

疫情常态化下高职院校大学生心理健康现状分析——以南京旅游职业学院为例

李鑫 熊梓君

(南京旅游职业学院 江苏省南京市 211100)

摘要: 该研究调查了新冠疫情常态化防控下, 南京旅游职业学院学生的心理健康状况。通过问卷调查和数据分析, 研究发现疫情对学生的心理健康产生了显著影响。研究重点分析了性别、年级、家庭背景等因素对学生心理健康的影响, 并提出了针对不同群体的干预策略。

关键词: 新冠疫情; 告高职大学生; 心理健康

疫情常态化对社会产生了深远影响, 人们的生活方式和社交模式发生了重大改变。大学生作为社会新鲜力量, 面对这种巨大的社会变革, 其心理适应能力和抗压能力受到了考验。同时, 疫情引发的经济不确定性、就业压力等问题也直接影响着大学生的心理健康^[1]。我国高职院校作为培养应用型专业人才的主要机构, 也在这场大流行中经历了前所未有的教学和管理变革, 这对高职院校大学生的心理健康产生了深远的影响。因此, 深入了解高职院校大学生在疫情常态化阶段的心理健康现状, 探讨有效的对策和干预措施, 对于促进大学生全面发展、提高应对压力的能力具有重要意义。本研究旨在使用问卷调查等手段, 了解南京旅游职业学院学生当前心理健康状况, 找出成因和症结, 提出切实可行的心理干预对策, 保障学生身心健康成长。

1 对象与方法

1.1 对象

以南京旅游职业学院三个年级 26 个专业的学生为调查对象。

1.2 方法

采用横断面研究方法, 使用问卷星进行线上调查, 经专家咨询及预调查后确定调查内容, 调查内容涉及 4 个调查问卷。

本研究将有缺漏项或异常值选项的问卷判为无效问卷, 共收回问卷 502 份, 其中有效问卷 495 份, 有效回收率为 98.6%。

1.2.1 一般情况调查表

包括性别、是否独生子女、年级、是否经历父母离异户口性质 5 个条目。

1.2.2 中国大学生心理健康量表 (Chinese College Students Mental Health Scale, CCSMHS) 由教育部《中国大学生心理健康测评系统》课题组编制^[2], CCSMHS 测试内容包括躯体化、焦

虑、抑郁、自卑、社交退缩、社交攻击、性心理、偏执、强迫、依赖、冲动、精神病倾向 12 个维度, 量表共 104 个题目, 每个题目按照没有、偶尔、有时、经常、总是 5 个等级依次计 1-5 分, 得分越高表明心理健康水平越低, 得分越低表明心理健康水平越高。

1.3 统计学处理

采用 SPSS26.0 统计软件进行数据分析, 计量资料以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示, 组间比较采用 t 检验、方差分析, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

1.4 质量控制

本次调查遵循知情同意原则, 学生匿名限时填写问卷, 问卷不涉及姓名等隐私信息和敏感问题, 相同 IP 地址只能作答 1 次, 问卷后台自动监测答题时长, 时长 < 120 秒则问卷无效。

2 结果

2.1 与全国大学生常模比较

调查对象的 CCSMHS 得分与 2004 年全国大学生常模得分 ($n=54708$) 相比, 躯体化、自卑、偏执、社交退缩等多个维度的平均分数显著高于全国常模, 而焦虑、抑郁、性心理障碍等的平均分数则显著低于全国常模, 差异有统计学意义 ($P < 0.001$, 见表 1)。

表 1 样本得分与全国大学生常模比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

因子	样本	全国常模	T 值	P 值
躯体化	18.21 ± 6.44	13.27 ± 4.24	17.19	0.000
焦虑	13.68 ± 4.99	16.6 ± 5.36	-13.1	0.000
抑郁	14.33 ± 5.73	16 ± 5.37	-6.51	0.000
自卑	22.98 ± 8.67	15.12 ± 5.15	20.32	0.000
偏执	24.12 ± 8.11	15.59 ± 5.57	24.85	0.000
强迫	16.08 ± 5.38	14.27 ± 4.38	-8.96	0.000

社交退缩	20.43 ± 7.76	11.37 ± 4.01	13.98	0.000
社交攻击	16.35 ± 6.07	15.13 ± 4.95	7.68	0.000
性心理障碍	12.43 ± 5.26	18.23 ± 5.32	4.51	0.000
依赖	16.41 ± 5.48	16.78 ± 5.45	-1.52	0.129
冲动	14.29 ± 4.98	14.72 ± 4.49	-1.95	0.052
精神病倾向	12.18 ± 4.81	12 ± 3.65	0.82	0.415

2.2 不同性别学生心理健康状况分析

调查对象女生 374 人, 男生 128 人, 只有性心理障碍在男性和女性间存在显著性差异, 另外在躯体化因子上, 女生的得分略高于男生 ($p < 0.05$, 见表 2)。

表 2 不同性别学生 CCSMHS 各因子得分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

因子	女	男	T 值	P 值
躯体化	18.52 ± 6.39	17.3 ± 6.5	1.86	0.0637
焦虑	13.84 ± 4.92	13.2 ± 5.17	1.26	0.2096
抑郁	14.35 ± 5.61	14.29 ± 6.1	0.1	0.9171
自卑	23.01 ± 8.59	22.9 ± 8.92	0.12	0.9019
偏执	24.13 ± 7.73	24.09 ± 9.15	0.06	0.9542
强迫	16.22 ± 5.25	15.66 ± 5.75	1.03	0.3026
社交退缩	20.57 ± 7.64	20.03 ± 8.11	0.67	0.5008
社交攻击	16.27 ± 5.83	16.59 ± 6.74	-0.52	0.5998
性心理障碍	12.14 ± 4.91	13.27 ± 6.12	-2.09	0.0373
依赖	16.44 ± 5.33	16.33 ± 5.91	0.19	0.8481
冲动	14.44 ± 4.87	13.83 ± 5.28	1.21	0.2279
精神病倾向	12.19 ± 4.69	12.13 ± 5.16	0.12	0.908

2.3 不同年级学生心理健康状况分析

数据分析显示, 不同年级学生在自卑、社交退缩和性心理障碍、偏执、强迫因子上显示出了显著的差异。深度比较发现大一年级学生在各维度的得分显著高于其他年级的学生 ($P < 0.01$, 见表 3)。

表 3 不同年级学生 CCSMHS 各维度得分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

因子	大一	大二	大三	F 值	P 值
躯体化	18.28 ± 6.32	18.36 ± 6.91	16.44 ± 5.29	0.999	0.369
焦虑	13.92 ± 5.02	13.34 ± 5.06	12.16 ± 3.92	1.875	0.154
抑郁	14.59 ± 5.74	13.95 ± 5.78	12.8 ± 5.34	1.534	0.217
自卑	23.82 ± 8.81	21.45 ± 8.02	19.48 ± 8.37	5.803	0.003
偏执	24.59 ± 7.92	23.41 ± 8.62	21.36 ± 7.26	2.563	0.078
强迫	16.43 ± 5.26	15.38 ± 5.71	15 ± 4.85	2.352	0.096

社交退缩	21.03 ± 7.82	19.52 ± 7.66	17.04 ± 6.23	4.380	0.013
社交攻击	16.63 ± 6.01	15.74 ± 6.18	15.64 ± 6.16	1.214	0.298
性心理障碍	12.99 ± 5.5	11.3 ± 4.54	10.68 ± 4.12	6.554	0.002
依赖	16.77 ± 5.44	15.54 ± 5.3	16.08 ± 6.58	2.455	0.087
冲动	14.63 ± 4.91	13.57 ± 5.06	13.4 ± 5.32	2.584	0.076
精神病倾向	12.49 ± 4.88	11.64 ± 4.68	10.68 ± 4.09	2.793	0.062

2.4 不同居住地学生心理健康状况分析

数据分析显示, 城市和村镇的学生在性心理障碍和依赖因子上存在显著性差异 ($P < 0.05$, 见表 4)。进一步分析得知, 除冲动因子外, 居住在村镇的学生其平均得分均高于居住在城市的学生。

表 4 不同居住地学生 CCSMHS 各维度得分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

因子	城市	村镇	T 值	P 值
躯体化	17.82 ± 6.46	18.64 ± 6.39	-1.428	0.154
焦虑	13.61 ± 5.01	13.76 ± 4.98	-0.355	0.723
抑郁	14.1 ± 5.58	14.6 ± 5.9	-0.972	0.332
自卑	22.55 ± 8.62	23.45 ± 8.71	-1.163	0.245
偏执	23.93 ± 7.95	24.34 ± 8.29	-0.563	0.574
强迫	15.91 ± 5.28	16.26 ± 5.5	-0.731	0.465
社交退缩	19.87 ± 7.36	21.05 ± 8.15	-1.715	0.087
社交攻击	16.24 ± 6.2	16.47 ± 5.93	-0.435	0.664
性心理障碍	11.97 ± 4.85	12.95 ± 5.65	-2.089	0.037
依赖	15.94 ± 5.43	16.93 ± 5.5	-2.042	0.042
冲动	14.32 ± 5.05	14.25 ± 4.92	0.148	0.882
精神病倾向	12.02 ± 4.65	12.35 ± 4.98	-0.785	0.433

2.5 独生子女与非独生子女学生心理健康状况分析

调查对象中非独生子女数量更多, 占总人数的 63.75%。调查结果显示, 两者在性心理障碍因子上存在显著差异, 有统计学意义。进一步分析发现, 独生子女学生在焦虑、社交攻击、依赖、冲动四个因子上的得分略高于非独生子女, 而在其它因子上的得分则明显低于非独生子女 ($P < 0.05$, 见表 5)。

因子	独生子女	非独生子女	T 值	P 值
躯体化	18.07 ± 6.13	18.29 ± 6.61	-0.38	0.706
焦虑	13.76 ± 4.85	13.64 ± 5.07	0.26	0.792
抑郁	14.17 ± 5.63	14.43 ± 5.8	-0.49	0.626
自卑	22.87 ± 8.52	23.04 ± 8.76	-0.21	0.835

偏执	24.04 ± 8.01	24.17 ± 8.17	-0.16	0.871
强迫	16.01 ± 5.35	16.12 ± 5.4	-0.22	0.829
社交退缩	20.02 ± 7.28	20.67 ± 8.02	-0.93	0.355
社交攻击	16.45 ± 6.33	16.29 ± 5.92	0.27	0.785
性心理障碍	11.6 ± 4.61	12.9 ± 5.55	-2.83	0.005
依赖	16.52 ± 5.74	16.35 ± 5.34	0.33	0.744
冲动	14.57 ± 5.34	14.13 ± 4.77	0.94	0.35
精神病倾向	11.95 ± 4.5	12.31 ± 4.98	-0.83	0.406

2.6 不同家庭情况学生心理健康状况

调查对象以非离异家庭学生为主,占 82.47%。调查结果显示,两者间未显示出显著性差异,但是进一步分析发现,除强迫和性心理障碍两个因子外,离异家庭学生在其它因子上的平均得分均高于非离异家庭的学生(P < 0.05,见表 6)。

因子	离异	非离异	T 值	P 值
躯体化	18.3 ± 7.11	18.19 ± 6.29	0.142	0.887
焦虑	13.69 ± 5.15	13.68 ± 4.96	0.025	0.98
抑郁	14.77 ± 5.94	14.24 ± 5.69	0.789	0.431
自卑	23.38 ± 8.86	22.9 ± 8.63	0.47	0.638
偏执	24.31 ± 9.03	24.08 ± 7.91	0.236	0.814
强迫	16.02 ± 5.54	16.09 ± 5.35	-0.109	0.913
社交退缩	21.13 ± 8.4	20.28 ± 7.62	0.925	0.356
社交攻击	16.7 ± 6.34	16.28 ± 6.01	0.602	0.547
性心理障碍	12.26 ± 5.7	12.47 ± 5.17	-0.331	0.741
依赖	16.76 ± 5.85	16.33 ± 5.4	0.665	0.506
冲动	14.49 ± 5.36	14.24 ± 4.91	0.418	0.676
精神病倾向	12.55 ± 5.28	12.1 ± 4.71	0.795	0.427

3 讨论

3.1 样本学生心理健康状况与全国大学生之间存在显著性差异

在疫情防控常态化背景下,南京旅游职业学院学生在多个心理健康因子上与全国常模存在显著性差异。躯体化因子、自卑因子、偏执因子、社交退缩因子等多个维度的平均分显著高于全国常模。这可能是因为长期的社交隔离使学生感到孤独、缺乏安全感和自信,进而导致了自卑感、偏执思维的增加以及社交技能的退化。焦虑因子、抑郁因子、强迫因子等的平均分显著低于全国常模。这可能是因为随着疫情常态化,学生逐

渐习惯了新的生活和学习模式。此外,疫情期间的严格规范可能一定程度上减少了强迫行为。

3.2 不同人口学特征医学生心理健康状况存在差异

女生整体心理健康水平略差于男生,但是在性心理障碍维度上女生优于男生。这可能由于社会文化背景和性别特有的生理、心理特点所致。在性心理障碍和依赖两个维度上,村镇学生得分明显高于城市学生,这可能是因为生活环境、经济和教育背景、社会支持和网络等方面,城市要优于村镇。不同年级的学生在自卑、偏执、强迫、社交退缩维度上差异显著且大一一年级的得分明显高于其它年级,这可能是因为大一学生刚入学,适应能力差所致。调查结果还显示,是否是独生子女及家庭是否离异对学生的心理健康水平影响不大。

3.3 建议

(1) 加强心理健康教育。职业学院应提供更多关于心理健康的教育资源和课程,帮助学生了解和管理自己的情绪。

(2) 提供心理咨询服务。建立心理咨询中心,为学生提供专业的心理支持和咨询服务。

(3) 开展团体活动。组织团体活动和研讨会,增强学生之间的交流和支持,减少孤立感。

(4) 特别关注高风险群体。针对研究中发现的高风险群体,如特定年级或有特殊家庭背景的学生,提供更多的关注和支持。

参考文献:

[1]张雪辉,叶田田,姚丽娟,等.新型冠状病毒肺炎突发疫情期间医学生心理行为调查[J].热带医学杂志,2020,20(5):576-580.
 [2]教育部.《大学生心理健康测评系统》课题组《中国大学生心理健康量表》的编制[J].心理与行为研究,2005,3(2):102-108.

作者简介 1:姓名:李鑫(1991 年 3 月-),性别:女,民族:汉,籍贯:山东省淄博市,单位:南京旅游职业学院,职称:讲师,学历:研究生,研究方向:大学生心理健康教育。

作者简介 2:姓名:熊梓君(1993 年 2 月-),性别:女,民族:汉,籍贯:湖北省荆州市,单位:南京旅游职业学院,职称:助教,学历:研究生,研究方向:大学生心理健康教育。

基金课题(须有编号):南京旅游职业学院 2022 年度院级重点课题(2022XJA04)