

突发公共卫生事件下高校学生心理健康研究

郭振东 任贺杰

延安大学 陕西 延安 716099

摘要: 突发公共卫生事件时代下, 国家越来越重视高校学生心理健康工作、心理健康制度、心理健康服务体系。本次研究以延安大学在校学生为研究对象, 采用简单随机抽样法调查延安大学在读大学生、研究生进行心理问卷调查和基本信息摸查, 以调查突发公共卫生事件防控中延安大学学生存在的焦虑、抑郁、压力的心理健康状况; 研究突发公共卫生事件防控中环境因素对学生心理健康的影响; 学校引导、干预对学生心理抗压能力的影响以及环境引导、干预引导学生生活幸福感的影响。通过本研究可以及时掌握学生在突发公共卫生事件防控期间心理健康变化的关系; 研究突发公共卫生事件防控下各种影响因素与学生心理健康的相关性关系, 为研究学生应对公共卫生中产生的心理健康问题提供参考研究。

关键词: 学生; 心理健康

Research on the Mental Health of Students in Yan'an University under the Public Health Emergency

Zhendong Guo Hejian Ren

Yan'an University Shaanxi Yan' an 716099

Abstract: In the post epidemic era, the state pays more and more attention to the mental health work, mental health system and mental health service system of college students. This study takes the students in Yan'an University as the research object, uses the simple random sampling method to investigate the college students and graduate students in Yan'an University, and carries out psychological questionnaire survey and basic information touch survey, so as to investigate the mental health status of anxiety, depression and stress of students in Yan'an University in the epidemic prevention and control; To study the influence of environmental factors on students' mental health in epidemic prevention and control; The influence of school guidance and intervention on students' psychological stress resistance and the influence of environmental guidance and intervention guidance on students' life well-being. Through this study, we can timely grasp the relationship between students' mental health changes during the epidemic prevention and control period; To study the correlation between various influencing factors and students' mental health under epidemic prevention and control, so as to provide reference research for students to deal with mental health problems in public health.

Keywords: Students; Mental health

2021年7月教育部办公厅发布《关于加强学生心理健康管理工作的通知》。2021年11月29日,教育部召开全国高校学生心理健康教育推进会议,部署推动高校学生心理健康教育高质量发展^[1]。教育部出台的相关政策表明了国家越来越重视高校学生心理健康工作、心理健康制度、心理健康服务体系。2021年12月,突发公共卫生事件在陕西境内开始迅速蔓延,2021年12月9日~2022年1月8日,陕西本轮突发公共卫生事件中累计本土确诊2016例,其中,西安市1989例、咸阳市13例、延安市13例、渭南市1例。根据国务院应对新冠肺炎突发公共卫生事件联防联控机制关于科学划分、精准管控等工作要求和省市专家综合评估,经研究决定,自2021年12

月31日0时起,将延安市宝塔区桥沟街道新洲东路新洲花园小区B区南区调整为中风险地区。延安大学为了有效的阻断突发公共卫生事件传播链条,确保同学们身体健康和校园安全,按照上级要求,经学校党委研究,决定从2021年12月28日零时开始,学校实行学生公寓封闭管理,线上学习,线上上课,线上考试。受突发公共卫生事件爆发的影响,高校学生的正常学习、生活、心理会随着突发公共卫生事件的波动而产生一系列的影响。本次研究以延安大学在校学生为研究对象,采用简单随机抽样法调查延安大学在读大学生、研究生进行心理问卷调查和基本信息摸查,通过本研究可以及时掌握学生在突发公共卫生事件防控期间心理健康变化的关系;研究突发公共卫生事件防

控下外界因素对学生心理健康的影响,为研究学生应对公共卫生中产生的心理健康问题提供参考研究。

1 资料与方法

1.1 研究对象

以延安大学在校学生为DASS-21 量表测试对象,测试时间为 2022 年 1 月,测试结果运用spss26.0 软件系统进行数据统计分析,共计 1054 名在校学生参加了调查,收回问卷 1054 份,DASS-21 量表有效人数为 1009 名,有效率为 95.73%。

1.2 研究方法

通过问卷星在线设计调查问卷,问卷发放主要通过微信群和朋友圈转发,质量控制通过IP地址和作答时间限制,剔除答题时间太短(<100s)或太长(>10min)以及答案明显异常等问卷,以保证数据真实可靠。

1.3 量表工具

国内学者研究发现DASS-21 具有较好的信效度,可作为考察我国大学生负性情绪水平的有效工具^[2]。本研究采用DASS-21 量表评估调查对象在调查前 1 周的心理状态,每道题目评分介于 0~3 分之间,“0”代表“从不”,“1”代表“有时”,“2”代表“经常”,“3”代表“总是”,各分量表得分总和乘以 2 为最终得分。参照DASS-21 各分量表分级标准,根据其评分可分为正常、轻度、中度、重度及极度(表 1),级别越高说明负性情绪越严重^[3]。

表 1 DASS-21 各分量表分级标准

| 程度分级 | 抑郁 | 焦虑 | 压力 |
|------|-------|-------|-------|
| 正常 | 0~9 | 0~7 | 0~14 |
| 轻度 | 10~13 | 8~9 | 15~18 |
| 中度 | 14~20 | 10~14 | 19~25 |
| 重度 | 21~27 | 15~19 | 26~33 |
| 极度 | 28+ | 20+ | 34+ |

1.4 统计学处理

处理采用SPSS26.0 统计软件包进行统计处理。

2 结果

2.1 学生基本资料

以延安大学在校学生为DASS-21 量表测试对象,测试时间为 2022 年 1 月,测试结果:男生 595 人,女生 414 人,本科 787 人,研究生 222 人,其中独生子女有 27 2 人,占总比的 26.96%,其详细信息如表 2 所示:

表 2 学生基本资料 (N=1009)

| 项目 | 性别 | 学历 | 是否独生子女 |
|----|------------|------------|------------|
| 人数 | 595 | 787 | 272 |
| 占比 | 58.9 7% | 78.0 0% | 26.9 6% |

| | 男 | 女 | 本科 | 研究生 | 是 | 否 |
|----|------------|------------|------------|--------|------------|------------|
| 人数 | 595 | 414 | 787 | 222 | 272 | 737 |
| 占比 | 58.9 7% | 41.0 3% | 78.0 0% | 22.00% | 26.9 6% | 73.0 4% |

2.2 学生心理抑郁——焦虑——压力现状

结果显示:突发公共卫生事件期间居家隔离人员在DASS-21 量表总分以及抑郁、焦虑、压力情况如下:男生的得分比女生较高;本科生的得分比研究生要高;独生子女的得分要比非独生子女的分数要高。同时对照表 1 DASS-21 各分量表分级标准,男生、本科生、独生子女存在轻度焦虑;男生、研究生、独生子女的焦虑得分较高但仍在正常范围内;数据显示,在突发公共卫生事件下学生的心理健康还是受到了波及与影响,突发公共卫生事件下搞好学生心理健康问题十分重要。

表 3 学生心理抑郁——焦虑——压力现状

| 项目 | 性别 | | 学历 | | 是否独生子女 | |
|------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| | 男 | 女 | 本科 | 研究生 | 是 | 否 |
| | (N=595) | (N=414) | (N=787) | (N=222) | (N=272) | (N=737) |
| 抑郁 | 5.92 ±3.1 3 | 5.76 ±3.0 2 | 5.89 ±2.9 3 | 5.79 ±2.7 3 | 6.23 ±3.8 1 | 5.67 ±2.8 7 |
| 焦虑 | 6.12 ±2.9 8 | 5.73 ±2.6 9 | 6.08 ±2.8 8 | 5.97 ±2.5 5 | 6.43 ±3.2 6 | 6.03 ±3.6 1 |
| 压力 | 7.24 ±2.6 8 | 6.15 ±2.5 1 | 6.89 ±2.8 4 | 7.43 ±2.6 7 | 7.81 ±3.0 9 | 7.03 ±3.2 9 |
| DASS-21 总分 | 18.36 ±7.8 6 | 16.25 ±6.3 7 | 18.63 ±6.5 8 | 17.84 ±5.5 3 | 19.72 ±8.8 9 | 18.43 ±9.1 8 |

2.3 学生最近一周内的幸福度

在学校刚开始采取管控措施的前一周对学生发放该问卷,调查学生该阶段的生活幸福度。通过问卷调查得知,学生最近一周的幸福度如下:有 3.57%的学生觉得自己最近一周生活的不幸福,对于突发公共卫生事件下的管控生活并不适应;有 47.08%的学生觉得自己最近一周生活还算幸福,证明该部分学生对于该环境并不满意,不是很幸福;有 49.36 的学生觉得幸福,占比不到总人数的一半。

表 4 学生最近一周内的幸福度

| 项目 | 在过去一周时间里 | | | |
|-------|------------|-------------|------------|-------------|
| | 我觉得 不幸福 | 我觉得还 算幸福 | 我觉得 很幸福 | 我觉得非 常幸福 |
| 人数(人) | 36 | 475 | 359 | 139 |
| 占比(%) | 3.57 | 47.08 | 35.58 | 13.78 |

3 政府及社会的援助与支援对学生生活的援助

3.1 政府及社会的援助

3.1.1 防疫物资以及生活物资的援助

自突发公共卫生事件在陕西反复以来,学校实行封闭管理,防控压力不断增加,在这个关键时期,广大校友、社会各界爱心企业、爱心人士心系学校发展,经管学院陕 MBA 学员 2019 级校内班学员、鲁艺学院 2013 级音乐学专业校友、延安晨程商贸公司、西安国森国康商贸有限公司、中铁建工集团纷纷以各种方式向学校捐赠防疫物资和生活物资。

3.1.2 学生心理健康辅导热线

2021 年 12 月 28 日,陕西省应对新冠肺炎突发公共卫生事件工作领导小组办公室医疗救治组、省政务服务中心印发通知,成立省新冠肺炎突发公共卫生事件医疗救治心理干预专家组,并公布免费心理援助热线,为西安、咸阳、延安、渭南等地区民众提供心理疏导、心理援助和危机干预等服务。

心理干预专家组将针对不同人群实施分类干预。以新冠肺炎确诊患者、突发公共卫生事件防控一线的医护、疾控和管理人员为心理援助的重点,可现场或采用线上线下结合方式进行心理干预^[4]。

3.1.3 线上教育资源的推广

在这个“互联网+”的时代下,短视频、APP、小程序等都得到了快速的发展,教育在其环境的影响下也做出了相适应的改变,推行线上教育^[5]。在突发公共卫生事件防控中,各大平台、小程序、APP 等都有相应的防疫教育相关的推送,让学生可以及时学习相关的防控知识,提升自我的免疫力。同时,学生也可以通过手机、电脑等方式学习各大名校的推出的优秀特色课程。学生们可以通过自己喜欢的网络设备学习自己喜欢的课程,以体育方面课程为例:延安大学的腰鼓秧歌课程、北京体育学院的运动训练学与运动生理学等课程。

3.2 学校的援助

3.2.1 生活援助

自封闭管理以来,学校立即调动社会资源,以保证学生正常生活物资以及医疗物资的充足,为学生提供了足量的一次性医用口罩以及一次性餐盒;同时,学校通过会议确保了封校后的学生饮食链条的畅通,为学生提供充足的、有营养的餐饮,更为学生开通了绿色水果通道,保证学生的正常营养摄入。

3.2.2 心理

封校管理后,经校领导开会研究决定派各个学院的辅导员入住学生公寓楼,各辅导员与学生一起同吃同住,以保证学校迅速且全面的掌握学生的生活、学生、心理等现状。同时,学校为学生开设了心理咨询热线,学校专业心理老师与学校热心志愿者共同组成线上心理咨询室。

3.2.3 教育

封校管理后,学校各学院统一实行线上学习、线上教育、线上考试,以保证学生正常的学业教育,通过钉钉、腾讯会议、腾讯课堂,让学生体验不同的教育模式,促进学生的全面发展。

3.2.4 运动

在封闭管理期间,经校领导研究决定,在保证学校突发公共卫生事件防控正常的情况下,分区域、分时间的为学生提供外出运动的机会,让学生可以不一直待在一个封闭环境中,满足了突发公共卫生事件下学生的运动需求,促进学生身心健康的发展。

4 干预后学生心理的变化

4.1 干预后学生心理抑郁——焦虑——压力现状

表 5 数据显示,干预后的学上心理变化较刚开始有一些变化,首先,抑郁、焦虑、压力、DASS-21 总分均较刚开始的分数低,说明在学校、社会的各方援助之下,学生的心理状况得到好转,说明政府与学校的政策对学生心理有成效;其次, DASS-21 分数的降低主要在学生的焦虑与压力,证明学生和社会和学校的干预下,学生的焦虑和压力都有所好转,社会及高校采取的措施有效。

表 5 学生心理抑郁——焦虑——压力现状

| 项目 | 性别 | | 学历 | | 是否独生子女 | |
|----|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| | 男 | 女 | 本科 | 研究生 | 是 | 否 |
| | (N=5 95) | (N=4 14) | (N=7 87) | (N=2 22) | (N=2 72) | (N=7 37) |
| 抑郁 | 5.73 ± 2.8 | 5.68 ± 3.1 | 5.57 ± 3.0 | 5.43 ± 2.8 | 6.12 ± 2.8 | 5.41 ± 2.5 |

| | | | | | | |
|-------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| | 7 | 2 | 3 | 5 | 7 | 7 |
| 焦虑 | 4.97 ± 3.1 0 | 4.63 ± 2.8 3 | 4.87 ± 2.9 1 | 4.67 ± 2.6 3 | 5.03 ± 3.1 7 | 4.96 ± 3.2 8 |
| 压力 | 6.88 ± 2.7 9 | 6.03 ± 2.6 4 | 6.67 ± 2.8 7 | 6.03 ± 2.5 5 | 7.67 ± 2.8 5 | 6.59 ± 2.7 6 |
| DAS S-21 总分 | 16.72 ± 6.6 8 | 16.17 ± 6.2 8 | 17.31 ± 7.1 3 | 16.82 ± 6.7 8 | 18.86 ± 7.5 4 | 17.58 ± 8.3 3 |

4.2 学生最近一周内的幸福度

在政府以及学校开始对学生生活开始干预的后一周对学生发放该问卷,调查学生该阶段的生活幸福度。通过问卷调查得知,学生最近一周的幸福度如下:

表 6 学生最近一周内的幸福度

| 项目 | 在过去一周时间里 | | | |
|-------|------------|-----------------|------------|-----------------|
| | 我觉得 不幸福 | 我觉得 还算幸 福 | 我觉得很 幸福 | 我觉得 非常幸 福 |
| 人数(人) | 5 | 369 | 448 | 187 |
| 占比(%) | 0.5 | 36.57 | 44.40 | 18.53 |

数据与刚刚开始采取管控措施的前一周的数据相比,学生的幸福度有所提升,只有 0.5% 的学生感觉最近一段时间生活不幸福; 99.5% 的学生觉得最近一周生活的还算幸福; 62.93% 的学生觉得最近一周生活的很幸福; 18.53% 的学生觉得最近一周生活的非常幸福。

5 结论

综上所述,突发公共卫生事件下高校学生的心理状况受环境的影响而变化,该环境下学生的心理焦虑与压力波动较大, 较容易受到影响。同时,该环境下的学生幸福度也有待提高。该数据显示,学校学生心理问题依旧存在提高的空间,该节点学生的心理问题对于学生的成长与发展十分重要。在社会和学校的有利政策的干预下,学生的学

习生活水平得到提升,数据显示:学生的DASS-21的各项分数较之前有了一定程度的下降,证明政府与学校的政策对学生心理健康有效;同时,学生的幸福度较之前也有了一定程度的提升,证明,政府与学校的政策对学生的学习与生活起了保障作用,有利于学生的心理与身体健康成长。

在突发公共卫生事件背景下,垂青并增进大学生心理健康教化,要多方向、多领域、分着重地对不同特色的学生展开心理干涉建设。将心理干预融入突发重大公共卫生事件应急响应的救援策略和个案中,从教育、学生身心健康发展等角度出发,宏观把控心理健康向有益的大方向前进。

参考文献:

- [1] 陈志伟,周飞,余慧娟,施久铭,董筱婷,谭希,孙梦捷,孙谦.2021 中国基础教育政策分析[J].人民教育,2022(Z1):7-32.
- [2] 李玉华.小学生学业拖延的形成机制及干预研究[D].西南大学,2021.
- [3] 肖蓉.中国大学生精神生活质量测评及其相关因素研究[D].南方医科大学,2020..
- [4] 张滨熠.突发事件心理危机干预的进展与思考--以我国新冠肺炎突发公共卫生事件应对为例[J].中国应急管理科学,2022(01):36-43.
- [5] 张玉龙.大数据视域下思想政治教育创新研究[D].东北师范大学,2021.

作者简介:

郭振东(1983年11月-),男,籍贯:陕西省延安市,单位:延安大学;硕士研究生,职称:副教授,研究方向:体育教育训练学;

任贺杰(1998年5月-),男,籍贯:山西省临汾市,单位:延安大学,硕士研究生,研究方向:体育教育训练学;

基金项目:

疫情后延安大学研究生体质与心理健康关系研究;项目编号:YDYJG2020033。