

新冠疫情对高职院校学生心理健康影响调查研究

张生华 石文 王飞

扬州市职业大学

DOI:10.12238/er.v4i5.3900

[摘要] 由于疫情防控的需要,全国高校开展了线上教学活动,高职院校学生长期居家隔离,面对疫情的严密防控、家庭关系的不和谐和在线学习的多重压力,容易出现压力、焦虑和抑郁等心理健康问题,本文通过问卷调查,了解某高职院校学生心理健康状况,对不同学生群体的焦虑、压力和抑郁水平进行分析,进而对大学生的心理援助工作提出建议。

[关键词] 高职院校; 心理健康; 焦虑; 压力; 抑郁

中图分类号: G633 文献标识码: A

Research on the Impact of COVID-19 on Mental Health in Higher Vocational Colleges

Shenghua Zhang Wen Shi Fei Wang

Yangzhou Polytechnic College

[Abstract] Due to the needs of COVID-19 prevention and control, universities have carried out online teaching activities, students in high vocational colleges are isolated at home for a long time. Faced with the strict prevention and control of the epidemic, the disharmony of family relations and the multiple pressures of online learning, they are prone to psychological health problems such as stress, anxiety and depression. Through the questionnaire survey, this paper understands the mental health status of a higher vocational college students, analyzes the anxiety, pressure and depression level of different student groups, and then makes suggestions on the psychological assistance of college students.

[Key words] higher vocational colleges; mental health; anxiety; stress; depression

引言

2020年春,一场突如其来的新冠肺炎疫情来势汹汹,肆虐中华大地,为了疫情防控的需要以及学生安全的考虑,全国各大高校开展了“停课不停教,停课不停学”的线上教学活动,由以往的课堂面对面教学全面转入网络教学。高职院校的大学生由于自身学习基础薄弱,学习动力不强,自觉性不高,在线学习缺乏老师的约束和管控,导致学习效果较差,学业压力较大;学生长时间居家隔离,缺乏正常的社交活动和体育活动,容易因为家庭琐事和父母争吵,造成家庭关系紧张,在一定程度上会产生负面情绪,如压力、焦虑和抑郁等^[1]。对疫情期间以及疫情平稳发展后的高职院校大学生的心

理健康状况进行调查研究,了解他们的心理健康水平,舒缓其心理压力,平复其紧张情绪,减轻其思想负担,及时的对“问题”学生进行定向心理干预,显得十分重要和必要^[2]。

1 对象与方法

1.1 调查对象

面向江苏省扬州市某高职院校学生发放自行设计的调查问卷812份,回收有效问卷800份。

1.2 调查方法

本项目采用随机抽样的方法,利用问卷调查网络平台问卷星和现场调查这两种方式进行,其中网络调查信息收集时间为2020年6月至7月,现场调查信息收集时间为2020年9月至10月,现场调查

问卷经模拟作答平均时间为4.5分钟,标准为0.5分钟,因而规定现场作答时间超过6分钟的问卷为无效问卷。

1.3 调查内容

本调查主要了解疫情下居家隔离期间以及疫情得到有效控制后生活和学习基本恢复正常时大学生的心理状况,调查问卷涵盖以下内容:学生的性别和年龄等个人信息、对疫情的关注和防护知识的了解程度、疫情期间的情绪和心理状况、居家隔离期间和父母等家庭成员的关系、在线学习带来的压力和结束居家隔离正常返校后的心理情况等。其中学生情绪、心理状况和压力等条目采取打分制,得分越高说明焦虑、抑郁和压力的情况越严重,心理健康水平越低^[3]。

表1 心理健康情况表

| 组别 | 样本数 | 压力 | 焦虑 | 抑郁 |
|----|-----|-------------|-------------|-------------|
| 男生 | 413 | 7.826±2.334 | 5.980±2.683 | 6.875±2.311 |
| 女生 | 387 | 7.814±2.251 | 5.598±2.407 | 6.950±2.290 |
| 总体 | 800 | 7.820±2.293 | 5.783±2.550 | 6.914±2.299 |

表2 压力、焦虑和抑郁的性别差异

| 项目 | t | P | 显著性 |
|----|-------|-------|-----|
| 压力 | 0.433 | 0.362 | 不显著 |
| 焦虑 | 3.554 | 0.000 | 显著 |
| 抑郁 | 3.218 | 0.000 | 显著 |

表3 KMO 和巴特利特检验表

| | | |
|-------------|------|----------|
| KMO 取样适切性量数 | | 0.661 |
| 巴特利特球形度检验 | 近似卡方 | 3202.938 |
| | 自由度 | 45 |
| | 显著性 | 0.000 |

表4 家庭关系与压力水平、焦虑水平和抑郁水平的相关性

| 项目 | | |
|------|-------------|-------|
| 压力水平 | Pearson 相关性 | 0.033 |
| | 显著性(双侧) | 0.087 |
| 焦虑水平 | Pearson 相关性 | 0.086 |
| | 显著性(双侧) | 0.000 |
| 抑郁水平 | Pearson 相关性 | 0.042 |
| | 显著性(双侧) | 0.091 |

表5 家庭关系和焦虑水平相关性的性别差异

| 性别 | Pearson 相关性 | t | P |
|----|-------------|-------|-------|
| 男 | 0.922 | 3.577 | 0.000 |
| 女 | 0.737 | | |

表6 家庭关系和压力水平的年龄、性别差异

| | | | | | | | | | |
|----|----|----|-------|-----|-------|-------|-------|---|-------|
| 年龄 | 18 | 均值 | 0.623 | 标准差 | 0.021 | t | 0.301 | P | 0.088 |
| | 19 | | 0.618 | | 0.019 | | | | |
| | 20 | | 0.614 | | 0.020 | | | | |
| | 21 | | 0.620 | | 0.022 | | | | |
| | 22 | | 0.616 | | 0.020 | | | | |
| | 23 | | 0.603 | | 0.018 | | | | |
| 性别 | 男 | 均值 | 0.588 | 标准差 | 0.025 | t | | P | 0.000 |
| | 女 | | 0.655 | | 0.017 | 3.698 | | | |

1.4 统计分析方法

采用SPSS 24.0和Clementine 12.0对数据资料进行统计分析。计数资料以 $[n\%]$ 表示; 正态分布计量资料用 $(\bar{x} \pm s)$ 组间比较采用 χ^2 检验; 主成分分析采用KMO和巴特利特检验; 相关性分析采用Pearson检验; 检验水平 α 若无特殊说明均设定为0.05。

2 研究结果

2.1 调研对象总体情况

男生人数为413(51.625%), 女生人数为387(48.375%), 年龄18-23岁(20.240.864)。

2.2 大学生心理健康总体情况

综合压力得分3-12(7.820±2.293), 综合焦虑得分4-16(5.783±2.550), 综合抑郁得分3-13(6.914±2.299), 分别以11、12和11作为临界值, 检测出存在压力症状者92例(11.500%), 其中男生49例(53.260%), 女生43例(46.740%); 焦虑症状者43例(5.375%), 其中男生27例

(62.790%), 女生16例(37.210%); 抑郁症状者47例(5.875%), 其中男生18例(38.298%), 女生29例(61.702%), 显示出性别因素对压力影响无显著差异, 而在焦虑和抑郁方面差异显著, 见表2。

焦虑的男生人数明显高出女生, 疫情期间男生的人际交往受到抑制, 活动范围和空间存在较大的局限性, 且容易和父母等家庭成员在相处中出现裂痕, 而女生活动范围本就狭窄, 居家期间乐于做做家务, 分担父母的辛苦和劳累, 和父母相处比较融洽, 不容易受到焦虑的影响; 抑郁的女生人数明显高出男生, 原因在于高职院校女生相对于男生更加担忧学业, 居家隔离期间运动量减少, 作息不规律以及内心多愁善感, 导致负面情绪水平相对较高, 而高职院校男生普遍不重视学业, 居家隔离期间可以通过体育运动和游戏排解心中的孤独、紧张和郁闷情绪, 从而抑郁水平较低。

2.3 主成分分析以及相关分析

对反映大学生压力、焦虑和抑郁水平的若干条目进行因子分析, 得到KMO系数为0.661, 见表3, 显示可以进行主成分分析, 对相关条目做主成分分析后, 得到对应的压力水平、焦虑水平和抑郁水平, 并作标准化处理。

分别对压力水平、焦虑水平和抑郁水平与表证家庭关系的条目得分做相关性分析, 结果显示, 家庭关系对大学生的压力水平和抑郁水平的影响并不显著, 对焦虑水平的影响较显著, 见表4。

分性别来看, 在焦虑水平方面男生组相对女生组影响更显著, 见表5。

将表证家庭关系的若干条目得分做主成分分析, 得到家庭关系和压力水平, 在年龄方面无显著差异, 而在性别方面差异显著, 见表6。

3 讨论

重大突发公共卫生事件无论是对国家经济、社会稳定还是对家庭、个人都造成了较大的冲击, 大学生群体对于突

发事件的反应相对普通民众会更激烈,长时间居家隔离造成的孤独感,在线学习面对的学业的重重压力更容易使大学生产生焦虑和抑郁等负面的情绪。本研究通过抽样调查显示,11.500%的受访者感受到压力异常,5.375%检测出焦虑状况,5.875%出现抑郁症状。疫情期间大学生的焦虑和抑郁水平显著高出未发生疫情时的正常值。居家隔离期间男大学生与家庭成员关系的和睦程度低于女大学生,再叠加临近考试带来的学习压力,导致男生的焦虑水平显著高于女生;有关研究显示,在面对同样程度的情绪刺激时,女性会比男性报告更加强烈的情绪体验,本次调查中高职院校女大学生的抑郁水平显著高于男生也印证了这一点。

4 结论和建议

虽然国内的疫情基本得到了有效的控制,但是国外的疫情有愈演愈烈之势,在经济全球化和扩大开放的背景下,输入性的确诊病例防不胜防,经济恢复也不会一蹴而就,毕业生就业形势更加严峻,由此产生的学习、就业压力给高职院

校学生的情绪带来了一定的负面影响,政府部门、学校、家庭和个人应共同努力解决大学生就业难的问题。政府部门要继续做好疫情防控工作,提升疫情防控意识,大力恢复发展经济,创造就业岗位,同时贯彻落实好促进大学生就业和创业的各项政策措施。学校要加大对学生的心理辅导工作,尤其是通过心理测试筛选出来的问题学生,更要进行一对一的心理疏导,通过心理教育主题班会,心理健康知识讲座等各项活动对学生进行引导,解开学生心里的疙瘩,甩掉心理包袱,营造一种积极乐观向上的校园氛围。温馨和睦的家庭氛围会给学生的心理健康带来积极的影响,父母与子女应该及时进行沟通和交流,帮助孩子尽快的迈过人生中的这道坎。大学生们也要注意遵守防疫规定,做好个人防护,了解更多科学的防护知识,保证充足的睡眠,养成良好的作息规律,学习之余多参加运动,加强身体锻炼,释放压力,缓解焦虑,心理上如有不适应及时和辅导员、心理指导老师沟通^[4]。

[课题项目]

江苏省大学生创新创业训练项目:新冠肺炎疫情对高职院校大学生心理健康影响调查研究。项目编号:202011462014Y。

[参考文献]

[1]张宝平,孙平,夏雪莲.新冠肺炎疫情期间高校封闭式管理对大学生心理的影响及对策研究[J].心理月刊,2021,16(07):13-14+50.

[2]李青.新冠肺炎疫情不同时期大学生心理健康状态比较分析[J].现代商贸工业,2021,42(11):80-82.

[3]毕鹏飞,罗萍,安磊.新冠肺炎疫情下医科院校大学生心理健康状况调查[J].锦州医科大学学报(社会科学版),2021,19(02):77-81.

[4]陈峰,朱卓影.新冠肺炎疫情高峰期理工类大学生心理健康状况调查[J].心理月刊,2021,16(02):20-22.

作者简介:

张生华(1977--),男,汉族,江苏扬州人,硕士学位研究生,讲师,研究方向:数学建模、数据挖掘。