

• 调查报告 • doi:10.3969/j.issn.1671-8348.2017.33.032

徐州市大学生焦虑状况及其影响因素研究*

杨金友¹,张巧玲¹,钱云柯²,邵晓平²,姜荷清²,张训保²

(1. 江苏护理职业学院,江苏淮安 223005;2. 徐州医科大学公共卫生学院,江苏徐州 221004)

[摘要] **目的** 调查徐州市大学生焦虑状况,分析其影响因素并提出有效地改善对策。**方法** 采用分层整群随机抽样的方法,对徐州市 2 所高校的 1 931 名大学生进行问卷调查。采用 SPSS16.0 进行统计分析。**结果** 大学生焦虑平均分为(42.23±9.70)分,总体检出率为 21.4%。焦虑的主要影响因素有家中排行、性格、专业满意程度、学习成绩、获奖学金、考研、就业前景、睡眠质量、身体状况、与同学舍友关系、恋爱状况、勤工俭学、家庭类型、与父母的沟通、家庭月收入。**结论** 徐州市大学生的焦虑状况处于中等水平,改善大学生的焦虑状况需要学校、家庭和学生自身的共同努力。

[关键词] 焦虑;大学生;Logistic 回归
[中图法分类号] R11 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1671-8348(2017)33-4705-03

Study on anxiety status of college students in Xuzhou City and its influencing factors*

Yang Jinyou¹,Zhang Qiaoling¹,Qian Yunke²,Shao Xiaoping²,Lou Heqing²,Zhang Xunbao²

(1. Jiangsu College of Nursing, Huaian, Jiangsu 223005, China; 2. School of Public Health, Xuzhou Medical University, Xuzhou, Jiangsu 221004, China)

[Abstract] **Objective** To survey the anxiety status of university students in Xuzhou city, and to analyze its influence factors to propose the effective improvement strategy. **Methods** The stratified cluster random sampling method was adopted to conduct the questionnaire survey on 1 931 college students from 2 colleges in Xuzhou City. The statistical analysis was performed by using SPSS 16.0. **Results** The average score of anxiety in college students was (42.23±9.70) points, the total detection rate was 21.4%. The main influencing factors of anxiety included the home ranking, character, specialty, school record, getting scholarship, plan to participate in graduate entrance examination, employment prospect, sleep quality, physical condition, relationship with classmates and roommates, love status, work-study programs or go out to work situation, family type, communication with parents, family income. **Conclusion** The anxiety status of college students in Xuzhou City is in middle level. So improving the college students' anxiety status needs the joint efforts of school, family and students themselves.

[Key words] anxiety; college students; Logistic regression

焦虑是个人对即将来临、可能会造成危险或威胁的情境所产生的紧张、不安、忧虑、烦恼等不愉快的复杂情绪状态^[1]。适度的焦虑可以在一定程度上对学习和工作有促进作用,能够唤起人的警觉,使人集中注意力并激发斗志,但过度的焦虑会影响正常的学习和生活,甚至使机体免疫功能降低和内分泌调节紊乱,对生理和心理健康产生不利的影响^[2-3]。研究显示,大学生中焦虑、抑郁的检出率较高^[4]。有研究对我国医学类大学生焦虑症状检出率的 Meta 分析中显示其合并值为 17.1%^[5],有调查显示大学生的抑郁检出率为 38.2%^[6]。本研究调查徐州市大学生焦虑状况,分析其影响因素,为院校开展心理健康教育提供参考。

1 对象与方法

1.1 对象 按照整群随机抽样的原则,抽取徐州市 2 所高校各专业的 1~4 年级大学本科生 2 000 名作为调查对象。

1.2 方法 采用自制的大学生健康状况调查表对在校大学生进行问卷调查,调查表的内容包括:基本情况、生活事件量表、应对方式问卷、焦虑自评量表。本次调查共发放问卷 2 000 份,收回有效问卷 1 931 份,有效应答率为 96.55%。

1.3 统计学处理 采用 Epidata3.0 对回收的问卷进行双录入,确保数据的有效性和正确性。采用 SPSS 16.0 统计软件进

行处理。计量资料以 $\bar{x} \pm s$ 表示,采用 t 检验、方差分析;计数资料以率表示,采用 χ^2 检验。采用二分类 Logistic 回归分析。检验水准 $\alpha=0.05$,以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结 果

2.1 一般情况 1 931 名大学生平均年龄(20.34±1.06)岁。大一 424 人(22.0%),大二 631 人(32.7%),大三 522 人(27.0%),大四 354 人(18.3%)。男生 628 人(32.5%),女生 1 303 人(67.5%)。来自城镇 885 人(45.8%),来自农村 1 046 人(54.2%)。独生子女 970 人(50.2%),非独生子女 961 人(49.8%)。所学专业为自己喜好的 754 人(39.0%),家人要求或建议的 652 人(33.8%),调剂 525 人(27.2%)。对自己所学的专业比较满意 1 078 人(55.8%),不满意 76 人(3.9%)。被调查的大学生中不打算考研想直接就业 487 人(25.2%),打算考研 1 331 人(68.9%),没想过是否考研 113 人(5.9%)。对就业前景感到乐观 413 人(21.4%),一般 1 279 人(66.2%),悲观 239 人(12.4%)。

2.2 大学生焦虑的总体状况 在本次调查中,大学生焦虑平均分为(42.23±9.70)分,焦虑的有 413 人(21.4%),其中轻度焦虑 328 人(17.0%),中度焦虑 65 人(3.4%),重度焦虑 20 人(1.0%)。

* 基金项目:江苏省高职院校教师专业带头人高端研修资助项目(2016GRFX016);江苏省教育厅社科哲学基金(2011SJB190010)。作者简介:杨金友(1971—),副教授,硕士,主要从事疾病预防与控制研究。

2.3 不同特征大学生焦虑检出率情况 大学生焦虑在家中排行、性格、专业满意程度、学习成绩、获奖学金、考研、就业前景、睡眠质量、身体状况、与同学舍友关系、恋爱状况、勤工俭学、家庭类型、与父母的沟通、家庭月收入差异有统计学意义($P<0.05$)。见表 1。

表 1 不同特征大学生的焦虑状况分析[n(%)]				
变量	焦虑	非焦虑	χ^2	P
家中排行				
最大子女	286(19.7)	1 166(80.3)	10.283	<0.01
中间子女	40(28.2)	102(71.8)		
最小子女	87(25.8)	250(74.2)		
性格				
内向型	115(28.9)	283(71.1)	22.984	<0.01
外向型	111(23.3)	365(76.7)		
中间型	187(17.7)	870(82.3)		
专业满意程度				
满意	104(25.1)	311(74.9)	—0.063	>0.05
比较满意	202(18.7)	876(81.3)		
不太满意	80(22.1)	282(77.9)		
不满意	27(35.5)	49(64.5)		
学习成绩(分)				
>90	16(26.2)	45(73.8)	50.084	<0.01
80~90	164(19.2)	688(80.8)		
70~79	169(20.8)	642(79.2)		
60~69	45(24.6)	138(75.4)		
<60	19(79.2)	5(20.8)		
获奖学金				
是,经常	82(26.4)	229(73.6)	10.510	<0.01
偶尔获得	118(23.9)	376(76.1)		
从来没有	213(18.9)	913(81.1)		
考研				
不考,直接就业	134(27.5)	353(72.5)	16.715	<0.01
考,继续深造	251(18.9)	1 080(81.1)		
没想过	28(24.8)	85(75.2)		
就业前景				
乐观	91(22.0)	322(78.0)	25.492	<0.01
一般	242(18.9)	1 037(81.1)		
悲观	80(33.5)	159(66.5)		
睡眠质量				
较好	135(14.2)	818(85.8)	102.495	<0.01
一般	208(24.9)	629(75.1)		
较差	70(49.6)	71(50.4)		
身体状况				
良好	177(16.1)	919(83.9)	88.361	<0.01
一般	192(25.2)	569(74.8)		
较差	44(59.5)	30(40.5)		
与同学、舍友关系				
很融洽	238(16.4)	1216(83.6)	107.137	<0.01
一般	151(34.3)	289(65.7)		
较差	24(64.9)	13(35.1)		

续表 1 不同特征大学生的焦虑状况分析[n(%)]				
变量	焦虑	非焦虑	χ^2	P
恋爱状况				
热恋中	106(22.9)	356(77.1)	44.791	<0.01
面临分手	20(42.6)	27(57.4)		
失恋不久	40(40.8)	58(59.2)		
早已分手	77(22.3)	268(77.7)		
从没谈过	170(17.4)	809(82.6)		
勤工俭学				
几乎所有课余时间	55(50.0)	55(50.0)	57.649	<0.01
偶尔利用课余时间	197(20.5)	764(79.5)		
几乎从不	161(18.7)	699(81.3)		
家庭类型				
完整	319(18.4)	1 413(81.6)	102.571	<0.01
单亲	53(39.6)	81(60.4)		
其他	41(63.1)	24(36.9)		
与父母的沟通				
经常	187(15.4)	1 029(84.6)		
偶尔	155(27.4)	410(72.6)		
很少	60(47.2)	67(52.8)		
从不	11(47.8)	12(52.2)	98.462	<0.01
家庭月收入(元)				
<3 000	181(27.8)	470(72.2)	24.914	<0.01
3 000~6 000	156(18.8)	672(81.2)		
6 001~9 000	50(16.3)	257(83.7)		
>9 000	26(17.9)	119(82.1)		

2.4 焦虑与非焦虑大学生生活事件及应对方式的各因子得分比较 在此次调查中,焦虑大学生的人际关系、学习压力、受惩罚、丧失、健康适应、其他 6 个因子得分均高于非焦虑大学生,差异有统计学意义($P<0.05$)。焦虑大学生的积极应对因子、消极应对因子与非焦虑大学生比较,差异有统计学意义($P<0.05$)。见表 2。

表 2 焦虑与非焦虑大学生生活事件及应对方式各因子得分比较($\bar{x}\pm s$,分)				
因子	焦虑	非焦虑	t	P
人际关系	1.99±0.79	1.65±0.57	—8.097	<0.01
学习压力	2.12±0.81	1.74±0.54	—8.972	<0.01
受惩罚	1.70±0.83	1.27±0.46	—10.139	<0.01
丧失	1.79±0.92	1.46±0.73	—6.674	<0.01
健康适应	1.83±0.71	1.45±0.44	—10.284	<0.01
其他	1.81±0.84	1.34±0.44	—10.924	<0.01
积极应对	2.05±0.60	2.38±0.42	10.493	<0.01
消极应对	1.73±0.65	1.50±0.63	—6.542	<0.01

2.5 多因素非条件 Logistic 回归分析 为了进一步分析大学生焦虑的危险因素,排除混杂因素的干扰,本研究以是否焦虑为因变量,将单因素分析中差异有统计学意义的影响因素作为自变量纳入多因素 Logistic 回归模型进行分析。结果显示,时常或偶尔与同学舍友发生摩擦(争吵)、健康适应因子、消极应

对是大学生焦虑的危险因素,学习成绩 60~69 分、睡眠质量较好和一般、早已分手和从没谈过恋爱、家庭月收入 3 000~6 000 元和 6 001~9 000 元及积极应对是大学生焦虑的保护因素。见表 3。

表 3 焦虑影响因素的多因素非条件 Logistic 回归分析					
变量	B	S.E	Wald χ^2	P	OR(95%CI)
学习成绩(分)					
<60			13.905	0.008	
60~69	-1.512	0.683	4.903	0.027	0.220(0.058~0.841)
睡眠质量					
较差			19.254	<0.01	
较好	-1.120	0.267	17.627	<0.01	0.326(0.194~0.550)
一般	-0.698	0.257	7.354	0.007	0.498(0.300~0.824)
与同学、舍友摩擦					
从未			19.270	<0.01	
时常发生	1.021	0.381	7.164	0.007	2.775(1.314~5.859)
偶尔发生	0.883	0.224	15.539	<0.01	2.417(1.559~3.749)
恋爱状况					
热恋中			10.510	0.033	
早已分手	-0.656	0.234	7.845	0.005	0.519(0.328~0.821)
从没谈过	-0.399	0.178	5.010	0.025	0.671(0.473~0.952)
家庭月收入(元)					
<3 000			13.049	0.005	
3 000~6 000	-0.603	0.181	11.044	0.001	0.547(0.384~0.781)
6 001~9 000	-0.724	0.254	8.127	0.004	0.485(0.295~0.797)
健康适应因子	0.638	0.183	12.153	<0.01	1.893(1.322~2.710)
积极应对	-1.482	0.179	68.465	<0.01	0.227(0.160~0.323)
消极应对	0.884	0.133	44.385	<0.01	2.422(1.867~3.141)
常数	0.804	1.012	0.630	0.427	2.234

3 讨 论

本次调查的 1 931 名大学生中,焦虑的有 413 人,焦虑的总体检出率为 21.4%,低于山东省某医学院校大学生焦虑的检出率(23.48%)^[7],高于河南省某本科医学院校大学生焦虑的检出率(20.3%)^[8]。总体来说,徐州市大学生的焦虑状况处于中等水平,这一现象与徐州市所处的环境、经济社会发展阶段相匹配。

大学生作为社会的特殊群体,是将来社会建设发展的主要栋梁,其身心健康成长历来受到家庭、学校、社会的高度关注,不仅体现在对其学业的重视,对其心理健康的关注尤为重视。焦虑作为心理健康的一大问题,在每一个人的成长阶段都有所体现,有的表现比较明显,有的比较隐匿^[9]。本研究结果显示:焦虑在不同社会特征大学生内心表现上是不同的,影响因素主要有性格、学习成绩、获奖学金、考研、就业前景、睡眠质量、恋爱状况等。这些影响因素与大学生所处的年龄、家庭背景、生活经历、大学的学习压力、我国当前的社会发展阶段、生活阶段密切相关。

一方面大学要求学生有较强的自学能力和独立思考能力,大学教师讲课内容多,信息量大,进度快,与中学的教学方式有

所不同,这使得很多学生无所适从,无法自己掌握学习要领,部分成绩落后的学生会感到紧张不安^[10]。另一方面,大学生在面临家庭经济压力、就业、婚恋这些重要的人生转折点时,会产生一些紧张不安的情绪,这些情绪如果太过严重而得不到有效缓解,会导致部分学生产生焦虑情绪^[11]。

基于以上原因,对大学生焦虑的预防,要开展多方面的工作。(1)学校要设置心理健康教育有关课程,举办心理知识讲座,加强心理咨询教师队伍建设。加强大学校园文化建设,创造良好的校园环境,举办丰富多彩的校园活动,为学生提供良好的学习氛围,加强与学生的沟通和交流,发现学生有不良情绪时要给予关心,帮助大学生缓解心理压力,提高学生的心理健康水平。(2)父母应经常与子女进行沟通交流,为子女营造温馨和谐的家庭氛围,树立科学的家庭教育理念,多给予子女尊重和理解,避免惩罚、否认等消极的教养方式和粗暴、高压的家长制作风。(3)要建立良好的生活方式,合理膳食,养成吃早餐的好习惯,同时要注意饮食清淡,切忌过咸、过油。合理安排自己的作息,每天保证 6~8 h 的睡眠时间,条件允许最好能午睡半小时,保证良好和充足的睡眠。自我调节不良情绪,正确认识和评价自己,善于发现自己的优点,树立自信心,根据自己的实际能力制定可行的目标。积极参加学校活动,拓宽人际交往范围,加强人际交往能力。在遇到自我无法调节的心理问题时,应及时寻求心理咨询机构的帮助。

参考文献

[1] 张琪,王浩宇,章秀明,等. 高校临床与咨询心理学研究生对心理测量伦理的认知和态度[J]. 中国心理卫生学杂志,2017,31(1):30-34.

[2] 宁淑娥,魏刚,任明. 军校大学生焦虑情绪影响因素[J]. 中国健康心理学杂志,2013,21(5):739-743.

[3] 梁三才,吴海梅,杨玉娇,等. 大学生正念、心理弹性在神经质和生活满意度关系中的中介作用[J]. 中国心理卫生学杂志,2016,30(12):946-951.

[4] 黄中岩,唐启寿,刘锦秀,等. 大学生师源性焦虑现状调查[J]. 蚌埠医学院学报,2011,36(6):656-658.

[5] 张佳. 大学生焦虑水平与家庭功能和应对方式的关系[J]. 中国校医,2013,27(3):166-168.

[6] 李雪平. 大学生焦虑水平与社会支持度的相关研究[J]. 中国健康心理学杂志,2012,20(6):937-939.

[7] 陈富讯,李瑞,徐春艳,等. 山东省某医学院校大学生焦虑现状调查及验证性分析[J]. 医学与社会,2014,27(7):66-68.

[8] 李强. 河南省某本科医学院校在校大学生焦虑心理的调查分析[J]. 重庆医学,2015,44(16):2237-2238.

[9] 刘晓芸,李雪松. 在校大学生焦虑与焦虑状况的调查分析[J]. 东南大学学报(哲学社会科学版),2013,15(增刊):171-173.

[10] 叶志英,张晓燕. 大学生焦虑影响因素调查分析[J]. 保健医学研究与实践,2013,10(4):56-57.

[11] 周鹏生. 低年级大学生人际困扰特征及影响因素[J]. 中国公共卫生,2017,33(2):168-169.