(1/2),宿舍关系与心理健康之间的差异具有统计学意义($\chi^2=28.930, P=0.000$)。

四、宿舍关系干预研究

4.1 结果与分析

1) 以海南医学院公共卫生学院 1-3 年级学生的《宿舍人际关系量表》总分≥7 分进入团体,以出现宿舍人际关系问题的个人所在宿舍为单位,选取 8 个宿舍总计 47 人。调查对象具体分布情况见表 4.1

表 4.1 宿舍关系干预研究调查对象分布情况

分类	对照组人数	实验组人数
性别	男	11
	女	12
年级	大一	0
	大二	15
	大三	8
是否独生子	是	5
	否	18
家庭所在地	农村	12
	城镇	11

4.1.1 干预研究前后测结果分析

2) 《宿舍人际关系诊断量表》的结果分析

《宿舍人际关系诊断量表》,是杨荣修改郑日昌的人际关系行为诊断量表,分半信度 $r=0.9724$,量表内容效度和效标关联效度较好^[5]。对两组的诊断量表的两次结果进行配对 t 检验,具体情况见表 4.2。

表 4.2 诊断量表的 t 检验结果

分组	M	N	SD	t	p
宿舍人际关系诊断量表 实验组(前-后)	1.37500	24	2.78095	2.422	0.024*
对照组(前-后)	0.85870	23	2.77041	1.486	0.151

注*P<0.05

由表 4.2 得, 实验组进行干预后, 诊断量表前后两次测量结果差异 (t=2.422,p=0.024) 具有统计学意义, 对照组前后两次测量结果差异 (t=1.486,p=0.151) 不具有统计学意义。

2) SCL-90 前后测试结果分析。

症状自评量表包括 90 项条目, 共五个等级 (从 0—4 级); 量表包括躯体化、强迫症状、人际关系敏感等 9 个症状因子^[6]。对两组前后测结果的 9 个方面 分别进行配对 t 检验, 具体情况见表 4.3。

表 4.3 实验组与对照组 scl-90 总分比较

	分组	干预前 (M+SD)		干预后 (M+SD)		t	p
躯体化	对照组	2.70	4.76	3.22	6.81	-0.494	0.626
	实验组	1.50	2.67	0.83	2.34	2.798	0.010*
强迫症状	对照组	8.09	8.38	7.35	8.41	0.699	0.492
	实验组	4.17	4.53	2.96	3.47	1.818	0.082
人际敏感	对照组	4.96	6.20	5.17	6.79	-0.192	0.849
	实验组	2.25	2.63	1.63	2.68	1.502	0.147
抑郁	对照组	4.74	7.29	4.48	7.01	0.192	0.849
	实验组	2.79	3.27	1.92	3.12	1.556	0.133
焦虑	对照组	3.39	4.92	3.78	5.93	-0.437	0.666
	实验组	2.33	3.16	1.29	2.44	2.720	0.012*
敌对	对照组	1.48	2.37	1.91	3.26	-0.951	0.352
	实验组	0.79	1.38	0.71	1.43	0.624	0.539
恐怖	对照组	2.74	3.70	2.65	4.24	0.117	0.908
	实验组	1.42	2.15	0.67	1.52	1.940	0.065
偏执	对照组	2.04	3.40	2.65	4.37	-1.151	0.262
	实验组	1.29	1.76	0.71	1.43	2.070	0.050
精神病性	对照组	4.39	6.41	3.48	5.25	1.027	0.316
	实验组	2.08	2.39	1.75	2.75	0.763	0.453
总分	对照组	37.39	47.17	37.48	51.26	-0.011	0.991
	实验组	20.04	22.79	13.46	20.84	2.410	0.024*

注*P<0.05

由表 4.2 得, 实验组干预后, 在躯体化 (t=2.798,p=0.010)、焦虑 (t=2.720,p=0.012) 方面的差异具有统计学意义, 在强迫症状 (t=1.818,p=0.082)、恐怖 (t=1.940,p=0.065)、偏执 (t=2.070,p=0.050) 方面的变化接近显著性差异, 在人际敏感、敌对、精神病性的差异不具有统计学意义。对照组前后测结果, 在躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性的差异均

无统计学意义。实验组 SCL-90 总分两次测量结果的差异具有统计学意义。对照组的总分两次测量结果差异不具有统计学意义。

3) 实验组与对照组的 SCL-90 结果与全国常模比较分析

对研究对象的 SCL-90 和实验组辅导后的各因子分数与全国大学生常模的 9 个分别进行配对 T 检验, 具体情况见表 4.3。

表 4.3 调查对象 scl-90 总分与全国大学生常模比较

	分组	测试对象 (M+SD)		全国大学生常模 (M+SD) N=4141		t	p
躯体化	总	2.09	3.84	1.45	0.49	1.133	0.263
	干预组	0.83	2.33			-1.294	0.208
强迫症状	总	6.09	6.91	1.98	0.64	4.072	0.000*
	干预组	2.96	3.47			1.381	0.180
人际敏感	总	3.57	4.87	1.98	0.74	2.246	0.030*
	干预组	2.25	2.63			0.504	0.619
抑郁	总	3.74	5.64	1.83	0.65	2.33	0.024*
	干预组	1.92	3.12			0.136	0.893
焦虑	总	2.85	4.10	1.64	0.59	2.024	0.049*
	干预组	1.29	2.44			-0.699	0.491
敌对	总	1.13	1.94	1.77	0.68	-2.269	0.028*
	干预组	0.71	1.43			-3.640	0.001*

恐怖	总	2.06	3.05			1.359	0.181
	干预组	0.67	1.52	1.46	0.53	-2.552	0.018*
偏执	总	1.66	2.69			-0.486	0.630
	干预组	0.71	1.43	1.85	0.69	-3.914	0.001*
精神病性	总	3.21	4.89			2.137	0.038*
	干预组	1.75	2.75	1.69	0.59	0.107	0.916

注* $P < 0.05$

由表 4.3 得, 47 名调查对象在强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对和精神病性方面与全国大学生常模的差异具有统计学意义, 在躯体化、恐怖和偏执方面与常模的差异不具有统计学意义。实验组干预后, 在躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、精神病性方面与全国常模的差异不具有统计学意义。五、结论

5.1 研究结论与建议

5.1.1 研究结论

1) 当前海南医学院大学生宿舍关系状况总体状况较好。其中, 宿舍关系十分和谐占比 41.7%, 关系偶有矛盾的宿舍占比 55.3%, 关系常有矛盾的宿舍占比 2.8%, 非常紧张占比 0.2%。在处理宿舍矛盾时, 大多数宿舍成员保持积极的态度, 希望创立一个好的宿舍成长环境。但有一部分学生处理宿舍矛盾持消极态度。

2) 在本次调查的 11 种因素中, 不良的生活习惯、性格不合、与室友的贫富差距大、不顾及室友的感受、偷盗或侵犯行为是影响宿舍关系的主要因素。

3) 由 GHQ-12 量表的调查得, 约 23% 海南医学院学生可能存在心理问题。宿舍人际关系的状况与学生的心理状态之间的差异 ($\chi^2=28.930, P=0.000$) 具有统计学意义。

4) 在干预研究中, 实验组的宿舍人际关系诊断量表两次测量结果的差异具有统计学意义; 由 SCL-90 量表两次测量得, 实验组在躯体化、焦虑等方面的差异具有统计学意义, 而对照组在 9 个症状方面均不具有统计学意义; 与对照组比较, 可得出干预措施起到了一定的效果。调查对象的强迫症状、人际关系敏感、抑郁等方面与全国大学生常模之间的差异具有统计学意义, 得出调查对象有某些心理问题。

5.1.2 研究建议

1) 亚隆认为, 可以使用团体的办法解决人际之间的矛盾^[7]。根据调查结果, 海南医学院一部分宿舍在宿舍关系状态以及处理宿舍矛盾时存在消极态度, 应该对这些宿舍采用本研究的干预方案进行干预, 以免造成更严重的后果。

2) 处理大学生之间的关系矛盾, 就要加强大学生的自身素质^[8], 应该加强大学新生宿舍关系入学教育, 及时对新生宿舍进行调整, 从入校开始就创造一个积极、良好的住宿环境, 使宿舍产生良好的心理成长环境。

3) 造成大学生人际之间的矛盾有几个方面, 分别是个人、家庭和社会原因^[9]。结合此次研究结果, 在学校层面应该及时对问题宿舍的调整。在学生层面, 应该使自己融入宿舍的环境, 改变自己

的陋习, 和舍友和谐相处。

5.2 研究不足与展望

1) 由于问卷篇幅有限, 本次调查设计的学生宿舍关系调查问卷在设计方面未能完全反映影响宿舍关系的因素。因此在以后的调查中, 应该全面考虑各种情形, 合理设计问卷。

2) 由于研究经费和人力有限, 本次调查所选的样本量较小, 未较好的反映海南医学院宿舍人际关系状况和影响宿舍人际关系的因素。因此在以后调查中, 应该从经济和人力等方面综合考虑课题的可行性。

3) 在海南医学院宿舍关系干预研究中, 由于实验措施的适用范围以及研究对象的配合程度有限, 研究对象仅选自公共卫生学院的 47 名同学, 影响研究结果外推到整体。因此在以后的研究中, 应该加强干预措施的适用性和加强研究对象的配合程度。

参考文献:

- [1] 陈露. 大学生宿舍人际关系与其心理健康的关系探析[J]. 读与写(教育教学刊), 2016, 13(01): 51.
 - [2] 黄芳. 高职学生宿舍人际关系及其心理健康探析[J]. 淮南职业技术学院学报, 2018, 18(04): 43-44.
 - [3] 刘欣. 不同宿舍人际关系类型对大学生心理健康的影响研究[J]. 中国行为医学科学, 2006(06): 557.
 - [4] 王金龙. 中国援外医疗队员心理健康状况及其影响因素分析[D]. 中国疾病预防控制中心, 2019.
 - [5] 杨荣. 师专生宿舍人际关系现状及干预研究[D]. 上海师范大学, 2005.
 - [6] 文心. 症状自评量表(SCL-90)测试[J]. 职业教育(下旬刊), 2016(07): 55-57.
 - [7] 马宁. 欧文亚龙模式下的团体治疗在高校学生工作中的应用[J]. 校园心理, 2010(3): 169-170.
 - [8] 姜美霞. 大学生同学间人际冲突及应对[D]. 湖南师范大学, 2007.
 - [9] 刘树芬. 大学生人际交往困扰及心理干预研究[J]. 山西青年, 2020(15): 117-118.
- 基金项目: 海南省大学生创新创业训练计划项目 (编号: X202011810013)
- 通讯作者: 吴玲, 马寅正

(上接第 72 页)

力有了明显提升。近 5 年来, 一个团队获团中央“小平科技创新团队”, 七个项目获批国家级大学生创新创业训练计划项目。在“互联网+”“挑战杯”竞赛中, 荣获国家级银奖一项, 铜奖 5 项, 省奖 49 项。在各类学科竞赛中, 荣获各类奖项二百余项。本科生以第一作者发表论文 15 篇, 参与发表论文二十余篇。

学风建设取得明显成效

在驻班党员的指导下, 同学们制定了四年的学业规划, 同学们学习态度端正, 学习目的明确; 学习自觉性明显提高, 形成了较为浓厚的学习氛围; 学习效果明显好转, 学习能力大幅提升。考取研究生人数大幅提升, 考研率从 26% 提高至 36.5%。

总之, 在 大一 新生思想引领、学业领航、入党积极分子培养、课外素质、创新创业等方面, 驻班党员发挥了强有力的作用, 帮助新生快速的适应大学生活、树立正确的理想信念、增强班级凝聚力、打造良好班风学风, 提高学业成绩、提升综合素质。同时, 驻班党

员在这个过程中也提升了自身素质, 激发了社会责任感使命感, 为步入社会积累了丰富经验。驻班党员制度实现了高年级党员和新生的双促进、同受益、共成长。

参考文献:

- [1] 庞然, 丁贞栋. 台湾清华大学“学长制”工作的经验及启示[J]. 北京教育(高教版), 2015, 1: 62
- [2] 冯丹枫. 实施“党员学长制”对大一新生教育管理的实践探索[J]. 山西青年, 2019.11
- [3] 梁立法. 高校在大学生党员发展与管理中存在的主要问题分析[J]. 智库时代, 2019(10).
- [4] 孙晓华. 发挥大学生党员先锋模范作用的有效路径[J]. 中国冶金教育, 2020.6: 91-94
- [5] 金蕊茹, 弋鹏. 新时期大学生党员先锋模范作用平台建设探索[J]. 高教学刊, 2019(14): 174-175