

辽宁省大学生心理健康素质调查研究*

宋芳² 张丽华^{1,2} 白学军¹

(1 天津师范大学心理与行为研究院, 天津 300074) (2 辽宁师范大学田家炳教育书院暨教育学院, 大连 116029)

摘要 通过对辽宁省不同层次的大学 982 名大一与大三年级学生进行分层整体取样调查, 结果显示: (1) 大学生心理健康素质在适应和应对风格分量表上的得分大三年级高于大一年级, 在归因风格分量表上的得分大一年级高于大三年级, 年级差异显著; (2) 在人际素质、个性素质、认知风格分量表上性别差异显著; (3) 大学生心理健康素质在适应、人际素质、动力系统、自我和应对风格分量表上均存在显著的专业差异, 艺术类、文史类学生得分高于理工类学生。

关键词 大学生, 心理健康素质, 调查。

分类号 B848.9

心理健康素质是个体在遗传和环境共同作用下形成的某些内在的、相对稳定的心理品质和特点。这些心理品质和身体特点影响或决定着个体心理、生理、和社会功能, 并进而影响个体的心理健康状态^[1]。近年来, 心理健康素质及其相关课题的研究已成为心理学界备受关注的研究领域。在其定义、结构、影响因素、发展^[2-8]上均取得了大量的富有价值的研究成果。但是, 目前关于大学生心理健康素质的研究主要采用国外的量表^[9-11], 并且研究主要集中于理论探讨, 而我国文化背景下系统探讨大学生心理健康素质结构、测量、发展的实证研究还很少。心理健康素质的研究, 是时代发展的必然要求, 是素质教育的呼唤, 是心理健康教育本质的研究, 也是心理学和心理健康理论研究发展的表现。研究大学生心理健康素质, 可以了解和预测大学生心理健康的发展状况, 以便为大学生心理健康教育提供科学的心理依据。

1 方法

1.1 被试

在辽宁省不同层次高校内分层整体选取 982 名大学生作为调查对象, 涉及了理工类、文史类和艺术类学生。研究对象的基本情况见表 1。

1.2 测评工具

以课题组编制的《青少年心理健康素质调查表》为测量工具。调查表为自评问卷, 分为 8 个分量表, 共 234 题, 每一个分量表下又有各自的维度或称因素。

表 1 研究对象的基本情况

专业	理工类	411 (41.9%)
	文史类	297 (30.2%)
	艺术类	274 (27.9%)
年级	一年级	578 (58.9%)
	三年级	404 (41.1%)
性别	男 生	469 (47.8%)
	女 生	513 (52.2%)
平均年龄 (岁)		20.20±1.32

1.2.1 适应分量表

6 个维度, 共 22 题。6 个维度分别为生理适应, 情绪适应, 人际适应, 学习适应, 社会适应, 生活适应。

1.2.2 人际分量表

3 个维度, 共 21 题。3 个维度分别为人际交往能力, 人际调控, 人际知觉。

1.2.3 个性分量表

7 个维度, 共 44 题。7 个维度分别为内外倾,

收稿日期: 2006-10-15

* 本研究得到教育部哲学社会科学重大课题攻关 03JZD0029 项目的资助。

作者简介: 宋芳, 女, 辽宁师范大学田家炳教育书院暨教育学院硕士生。

通讯作者: 张丽华, 女, 天津师范大学心理与行为研究院博士后, 辽宁师范大学教育学院副教授。Email: zhanglihua7@163.com。

意志, 冒险, 乐观—悲观, 责任, 耐挫折, 独立。

1.2.4 动力系统分量表

7个维度, 共42题。7个维度分别为缺失性动机, 成长性动机, 知行脱节性动机缺失, 目标缺乏性动机缺失, 认知歪曲性动机缺失, 利己性利他动机, 利他性利他动机。

1.2.5 自我分量表

7个维度, 共35题。7个维度分别为学业自我, 身体自我, 社会自我, 情绪自我, 自尊, 一般自我效能感, 自我调控。

1.2.6 认知风格分量表

5个维度, 共23题。5个维度分别为认知决策(场景—自我), 认知方法(灵活—单一), 认知加工(整体—局部), 认知行为(独立—合作), 认知倾向(冒险—稳重)。

1.2.7 归因风格分量表

4个维度, 共16题。4个维度分别为内在外在性, 持久暂时性(稳定—不稳定), 可控不可控性, 局部整体性。

1.2.8 应付方式分量表

8个维度, 共40题。8个维度分别为注重问题的应对策略, 注重情绪表达的应对策略, 理智—合理化策略, 针对情绪的身体策略, 否认—压抑策略, 躲避和求助策略, 独自宣泄、忍耐和顺从策略, 针对情绪的行为策略。

1.3 数据处理

发放问卷1000份, 回收有效问卷982份。问卷收集的数据由SPSS10.0统计分析。

2 研究结果

2.1 大学生心理健康素质的年龄差异

为了探讨大学生心理健康素质发展的具体情况, 对大一、大三年级心理健康素质进行差异检验, 结果见表2。

由表2可以看出, 大学生心理健康素质的发展基本上趋于稳定, 适应和应对风格分量表得分大三年级显著高于大一年级, 而归因风格大一学生的得分显著高于大三学生。

为了进一步探讨显著性差异的来源, 对适应与应对风格分量表进行了统计分析。结果表明, 在适应分量表中生理适应($t=-2.586, p<0.01$)、学习适应($t=-3.075, p<0.005$)、生活适应($t=-2.771, p<0.01$)3个维度上, 大三年级得分高于大一年级,

表2 大学生心理健康素质年级差异

分量表	大一 (n=578)		大三 (n=404)		t	p
	M	SD	M	SD		
适应	2.9745	0.3496	3.0223	0.3528	-2.099	0.036
人际素质	2.8736	0.3814	2.9075	0.3827	-1.360	0.174
个性素质	3.0078	0.3275	2.9443	0.3334	0.629	0.529
动力系统	2.9074	0.2958	2.9056	0.2933	0.094	0.925
自我	2.9420	0.3315	2.9702	0.3814	-1.267	0.205
认知风格	2.5380	0.1763	2.5272	0.1572	1.004	0.316
归因风格	3.0479	0.2407	2.9858	0.2564	3.875	0.000
应对风格	2.6297	0.2830	2.6736	0.2609	-2.503	0.012

差异达到显著性水平。归因风格分量表结果显示, 差异主要来源于持久暂时($t=4.654, p<0.001$)、可控不可控($t=2.408, p<0.05$)、局部整体($t=2.914, p<0.005$)。在应对风格分量表中, 注重问题的应对策略($t=-2.384, p<0.05$)、注重情绪表达的应对策略($t=-2.101, p<0.05$)、针对情绪的行为策略($t=-2.369, p<0.05$)三个维度上, 大三学生得分显著高于大一学生。

2.2 大学生心理健康素质的性别差异

为了探讨大学生心理健康素质的性别差异, 对男、女生在各个分量表的得分上进行了比较, 结果见表3。

表3 大学生心理健康素质的性别差异

分量表	男生 (n=469)		女生 (n=513)		t	p
	M	SD	M	SD		
适应	3.0114	0.3508	2.9784	0.3518	1.473	0.141
人际素质	2.9170	0.4041	2.8606	0.3629	2.307	0.021
个性素质	3.0459	0.3352	2.9623	0.3201	3.999	0.000
动力系统	2.8896	0.2981	2.9223	0.2909	-1.737	0.083
自我	2.9573	0.3402	2.9503	0.3322	0.326	0.745
认知风格	2.5544	0.1725	2.5145	0.1630	3.721	0.000
归因风格	3.0223	0.2549	3.0224	0.2438	-0.010	0.992
应对风格	2.6507	0.3017	2.6451	0.2480	0.317	0.751

从表3可见, 大学生心理健康素质在适应、人际素质、个性素质、自我、认知风格、应对风格分量表的得分上, 男生都高于女生; 在动力系统、归因风格分量表的得分上, 女生高于男生; 但只有人际、个性、认知风格分量表, t 检验结果达到显著水平。

对人际、个性素质、认知风格分量表进一步进行差异检验。结果表明,在人际分量表的人际交往能力、人际调控、人际知觉三个维度上,男生得分均高于女生,但只有人际交往能力 ($t=3.276, p<0.001$) 存在显著的性别差异。个性分量表的各维度男生得分均高于女生,但只有意志 ($t=2.207, p<0.05$)、冒险 ($t=5.878, p<0.001$)、耐挫折 ($t=3.338, p<0.001$) 和独立 ($t=4.354, p<0.001$) 4个

维度性别差异显著。认知风格分量表差异检验结果表明,认知方法 ($t=2.044, p<0.05$), 认知行为 ($t=3.943, p<0.001$), 认知倾向 ($t=3.247, p<0.001$) 三个维度性别差异非常显著。

2.3 大学生心理健康素质专业差异

为了考察大学生心理健康素质的专业差异,对理工类、文史类、艺术类的大学生在各分量表的得分进行了比较,结果如表4所示。

表4 大学生心理健康素质的专业差异

分量表	理工类 (n=411)		文史类 (n=297)		艺术类 (n=274)		F	p
	M	SD	M	SD	M	SD		
适应	2.9445	0.3343	3.0306	0.3459	3.0292	0.3744	7.150	0.001
人际素质	2.8275	0.3685	2.8773	0.3595	2.9887	0.4121	15.062	0.000
个性素质	2.9805	0.3248	2.9986	0.3188	3.0388	0.3468	2.606	0.074
动力系统	2.8734	0.2899	2.9194	0.3133	2.9429	0.2760	5.004	0.007
自我	2.9201	0.3374	2.9782	0.3230	2.9773	0.3441	3.533	0.030
认知风格	2.5450	0.1691	2.5326	0.1653	2.5175	0.1709	2.207	0.111
归因风格	3.0114	0.2609	3.0345	0.2271	3.0255	0.2536	0.773	0.462
应对风格	2.5940	0.2684	2.6465	0.2399	2.7297	0.2997	20.827	0.000

由表4可见,在适应、人际素质、动力系统、自我、应对风格分量表上,三个专业大学生之间的差异达到显著性水平。

为了探讨各分量表的差异来源,又做了进一步统计分析。适应分量表:情绪适应 ($F=3.310, p<0.05$), 人际适应 ($F=8.332, p<0.001$), 学习适应 ($F=5.216, p<0.01$), 社会适应 ($F=4.555, p<0.05$), 生活适应 ($F=3.093, p<0.05$), 专业差异均达到显著性水平。人际素质分量表:人际交往能力 ($F=13.735, p<0.001$), 人际调控 ($F=7.616, p<0.001$), 人际知觉 ($F=7.716, p<0.001$), 各维度专业差异极其显著。动力系统分量表:缺失性动机 ($F=14.150, p>0.001$), 成长性动机 ($F=12.265, p<0.001$), 目标缺乏性动机 ($F=7.622, p<0.001$), 认知歪曲性动机 ($F=5.676, p<0.01$), 利己性利他动机 ($F=7.990, p<0.001$), 专业差异十分显著。自我分量表:学业自我 ($F=8.241, p<0.001$), 身体自我 ($F=7.430, p<0.001$), 社会自我 ($F=8.860, p<0.001$), 各专业差异达到了非常显著的水平。应对风格分量表:注重问题的应对策略 ($F=9.416, p<0.001$), 注重情绪表达的应对策略 ($F=11.131, p<0.001$), 理智—合理化策略 ($F=8.918, p<0.001$), 针对情绪的身体策略 ($F=11.455, p<$

0.001), 针对情绪的行为策略 ($F=13.747, p<0.001$) 各维度专业差异均达到极其显著性水平。

3 讨论

3.1 研究对象的选择

本研究目的是想探讨大学生的心理健康素质,但在调查对象的选择上只选取大学一年级和三年级的学生,主要基于大学生心理发展特点^[12]和心理发展的渐进性^[13]两点考虑。刚入大学的一年级学生,面临着从中学到大学生活的急剧转折,整个身心处于动荡不安之中。表现为对生活环境的变换、师生同学的更新、学习方式的改变等多方面不适应,这也是其心理矛盾的主要表现。大二年级随着环境的熟悉和适应,随着年龄的增长,专业课的展开,普遍存在着适应感、随意感和自信感。这是稳定发展阶段。大三年级学生个性已趋于稳定,心理特征趋于成熟,并且经过三年的专业学习,能够较理智地对待各种问题。但由于大学生的扩招,就业压力的加大,到了大三年级面临着毕业和考研的准备,精神上又处于一种紧张的状态,使得他们不同程度地存在紧迫感、责任感和忧虑感。而到了大四,考研已经结束,工作也基本定型,临毕业前虽然有些伤感,但是心理发展基本是稳定的。因此本

研究选取两个矛盾的关键期,大一年级和大三年级的学生作为此次调查的对象,并且在学年上学期邻近期末的时候进行测查。

3.2 大学生心理健康素质的年级差异

发展心理学的研究表明,进入成年前期后,无论是思维(认知、智力),还是品德(社会性)都转入到稳定期。也就是说,大学生生理发展趋于稳定;心理发展,尤其是情感过程趋于成熟,性格已基本定型;生活方式基本趋于固定化和习惯化^[14]。

研究发现,在人际素质、个性素质、动力系统、自我、认知风格五个分量表上,大一和大三学生的心理健康素质不存在明显差异。这表明大学生的人际素质、个性素质、动力系统、自我、认知风格和归因风格已基本稳定,同时也验证了随着自我同一性的发展,大学生能按照自己的需要、愿望、能力、爱好同其他人发展关系,能够准确地感知他人的思想、情感,能积极发展社会关系特别是人际关系,赢得他人的好感与支持^[14]。在适应和应对风格上,大三年级的学生明显好于大一年级的学生,这表明随着对大学生活的适应,大学生的生理、学习、生活、情绪等方面的调节能力趋向于逐渐改善。从适应分量表可以看出,大一年级和大三年级在生理适应、学习适应和生活适应上差异非常显著。刚刚进入大学的一年级学生,从生理角度看,青春期高级神经活动的兴奋与抑制尚不平衡,往往兴奋占有优势;性生理已经成熟,而性心理尚未成熟,性心理成熟落后于性生理成熟的现实,导致他们产生许多与性有关的心理矛盾。从心理角度看,高中进入大学后,环境、生活、个人地位的变化等等引起很多心理矛盾,而他们的社会经验和认识水平又没有达到能够真正独立、正确地调节自身行为的程度,从而产生内心痛苦和不安。从学习上看,高中时期往往都是学习尖子、三好学生,成长过程比较顺利,一般都有较高的理想;进入大学后,常常会发现自己的理想与现实有很大差距,容易产生复杂的心理矛盾^[9]。但随着对大学生活的适应,大学生对自己生理、心理变化发展过程的理解、控制和调节增强,大三年级的学生更能理解生理上的变化,具有更合理的性观念、更健康的性意识;能够对新环境尽快地适应,具有更强的生活自理能力;对学习活动的兴趣,能根据学习环境、学习内容、学习任务等的变化而不断调整自己的学习计划和学习方式,包括学习的动力性、计划性和

方法等。

有研究已经表明,一个人的应对风格和他的人格是紧密联系在一起^[15],那么大学生的人格已基本定型,因此应对风格也应具有适当的稳定性。另外,大学三年的学习,学校、教师积极帮助大学生根据自己的特点掌握有效的多元化的应对方法,提倡积极应对,并引导根据不同的主、客观情况综合应用适当的应对方式。因而,随着年级的升高,大学生越来越倾向于采用主动或综合的应对方式,也就是说在解决应激事件的行为情境中,多采用成熟的应对方式。从另一个侧面也证明,大三的学生情绪调控能力有所增强,在应激条件下能更多地进行情绪调节。

归因风格是个体对某一事件或行为结果的原因的知觉,是和个人感知、事件感知以及态度转变等内容相关密切的心理倾向。已有研究表明,个体的归因倾向与身心健康密切相关^[16]。本研究发现,大一年级学生的归因风格分量表得分高于大三年级学生,主要体现在持久暂时性(稳定—不稳定)、可控不可控性、局部整体性上。但根据本量表的得分,我们只能得出大一学生的归因风格倾向于不稳定的、不可控的以及局部的归因方式,而不能据此推断得分高即有利于心理健康,得分低则不利于心理健康。对于不同的事情,同一种归因风格可能会导致两种截然不同的结果(即可能有利于个体心理健康,也可能不利于个体的心理健康)。例如,把成功归因于能力强等稳定因素,就会产生强烈的成功期望,以及自信和胜任感;如果把自己的失败归因于能力低等稳定因素,则产生极低的成功期望,以及羞愧感。通常认为努力等可控的归因有利于心理健康,而运气等不可控的归因不利于心理健康,但我们也要认识到一些因素诸如智力、能力以及外部条件是不可控的,认识到这些不可控的因素也有利于个体的心理健康。

3.3 大学生心理健康素质的性别差异

研究发现,大学生在人际素质、个性素质、认知风格分量表上性别差异显著。男女大学生之所以存在这种差异,主要是由于社会文化赋予男、女不同的社会角色和任务,大学男生和一般的男性一样,更看重自己的社会价值、人生价值;而女生更多的是受情感价值取向的影响^[17]。因此,男生在人际交往得分上显著高于女生。到了大学阶段,学习已不仅仅是大学生唯一的任务,面对竞争意识增

强、生活节奏和工作节奏加快的各方面压力,对自身前途问题的考虑等因素,都导致男生的个性发展水平有别于女生。此外,传统的社会性别预期使得性别刻板印象相对稳定,对大学生性别角色的发展产生了很大的影响。例如,男生被期望应该有度量、意志坚强、勇敢、坦率、执着等;而女生被期望善良温柔、文静、可爱等。这也证明了我们的调查结果的可靠性,个性素质的性别差异主要体现在意志、冒险、耐挫折、独立等方面。认知风格是指个体在认知过程中所经常采用的、习惯化的方式,具体说是在感知、记忆、思维和问题解决过程中个体所偏爱的、习惯化了的态度和方式。Sternberg在其心理自我控制理论中指出,个体是多种认知风格的综合体,认知风格的形成和发展是个体社会化的结果,是可以培养的^[18]。男女大学生的认知风格差异,主要是因为在社会化发展过程中,家长、学校和社会都赋予了他们文化所规定的不同的性别对待,积极鼓励和强化适合性别的方式行动。正是由于社会化对男、女性别角色的要求是不同的,导致了男女大学生在认知方法、认知行为、认知倾向上存在显著差异,换句话说,男生更倾向于灵活的、独立的、冒险性的认知风格。

3.4 大学生心理健康素质的专业差异

专业对大学生心理健康水平有一定影响。不同专业对学生思维方式的训练,学习方法和生活理念的培养等都有一定的差别,使得各专业学生在兴趣爱好、个性情趣、生活态度、学习方式和思维方式等多方面都有所不同。同时各专业在学习压力、择业广度以及竞争的激烈程度上也有区别,学生们承受的压力不等,因而有可能导致其心理健康素质水平出现差异^[19]。

研究发现,文史类和艺术类的大学生在适应、人际素质、动力系统、自我、应对风格分量表得分上高于理工类大学生。这种差异首先是由学科差异导致的。我国目前的高中教育体制,很早就把文理科分开,文史类和艺术类的学生,接触的科目大多是社会科学;而理工类的学生接触的大多是自然科学。由于这种学科差异,致使学生在接受教育的时候,偏差很大。其次,心理健康素质是个体在遗传和环境共同作用下形成的,它更是社会化的产物,在社会化的过程中,要求更多的社会知识和社会经验。第三,艺术类的学生,其专业知识的学习与唱歌、舞蹈、绘画等密切相关,这些活动都有助于陶

冶人的情操、塑造人的性格,也有助于人的心理健康。最后,大学时期,学生在生活的独立性、学习的自主性、与社会接触的密切性和自我意识的发展等方面,与中学时期有着显著差异,而新的生活情景的变化对社会行为变化的解释在一定程度上要超过个性的解释^[11],这与其心理健康素质发展是一致的。因此,大学生社会行为对情景的依赖性,是大学生产生不同心理体验的重要原因,而不同心理体验又会个体心理的发展、变化产生较为突出的作用,即不同的教育环境会对大学生的心理健康素质发展产生不同的影响。也就是说,不同专业的教育内容对大学生心理发展水平的影响是不同的。因而,不同专业的大学生在适应、人际素质、动力系统、自我、认知风格、归因风格、应对方式上存在显著差异。

4 结论

大学生心理健康素质在适应和应对风格分量表上的得分大三年级高于大一年级,在归因风格分量表得分上大一年级高于大三年级,年级差异显著;

大学生心理健康素质在人际素质、个性素质、认知风格分量表上性别差异显著;

大学生心理健康素质在适应、人际素质、动力系统、自我、应对风格分量表上均存在显著的专业差异,艺术类、文史类的学生得分高于理工类的学生。

参 考 文 献

- 1 沈德立,马惠霞.论心理健康素质.心理与行为研究,2004,2(4):567-571
- 2 张大均.论人的心理健康.心理与行为研究,2003,1(2):143-146
- 3 江光荣,柳珺珺,黎少游等.国外心理健康素质研究综述.心理与行为研究,2004,2(4):586-591
- 4 李虹.素质、心理健康素质与教育.行为与行为研究,2004,2(4):592-596
- 5 张大均,冯正直.青少年心理健康素质的概念和体系.心理与行为研究,2004,2(4):582-585
- 6 郑希付.心理健康素质及其结构的访谈研究.心理与行为研究,2004,2(4):572-576
- 7 梁宝勇.关于心理健康素质及其结构的思考.心理与行为研究,2004,2(4):577-581
- 8 郑日昌,邓丽芳,张忠华等.《中国大学生心理健康量表》的编制.心理与行为研究,2005,3(2):102-108
- 9 许海元.河北省大学生心理健康状况调查及对策研究.河北科技

- 大学学报(社会科学版), 2005, 5(1): 97~100
- 10 李慧民, 徐玉芳. 河南省大学生心理健康状况调查研究. 中国公共卫生, 2003, 19(10): 1192~1193
- 11 张军. 大学生个性特征与心理健康的相关分析. 青海师专学报(教育科学), 2003(4): 103~105
- 12 张景莹. 大学心理学. 北京: 清华大学出版社, 1986
- 13 徐长松, 黄成惠. 大学生心理概论. 上海: 上海科学技术出版社, 1988
- 14 林崇德. 发展心理学. 杭州: 浙江教育出版社, 2002
- 15 梁宝勇, 郭倩玉. 关于应付的一些思考与实证研究Ⅲ. 应付方式与人格. 中国临床心理学杂志, 2000, 8(1): 7~9
- 16 Taylor S E, Brown I D. Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 1998, 14: 144
- 17 李可信. 山东省大学生心理健康状况调查研究. 临沂师范学院学报, 2005, 27(1): 49~52
- 18 沃建中, 闻莉, 周少贤. 认知风格理论研究的进展. 心理与行为研究, 2004, 2(4): 592~602

INVESTIGATING THE COLLEGE STUDENT MENTAL HEALTH DIATHESIS IN LIAONING PROVINCE

Song Fang², Zhang Lihua^{1,2}, Bai Xuejun¹

(1 Academy of Psychology and Behavior, Tianjin Normal University, Tianjin 300074; 2 School of Tian Jiabing Education in Liaoning Normal University, Dalian 116029)

Abstract

982 freshers and juniors in universities of different ranks were investigated by drawing form sampling study in Liaoning Province. The result indicates that: (1) There are significant grade differences on college students mental health in adaptation, attributive styles and coping styles questionnaires. The score of juniors is higher than that of freshers in adaptation and coping styles questionnaires. Freshers score is higher than Juniors one in attributive styles. (2) Significant gender difference exists in interpersonal diathesis, personal diathesis, cognitive styles questionnaires. (3) There are significant differences in adaptation, interpersonal diathesis, dynamic systems, self and coping styles college students mental health diathesis questionnaires. The students of art and literary history have higher score than the science students.

Key words college students, mental health diathesis, investigation.