

新冠肺炎疫情背景下高校大学生心理调查分析

——以湖北省为例

唐阳 胡潇丹 王海荣 方雅恬 王书珍 李志良*

黄冈师范学院生物与农业资源学院

DOI:10.12238/bmtr.v3i4.4460

[摘要] 本研究采用自行设计的一般资料情况调查表和具有良好信效度的创伤后应激障碍量表平民版(PCL-C)在问卷星平台上进行调查,共收集到有效问卷582份。研究表明性别、目前居住地、人群类型与PTSD之间的关联性无统计学意义。不同年级间数据差异比较显著,且大四学生心理问题较严重且均分最高。学生总体PTSD警觉性增高变化最明显,创伤再体验、麻木和回避随着年级的增加也逐渐增高。在疫情常态化下,大学生有较明显的创伤应激障碍症状,高校及有关部门应在这段时间内加强心理健康教育等教育。

[关键词] 疫情; 创伤后应激障碍; 大学生; 心理健康

中图分类号: B84 文献标识码: A

Psychological investigation and analysis of college students under the background of COVID-19 epidemic

——Taking Hubei province as an example

Yang Tang Xiaodan Hu Hairong Wang Yatian Fang Shuzhen Wang Zhiliang Li*

College of Biology and Agricultural Resources, Huanggang Normal University

[Abstract] In this study, the self-designed general information questionnaire and the popular version of the Post-traumatic Stress Disorder Scale (PCL-C) with good reliability and validity were used to investigate on the questionnaire platform, and 582 valid questionnaires were collected. It shows that there is no significant correlation between gender, current residence, population type and PTSD. There are significant data differences among different grades, and senior students have serious psychological problems with the highest average score. The increase of students' PTSD alertness is the most obvious change, and the trauma re-experience, numbness and avoidance gradually increase with the increase of grade. Under the normalization of epidemic situation, college students have obvious symptoms of traumatic stress disorder, and universities and relevant departments should strengthen mental health education during this period.

[Key words] epidemic situation; post traumatic stress disorder; college students; mental health

流行病学证据表明有大约5~12%的人在由应激性事件(包括战争、自然灾害、严重事故等)或处境而引起遭遇创伤性事件后可能发展为创伤后应激障碍(Post traumatic stress disorder, PTSD)^[1], 又称为延迟性心因性反应。PTSD通常在创伤事件发生三个月(一般不超过半年)后出现,常表现为躯体、认知、情感、人格等应激反应,可能会有失眠、易怒、过度

警觉、惊吓等反常的表现,严重影响个体的心理和社会功能^[2]。因此需要对经历创伤事件的人群进行准确评估,更好地进行PTSD的早期识别和相关治疗。伴随COVID-19疫情的常态化发展,高校大学生基本上能够认识到COVID-19的严重性。

在疫情应对期间,赵春珍调查发现部分学生出现了不良情绪,甚至有过激的行为反应和躯体化症状^[3]。张小璐等

对1486名医学生进行检测,抑郁症状检出率为35.53%,焦虑症状的检出率为15.41%^[4]。昌敬惠等发现大学生焦虑和抑郁情绪的发生率高于一般情况下针对大学生的调查^[5]。重性抑郁障碍(MDD)、广泛性焦虑症(GAD)与PTSD有着高共病率,因此采用自行设计的一般资料情况调查量表和具有良好信效度的创伤后应激障碍量表平民版(PTSD Checklist-

CivilianVersion, PCL-C) 在问卷星平台上进行调查, 探讨大学生在突发公共卫生事件应激状态下心理健康的影响因素, 对落实好教育部要求的对高校学生进行教育宣传工作, 为政府有关部门及高校对大学生心理健康教育提供精准决策参考。

1 资料与方法

1.1 研究对象

抽选湖北某地方高校, 通过不同专业的年级QQ群, 邀请在校不同专业学生自愿填写, 被邀请者在线填写调查问卷(问卷星, <https://www.wjx.cn>), 问卷中不涉及姓名等隐私信息, 为保证质量, 相同IP地址只能作答1次。于2020年4月6日通过网络邀请该高校学生进行快速问卷调查。

1.2 研究工具

自行设计高校大学生一般资料调查表, 内容包括年级、性别、目前居住地、人群类型等。设置创伤后应激障碍自评量表平民版PCL-C, 共17个条目, 分为创伤再体验(1~5)、麻木和回避(6~12)、警觉性增高(13~17)等3个症候群。采用5级评分法(一点也不=1, 有一点=2, 中度的=3, 相当程度的=4, 极度的=5), 累计各条目总分, 分数越高, 代表PTSD发生的可能性越大。

1.3 统计学方法

采用SPSS 22及Excel进行数据处理运用分析, 计数资料采用例数(百分比)表示, 计量资料按照均数±标准差表示, 采用描述性分析、单因素分析及Pearson相关分析。

2 结果

2.1 信度、效度检验

本调查问卷的克隆巴赫 α 系数为0.915, 大于0.7, 即量表通过了检验, 表明本量表具有很高的内部一致性, 各条目能够稳定的表达相同的研究目标, 可靠性高。调查表同时进行了KMO和Bartlett的检验, 得出KMO值为0.929, 巴特利特球形度检验的显著性 $P=0.000$, 提示量表整体具有很好的效度, 非常适合做因子分析。

2.2 问卷调查结果

调查问卷共收集到609份, 对作答时

表1 影响高校学生PCL-C得分的单因素分析(n=582)

分类	例数	百分比	PCL-C 总均分	F 值	P 值	Eta 方
年级						
大一	185	31.79%	21.42±5.581	3.857	.004**	.026
大二	180	30.93%	21.88±6.835			
大三	73	12.54%	23.53±7.730			
大四	18	3.09%	24.78±9.613			
研究生	126	21.65%	20.54±4.616			
目前居住地						
自己家里(湖北以内)	400	68.73%	22.07±6.403	1.408	.240	.007
自己家里(湖北以外但在国内)	165	28.35%	21.13±6.289			
亲戚家里(湖北以内)	5	0.86%	18.80±2.683			
亲戚家里(湖北以外但在国内)	12	2.06%	20.42±4.209			
人群类型						
周边没有且未接触任何病例的人	477	81.96%	21.41±6.003	2.033	.088	.014
知道附近小区有确诊病例的人	101	17.35%	23.22±7.504			
密切接触者	1	0.17%	25.00			
已治愈出院者	1	0.17%	20.00			
其他	2	0.34%	26.00±11.314			

间小于60秒的27份问卷进行剔除, 最终有效问卷为582份, 有效率95.57%。有效问卷中, 男生113人(占19.42%), 女生469人(占80.58%)。在关于学校开设的抗疫课程对学生自身影响方面, 有435人(约74.74%)认为有抗疫课程意义较大。在学校如何更好地关注学生的心理健康方面, 有42.96%希望继续延迟开学并完善线上教学, 有45.02%希望开设心理讲座并鼓励学生向心理老师倾诉。在学生目前最希望获得帮助和支持方面, 大家一致认为时间管理(72.68%)、目标制定(57.90%)、学习效率(49.83%)、生涯规划(47.42%)、情绪调节(36.43%)、预防网络成瘾(22.68%)尤为重要。

2.3 影响高校学生PCL-C得分的单因素分析

PCL-C是1994年1月由美国PTSD研究中心行为科学分部根据第4版《精神障碍诊断与统计手册(DSM-IV)》制定, 专门用于评价普通人在日常生活中(与战时相对而言)遭遇创伤后的感受, 国外研究汇报的一致性系数为0.88~0.94, 国内使用的信度和效度也已得到广泛认可^[6]。累

计PCL-C各条目总分, 分数越高, 代表PTSD发生的可能性越大: 总分17~37分表示无明显PTSD症状, 总分38~49分表示有一定程度的PTSD症状, 总分50~85分表示有较明显的PTSD症状, 可能被诊断为PTSD^[7]。

研究对象的PCL-C得分为21.79±6.324, 其中37分及其以下的562人, 38~49分有15人, 50分及其以上5人, 最高分为56分, 平均21.79分(SD=6.324, 95%CI=21.23~22.26)。不同年级中(表1), 大四学生PCL-C均分(24.78±9.613)最高, 其次是大三(23.53±7.730), 研究生最低(20.54±4.616)。目前居住地中, 自己家里(湖北以内)PCL-C均分(22.07±6.403)最高。

**在.01水平上显著相关。

人群类型中, 其他类型PCL-C均分(26.00±11.314)最高, 其次是密切接触者(25.00)、知道附近小区有确诊病例的人(23.22±7.504)。影响高校学生PCL-C得分的单因素中, 年级(2.6%)对PCL-C得分影响最大, 其次是人群类型(1.4%), 影响最小是目前居住地, 为0.7%。不同年级

的PLC-C总分存在极显著差异(P<0.01)目前居住地和人群类型则不存在显著差异。不同年级学生在PCL-C得分上差异的多重比较结果表明,研究生与大三、大四PLC-C得分达极显著水平,大一与大三、大四PLC-C得分达显著水平,大二与其他年级,大四与大三,大一与研究生PLC-C得分差异不显著。

2.4 高校学生应激障碍现状

创伤后应激障碍的症候群表现为创伤再体验、麻木和回避、警觉性增高。在高校学生PCL-C量表各症候群评定中,创伤再体验1.2526±0.41890,麻木和回避1.2324±0.38756,警觉性增高1.3704±0.47933。582人常见的具体表现有想到这件事情就出现身体反应(90.03%),经常做有关此事的噩梦(89.18%),对将来没有远大的设想(86.60%),努力地回避会使您想起此事的活动、谈话、地点或人物(84.71%),努力地回避会使您想起此事的想法或感觉(83.85%)等(表2)。

2.5 高校学生PCL-C量表症候群相关分析

创伤再体验与麻木和回避的相关关系的显著性为0.000,小于0.05,所以创伤再体验与麻木和回避是呈现显著的相关关系,又因两者之间相关关系系数为0.692,所以创伤再体验与麻木和回避是呈现正向的相关关系。三个症候群之间呈现正向的两两相关关系,即创伤再体验强,意味着麻木和回避强、警觉性增高高;麻木和回避强,意味着创伤再体验强、警觉性增高高;警觉性增高高,意味着麻木和回避强、创伤再体验强。

3 讨论

调查发现高校通过在线平台开设的防疫课程对大多数学生心理调适都有积极作用,学生希望高校能够完善网上教学和提供更精准地心理辅导。目前居住地和人群类型对量表分的影响分别只有0.7%和1.4%,说明二者影响较小,没有出现以往危机事件中的“台风眼效应”。不同年级的PCL-C均分差异显著,具有统计学意义,大四学生有明显的PTSD症状,可能是他们处于毕业的关键期,既受到疫情影响无法出门,又有担心自己的毕业

表2 高校学生创伤后应激障碍各症状出现频率(n=582)

创伤后应激障碍症状	例数	发生率(%)
创伤再体验		
1.即使没有什么事情提醒您,也会想起这件令人痛苦的事,或在脑海里出现有关画面。	400	68.73%
2.经常做有关此事的噩梦。	519	89.18%
3.突然感觉到痛苦的事件好像再次发生了一样(好像再次经历过一次)。	483	82.99%
4.想起此事,内心就非常痛苦。	394	67.70%
5.想到这件事情,就出现身体反应,例如,手心出汗、呼吸急促、心跳加快、口干、胃痉挛、肌肉紧张等。	524	90.03%
麻木和回避		
6.努力地回避会使您想起此事的想法或感觉。	488	83.85%
7.努力地回避会使您想起此事的活动、谈话、地点或人物。	493	84.71%
8.忘记了此事件中的重要部分。	480	82.47%
9.对生活中的一些重要活动,如工作、业余爱好、运动或社交活动等,失去兴趣。	447	76.80%
10.感觉和周围的人隔离开来了。	415	71.31%
11.感觉情感变得麻木了(例如,感受不到亲切、爱恋、快乐等感觉,或哭不出来)。	485	83.33%
12.对将来没有远大的设想(例如,对职业、婚姻或儿女没有期望,希望生命早日结束)。	504	86.60%
警觉性增高		
13.难以入睡,或睡眠很浅。	429	73.71%
14.容易被激怒或一点小事就大发雷霆。	419	71.99%
15.很难集中注意力。	336	57.73%
16.变得很警觉或觉得没有安全感(例如,经常巡视你的周围,检查异常声音,检查门窗)。	452	77.66%
17.容易被突然的声音或动作吓得心惊肉跳。	422	72.51%

论文难以完成、就业尚未解决等担忧,所以心理变化更明显。学生总体PTSD警觉性增高变化最明显,学生总体也有强烈的创伤再体验、麻木和回避两种症候群。创伤再体验、麻木和回避与警觉性增高三者之间两两相关联,需要进行心理健康教育。

3.1 加强心理健康教育

大学生正处于逐步建立和完善自我同一性的时期,高校还可以继续开设情绪调节、心理调适有关课程,向学生发放相关心理健康电子读本(如《新型冠状病毒肺炎全民心理健康实例手册》、《新型冠状病毒感染的肺炎公众心理自助与疏导指南》、《抗疫·安心——大疫心理自

助救援全民读本》等),提升心理健康素养,以更好地应对压力,同时能够让一些不愿与家人、老师或朋友交谈的学生能够更好地自我援助。通过小组咨询、班委询问、心理咨询师和专家重点关注,并通过QQ群、微信群、腾讯会议等网络平台开设心理辅导讲座。同时,高校也应当充分利用好教育资源引导大学生们有责任、有担当地参与到全民抗疫中来,提升我们万众一心、共同抗疫的决心和信心。

3.2 抓好网络信息安全教育

在当前自媒体的快速发展下,学生不能及时获取具有可靠保障的信息,所以应学会从官方渠道获得权威信息,不

要轻信网上的一些谣传。同时高校应当适时进一步加强大学生的网络信息安全教育,利用本校的在线平台或者年级QQ群及时向学生通报有关疫情的真实信息,并推送科学的方法策略指导,加大心理求助热线电话方面的宣传力度。另外,一些学生欲通过空余时间在网兼职赚取零花钱却深陷骗局的案例时有发生,所以高校加强抓好网络信息安全教育不仅是高校教育的一部分,更是网络飞速发展时期对高校提出的一项挑战。

3.3 学生有效学习的引导

本次调查中发现不少同学一个人在家学习,易产生懈怠心理,没有学习目标,或确定目标后无人监督。出现以上情况的学生可以约同学在网上一同“云学习”,或者加入一些学习打卡群,相互提醒、相互促进;学生要学会给自己设立明确的目标,还要明确关键的结果,即课后能回忆起来哪些知识点才算自己掌握;设置一个专门的学习空间,只摆放与学习有关的物品,并将手机开成响铃,然后放到自己较远的地方。另外,有42.96%的学生希望继续延迟开学,完善线上教学。高校可以引导、鼓励老师的教学方式多样化,教学生活化,为“互联网+教育”、“智能

教育”发光发热。引导学生免费获取在线课程教育,获取更多的信息进行丰富、充实。

4 结语

本研究采用了一般资料情况调查表和具有良好信效度的创伤后应激障碍量表平民版(PCL-C)进行调查,通过问卷星平台共收集到有效问卷582份。性别、目前居住地、人群类型与PTSD之间的关联性无统计学意义。然而,不同年级间数据差异比较显著,尤其是大四学生,心理问题最为严重。随着年级的增加,学生总体PTSD警觉性增高变化最明显,创伤再体验、麻木和回避也是逐渐增高。本研究为高校及有关部门加强疫情期间大学生心理健康教育提供了数据支撑。

[基金项目]

教育部产学合作协同育人项目(202101052066);黄冈师范学院校级研究项目(2020CE58和2021CE51)。

[参考文献]

[1] Ursano RJ, Lei Z, He L, Johnson L, Benedek DM. PTSD and traumatic stress from gene to community and bench to bedside. *Brain Research*, 2009, 1293: 2.

[2] 陈颖,钱红艳,朱雨婷,等.产后创

伤后应激障碍影响因素的meta分析[J]. *中国全科医学*, 2021, 24(21): 6.

[3] 赵春珍. “新冠肺炎”疫情期间大学生心理状况调查及教育对策研究[J]. *心理月刊*, 2020, 15(08): 1-3.

[4] 张小璐,贾伟,段黎明. 1486名医学生在新型冠状病毒肺炎时期心理状况的调查分析[J]. *内蒙古医科大学学报*, 2020, 42(2): 128-130.

[5] 昌敬惠,袁愈新,王冬. 新型冠状病毒肺炎疫情下大学生心理健康状况及影响因素分析[J]. *南方医科大学学报*, 2020, 40(02): 171-176.

[6] 尹敏,李小麟,吴学华,等. 汶川地震两年后重灾区护士创伤后应激障碍症状分析及干预对策[J]. *中国实用护理杂志*, 2013, 29(4): 58-61.

[7] 葛雨欣,李艳艳,卢燕飞,等. 综合性医院护士创伤后应激障碍的现状研究[J]. *护理与康复*, 2018, 17(04): 19-21.

作者简介:

唐阳(1995--),女,汉族,四川遂宁人,硕士研究生,研究方向: 中学生物教学。

*通讯作者:

李志良(1983--),男,汉族,河南濮阳人,硕士,讲师,研究方向: 教学法研究。