

# 大学生心理问题早期发现和科学干预机制研究

## ——以广东省某高校为例

任增辉

(广东技术师范大学, 广东 广州 510665)

**摘要:** 目的: 以广东省某高校为例, 调查其大学生心理问题, 给出干预机制, 以便于为学校心理管理提供参考。方法: 于广东省某高校为例展开实验研究, 时间为2022年—2024年, 共37209名被试学生, 采用症状自评量表SCL-90对大学生的心理情况进行评价, 并根据实际情况给出干预机制。结果: 2022级学生的SCL-90总分均值高于常模均值的占比(22.94%)低于2021级学生的占比(34.74%), 2023级学生的总分均值高于常模均值的占比(39.49%)高于2022级学生的占比, 2023级学生的总分均值高于常模均值的占比高于2021级学生的占比(见表1)。整体上, SCL-90总分均值高于常模均值的占比呈上升趋势。同时, 2021级学生在大一时, 其SCL-90总分均值高于常模均值的占比为34.74%; 在大三时, 其SCL-90总分均值高于常模均值的占比为39.42%, 相比于大一时的占比, 占比上升了4.68%, 占比高于大一时的占比, 对比差异显著( $P < 0.05$ )。结论: 当前大学生心理问题较为严重, 并且表现出上升趋势, 需要给予针对性干预, 保证大学生心理健康。

**关键词:** 大学生; 心理问题; 科学干预机制

随着我国发展建设的逐渐推进, 对教育问题的认识逐渐增强, 提高了对学生心理健康问题的关注。据临床相关研究数据显示, 我国现有大学生存在心理问题的比例高达17.15%左右。大学生作为国家培养高素质人才的重要基地, 其心理问题对高校的发展具有重要影响。甚至会对高校培养高素质人才的目标造成限制。因此, 高校在对大学生展开素质教育的同时, 也需要关注学生的心理问题。症状自评量表(SCL-90)是当前临床广泛应用的心理测试量表, 效信度较高, 不仅测试方便快捷, 而且能够有效反映大学生的心理问题, 在高校心理评估中受到广泛认可和应用。基于此, 本研究以我校学生为例, 将SCL-90进行应用, 对学生的心理问题进行明确, 并给出早期干预, 对其干预情况展开具体分析如下。

### 一、背景和方法

#### (一) 研究背景

本次研究工作开展于广东省某高校, 时间为2022年—2024年, 共37209名被试学生, 学生中, 其中男性有18655例, 女性有1855例, 其中年龄最大的为24岁, 年龄最小的为19岁, 均值为 $(22.34 \pm 2.23)$ 岁。其中, 2021年秋季被试9283名, 2022年秋季被试10770名, 2023年秋季被试8739名, 2024年春季被试8417名。

**纳入标准:** 参与者均自愿参加研究; 参与者均为本科及以上在读学生; 参与者均来自广东省某高校。

**排除标准:** 有长期心理干预或心理治疗经历已休息的学生; 对参与研究不感兴趣或不愿配合的学生。

#### (二) 方法

在被试学生中展开调查, 采用SCL-90量表, 此量表共包含90个项目, 涉及到9个维度, 分别为: 躯体化、强迫、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖症状、偏执及精神病性。每个维度均采用5级评分法(5点Likert计分方式), 1分表示没有症状, 5分表示症状极严重, 各项分数越高, 表明学生的症状越严重。

#### (三) 观察指标

观察4年内大学生的SCL-90的总体测评情况。

对比2021年的大一新生, 和其两年后于2023年时的SCL-90数据评分比较差异性。

#### (四) 统计学方法

本次研究的数据对比分析工作需要借助专业统计学软件SPSS 26.0进行, 计量资料使用 $(\bar{x} \pm s)$ 表示, 检验应用t, 计数资料的统计使用 $n(\%)$ 表示, 检验用 $\chi^2$ , 若对比结果显示 $P < 0.05$ , 则组间对比差异明显, 并且具有统计学意义。

### 二、结果

#### (一) 不同时间下SCL-90各个维度的总体测评结果

2022级学生的SCL-90总分均值高于常模均值的占比(22.94%)低于2021级学生的占比(34.74%), 2023级学生的总分均值高于常模均值的占比(39.49%)高于2022级学生的占比, 2023级学生的总分均值高于常模均值的占比高于2021级学生的占比(见表1)。整体上, SCL-90总分均值高于常模均值的占比呈上升趋势, 具体见表1。

表1 不同时间SCL-90各个维度的测评总体结果[n(%)]

| 维度/时间  | 2021 秋季       | 2022 秋季       | 2023 秋季       | 2024 春季       |
|--------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 躯体化    | 19.11% (1774) | 19.05% (2052) | 25.38% (2227) | 25.38% (2227) |
| 强迫症状   | 43.73% (4059) | 43.04% (4636) | 47.87% (4201) | 47.87% (4201) |
| 人际关系敏感 | 34.04% (3160) | 33.63% (3622) | 36.51% (3204) | 36.51% (3204) |
| 抑郁     | 31.49% (2923) | 31.75% (3420) | 36.00% (3159) | 36.00% (3159) |
| 焦虑     | 41.89% (3889) | 39.81% (4287) | 44.26% (3885) | 44.26% (3885) |
| 敌对     | 22.76% (2113) | 23.96% (2580) | 26.28% (2306) | 26.28% (2306) |

|      |               |               |               |               |
|------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 恐怖症状 | 54.22% (5033) | 53.30% (5741) | 57.17% (5018) | 57.17% (5018) |
| 偏执   | 26.91% (2498) | 26.92% (2899) | 30.61% (2686) | 30.61% (2686) |
| 精神病性 | 41.96% (3895) | 40.37% (4397) | 44.60% (3914) | 44.60% (3914) |

### (二) 不同年级大学生 SCL-90 总分比较

2021 级学生在大一时, 其 SCL-90 总分均值高于常模均值的占比为 34.74%; 在大三时, 其 SCL-90 总分均值高于常模均值的占比为 39.42%, 相比于大一时的占比, 占比上升了 4.68%, 占比高于大一时的占比, 对比差异显著 ( $P < 0.05$ ), 具体见表 2。

表 2 2021 年学生 2 年后于 2023 年的 SCL-90 总分比较 [n (%) ]

| 时间      | SCL-90 总分     |
|---------|---------------|
| 2021 秋季 | 34.74% (3225) |
| 2023 秋季 | 39.49% (3451) |
| $X^2$   | 8.405         |
| P       | 0.004         |

## 三、讨论

### (一) 结果分析

SCL-90 (症状自评量表) 是一种临床对心理情绪进行测评的问卷, 目前来看, 此量表在高校测评中应用广泛, 具有重要意义。将此量表进行应用, 其不仅简便易用, 可以快速评估学生的心理健康状况, 而且此量表覆盖了多个心理症状维度, 包括焦虑、抑郁、强迫、敌对等问题。但是, SCL-90 的应用, 也存在一定的局限性, 此量表容易受到测量个体的主观因素影响, 因为学生在进行量表填写时, 可能伴随自身情绪, 存在社会期望偏差, 容易对其填写结果和测评结果造成影响。但是 SCL-90 不能完全代替临床评估, 因此在高风险群体中, 仍需结合临床访谈和其他评估工具。

在采用 SCL-90 对大学生进行测评时, 其中的评估指标具有重要意义, 具体来看, 抑郁、焦虑的较高评分, 可反映患者面临的心理危机, 而强迫症状的较高评分, 则表明学生存在严重的焦虑情绪。这些指标的测定, 均可以为学校学生的心理健康测评提供参考依据。与此同时, 除了量表的相关数据外, 学生的心理危机识别也可以通过对学生的个体行为变化进行观察, 对其社会支持系统情况等进行分析来实现, 结合定期的心理健康教育和宣传, 能够更全面地识别潜在心理危机。

识别大学生不来那个心理问题后, 有效的干预机制尤为重要, 目前临床常用的干预方法包括认知行为疗法、心理咨询和小组干预等。但是这些干预机制的使用灵活性还不足, 而且缺乏个性化干预特点, 还需要进行进一步优化。此外, 加强家校合作, 提升心理健康知识的普及程度, 也应成为优化干预机制的重要方向。

### (二) 科学干预机制与建议

综合上述统计分析, 大学生心理健康水平呈现逐年下降的趋势, 并且随着大学生年级越高, 其心理健康状况反而变差。当前大学生心理健康状况还呈现出更加复杂的形势, 当代大学生心理素质堪忧。普通同学即使没有表现出明显的心理障碍或精神障碍症状、明显的心理危机信号, 仍然有一定概率在遇到生活事件之后, 因为原生家庭问题、应对能力薄弱、性格缺陷 (冲动、自卑、抑郁)、社会支持贫乏等, 发生危机事件。随着大学生新形势、新动态、新发展, 心理问题和科学干预机制应与时俱进, 具体可以从五个方面入手:

1. 健全工作机制和管理制度。在加强五级防护体系建设管理的基础上, 积极探索建设全员工作模式, 拓展心理健康教育工作的主体范围; 同时通过完善心理健康测评方案、实时监测学生心理动态、建立危机分级预警机制、加强预警信息化管理等实现多维度的心理预警, 建立健全对弱信号的心理危机对象的识别和干预机制。

2. 加强协同联动。建立健全“校家医”联动工作机制, 进一步加强与社区, 与家庭的工作联动, 贯通“校家医”组织体系, 强化一体协同。建立健全重点学生家校会谈制度、社区协作制度、心理危机学生半月研判制度, 积极应对学生心理危机预防, 拓展心理危机防护和干预工作的边界。

3. 充分发挥基层心理健康教育工作队伍 (班主任、心理委员、班干部、宿舍信息员) 的作用。制定详细的工作指引; 建立及时反馈及时指导的工作机制, 实现培训和交流的常态化, 调动学生的积极性和能动性。

4. 加强心理健康知识宣传普及, 提高学生的自助能力和求助意识。加强与学院的合作联动, 充分激发基层心理健康教育工作队伍的创造性, 增加学院心理健康教育活动的频率和覆盖面。

5. 加强心理咨询宣传, 提升心理咨询服务品质。加强专业咨询师及朋辈辅导队伍的建设, 完善技能培训和管理制度, 加强心理咨询预约通道的宣传, 进一步畅通预约通道。

## 四、总结

本研究通过对当前大学生的心理研究, 对其科学干预机制进行分析, 明确了相关研究工作的重要性, 通过实证分析了特定心理指标在高校学生中的应用积极意义, 填补了关于广东省高校心理健康评估的相关研究空白。但是, 本研究也存在一定不足, 受到样本的地域限制, 本研究结果的普适性较差, 且参与者的自我报告数据可能存在偏差。因此, 后续研究应扩大样本范围, 采用更全面的评估方法, 以提高结果的可靠性和适用性。

### 参考文献:

- [1] 黄洪燕. 积极心理学视角下大学生心理问题早期发现和科学干预机制研究 [J]. 情感读本, 2024 (2): 14-16.
- [2] 舒亚丽. 大学生心理问题早期发现和科学干预机制研究 [J]. 畅谈, 2022 (18): 154-156.
- [3] 张佩, 张馨. 新时代职业院校大学生心理问题早期发现和科学干预机制研究 [J]. 山西青年, 2024 (1): 193-195.
- [4] 王淑婷. 大学生心理问题早期发现和科学干预机制研究 [J]. 智库时代, 2022 (22): 169-172.
- [5] 汪丹珂. 互联网时代下大学生心理问题早期发现和科学干预机制的研究 [J]. 电脑采购, 2023 (1): 119-121.
- [6] 芮超. 大学生心理问题早期发现和科学干预机制思考与研究 [J]. 知识文库, 2023 (20): 95-98.

添加项目号: 本文系广东技术师范大学校级研究课题成果项目“大学生心理问题早期发现和科学干预机制研究——以广东某省属高校为例” (项目编号: 23GSSZY02) 的研究成果。