

新冠疫情防控常态化下连云港封校大学生焦虑致因分析——以康达学院为例

黎诺尔¹ 邵汝枫¹ 王艺遐¹ 龚雪¹ 葛玉华¹

(1.南京医科大学康达学院 江苏连云港 222000)

摘要：目的：在当前大学生焦虑情况严峻下，调研分析在校大学生的心理焦虑情况，找出其产生焦虑的原因，从而为新冠疫情防控常态化期间的心理健康教育提供参考。方法：通过随机抽样调查，对南京医科大学康达学院 504 名学生进行线上线下面卷调查。采用基本情况及焦虑致因调查表，SAS 焦虑自评量表。数据分析采用 SPSS 20.0 软件。结果：纳入研究的 504 名大学生焦虑检出率为 16.1%；在校大学生所在年级与焦虑情况有显著关联；“是否参加或组织过学校社团活动”，“是否认为学校所提供的心理咨询对你有帮助”，“与家人沟通的频率”，“在封校期间是否适应线上教学”，“是否因为现在是疫情形势而对家人感到担忧”，“是否因为非紧急情况下就医困难而感到焦虑”具有统计学意义 ($p < 0.05$)；而学校提供的心理咨询，以及与家人沟通的频率与在校大学生的焦虑情况呈现负相关；与因为现在是疫情形势而对家人感到担忧呈正相关。结论：大学生的心理健康是一个非常重要的问题，尤其是在新冠疫情防控常态化期间更需要关注和重视。学校可以加强心理健康教育和咨询服务，提供更多的心理支持和疏导，帮助学生缓解焦虑情绪和压力。其次，对于大一学生群体，应该特别关注他们的心理健康问题，开设更多的心理咨询课程和活动，帮助他们更好地适应大学生活和学习环境。此外，与家人的联系和关注也是非常重要的，可以减轻大学生的孤独感和焦虑情绪。最后，本研究还存在一些局限性，例如样本数量和来源的局限性，未能涵盖所有大学生的群体等。因此，未来需要进一步开展更大规模的研究，以更全面和深入地了解大学生的心理健康问题和影响因素。

焦虑是指当个人面临可能带来危险或威胁的情境时所产生的复杂情绪状态，包括紧张、不安、忧虑、烦恼等不愉快的情感。通常与危急情况和难以预测、难以应对的事件有关^[1]。时过境迁，焦虑也可能逐渐消退。但它也可能是一个人对当前或未来事物价值特性严重下滑时的情感反应。相反，企盼则是人对价值特性出现明显利好趋势的情感反应。焦虑与心理健康形成对比，心理健康包括积极情绪、和谐人际关系和坚强意识等，是人对问题的良好处理状态。总之，焦虑是一种充满苦恼和挫败感的个人情感体验。

随着我国社会经济的发展，高等教育招生规模的扩大，大学生所要面临的社会、家庭和学校环境日益复杂，学习、就业、经济和情感等方面的压力也日益增加，大学生成为心理问题高发群体。我国 2022 届高校毕业生比 2021 届增长 167 万人，毕业生就业面临着不小的困难，一是就业机会有所减少，二是就业面试方式转为线上为主，三是日常网络沟通下的焦虑情绪更易被激发，这些均是 2022 届毕业生就业焦虑水平总体较高的原因^[2]。此外，有研究指出，大约 16% 的大学生报告为有比较严重的社交焦虑，并影响了他们的基本生活^[3]。大学生作为一个特殊群体，是人生价值观、世界观形成的重要阶段，此阶段将面临学习、人际交往、就业等多重压力，该阶段也是一些心理问题如焦虑等的高发期。

1 对象与方法

1.1 对象选取南京医科大学康达学院在校大学生为研究对象，利用在线问卷平台(问卷星, <https://www.wjx.cn>)发放调查问卷。按自愿的原则通过匿名的方式对对象进行线上或线下调查。共收到有效问卷 504 份。

1.2 方法 利用问卷星制作问卷，并通过微信、QQ 等网络平台及线下方式对新冠流行期间封校大学生的焦虑情绪及相关影响因素进行匿名调查。问卷由国际上通行用于焦虑评定的 SAS 焦虑自评量表及自行设计的基本情况调查及焦虑致因调查表两部分组成。

1.2.1 焦虑自评量表由 20 个项目组成，调查研究对象最近 1 周某些症状出现的频率，采用 4 级计分法(“没有或很少时间”“小部分时间”“相当多时间”“绝大部分或全部时间”分别计 1~4 分)。累计各条目得分即为总粗分，标准总分=总粗分×1.25 后的整数部

分。50 分为分界值，其中 50~59 分为轻度焦虑，60~69 分为中度焦虑，≥70 分为重度焦虑。该量表在我国大学生中应用时 Cronbach α 系数为 0.77，分半信度系数为 0.72^[4]。此部分用于评估焦虑情况，为后期分析焦虑致因提供基础。

1.2.2 自制基本情况及焦虑致因调查表本文主要研究学生心理状况，因此，基本情况调查表包含了可能影响学生心理状况的一系列因素^[5]。如：年级、性别、月消费水平、是否为独生子女、是否保持体育锻炼、是否参与过学校组织的心理教育活动等内容。

1.2.3 统计学分析采用 SPSS 20.0 统计软件进行数据分析。计量资料采用($\bar{x} \pm s$)进行统计描述，两组间比较采用 t 检验；分类资料用百分率或构成比进行统计描述，采用 χ^2 检验，等级资料采用秩和检验，多因素分析采用非条件 Logistic 回归分析。检验水准 $\alpha = 0.05$ 。当 P 小于 0.05 有统计学意义。

2 结果

2.1 在校大学生焦虑情况

本次调查共收到 504 份有效问卷，依据焦虑自评量表结果(50 分及以上认定为焦虑)，其中 16.1% 的被调查大学生的心里状态被评估为焦虑；9.9% 和 18.5% 的焦虑样本分别来自大二年级和大三年级；值得关注的是，71.6% 的焦虑样本来自大一一年级。

表 1 焦虑自评量表结果

	焦虑占比
504 份有效问卷	16.1%
焦虑样本中不同年级	
大一	71.6%
大二	9.9%
大三	18.5%

2.2 在校大学生焦虑因素分析

2.2.1 独立样本 t 检验结果 “是否参加或组织过学校社团活动”，“是否认为学校所提供的心理咨询对你有帮助”，“与家人沟通的频率”，“在封校期间是否适应线上教学”，“是否因为现在是疫情形势而对家人感到担忧”，“是否因为非紧急情况下就医困难而感到焦虑”具有统计学意义 ($p < 0.05$)。

表 2 导致在校大学生焦虑因素分析

项目	$\bar{x} \pm s$	t 值	p 值
您在封校期间是否保持有体育锻炼	2.25 ± 0.78	0.380	0.704
您是否参加过学校组织的心理教育活动	1.88 ± 0.84	0.925	0.355
您是否参加或组织过学校社团活动	1.93 ± 0.80	2.188	0.029
您是否就心理问题与辅导员或其他人谈心交流过	1.80 ± 0.84	-0.466	0.641
您是否认为学校所提供的心理咨询对您有帮助	1.88 ± 1.01	2.282	0.024
与家人沟通的频率	2.78 ± 1.15	2.216	0.029
您在封校期间是否适应线上教学	2.27 ± 0.61	4.722	0.000
疫情对您或者您的家庭经济状况是否有不好的影响	2.10 ± 0.72	-1.889	0.060
您是否认为封校会影响考研、考级或毕业求职	2.09 ± 0.66	-1.570	0.117
您是否认为疫情期间全国快递缓慢阻滞会对生活造成影响	2.28 ± 0.68	-0.515	0.607
您是否认为校园内提供的生活服务有限会对生活造成影响	2.14 ± 0.67	-1.810	0.071
您是否因为现在是疫情形势而对家人感到担忧	2.36 ± 0.89	-3.104	0.002
您是否因为非紧急情况下就医困难而感到焦虑	2.16 ± 0.80	-4.777	0.000
您的性别	1.46 ± 0.50	1.755	0.080
您的政治面貌	1.68 ± 0.52	0.976	0.330
您的在校月消费水平(元)	1.98 ± 0.74	0.772	0.442
您是否是独生子女	1.56 ± 0.50	-1.247	0.213
您的家庭住址属于	1.41 ± 0.57	-1.482	0.141

2.2.2 单因素回归分析结果

在独立样本 t 检验的结果基础上进行单因素回归分析,了解不同自变量对焦虑的影响及程度。由结果可见:在校大学生所在年级与焦虑情况又显著关联;而学校提供的心理咨询以及,与家人沟通的频率与在校大学生的焦虑情况呈现负相关;与因为现在是疫情形势而对家人感到担忧呈正相关。

表 3 导致在校大学生焦虑因素的 logistic 分析

项目	p 值.
您的年级	0.001
您的在校月消费水平(元)	0.869
您的家庭住址属于	0.342
您是否认为学校所提供的心理咨询对您有帮助	0.041
与家人沟通的频率	0.006
您是否因为现在的疫情形势而对家人感到担忧	0.001

3 讨论

在新冠疫情防控常态化期间,全球各地的高校纷纷实行线上教学和封校措施,以应对新冠病毒的传播^[6]。在这个特殊的时期,大学生面临着许多不确定性和压力,例如学习方式的改变、社交活动的减少^[7]、与家人分离、对未来的担忧等等。这些因素对大学生的心理健康产生了一定的影响^[8],导致一些学生出现焦虑和情绪问题。因此,了解大学生在封校期间的心理健康状况,分析焦虑情况的影响因素,有助于提出针对性的解决方案,以缓解大学生的心理困扰,保障他们的身心健康。本研究旨在探究在校大学生的焦虑情况及影

响因素,为改善大学生的心理健康状况提供一定的理论和实践参考。

在本研究中,我们采用了问卷调查的方法收集了在校大学生的心理健康数据,包括焦虑情况和影响因素。数据分析结果表明,大学生在新冠疫情防控常态化期间普遍存在着一定的焦虑情绪,而大一年级的学生群体中焦虑情况最为严重。这可能是由于新生刚刚进入大学,面临着许多新的挑战 and 适应问题,尤其是在疫情期间无法像以往一样享受校园生活,感受到更大的不适应和挫折。

此外,我们也发现学校提供的心理咨询服务可以帮助缓解大学生的焦虑情况。在疫情期间,学校开设线上咨询服务,提供给学生们一些心理支持和疏导,有效地缓解了他们的心理压力。最后,大学生与家人的沟通频率和对家人状况的担忧也被发现是对大学生焦虑情况的重要影响因素。在疫情期间,由于不能和家人面对面交流,很多学生感到孤独和无助,因此加强与家人的联系和关注他们的状况,能够有效地减轻大学生的焦虑情绪。

综合以上研究结果,我们可以得出一些结论和启示。首先,大学生的心理健康是一个非常重要的问题,尤其是在新冠疫情防控常态化期间更需要关注和重视。学校可以加强心理健康教育和咨询服务,提供更多的心理支持和疏导,帮助学生缓解焦虑情绪和压力。其次,对于大一学生群体,应该特别关注他们的心理健康问题,开设更多的心理咨询课程和活动,帮助他们更好地适应大学生活和学习环境。此外,与家人的联系和关注也是非常重要的,可以减轻大学生的孤独感和焦虑情绪。最后,本研究还存在一些局限性,例如样本数量和来源的局限性,未能涵盖所有大学生的群体等。因此,未来需要进一步开展更大规模的研究,以更全面和深入地了解大学生的心理健康问题和影响因素。

参考文献:

- [1]葛丹丹,何伦.身体意象对社交焦虑的影响:基于社交焦虑认知模型[J].中国健康心理学杂志,2022,30(10):1492-1496.
 - [2]范俊强,黄雨心,徐艺敏,卢俊豪,应懿.就业焦虑:毕业前大学生心理压力及其纾解[J].教育学术月刊,2022(09):75-82.
 - [3]闫春梅,毛婷,李日成,王建凯,陈亚荣.新冠肺炎疫情封闭管理期间大学生心理健康状况及影响因素分析[J].中国学校卫生,2022,43(07):1061-1065+1069.
 - [4]刘贤臣,唐茂芹,彭秀桂,陈琨,戴郑生.焦虑自评量表 SAS 的因子分析[J].中国神经精神疾病杂志,1995(06):359-360
 - [5]翟文海,张琼,胡卫,闫俊.新冠肺炎疫情发生前后中国大学生焦虑症状及相关因素的 meta 分析[J].中国心理卫生杂志,2022,36(07):626-632.
 - [6]邓旭阳,刘晓刚,张硕,刘取芝,王志琳,王静,向莉莉,周萍.疫情防控常态化期间研究生社交焦虑及相关因素[J].中国学校卫生,2022,43(03):413-416+420.
 - [7]张倩,李晶华,马天娇,张莉,张瑞洁,李欣茹,邵玮娅.长春市某高校大学生社交焦虑现状及影响因素[J].医学与社会,2020,33(03):112-115.
 - [8]王浩,司明玉,苏小游,黄依漫,肖伟军,王文军,顾晓芬,马莉,李静,张韶凯,任泽航,乔友林.新型冠状病毒肺炎初期中国大学生心理健康调查及相关因素分析:基于多中心的横断面调查[J].中国医学科学院学报,2022,44(01):30-39.
- 基金来源:南京医科大学康达学院大学生创新创业训练计划 202213980030Y