

某些社会因素与应届大学毕业生焦虑的相关性研究

樊晓光, 周东明

(青岛大学师范学院, 山东 青岛 266071)

中图分类号: R395.4

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2001)03-0203-03

An Study to the Correlation between Psychosocial Factor and the Anxiety of Undergraduates

FAN Xiao-guang, ZHU Dong-ming

Teachers College of Qingdao University, Qingdao, 266071 China

【Abstract】 Objective: To investigate the relationship between psychosocial factors and the anxiety in final year undergraduates. **Methods:** State-Trait Anxiety Inventory (STAI) and life events inventory (LEI) were administered to 682 undergraduates during their final year term. **Results:** Level of anxiety were positively correlation with number of life events during their final year of study. Regression analysis revealed major events contributing to state anxiety in the stated order of: divorce of parents, underprivileged state, average grades and job assignment of graduate. Major events contributing to trait anxiety were in The stated order of: interpersonal with teachers, inharmonious relationship among family, unsatisfactory academic results, and financial strains. **Conclusion:** Mental health education for undergraduates is to indicated for promoting their coping ability with negative life events.

【Key words】 Anxiety; Undergraduate; Coping

自本世纪 30 年代 Selye 提出应激的概念以来, 心理社会因素作为一种应激源与心身健康的关系引起广泛关注^[1], 其心理社会因素包括心理、社会、文化等方面一些被人感知到, 并对其作出具有威胁意义的认知评价, 而引起紧张的各种内外刺激。如心理方面包括人际关系方面的冲突、挫折、工作与学习的压力和紧张; 社会方面包括各种生活事件(如亲友重病与亡故)和生活变化。据国内 12 个地区流行病学调查焦虑症患病率为 1.0%^[2]; 国家教委抽样调查 12.6 万名大学生显示心理疾病的患病率达到 20.23%, 其中焦虑是突出问题之一^[3]。目前有关大学生焦虑、状态焦虑和特质焦虑的研究较多^[4], 但对其产生的原因和影响因素报道较少。本文对应届大学毕业生的焦虑情绪测试和在校期间发生的生活事件调查入手, 探索影响大学毕业生状态焦虑和特质焦虑的有关心理社会因素, 为有效降低大学生过高的焦虑水平提供科学依据。

1 对象与方法

1.1 对象

用整群抽样的方法, 调查青岛大学师范学院来自青岛市区、黄岛、胶南、胶县、平度、莱西等山东各城乡地区在校应届毕业生 735 名。完整答卷作为有效资料进入研究分析中 682 人, 有效回收率为 92.79%, 其中男 256 人, 女 426 人, 本科 175 人, 专科 507 人, 理科 245, 文科 437 人。

1.2 方法

1 生活事件调查 根据对 43 名应届大学毕业生的调查, 并参考国内外部分研究报道^{5,6}, 自编大学生生活事件调查表, 内容涉及学习、日常生活、自我实现、人际交往、家庭问题以及恋爱、毕业分配等共 20 项, 均为个人不期望的负性生活事件, 一周后重测一致率为 97.2%。用该量表在毕业生离校前 1 周调查本次研究对象在校期间发生的负性生活事件。

2 焦虑状况评定 运用 Spielberger 编制的状态-特质焦虑问卷(STAI)^[7] 评定大学生毕业时的焦虑状况。该问卷有 40 个条目, 分为状态焦虑问卷(S-AI)和特质焦虑(T-AI)问卷两部分(各 20 条), 前者用于评定大学生毕业时即刻的或情境的焦虑体验; 后者用于评定经常的情绪体验, 反映大学生较稳定的或持续存在的焦虑倾向。 ≥ 50 分为轻度焦虑; ≥ 58 分为重度焦虑。所得资料用 SPSS 软件包进行统计学处理。

2 结 果

2.1 负性生活事件发生频率及顺次

负性生活事件按性质分为四类, I 类为家庭问题, II 类为人际关系问题, III 类为学习、生活问题, IV 类为个人问题。结果显示发生频率最高的是为毕业分配担忧, 有 457 人次, 达 67.01%; 发生频率最低的是家庭问题, 父母离异有 10 人次, 达 1.47%(表 1)。

表 1 682 名应届大学毕业生负性生活事件发生频率

事件内容	发生人次	发生率(%)	所属类型
为毕业分配担忧	457	67.01	IV
失 窃	224	32.84	III
被人误解或歧视	223	32.70	II
学习成绩不理想	223	32.70	III
生活拮据	211	30.94	IV
对专业缺乏兴趣	200	29.33	III
家庭经济困难	195	28.59	I
参加过考本或考研	146	21.41	IV
保持学业优秀压力大	140	20.53	III
评选先进、干部失利	128	18.77	II
家人重病或住院	114	16.72	I
重大考试(计算机)失败	95	13.93	III
亲属死亡	93	13.64	I
与同学严重矛盾或分歧	48	7.04	II
求爱不成或失恋	47	6.89	IV
遭受意外事故或重病	47	6.89	IV
家庭成员不和睦	38	5.57	I
与某老师一度关系紧张	38	5.57	II
受到较重处罚(记过、警告)	31	4.55	III
父母离异	10	1.47	I

2.2 不同群体的焦虑比较及负性生活事件比较

在 628 名大学毕业生中,高状态焦虑检出率为 15.84%(108/628),其中轻度 11.58%(79/628),重度 4.25%(29/628)。高特质焦虑检出率为 13.93%(95/628),其中轻度 11.14%(76/628),重度 2.79%(19/628)。大学生在校期间平均每人遭遇负性生活事件近 4 项;其中男生多于女生,本科生多于专科生,均有显著性差异($P<0.01$),理科生多于文科生,无明显差异($P>0.05$)。

表 2 不同群体的焦虑及生活事件的比较

	S-AI	T-AI	IE-S
性别			
男($n=256$)	40.52±9.60	40.98±8.29	4.36±2.53
女($n=426$)	40.62±8.72	41.27±8.55	3.74±2.46 *
学历			
专科($n=507$)	40.68±8.92	41.07±8.70	3.69±2.26
本科($n=175$)	40.30±9.48	41.44±7.67	4.80±2.91 *
专业			
文科($n=437$)	39.63±8.76	40.14±8.09	3.94±2.42
理科($n=245$)	42.30±9.34 *	42.98±8.77 *	4.06±2.65
总计 ($n=682$)	40.59±9.06	41.16±8.45	3.98±2.51

* 文理科比较 $P<0.05$

2.3 焦虑总分的影响因素回归分析

回归分析结果表明应届大学毕业生生活事件总数均与状态焦虑和特质焦虑呈正相关,按 $\alpha=0.15$

水平,得出影响毕业生焦虑总分的各项生活事件的逐步回归,进入标准回归方程的事件各不相同,负性生活事件影响状态焦虑水平按回归系数大小依次为:父母离异(8.55)>生活拮据(3.30)>学习成绩不理想(2.99)>为毕业分配担忧(2.08);对特质焦虑水平影响最大的负性生活事件依次为:与老师关系紧张(3.23)>家庭成员不和睦(3.22)>学习成绩不理想(3.04)>生活拮据(2.24)。

3 讨 论

本研究结果显示应届大学毕业生特质焦虑平均分大于状态焦虑平均分,与文献报道^[8]一致;高特质焦虑检出率低于高状态焦虑检出率(13.96%<15.84%),无显著性差异($P>0.05$),但均高于在校医学生焦虑障碍现患率的 10.34%^[9],应引起医务和教育工作者的关注。因为过高的焦虑会对个体的工作、学习和生活产生不良影响,尤其即将踏上工作岗位,面对激烈竞争的前夕,拥有健康的心理是事业有成的必备条件。因此根据状态焦虑与特质焦虑既相互独立又相互联系的特点,应通过心理健康教育,将持续较短的状态焦虑早期进行干预,以避免向持续一生的特质焦虑转化。

医学心理学常用“心理社会因素”一词来泛指心理应激^[10],负性生活事件作为不良的心理刺激,使大学生不断处于身心紧张状态,影响身体和心理健康。本研究发现,负性生活事件数与高焦虑状态检出率呈剂量—反应关系即正相关,随着事件负荷的增加,应届大学毕业生的状态焦虑和特质焦虑水平也随之升高。而负性生活事件总数有性别和年级差异,本科生多于专科生不难理解是源于在校四年与三年的时间差异所致(生活事件做为刺激因素引起的心理紧张在一定的时间范围内具有叠加作用^[3]);而男生多于女生则提示男生可能与因生活自理能力低常感生活拮据;恋爱中表现积极主动受挫折频率较高;师生关系不佳和违纪受处罚等因素有关,提示男生是心理健康教育的重点人群。

本研究表明影响在校应届大学毕业生焦虑的心理社会因素主要是在校期间发生的负性生活事件。多元回归分析表明,各负性生活事件发生的频度并不能说明其对心理健康状况影响的强度,如发生频率最低的父母离异成为状态焦虑回归方程最重要的自变量,即在 20 项负性生活事件中,以父母离异对状态焦虑的影响最大,其强度是发生频率最高的毕业分配担忧项的 4.11 倍;发生频率排序为 18 位的

与老师关系紧张成为特质焦虑回归方程最重要的自变量, 即与老师关系紧张成为对特质焦虑水平影响最大的负性生活事件, 究其原因可能和学生们与自己有着领导影响力的教师的人际交往的适应能力较低, 以及高校教师在给学生以平易近人和可信赖形象方面欠缺有关。

总之, 在 20 项负性生活事件中家庭(父母离异)问题和与老师关系紧张的人际交往问题分别成为对状态焦虑和特质焦虑影响强度占首位、为毕业分配担忧成为发生频率占首位的结果, 提示九十年代初认为影响心理健康水平的主要刺激源是学习问题^[8], 现已发生变化降为其次, 而家庭分裂、人际关系紧张和就业之忧这些心理社会因素上升到了影响心理健康的首要位置。有效控制这些因素可以降低过高的焦虑水平, 因此就应届大学毕业生状态焦虑而言, 应大力提倡家庭精神文明建设和学校及时开展以择业指导、增强社会适应性为内容的心理健康教育, 用以提高应届大学毕业生对负性生活事件应激的适应应对能力; 在特质焦虑方面应大力提倡高校教师和学生们的有益交往, 创造宽松和谐的师生关系氛围, 以促进大学生的情绪稳定感和学习生活

的积极性。

参考文献

- 1 Rabkin JG, stuenning EL. Life events stress and illness. *Science*, 1976 194: 1013—1020
- 2 麦慈任. 心理社会因素与焦虑症. *新医学*, 1998 29(9): 459
- 3 李丽萍, 李晓一. 医学院新生焦虑状态的调查分析. *中国心理卫生杂志*, 1994 8(1): 9
- 4 张建人, 胡启先, 易法建. 775 名大学生的状态—特质焦虑问卷调查结果分析. *中国临床心理学杂志*, 1998 6(2): 110—111
- 5 郑延平, 杨德森. 中国生活事件调查(一). *中国心理卫生杂志*, 1990 4(6): 262—267
- 6 Cohens, Wills TA. Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 1985, 98: 310
- 7 舒 良. 状态—特质焦虑问卷. *中国心理卫生杂志*, 1993 (增): 205—209
- 8 郑晓华, 舒 良, 张艾琳. 等. 状态—特质焦虑问题在长春的测试报告. *中国心理卫生杂志*, 1993, 7(2): 60—62
- 9 傅茂笋, 宋志强, 李 军. 等. 医学生焦虑自评量表测试结果及影响因素. *中国校医*, 1997, 11(2): 94—97
- 10 李心天. *医学心理学*, 第 1 版. 北京: 人民卫生出版社, 1995, 39

(收稿日期: 2001—01—02)

中国科学院心理研究所

医学心理与心理咨询治疗研究生课程班招生简章

随着社会经济生活的日益提高和科学技术的飞速发展, 医学已由传统的生物医学模式转变为生物心理社会医学模式, 医学心理学和心理咨询治疗已成为现代医学的一个重要组成部分, 而且它越来越深受社会的重视和需要。为给在职人员提供学习研究生课程的机会, 经有关上级教育部门批准, 决定在中国科学院心理研究所举办基础心理学—医学心理学与心理咨询治疗研究生课程进修班。旨在发展大学后继续教育, 培养高层次的专业人才。招生对象: 大学本科生毕业已工作三年以上或大专毕业工作五年以上(此类进修生不能申请硕士学位)的在职医疗人员、心理大夫、卫生防疫保健人员、医疗科研和管理人员。上课时间: 利用周末上课一天, 8 月份开学。学制两年。课程设置: 现代心理学(孙沛博士, 副教授, 硕导)、医学心理学研究方法(吴振云教授, 博导)、心理统计学(陈毅文教授, 硕导)、心理测量学(张建新博士, 教授, 硕导)、医学心理学概论(李心天教授, 硕导)、认知神经科学(魏景汉教授, 博导)、神经心理学(汤慈美教授, 硕导)、健康心理学(林文娟教授, 博导)、变态心理学(王建平博士, 副教授, 硕导)、临床心理学(隋南教授, 博导)、现代心理咨询与治疗(郭念峰教授, 博导)、儿童行为问题矫治(张瑶副教授, 硕导)等。结业及申请硕士学位: 修完规定课程, 通过考试, 完成学分, 即可结业, 颁发《中国科学院心理研究所研究生课程进修班结业证书》, 结业后有志在职申请硕士学位者, 按照国务院学位委员会的有关规定向中国科学院心理研究所办理有关申请硕士学位事宜。

通信地址: 北京朝阳区北沙滩中国科学院心理研究所继续教育中心(417)邮编: 100101

联系人: 王燕旭 电话: 64879956 每日 8:00—16:00(双休日不休息)

陈 晶 电话: 64872071(周一到周五下午 4:00—6:00)

传真: 010—64872070

(另外, 发展与教育心理学专业和人力资源管理专业也正在招生。)