

# 民办高校大学生抑郁情绪现状及影响因素分析

张红 陈元金

天津天狮学院医学院 山东泰安 301700

**[摘要]** 目的 了解某高校大学生抑郁现状, 探寻与大学生抑郁情绪相关的影响因素。方法 随机整群抽取某民办高校 1825 名大学生, 应用 DASS-21 量表、PSQI 量表和自行设计的抑郁影响因素调查表进行问卷调查。结果 544 名大学生存在抑郁情绪, 占总人数的 29.8%。多因素回归分析显示性别、年级、睡眠质量与抑郁的发生有关。结论 大学生抑郁情绪严重, 危险因素较多, 应引起高校工作者的重视。

**[关键词]** 大学生; 抑郁; 影响因素

抑郁是指由各种原因引起的以抑郁为主要症状的一种心境障碍<sup>[1]</sup>, 是大学生群体中较为常见的一种负性情绪。抑郁不仅会影响大学生日常行为生活和心理健康, 严重时会导致自杀危及生命。预计到 2020 年, 抑郁症会成为人类残疾的第二大威胁, 排名仅次于心血管疾病。而大学生由于学习压力、经济压力、环境的适应能力以及心智的不成熟, 容易产生抑郁情绪。本研究旨在探讨民办高校大学生抑郁状况及影响因素, 为大学生预防和改善抑郁情绪提供科学依据。

## 1 对象与方法

1.1 对象 2018 年 9-10 月, 随机整群抽取某民办高校 2018 年 1920 名在校大学生进行问卷调查, 回收 1825 份有效问卷, 回收有效率为 95.1%。其中女生 1124 人 (占 61.6%), 男生 701 人 (占 38.4%)。

1.2 方法 采用抑郁-焦虑-压力量表简体中文版 (DASS-21)、PSQI 和自行设计的抑郁影响因素调查表进行调查。DASS-21 中抑郁分量表包含 7 个条目。评分方式: 0~9 分正常,  $\geq 10$  分为存在抑郁情绪。PSQI 总分  $\geq 8$  判断有睡眠障碍。

1.3 统计学方法 采用 SPSS19.0 进行统计学分析, 多因素采用 Logistic 回归分析, 以  $P < 0.05$  为差异有统计学意义。

## 2 结果

2.1 大学生抑郁现状 1825 名大学生中, 544 人存在抑郁情绪, 检出率为 29.8%。

2.2 影响大学生抑郁的 Logistic 回归分析 以是否抑郁为因变量, 以单因素分析有意义的因素为自变量, 进行多因素回归分析, 结果见表 1。

表 1 影响大学生抑郁的多因素分析

变量	B	S.E	Wald	Sig	Exp(B)	95% (CI)
Constant	-3.621	0.449	65.057	0.000	0.027	
性别	-1.052	0.114	84.483	0.000	0.349	0.279 ~ 0.437
年级	0.187	0.079	5.658	0.017	1.206	1.034 ~ 1.407
家庭经济情况	0.358	0.125	8.146	0.004	1.430	1.119 ~ 1.828
学习环境满意度	0.345	0.110	9.736	0.002	1.412	1.137 ~ 1.753
睡眠质量	0.509	0.132	14.983	0.000	1.664	1.286 ~ 2.154

## 3 讨论

调查显示民办高校大学生的抑郁发生率为 29.8%。经多因素回归分析显示, 性别、家庭经济情况、年级、对本校学习环境的满意度、睡眠质量与抑郁的发生有关。

3.1 调查显示女生发生抑郁的危险性比男生小。原因可能是男生不善言谈, 自尊心和自信心比较强, 很难像女生一样向家人和朋友倾诉心事, 久而久之男生从亲朋好友那得到的社会支持就会减少, 社会支持状况较差, 抑郁程度就会较高; 另外, 男生在社会中面临的压力和挑战较女生大, 压力越大, 越容易产生消极情绪, 压力长期存在时, 抑郁症状就会产生。对于被迫扮演强者的男生来讲, 向好友或老师吐露心事可以减少抑郁的发生, 高校应鼓励并提倡。

民办高校低年级的学生面临着高额学费带来的经济压力, 承受不适应环境的陌生感, 而高年级的学生除了面临学习、经济压力, 还面临着紧迫的实习就业压力。当今社会的企事业单位对民办教育存在一定偏见, 低估甚至轻视民办高校毕业生的能力, 导致民办高校毕业生实习、就业压力很大, 适当的压力可以促进大学生的工作和学习, 如果压力过大又没有得到有效的排解, 可能促发抑郁负性情绪。因此, 无论处于哪个年级的大学生, 都要正确面对生活负性事件, 合理排解, 预防抑郁的发生。

本研究表明, 大学生的睡眠质量与抑郁的发生存在相关性, 与李俊<sup>[2]</sup>等的研究结果相一致。睡眠是影响大学生心理健康的重要因素, 睡眠质量越差, 心理健康水平越低, 可能会引发抑郁情绪。提示高校学生工作者可以通过改善大学生的睡眠质量减少抑郁情绪的发生。

3.2 本研究选取的是地理位置偏僻的综合性民办高校。学生对所调查院校学习环境的满意度不高, 反映出学生的学习积极性不高、学习兴趣不浓厚, 对在校学习的态度会产生一定的偏差, 这种偏差长期存在, 容易产生抑郁情绪、引发学生负性心理问题。应引起高校管理人员的重视。

## [参考文献]

- [1] 赖巧珍, 肖蓉. 大学生抑郁与负性生活事件及生命意义感的关系 [J]. 广东医学, 2018, 39(22):3404-3406.
- [2] 李俊, 许韶君, 侯方丽, 等. 高职大学生情绪症状与睡眠质量相关性分析 [J]. 中国学校卫生, 2014, 35(4):537-539.