

大学生应对方式、心理健康状况与 自杀态度的调查研究

高云鹏¹ 左丹²

(1. 西北师范大学教育学院; 2. 西北师范大学心理健康指导中心, 甘肃 兰州 730070)

摘要: 为了解大学生心理健康状况及其应对方式对自杀态度的影响, 采用应对方式问卷、症状自评量表 (SCL-90) 和自杀态度问卷 (QSA), 对西北师范大学本科生进行问卷调查。结果表明: (1) 不同性别、年级学生的心理健康、应对方式和自杀态度有显著差异; (2) 自杀行为的态度与 SCL-90 的各因子显著相关且均为负相关, 与应对方式中的解决问题和求助呈显著正相关, 与合理化负相关显著。进一步回归分析, 发现心理健康水平的抑郁因子和应对方式中的求助因子进入了回归方程。

关键词: 大学生; 应对方式; 心理健康; 自杀态度

中图分类号: B846

文献标识码: A

文章编号: 1672-0520(2007)06-0102-05

一、问题的提出

自杀是指个体蓄意或自愿采取各种手段结束自己生命的行为, 是目前大学生非正常死亡的重要原因。1998 年全国卫生统计资料表明, 自杀已成为 15—24 岁年龄组死亡的第一位因素 (大学生主要处于这个年龄阶段)^[1], 并且呈上升趋势。王希林、方明昭等的研究表明高校大学生的自杀率在 9—24 / 10 万之间, 远远高于同期所在城市的一般人群自杀率^[2], 是同龄其他人群的 2—4 倍。并且现在网络、电视、报刊等大众媒体关于大学生自杀的报道也越来越多。可见大学生自杀已经成为一个值得关注的社会问题。

大学生面临学习、交往、成才、恋爱、就业等一系列问题时, 他们承受着其它年龄阶段无法比拟的心理压力, 是心理冲突最尖锐、心理动荡最剧烈的时期。多数高校的调查表明, 大学生自杀的原因主要是: 失恋、学习竞争压力过大、人际关系不良、经济和就业压力增大等, 而大学生情绪不稳定, 挫折承受力相对较差等心理健康水平低下的表现与大学生自杀有某种关系^{[3][4]}。事实上, 自杀的产生也是在某种应激状态下无法采取正确的应对方式所产生的极端行为。心里应激理论认为, 应激 (coping) 是个体面临应激情景时为减少压力或伤害而做出的认知或行为努力, 是对情景变量、时间因素以及从影响适应结果的一系列事件中得来反馈的反应^[5]。应对方式作为应激与健康的中介因素, 对身心健康的影响起着重要作用。因此, 不同心理健康水平的学生面对不同的应激源时, 会采取不同的应对方式, 所以有必要考察应对方式与自杀态度的关系。

虽然自杀者在大学生群体中只占很小比例, 但给社会、家庭和个人带来的后果却是十分消极的。开展大学生自杀问题的研究, 对于保障学生的生命安全, 提高大学生的心理健康水平具有十分重要和迫切的意义。

二、研究对象与方法

(一) 对象: 西北师范大学一到三年级本科生, 共发放 450 份问卷, 收回有效问卷 403 份。男生 192 人, 女生 211 人; 一年级 155 人, 二年级 124 人, 三年级 124 人。

(二) 方法: 采用应对方式问卷、症状自评量表 (SCL-90) 和自杀态度问卷 (QSA) 统一施测, 应付方式问卷由肖计划编制, 包括 62 个项目, 分为解决问题、退避、幻想、自责、求助、合理化 6 个因子。症状自评量表由 Derogatis, L.R 编制, 包括 90 个项目, 分为九个因子, 分别是躯体化、强迫、人际关系敏感、抑

收稿日期: 2006-12-22

作者简介: 高云鹏 (1981—), 男, 汉族, 甘肃定西人, 西北师范大学教育学院硕士研究生, 研究方向: 人格与心理健康。

郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性。自杀态度问卷共有 29 个项目, 分为对自杀行为的认识、对自杀者的态度、对自杀者家属的态度和对安乐死的态度。上述三个问卷都具有良好的信度和效度, 所有数据由 SPSS13.0 统计分析。

三、结果与分析

(一) 大学生在性别上的心理健康状况比较

通过独立样本 t 检验, 男女生在躯体化、人际关系敏感、敌对、偏执和精神病性这五个因子上存在显著差异, 且男生得分都比女生高。由于社会和家庭对男大学生的期望和要求比较高, 所以男大学生的心理压力会比较大, 说明在性别差异上, 男大学生更容易患有心理困扰或者心理障碍。结果见表 1 所示。

表 1 不同性别学生症状自评量表差异比较

	M		SD		t 值	P
	男	女	男	女		
躯体化	1.840	1.678	.8236	.7638	2.16	.031
强迫	2.201	2.088	.7967	.6962	1.60	.110
人际关系敏感	2.112	1.935	.8548	.7714	2.30	.022
抑郁	2.052	1.964	.8472	.7998	1.14	.254
焦虑	1.979	1.872	.8267	.7709	1.42	.155
敌对	1.942	1.747	.8922	.7942	2.44	.015
恐怖	1.857	1.750	.9105	.7860	1.32	.184
偏执	1.935	1.774	.8145	.7381	2.20	.028
精神病性	1.993	1.810	.8326	1.0159	2.07	.038

(二) 大学生在年级上的心理健康状况比较

通过单因素方差分析, 结果表明, 不同年级大学生在抑郁、敌对和偏执三个因子上在 .05 水平上差异显著, F 值分别为: $F_{\text{抑郁}(2,400)}=3.289$, $F_{\text{敌对}(2,400)}=4.306$, $F_{\text{偏执}(2,400)}=3.551$; P 值分别为: $P_{\text{抑郁}}=0.021$, $P_{\text{敌对}}=0.005$, $P_{\text{偏执}}=0.014$ 。为了检验究竟是哪一个年级或者哪几个年级存在差异, 进一步作了多重事后比较, 结果表明, 在抑郁因子上, 一年级分别和二年级、三年级的差异显著, P 值分别为: $P=0.005$ 和 $P=0.021$; 在敌对因子上, 一年级分别和二年级、三年级的差异显著, P 值分别为: $P=0.001$ 和 $P=0.009$; 在偏执因子上, 一年级分别和二年级、三年级的差异显著, P 值分别为: $P=0.002$ 和 $P=0.037$ 。

(三) 不同性别学生应对方式差异比较

通过独立样本 t 检验, 男女生在求助与合理化因子上差异显著, 而且表现出男生求助得分的平均数低于女生、合理化得分的平均数高于女生的趋势。表明在大学生活中, 男同学比女同学更独立, 不愿意依赖别人, 而在看待问题的时候更追求合理性, 处理事情时更不会盲目和冲动。

表 2 不同性别学生应对方式差异比较

	M		SD		t 值	P
	男	女	男	女		
解决问题	.767	.751	.1744	.1713	.96	.337
自责	.411	.398	.2545	.2146	.59	.550
求助	.534	.595	.2031	.2055	-3.133	.002
幻想	.511	.498	.2589	.2261	.54	.589
退避	.514	.499	.2073	.2004	.77	.442
合理化	.466	.413	.2417	.2075	2.514	.012

(四) 不同年级的大学生应对方式差异比较

通过单因素方差分析, 结果表明, 不同年级大学生在退避和合理化两个因子上在 .05 水平上差异显著, F 值分别为: $F_{\text{退避}(2,400)}=4.881$, $F_{\text{合理化}(2,400)}=4.955$; P 值分别为: $P_{\text{退避}}=0.002$, $P_{\text{合理化}}=0.002$ 。为了检验究竟是哪一个

年级或者哪几个年级存在差异,进一步作了多重事后比较,结果表明,在退避得分上,一年级分别和二年级、三年级的差异显著,P值分别为:P=0.002和P=0.013;在合理化得分上,一年级分别和二年级、三年级的差异显著,P值分别为:P=0.002和P=0.001。

(五) 不同性别大学生自杀态度差异比较

表3 不同性别学生自杀态度差异比较

	M		SD		t 值	P
	男	女	男	女		
对自杀行为的态度	3.254	3.401	.6758	.6992	-2.145	.033
对自杀者的态度	2.882	2.841	.6763	.5545	.661	.509
对自杀者家属的态度	2.802	2.855	.8227	.8641	-.639	.523
对安乐死的态度	2.742	2.719	.5240	.5542	.432	.666

通过独立样本t检验,可以看出男女大学生在自杀行为性质的态度上差异显著,而在其它三个纬度上差异不显著。说明对于自杀行为,男女大学生的看法有差别,而且男生比女生更理解或宽容自杀行为,同时可以看到男女生的平均得分均在2.5-3.5这个区间内,表明大学生对自杀的态度是极其矛盾的。

(六) 不同年级大学生自杀态度的差异比较

通过单因素方差分析表明,不同年级大学生在自杀行为性质的态度上有显著差异,其它纬度均不显著。 $F_{\text{自杀行为}(2,400)}=3.591$, $P_{\text{自杀行为}}=0.028$ 。进一步事后多重比较发现,二年级与三年级之间的差异非常显著, $P=0.009$ 。

(七) 心理健康水平、应对方式和自杀态度之间的关系

解决问题和求助与SCL-90的各个因子均为负相关,而自责、幻想、退避和合理化与SCL-90的各个因子均为正相关;在六种应对方式中除了求助与SCL-90的各个因子的相关差异不显著外,其他五种应对方式均与各因子呈显著的相关。说明心理健康水平与应对方式有密切的联系,这也与以往的研究相一致。同时可以看出对自杀行为的态度与SCL-90的各因子显著相关且均为负相关,而与应对方式中的解决问题和求助呈显著正相关,与合理化负相关显著。

表4 心理健康水平、应对方式和自杀态度之间的相关

	解决问题	自责	求助	幻想	退避	合理化
躯体化	-.207**	.203**	-.035	.153**	.136**	.248**
强迫	-.252**	.285**	-.099*	.257**	.224**	.283**
人际关系敏感	-.216**	.344**	-.063	.267**	.239**	.339**
抑郁	-.271**	.310**	-.077	.255**	.255**	.327**
焦虑	-.214**	.310**	-.052	.243**	.228**	.303**
敌对	-.192**	.274**	-.021	.248**	.189**	.293**
恐怖	-.219**	.286**	-.025	.257**	.179**	.294**
偏执	-.175**	.288**	-.057	.236**	.209**	.337**
精神病性	-.159**	.203**	-.051	.192**	.141**	.215**
自杀行为	.099*	-.089	.149*	-.038	-.011	-.101*
自杀者	-.069	.031	-.039	.024	-.022	.115*
安乐死	.050	-.102*	.037	-.083	-.069	-.133*
家属	.055	-.047	-.013	-.019	-.062	-.004

进一步进行逐步回归分析,发现心理健康水平中的抑郁因子和应对方式中的求助因子进入了回归方程,标准化回归方程为:自杀行为 = -0.193* 抑郁 + 0.133* 求助。表明学生的抑郁状态和抑郁倾向以及求助的失败都会直接影响到是否会采取自杀行为。

四、讨论

(一) 不同性别大学生心理状况、应对方式和自杀态度的差异

男女生在躯体化、人际关系敏感、敌对、偏执和精神病性这五个因子上存在显著差异,且男生得分都比

续表 4

	躯体化	强迫	人际关系敏感	抑郁	焦虑	敌对	恐怖	偏执	精神病性
自杀行为	-.168**	-.156**	-.184**	-.205**	-.198**	-.138**	-.179**	-.168**	-.148**
自杀者	.008	.031	.054	-.018	-.004	.032	-.025	100*	-.005
安乐死	-.066	-.021	-.007	-.059	-.015	-.058	-.034	-.060	-.084
家属	-.003	.017	-.029	-.005	-.020	-.022	-.019	.024	.027

表 5 心理健康、应对方式和自杀行为的回归分析

	R	调整后 R ²	标准化回归系数	t
抑郁	.204	.042	-.193	-3.960
求助	.244	.018	.133	2.733

女生高; 男女生在求助与合理化因子上差异显著。这一结果似乎说明了男性更容易产生心理障碍或心理问题, 社会对男性的要求、期望比女性更高, 因而男生在面对学习和生活时有更大的压力, 同时社会角色又要求男性独立、具有责任感。因而, 男生相对易表现出激动、争强好胜的特点, 在应对方式上也很少依赖别人, 有较强的独立性, 不愿意求助别人。由于男生更能体验到学习与生活甚至就业的压力, 因此, 男生比女生更赞成自杀行为的发生, 也更理解和支持这一行为的发生, 在本研究中也证明了这一点。

(二) 关于不同年级大学生心理状况、应对方式和自杀态度的差异

不同年级大学生在抑郁、敌对和偏执三个因子上差异显著。具体来说, 一年级分别和二年级、三年级在抑郁因子、敌对因子和偏执因子上差异显著, 并且在三个因子上, 一年级的得分平均数明显低于二、三年级; 不同年级大学生在应对方式方面, 退避和合理化两个因子差异显著, 且一年级的得分平均数明显低于二、三年级; 在自杀态度方面, 不同年级大学生在自杀行为性质的态度上有显著差异。

大学新生的主要问题是对新环境的适应, 大一一是高中向大学的过渡期, 他们对大学生活面临的其他问题还没有很深入的了解, 因而产生的问题也不是很明显。经过一段时间的大学生活后, 尤其是原来的优越感不复存在, 理想与现实之间巨大的差距使有些学生感到失落、盲目、无所适从。大二面临学习方式的转型、各种等级考试、人际交往的不理想; 大三各种学业的压力、抉择的冲突以及就业压力都会对大学生的应对能力和心理健康水平提出挑战, 在这个过程中, 极容易产生心理障碍甚至一些极端行为, 而自杀行为就是在无法应对所出现的问题、抑郁情绪没有得到缓解、没有得到关心和支持的情况下采取的极端行为。因此, 教育者在心理健康教育中应重视了解大学生的心理健康状况, 在辅导过程中提高大学生的积极应对方式, 尽量避免消极应对方式对大学生心理健康的损害。

(三) 心理健康、应对方式和自杀态度的关系

自杀态度是对自杀行为的看法和认知, 与自杀态度问卷测量越配合, 与行为后果的关系越大^[6]。本调查结果显示, 自杀行为与大学生心理健康状况之间呈显著负相关, 而与应对方式中的解决问题和求助呈显著正相关, 与合理化负相关显著。说明心理健康水平越低的学生越赞成自杀行为, 进而在应激状态下有可能会采取自杀行为; 同时解决问题、求助等积极的应对方式得分高的学生更倾向于不赞成自杀, 对自杀持反对、否定、排斥态度。因此, 在心理辅导和教育中提高心理健康水平和运用积极的应对方式都会减少大学生自杀行为的产生。

目前高校大学生自杀问题已经不容忽视, 而提高大学生心理健康水平, 增强积极的应对方式是自杀预防机制不可或缺的一部分。所以, 所有高校应有计划、有针对性地培养大学生的心理品质, 对有心理问题的的大学生给予针对性的心理咨询和治疗, 是降低大学生心理危机及自杀发生的有效方法之一。

五、结论

(一) 男女生在心理健康的躯体化、人际关系敏感、敌对、偏执和精神病性五个因子上存在显著差异, 且男生得分都比女生高; 在应对方式的求助与合理化因子上差异显著; 在自杀态度的自杀行为性质的态度上差异显著, 而在其它三个纬度上差异不显著。

(二) 不同年级大学生在心理健康的抑郁、敌对和偏执三个因子上差异显著; 在应对方式的退避和合理化两个因子差异显著; 在自杀态度的自杀行为性质的态度上有显著差异。

(三) 自杀行为的态度与 SCL-90 的各因子显著相关且均为负相关, 与应对方式中的解决问题和求助呈显著正相关, 与合理化负相关显著。进一步回归分析, 发现心理健康水平中的抑郁因子和应对方式中的求助因子进入了回归方程。

参考文献:

- [1] 翟书涛. 危机干预与自杀预防 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 1997.
- [2] 王希林, 等. 我国大学生自杀问题分析 [R]. 长沙: 全国危机干预与自杀预防会议, 2001.
- [3] 钟向阳, 曾璇, 等. 大学新生自杀意念与其心理健康状况的关系 [J]. 中国校医, 2003, 17 (3): 216~218.
- [4] 葛小锚, 胡健, 等. 大学生心理健康状况及其对自杀态度的调查 [J]. 四川精神卫生, 2005, 18 (2): 86~88.
- [5] 井世洁. 初中学生的应付方式与心理健康的相关研究 [J]. 宁波大学学报 (教育科学版), 2001, 23 (4): 1~5.
- [6] 肖水源, 杨洪. 自杀态度问卷的编制及信度与效度研究 [J]. 中国心理卫生杂志, 1999, 13 (4): 250.
- [7] 汪向东. 心理卫生评定量表手册 [J]. 中国心理卫生杂志, 1998 (增订版): 31~35, 109~115, 364~367.
- [8] 佟月华. 大学生应对方式与心理健康的关系研究 [J]. 中国行为医学科学, 2004, 13 (1): 94.
- [9] 刘朝莹. 应对方式与心理健康研究综述 [J]. 赣南师范学院学报, 2004 (5): 31~34.
- [10] 马剑侠. 大学生自杀心理研究与危机干预策略 [J]. 许昌师专学报, 2002, 21 (6): 121~123.

An Investigation of Mental Health Status and Coping Style of College Students and Their Suicide Attitudes

Gao Yun-peng¹ Zuo dan²

(1 School of Education, 2 Mental Health Center, Northwest Normal University Lanzhou Gansu 730070)

Abstract: To understand whether the student's mental health status and their coping style influenced their suicide attitudes, this paper used Coping Style Questionnaire, Symptom Checklist 90 and Suicide Attitude Questionnaire(QSA) to investigate the students of Northwest Normal University. The results showed that:(1)Significant differences existed in mental health, coping style and suicide attitude among genders and different grades;(2)The attitude of suicide behavior was negatively correlated with each factor of mental health and rationalization coping style, but positively correlated with problem-solving and help. It is found by regression that depression of mental health and help of coping style were entered the regression equation.

Key words: College students; Mental health; Coping style; Suicide attitude

[责任编辑: 马红霞]