

新型冠状病毒（2019-nCoV）疫情的影响下民众的心理状况调查

梁博^(通讯作者) 王天泽

(嘉应学院医学院 广东梅州 514021)

摘要:目的:调查普通民众在新型冠状病毒疫情影响下的心理状况,分析焦虑和幸福感的影响因素。方法:采用分层随机抽样的方法,随机对478名城市和农村的居民发放问卷和焦虑自评量表(SAS)及总体幸福感量表(GWB)并指导其填写,采用相关分析和多元回归探讨焦虑、幸福感在性别、年龄、学历、使用手机时长、家庭结构等的差异。结果:对焦虑感来说,学历越高,焦虑感越强($\beta = -0.177, p < .001$),年龄越小,焦虑感越强($\beta = -0.433, p < .001$),看手机时间越长,焦虑感越强($\beta = 0.215, p < .001$),家庭人数越多,焦虑感越强($\beta = 0.141, p < .001$),家中有发热患者会增加家庭成员的焦虑感($\beta = 0.153, p = .001$)。该模型可以解释结果变量焦虑感变异的67.8%。对幸福感来说,学历越高,幸福感越低($\beta = -0.129, p < .001$),年龄越大,幸福感越低($\beta = 0.178, p < .001$),看手机时间越长,幸福感越低($\beta = -0.228, p < .001$),家庭人数越多,幸福感越低($\beta = 0.141, p < .001$),需要注意的是,家中是否有发热患者并不会改变家庭成员的幸福感($\beta = 0.029, p = .378$)。该模型可以解释结果变量幸福感变异的55.6%。结论:长时间使用手机的高学历人群,尤其是年龄较低和家里人数较多的,容易产生焦虑,以及幸福感缺失,上述人群的心理状况应该受到额外关注,可以尝试减少手机的使用或者寻求心理医生的帮助。短暂的症状并不会立即引发幸福感的变化,但会引发焦虑,需要想办法消除焦虑。

关键词:新型冠状病毒;焦虑;幸福感;

Investigation on the psychological status of the public under the influence of 2019-nCoV epidemic

Liang Bo^{1,*}, Wang Tianze²

^{1,2}Medical College Of Jiaying University, Meizhou 514021, China

*corresponding author

【Abstract】 Objective To investigate the psychological status of the general population under the influence of the new coronavirus epidemic (2019-nCoV), and analyze the factors affecting anxiety and general well-being. Methods This study used stratified random sampling, 478 urban and rural residents were randomly assigned questionnaires and Self-Rating Anxiety Scale (SAS) and General well-being scale (GWB) to complete, correlation analysis and multiple regression were used to explore the difference of anxiety, general well-being, age, education, length of mobile phone use, family structure, etc. Results For anxiety, the higher the degree, the stronger the anxiety ($\beta = -0.177, p < .001$), the younger the age, the stronger the anxiety ($\beta = -0.433, p < .001$), the longer the mobile phone, the more anxiety ($\beta = 0.215, p < .001$), the more the family, the more anxiety ($\beta = 0.141, p < .001$), the family with fever, the increased anxiety ($\beta = 0.153, p = .001$). the model can account for 67.8% of the variance of anxiety sensation in the outcome variable. For happiness, the higher the education, the lower the happiness ($\beta = -0.129, p < .001$), the older the age, the lower the happiness ($\beta = 0.178, p < .001$), the longer the mobile phone, the lower the happiness ($\beta = -0.228, p < .001$), the higher the greater the number of families, the lower the happiness ($\beta = 0.141, p < .001$), the need to be aware that a person with fever does not change the well-being of family members ($\beta = 0.029, p = .378$). the model can explain 55.6% of the outcome variable well-being variation. Conclusion High-educated people who use mobile phones for long periods of time, especially those who are younger and have a large number of people at home, are prone to anxiety and lack of happiness, and the psychological condition of these people should receive additional attention, can try to reduce the use of mobile phones or seek help from psychologists. Short-term symptoms don't immediately trigger changes in well-being, but they trigger anxiety and need to be addressed.

【Key words】 2019-nCoV; Anxiety; General well-being

2019年12月由新冠病毒(2019-nCoV)^[1]引起的传染性肺炎席卷全国,肺炎不仅给患者带来生理上极大的痛苦,同时也给普通民众造成了极大的心理困扰。即使是在阖家欢庆的春节期间,平时喧闹的马路上都只有寥寥无几的行人,全国的普通民众无论家里是否有肺炎患者,都积极响应政府的号召足不出户,避免进一步接触和传播病毒。由于不能出门,公众接触信息以及社交的方式大多数依赖于手机^[2],同时因为渴望从社交媒体上获得满足,个体开始过度地用手机,进而感到焦虑,而且因为过度依赖手机,幸福感也随之下降^[3]。公众的焦虑不仅仅由自身产生,个体即使不接触网络,也会间接受到家里亲戚的影响,如父母的焦虑会引起家里青少年的焦虑^[4]。焦虑和幸福感具有显著的负相关关系^[5],手机依赖会直接降低公众的幸福感,也能通过焦虑的中介作用,进一步影响幸福感。鉴于此次疫情正值春节期间,也是较多家庭团聚的时刻。很多家庭尤其是农村家庭可能接收较多外来返乡的亲戚,造成家里人数较多,空间拥挤增加了感染病毒的概率^[7]。其中如果存在发热的患者,这一情况可能对家庭成员的焦虑感和幸福感都存在影响,本研究将会对这一假设进行验证。

中国心理卫生协会已经意识到此次疫情带来的民众心理恐慌等问题,撰写了《新型冠状病毒感染的肺炎公众心理自助与疏导指南》,地方的相关心理组织与机构也积极地投入到公众的心理咨询工作中。为此,本研究拟对受新冠病毒疫情影响下普通民众的心理状况,主要是焦虑程度以及幸福感进行调查,分析焦虑和幸福感的来源,找出容易产生焦虑并且幸福感较低的人群,以便于对其进行相应的心理咨询和治疗。

1 对象与方法

1.1 对象

采用分层抽样方法,抽取梅州市梅江区三角镇和城北镇的506名居民发放调查问卷和量表共506份,发放问卷前已经确定被试了解新冠肺炎的事件,同一个家庭的被试不超过3名,现场指导其完成并赠予礼物或少量现金。最终回收有效问卷478份,其中男性273人(57.1%),女性205人(42.9%)。其中家中有发热疑似案例有45人(9.4%),家里没有人生病的433人(90.6%)人。城市207人(43.3%),农村271人(56.7%)。年龄在16~52岁,平均年龄28(SD=10)岁。

1.2 方法

1.2.1 焦虑自评量表(SAS)^[8],该量表由W.K.Zung于1971年编制。共有20个反映焦虑主观感受的项目,每个项目按症状出现的频度分为四级评分,从“没有出现过”到“频繁”,其中15个正向评分,5个反向评分。按照中国常模结果,SAS标准分的分界值为50分,其中50~59分为轻度焦虑,60~69分为中度焦虑,69分以上为重度焦虑。

1.2.2 总体幸福感量表(GWB)是为美国国立卫生统计中心指定的一种定式型调查工具,用来评价被试对幸福的陈述,我国学者^[9]对其进行过修订,修订后的量表共有33项,得分越高,幸福感越高,中国男子常模为75分,女子常模为71分。量表单个项目得分与总分的相关在0.48和0.78之间,分量表与总表的相关为0.56~0.88,内部一致性系数为0.85。

1.2.3 在量表填写之前被试需要填写相应的人口学资料,包括以下7

项个人信息:性别、年龄、学历、每天使用手机的时长、家庭成员的人数、家庭中是否有发热感冒病患、以及居住地。

1.3 统计处理

本研究采用 SPSS 23.0 进行多项式回归和相关分析

2 结果

2.1 回归分析

本研究通过应用多重线性回归的方法,探讨了性别、居住地、学历、年龄、看手机时间、家庭人数、家庭是否有病患对焦虑感和主观幸福感的预测关系。

2.2 焦虑感

采用逐步法放置预测变量,剔除性别($t=-0.844, p=.399$)、居住地($t=0.015, p=.573$)两个变量后,最终构建的多重线性回归模型具有统计学意义($F=202.016, P<0.001$),因变量焦虑感变异的 67.8%可由学历、年龄、看手机时间、家庭人数、家庭是否有病患来解释(校正的 $R^2=0.678$)。

2.3 幸福感

采用逐步法放置预测变量,剔除性别($t=-0.827, p=.409$)、居住地($t=0.863, p=.389$)、家庭是否有病患($t=-0.909, p=.364$)三个变量后,最终构建的多重线性回归模型具有统计学意义($F=150.345, P<0.001$),因变量焦虑感变异的 55.6%可由学历、年龄、看手机时间、家庭人数来解释(校正的 $R^2=0.556$)。各个自变量的偏回归系数 β 及 95% CI 如下表所示:

预测变量	β	95%CI	p
家庭人数	-.387	(-0.739,-0.499)	<.001
看手机时间	-.228	(-1.023,-0.501)	<.001
年龄	.178	(0.057,0.158)	<.001
学历	-.129	(-1.275,-0.318)	=.001

3 讨论

3.1 焦虑的主要影响因素

本次调查共 478 人, SAS 得分高于 50 分的 318 人, 其中轻度焦虑 110 人 (34.5%), 中度焦虑 102 人 (32.0%), 重度焦虑 6 人 (1.8%), 其中女性的焦虑感要显著高于男性, 这和大多数的研究基本一致, 在社会适应调节中女性的负性情绪(焦虑)要显著高于男性^[10], 这与男性和女性在对负性情绪调节时, 前额叶皮层的激活和杏仁核活动水平的下降有一定的关系。所以在重大疫情下, 女性更容易表现出较高的焦虑感。学历和焦虑呈现正相关, 这表明学历越高的个体, 更容易获得焦虑感。理解他人的状态的能力对个体精神和身体健康有着深远的影响, 个体的社会认知会影响自身的情绪, 社会认知的差异则表现在教育(学历), 年龄, 性别和种族。受教育程度越高, 社会认知程度也较高, 对于他人的疾病和传染病的认识也比较全面, 本研究的结果也证明了这一点, 学历高的人群能够充分认识到新冠病毒肺炎的危害性, 所以产生了焦虑, 而反之学历较低的人群因为对疫情的危害并不了解, 则不会产生焦虑^[11]。年龄和焦虑呈负相关, 这和以往的研究基本一致, 年龄越小的个体在面对负性事件时更容易产生焦虑感, 而随着年龄的增长个体的负性自动化思维得到改善, 个体则不容易产生焦虑^[12]。家庭人数和与焦虑呈正相关, 这和本研究的假设一致, 国家卫生部门呼吁 2020 年春节期间公众尽量不要出门、聚餐以减少感染病毒的风险。家庭人数越多并且家里有人存在发热症状的个体, 所处的环境的潜在危险和感染风险越大, 这个是引发个体高焦虑的主要原因^[13]。使用手机时长和焦虑呈正相关, 这表明长时间地使用手机可以引发焦虑, 这和以往的研究有相似的地方, 手机的过度使用会引发社交焦虑, 其中性别起调节作用, 女性显著高于男性。这可能是源于一些生理的原因, 长时间关注手机屏幕引起了头痛、视觉疲劳、注意力下降等症状, 并且严重影响了个体的睡眠质量; 同时也可能是公众在疫情期间, 通过手机了解接触到大量负面新闻例如全国患者病例增加、医用防护物资紧缺, 或者是一些网络谣言等负面新闻都会引发公众的负性情绪。

综上所述, 高学历以及家里人数较多尤其是存在疑似感冒病例的年

轻人更容易存在焦虑情绪, 建议这一类人适当放下手机, 多从事一些其他娱乐活动或者多陪家里人聊天沟通, 或者寻求心理医生的帮助, 以减轻焦虑。

3.2 主观幸福感的影响因素分析

个体的主观幸福感和所处的社会是紧密相关的^[14], 并且受到个人因素的调节, 例如身体状况、学历(教育程度)、收入都会影响幸福感。并且有研究发现老年人的幸福感比年轻人的更高, 这是因为受到社会地位的影响, 老年人在社会群体中会更容易受到他人的尊敬, 并且所言所行都会被认为较有权威性。在本次新冠病毒疫情下, 民众高的幸福感主要受到以下四个因素的影响: 个体的年龄、学历、家庭人数和每天使用手机的时间。而家中是否有发热感冒患者这个因素并没有直接影响到民众的幸福感, 这个和本研究假设的不一致。其中家庭人数对于幸福感的变异性最为突出, 二者呈负相关, 家庭人数越多的个体, 幸福感越低, 这和以往的研究不同。家庭之间存在的配偶支持、子女支持等是构成社会支持的中流砥柱, 人数越多的家庭, 社会支持则更加完善, 该家庭成员的心理状况也更加健康, 主要体现在主观幸福感和自我效能感上(Okun)。

综上所述, 学历高、长时间手机使用、家里人数较多的年轻人, 幸福感较低, 这一类人应当注意自己的心理健康问题。令人意外的是, 家里是否有病患对焦虑有影响对幸福感无影响, 可能是因为焦虑作为一种情绪, 分状态性和特质性, 环境引发了状态性焦虑。但幸福感作为一种情感, 是长期的, 短期的负性情景(家里疑似病患)并不会立即引发幸福感的变化。

参考文献

- [1]边原,王玥媛,杨勇,等.新型冠状病毒感染肺炎抗病毒药物合理使用与药学监护[J]. 医药导报, 2020, (06): 1-19
- [2]胡月, 黄海, 张雨晴, 等. 大学生手机依赖与认知失败的关系: 负性情绪的中介作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2020, (06): 98-102
- [3]Jiangnan Qiu, Liwei Xu, Jingguo Wang, et al. Mutual influences between message volume and emotion intensity on emerging infectious diseases: An investigation with microblog data[J]. Information & Management, 2019
- [4] Lepp A, Barkley JE, Karpinski AC. The relationship between cellphone use, academic performance, anxiety, and Satisfaction with Life in college students [J]. Comput Human Behav 2014, 1 (0): 343-350
- [5]石利娟, 卞翩翩, 罗学荣. 父母焦虑及其情绪调节对青少年焦虑影响的网络分析[J]. 中国临床心理学杂志, 2019, 27 (06): 1237-1241+1236
- [6] Sun W, Fu J, Chang Y, et al. Epidemiological Study on Risk Factors for Anxiety Disorder among Chinese Doctors[J]. Journal of Occupational Health, 2012, 54 (1): 1-8.
- [7] Jaworski C A, Donohue B, Kluetz J. Infectious Disease[J]. CLINICS IN SPORTS MEDICINE, 2011, 30 (3): 575-590.
- [8] 李宗波, 王婷婷, 梁音, 等. 大学生手机依赖与主观幸福感: 社交焦虑的中介作用[J]. 心理与行为研究, 2017, 15 (04): 562-568
- [9] 段建华. 总体幸福感量表在我国大学生中的试用结果与分析[J]. 中国临床心理学杂志, 1996, 4 (1): 56-57
- [10] Amanda K.Y. Mak, Zhi-guo Hu, John X.X. Zhang, et al. Sex-related differences in neural activity during emotion regulation[J]. Neuropsychologia, 2009, 47 (13)
- [11] Dodell-Feder David, Ressler Kerry J, Germine Laura T. Social cognition or social class and culture? On the interpretation of differences in social cognitive performance[J]. Psychological medicine, 2019
- [12] 刘思奇, 张俐. 年龄、护龄及负性思维对护士焦虑的预测性[J]. 中国健康心理学杂志, 2015, v.23 (11): 61-64
- [13] Ortega A R, Encarnaci6n Ram6rez, Jos6 Mar6a Colmenero, et al. Negative Affect, Decision Making, and Attentional Networks[J]. Journal of Attention Disorders, 2012, 21 (3)