· 调查报告与分析 ·

大学新生抑郁状况及其危险因素分析

雷晓盛,刘朝杰,王雪莹,黄明安

摘 要:目的 了解大学新生抑郁状况及其危险因素,为采取相应的干预措施提供参考依据。**方法** 于 2013 年 11 月采用整群抽样方法在湖北某大学抽取 179 名大一新生进行问卷调查。**结果** 调查的 179 名大学新生中检出抑郁者 47 例,抑郁检出率为 26.2%;47 例抑郁学生中,轻度抑郁 40 例(85.1%),重度抑郁 7 例(14.9%);多因素非条件 logistic 回归分析结果显示,专业满意度为一般(*OR* = 3.015,95% *CI* = 1.157 ~ 7.857)和不满意(*OR* = 4.941,95% *CI* = 1.421 ~ 17.177)、学习压力很大(*OR* = 3.414,95% *CI* = 1.432 ~ 8.142)、个人健康状况差(*OR* = 4.453,95% *CI* = 1.233 ~ 16.077)、人际关系不融洽(*OR* = 3.171,95% *CI* = 1.349 ~ 7.451)是大学新生抑郁发生的危险因素。**结论** 专业满意度较低、学习压力较大、个人健康状况较差和人际关系不融洽的大学新生更易发生抑郁状况。

关键词:抑郁; 危险因素; 大学新生

中图分类号:R 395.6 **文献标志码:**A **文章编号:**1001-0580(2017)04-0678-03 DOI:10.11847/zgggws2017-33-04-41

Prevalence and risk factors of depression among freshmen

LEI Xiao-sheng, LIU Chao-jie, WANG Xue-ying, et al (*School of Management, Hubei University of Chinese Medicine, Wuhan, Hubei Province* 430065, China)

Abstract: Objective To explore the prevalence of depression and its risk factors among freshmen and to provide references for implementing relevant interventions. **Methods** Totally 179 freshmen were selected from a university in Hubei province with cluster sampling and surveyed with questionnaires during November 2013. **Results** Among the 179 college freshmen, 47 cases of depression were identified and the detection rate of depression was 26.2%. Of the 47 depression cases, 40 (85.1%) were mild depression and 7 (14.9%) were severe depression. Multivariate unconditional logistic regression analysis showed that with a general satisfaction for specialty (odds ratio[*OR*] = 3.015, 95% confidence interval[95% *CI*]: 1.157 – 7.857), being unsatisfied to specialty (*OR* = 4.941, 95% *CI*: 1.421 – 17.177), high stress due to study (*OR* = 3.414, 95% *CI*: 1.432 – 8.142), poor health status (*OR* = 4.453, 95% *CI*: 1.233 – 16.077), and disharmonious interpersonal relationship (*OR* = 3.171, 95% *CI*: 1.349 – 7.451) were risk factors of depression among the freshmen. **Conclusion** The freshmen with low satisfaction for specialty, perceived high stress due to study, poor personal health and disharmonious interpersonal relationship are more likely to suffer from depression.

Key words: depression; risk factor; freshmen

随着社会经济的发展、生活节奏的加快和竞争压力的加剧,心理健康问题越来越受到社会关注。抑郁是当代大学生常见的心理问题,也是导致疾病经济负担增加的第二类重要因素[1],美国心理学家 Beck 认为,抑郁性认知表现为消极看待个人和社会,以情绪过度忧愁、心境低落、兴趣减退、身体不适等为特征[2]。已有研究表明,中国大学生群体抑郁发病率高于普通人群[3],抑郁不仅会降低大学生的学习效果和生活质量,如果抑郁状态持续较长时间,会导致心理障碍,严重影响大学生的身心健康[4]。为了解大学新生抑郁状况及其危险因素,为采取相应的干预措施提供参考依据,本研究于 2013 年 11 月采用整群抽样方法在湖北某大学抽取 179 名大一新生进行问卷调查。结果报告如下。

1 对象与方法

1.1 对象 采用整群抽样方法,在湖北某大学不同专业抽取一年级新生作为调查对象进行问卷调查。本次共发放调查问卷 186 份,回收有效问卷 179 份,问卷有效回收率为 96.2%。

1.2 方法 (1)一般情况调查表:自行设计。内容包括性别、专业、生源地、是否为独生子女、是否为贫困生、每月消费情况、专业满意度、学习成绩、学习压力、个人健康状况、人际关系、专业对未来影响、困难应对方式等。(2)贝克抑郁自评量表(Beck Depression Inventory, BDI)[5]:该量表包括心情、悲观、失败感、自责、自杀倾向、社会退缩、睡眠、疲劳、食欲、体重等共 21 组项目,每组有 4 个陈述句,按 0 ~ 3 分 4 个等级进行评价。总分 0 ~ 63 分,其中,< 10 分为心理健康,无抑郁症状;10 ~ 15 分为有轻度情绪不

作者单位: 湖北中医药大学管理学院,湖北 武汉 430065
作者简介: 雷晓盛(1970 –),女,江苏人,副教授,硕士,研究方向:卫生管理。
通讯作者: 黄明安,E-mail:minganhuang@163.com

数字出版日期:2017 – 3 – 29 8:54
数字出版网址:http://kns.cnki.net/kcms/detail/21.1234.R.20170329.0854.026.html

良,但仍属于正常;16 ~ 25 分为有轻度抑郁; > 25 分为有严重抑郁倾向。所有调查问卷均在经过统一培训的调查员说明调查目的和填写方式后,由调查对象匿名填写,当场收回。

1.3　统计分析　采用 Excel 2003 建立数据库录入数据,应用 SPSS 17.0 统计软件进行一般描述性分析、χ^2 检验和多因素非条件 logistic 回归分析。以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2　结　果

2.1　一般情况　调查的 179 名大学新生中,男生 60 人(33.5%),女生 119 人(66.5%);市场营销专业 130 人(72.6%),卫生管理专业 49 人(27.4%);城镇生源 58 人(32.4%);农村生源 121 人(67.6%);非独生子女 138 人(77.1%),独生子女 41 人(22.9%);非贫困生 79 人(44.1%),贫困生 100 人(55.9%);每月消费 < 400 元 96 人(53.6%),400 ~ 800 元 71 人(39.7%), > 800 元 12 人(6.7%)。

2.2　大学新生抑郁状况(表 1)　调查的 179 名大学新生中检出抑郁者 47 例,抑郁检出率为 26.2%;47 例抑郁学生中,轻度抑郁 40 例(85.1%),重度抑郁 7 例(14.9%)。不同特征大学新生抑郁状况比较,不同专业满意度、学习压力、个人健康状况、人际关系、专业对未来影响、困难应对方式大学新生抑郁检出率差异均有统计学意义(均 $P < 0.05$)。

表 1　不同特征大学新生抑郁状况比较

特征		调查人数	抑郁例数	检出率(%)	χ^2 值	P 值
性别	男生	60	10	16.7	3.443	0.064
	女生	119	35	29.4		
专业	市场营销	130	37	28.5	1.192	0.275
	卫生管理	49	10	20.4		
生源地	城镇	58	19	32.8	1.873	0.171
	农村	121	28	23.1		
独生子女	否	138	37	26.8	0.096	0.757
	是	41	10	24.4		
是否贫困生	否	79	22	27.8	0.185	0.667
	是	100	25	25.0		
每月消费(元)	<400	96	22	22.9	1.383	0.501
	400 ~ 800	71	22	31.0		
	>800	12	3	25.0		
专业满意度	很满意	76	10	13.2	17.306	0.002
	一般	77	25	32.5		
	不满意	26	12	46.2		
学习成绩	好	49	7	14.3	5.47	0.065
	中	120	36	30.0		
	差	10	4	40.0		
学习压力	较小	79	12	15.2	11.384	0.003
	一般	89	29	32.6		
	很大	11	6	54.5		
个人健康状况	好	49	8	16.3	8.616	0.013
	一般	105	27	25.7		
	差	25	12	48.0		
人际关系	融洽	136	26	19.1	14.903	<0.001
	不融洽	43	21	48.8		
专业对未来影响	较大	101	19	18.8	13.992	0.001
	一般	62	18	29.0		
	较小	16	10	62.5		
困难应对方式	向他人求助	163	39	23.9	5.116	0.024
	自我解决	16	8	50.0		

2.3　大学新生抑郁危险因素多因素非条件 logistic 回归分析(表 2)　以大学新生是否抑郁为因变量(0 = 否,1 = 是),以专业满意度、学习压力、个人健康状况、人际关系、专业对未来影响、困难应对方式等 6 个因素为自变量进行多因素非条件 logistic 回归分析。结果显示,专业满意度为一般和不满意、学习压力很大、个人健康状况差、人际关系不融洽是大学新生抑郁发生的危险因素。

表 2　大学新生抑郁危险因素多因素非条件 logistic 回归分析

因素		参照组	β	$S_{\bar{x}}$	Wald χ^2 值	P 值	OR 值	95% CI
专业满意度	一般	很满意	1.103	0.489	5.097	0.024	3.015	1.157 ~ 7.857
	不满意		1.598	0.636	6.314	0.012	4.941	1.421 ~ 17.177
学习压力	一般	较小	1.285	0.802	2.565	0.109	3.613	0.750 ~ 17.404
	很大		1.228	0.443	7.667	0.006	3.414	1.432 ~ 8.142
个人健康状况	一般	好	0.167	0.536	0.097	0.755	1.182	0.414 ~ 3.376
	差		1.494	0.655	5.199	0.023	4.453	1.233 ~ 16.077
人际关系	不融洽	融洽	1.154	0.436	7.008	0.008	3.171	1.349 ~ 7.451
常数项			3.026	1.168	6.707	0.010	20.618	

3　讨　论

抑郁是当代大学生群体常见的一种情绪困扰。大学生处于从青少年向成年转变的阶段，由于学习与就业的压力、理想与现实的冲突，会产生心理问题，对大多数人而言，可能只是暂时、偶然的现象，但是少数人可能持续存在抑郁，从而导致抑郁症的发生。本次调查中大学新生的抑郁检出率为 26.2%，高于吴世珍等[6]对山东青岛某大学新生抑郁的检出率(9.8%)，与任晓慧等[7]和蒋德勤等[8]的研究结果相近，因此大学生心理健康教育不容忽视。

本次调查结果显示，专业满意度低和学习压力大是大学新生抑郁发生的危险因素。根据罗杰斯的和谐理论[9]，理想与现实生活中自我的差距是衡量个人心理健康的一项重要指标。如果理想与现实越接近，就会有较多的满足感和幸福感，个人的心理也会越健康，但两者差距过大则会导致心理失衡，乃至抑郁。因此，大学生在专业发展方向和学习方法的选择上，应正确评价自己，找准人生坐标，充分利用自己的长处，扬长避短，构建自我和谐，发挥自我潜能，以达到人生目标。因此建议大学生在入学前应选择与个人兴趣、特长相适合的专业，把自己融入到社会大环境以寻求未来发展方向，寻求真正有效和有利于个人发展的途径。同时，在学习中应注意运用科学的学习方法，劳逸结合，以提高学习效果。不良人际关系也是抑郁发生的危险因素。一项研究表明，约有 53.57% 的大学生受到人际关系的困扰[10]，人际关系与大学生心理健康明显相关。根据马斯洛的需求层次论，人类不仅有生理、安全的需要，还有对社交、自尊和自我实现的更高层次的追求。和谐的人际关系和群体中的归属感是心理健康的基本保证，也是提高工作与学习效率的重要因素。大学生人际关系的影响因素主要包括人际交往、沟通能力，生活事件影响等，不融洽的人际交往氛围会降低大学生的生活满意度。尤其在大学新生初入大学时期，会遇到新的环境、不同的教学模式、生活习惯等方面不适应，因而更应避免不良人际关系给其学习和生活带来的消极影响。根据积极心理学的理论，对大学生心理健康教育应培养积极的心态与良好的社会适应能力[11]，可通过组织多种活动和心理健康教育专题，提高大学生的沟通和交流能力以及适应社会能力，从而减少抑郁发生的风险。本次调查还显示个人健康状况差是抑郁的危险因素。这一点在国内外研究中结论是一致的[12]。世界卫生组织提出的新的健康观，是指在生理、心理、社会上的完好适应。有研究表明，体育锻炼可以在提高学生体质的同时促进其自我认知的发展，从而降低大学生抑郁发生风险[13]。因此，高校应采取有效的应对措施帮助大学生树立正确的健康观，同时通过建立心理危机社会支持网络和开设心理支持热线[14]帮助遇到困难的同学度过难关，促进大学生在各方面的全面发展。

参考文献

[1] 苗庆山，孔祥娟，肖鹏，等. 抑郁性认知量表中文版在社区成人中应用的效度和信度[J]. 中国心理卫生杂志，2016，30(10)：766 - 769.

[2] Beck AT，Rush AJ，Shaw BF，et al. Cognitive therapy of depression[M]. New York：The Guilford Press，1979.

[3] 叶庆红，陈志斌，唐锴. 大学生抑郁发作流行病学调查及干预现状[J]. 临床心身疾病杂志，2012，18(1)：2 - 3.

[4] 崔庆霞，王在翔. 大学生抑郁现状调查及影响因素研究[J]. 中国卫生事业管理，2014(8)：629 - 630，633.

[5] Beck AT，Steer RA，Garbin MG. Psychometric properties of the Beck Depression Inventory：twenty-five years of evaluation[J]. Clin Psychol Rev，1988，8(1)：77 - 100.

[6] 吴世珍，汪求真，米振宏，等. 大学新生抑郁状况及影响因素分析[J]. 中国公共卫生，2016，32(3)：375 - 379.

[7] 任晓慧，刘志襄，孙红伟. 医学生抑郁状态的调查[J]. 哈尔滨医科大学学报，2013，47(5)：471 - 472，474.

[8] 蒋德勤，姚荣英，袁长江，等. 蚌埠市在校大学生抑郁和焦虑状况及其影响因素分析[J]. 卫生研究，2011，40(4)：541 - 543.

[9] 王春娟，冯海英. 从罗杰斯的自我和谐理论看大学生心理健康的自我维护[J]. 教育探索，2009(5)：123 - 124.

[10] 王涛，席波，王翠丽，等. 大学生人际关系困扰心理社会影响因素分析[J]. 中国公共卫生，2007，23(5)：533 - 534.

[11] 赵存河. 论大学生心理健康教育模式的创新[J]. 黑龙江高教研究，2014(5)：103 - 104.

[12] 胡建江，倪延延，黎秋菊，等. 杭州市流动老年人抑郁现状及影响因素分析[J]. 中国公共卫生，2016，32(9)：1144 - 1148.

[13] 汪玉华. 体育锻炼对大学生身体自尊与抑郁水平影响的调查[J]. 体育与科学，2009，30(5)：80 - 82.

[14] 孙崇勇，刘浩强，袁晶. 大学生社会支持与焦虑及抑郁关系[J]. 中国公共卫生，2007，23(12)：1518 - 1519.

收稿日期：2016-09-27　　（郭薇编辑　韩仰欢校对）