

文章编号：2095-364X (2013) 03-0050-06

## 90 后女大学生心理健康状况研究

孟 彩

(广东女子职业技术学院 学生处, 广东 广州 511450)

**摘 要:**使用 SCL90 和 UPI 量表对广州某女子高校 2010-2012 年入学的 90 后女大学生的心理健康状况进行了调查分析,发现 90 后女大学生总体心理健康水平较好,总体心理健康水平好于常模,但在强迫、焦虑、恐怖三个因子上得分显著高于常模。在心理健康教育中,应当将“自我”成长课题引入课堂、团体心理辅导、二课堂活动中,使学生在体验式教学中获得自我成长,同时,在心理健康教育宣传中应倡导带着问题前进与生活,促进女大学生的全面心理健康。

**关键词:** 90 后;女大学生;心理健康

**中图分类号:** B844.2 **文献标识码:** A

90 后大学生逐渐成为大学校园的主流群体,随着我国高校女大学生在校比例的逐年提高,90 后女大学生在当今大学校园也占据了半壁江山。从人的发展阶段来说,女大学生和男大学生在大学阶段具有共同的心理发展问题,但从性别角度来说,女大学生与男大学生的心理各有特点,在心理健康状况上,不同性别的大学生其心理健康的状况也各有特点,对女大学生的心理健康状况加以研究,不但能更有针对性地解决女大学生心理健康教育方面的问题,也能使大学的心理健康教育与时俱进,改进工作手段和方法。

### 1 方法

#### 1.1 测量工具

《大学生人格问卷》(University Personality Inventory, 简称 UPI) 是为了及早发现、及早治疗有心理问题的大学生而制定的大学生精神健康量表,主要以大学新生为对象。问卷采用是否两级计分。UPI 可将新生分为三类:I 类为需要重点关注的对象; 类为心理问题可能存在、尚不严重的对象; 类为心理基本健康的对象。I 类对象的筛查标准为:凡是 UPI 量表总分在 25 分(含 25 分)以上的或第 25 题作出肯定回答的或辅助题中至少有两题同时做肯定回答的,则列为 I 类学生。I 类学生更能集中反应 90 后女大学生产生心理困扰的主要问题,因此应着重研究 I 类学生。

《症状自评量表》(Self-reporting Inventory, 简称 SCL-90) 是世界上最著名的心理健康测试量表之一,是当前使用最为广泛的精神障碍和心理疾病门诊检查量表。该量表共含有 90 个项目,10 个因子,可从十个方面反映被试的心理健康程度。由于该量表反应的情况较为全面,目前在高校中普遍应用来评估新生的全面心理状况。量表对被试精神病症状的各种表现采用 5 级(1-5)评分,量表根据总分、总平均分将被试筛选为阳性和阴性两种,阳性即表示存在精神卫生方面的问题,阴性则表示被试在精神卫生方面无症状。SCL90 量表筛选阳性的标准是总分大于等于 160 分、总平均分大于等于 2 或任一因子分大于等于 3。筛选阳性的学生更能集中反应 90 后女大学生产生心理困扰

收稿日期:2013-04-12

作者简介:孟彩(1982-),女,河南南阳人,硕士,助理研究员,研究方向:高等教育。

的主要问题。

在使用测评工具测评 90 后女大学生心理健康状况之后，对达到量表筛选标准的女大学生展开简短的访谈，以确定存在的问题，访谈在测评结束后一周开展。

### 1.2 被试

抽取广州某女子高校 2010-2012 年入学的女大学生的心理测评数据，选取其中 1990 年以后出生的女大学生的数据作为研究数据。测评采用局域网机测模式。2010-2012 年间共测试了 6061 名 90 后女大学生，95%的女大学生来自广东省，该高校专业设置以文科为主。共收集到 5950 个被试的测评数据，剔除无效数据（漏答 1 题以上、所有题目仅作一种回答的数据）后有 5930 个被试的 SCL-90 量表数据进入数据分析，根据剔除数据标准，UPI 量表有 5918 个被试的 UPI 量表数据进入分析，数据有效率分别达到 97.84%和 97.64%。

### 1.3 数据分析

数据分析使用 SPSS13.0 作为统计工具，主要采用频数分析、卡方检验、平均数检验、方差分析、相关系数分析作为主要统计手段。

## 2 结果

### 2.1 2010-2012 年入学的 90 后女大学生需重点关注的学生比例分析

将 UPI 量表检出的 I 类女大学生数除以当年参加测评的女大学生数，得到当年女大学生的 UPI 检出率。将 SCL90 总分筛选阳性的女大学生数除以被测女大学生数，得到当年女大学生的 SCL90 阳性率。则本研究得到 2010-2012 年入学的 90 后女大学生的 UPI 检出率和 SCL90 阳性率见表 1。

表 1 2010-2013 年 90 后女大学生的 UPI 量表检出率和 SCL90 量表阳性率

	2010	2011	2012	合计
UPI I 类检出率（缺失值=2）	17.2%	18.1%	18.8%	1066 人
SCL90 总分阳性率（缺失值=7）	11.9%	10.8%	13%	704 人

从表 1 中可以看出 UPI 的 I 类检出率、SCL90 的阳性检出率都呈逐年递增趋势，且 UPI 的 I 类检出率在绝对值上高于 SCL90 的阳性检出率，这与魏俊彪<sup>[1]</sup> 2001 年报告的研究结果一致。90 后女大学生 UPI 的 I 类检出率低于赵斌<sup>[2]</sup>于 2008 年报告的 UPI 的 I 类女生报告率 27.4%和总体学生的 I 类报告率 20.5%，SCL90 女大学生总分阳性率低于廖婷婷等<sup>[3]</sup>于 2009 年报告的 SCL90 女大学生总分阳性率 28.6%。从总体上来说，所选取的 90 后女大学生样本心理健康总体水平较高。

由于不同年份的 UPI 检出率、SCL90 检出率都不同，为了了解不同年份检出率是否存在本质差异，使用卡方分析分析了入学年份对 SCL90 总分筛选阳性率、UPI 的 I 类人员检出率的影响，发现尽管三年的总分阳性筛选率、I 类人员检出率均不同，绝对人数呈现上升趋势，但统计检验不显著。

### 2.2 UPI 量表反应的 90 后女大学生的主要心理问题

UPI 的 I 类人员的心理问题表现能够更集中地反应 90 后女大学生存在的心理问题。将 UPI 的 I 类女大学生在 56 道题目（去除 4 道测伪题，4 道辅助题暂不列在此）的频数（每题选填人数）和选率（频数与基础人数之比）加以分析，得出三年间 I 类女大学生认为存在困扰的 10 个 UPI 选项，见表 2。

表 2 2010-2012 年 90 后 I 类女大学生 UPI 选率最高的 10 项

题号	项目	I 类学生总选率（n=1066）	排序
58	在乎别人视线	58.3%	1

38	缺乏自信心	55%	2
22	爱操心	53.8%	3
14	思想不集中	52.7%	4
11	觉得自己不是自己	52.2%	5
9	过于担心将来的事情	52.2%	5
27	记忆力减退	51.4%	7
57	总注意周围的人	51%	8
29	缺乏决断能力	50%	9
53	对脏很在乎	49.4%	10

从表 2 可以看出,90 后 I 类女大学生较为关注的 10 个问题是:他人的评价(“在乎别人视线”、“总注意周围的人”),焦虑(“爱操心”、“过于担心将来的事情”、“对脏很在乎”),自我认知偏差(“缺乏自信心”、“觉得自己不是自己”),意志薄弱(“缺乏决断能力”),学习问题(“思想不集中”、“记忆力减退”)。I 类女大学生排位前 10 的选率均超过或接近 50%,即有一半的 90 后 I 类女大学生认为自己存在这些症状。将这 10 个问题归纳起来,可将UPI反应的90后女大学生的主要心理问题归纳为:

“自我”问题<sup>[4]</sup>:对外貌或个人外在表现焦虑(“对脏很在乎”),他人评价(“在乎别人视线”、“总注意周围的人”),自我认知偏差(“缺乏自信心”、“觉得自己不是自己”)

情绪波动敏感:焦虑(“爱操心”、“过于担心将来的事情”)

强迫倾向:强迫性的思维(“觉得自己不是自己”),犹豫不决(“缺乏决断能力”)

学业问题:“思想不集中”、“记忆力减退”。

分析四道辅助题的选率,I类女大学生对四道辅助题的选率分别是“自觉身心健康有问题”64%，“曾觉心理卫生有问题”62%，“曾接受心理咨询或治疗含电话咨询”20.7%，“有健康或心理卫生问题咨询”80%。90后I类女大学生对自身的心理健康十分关注,并有求助的自觉性。

### 2.3 90 后女大学生 SCL90 量表因子分比较

为了了解总分筛选阳性女大学生和总体女大学生在各个因子上的表现,对90后女大学生总体和总分筛选阳性学生的各项因子均分进行比较,并做了平均数差异检验,结果见表3。从表3可以看出总分筛选阳性的女大学生在各因子上的平均分均显著高于总体女大学生。从筛选阳性女大学生各因子的平均分来看,女大学生的心理问题主要表现在强迫、人际关系敏感、抑郁、焦虑、恐怖5个因子上,以强迫为主要表现症状。女大学生总体的因子平均数也呈现出强迫因子分最高、人际关系敏感因子分次高的现象,说明筛选阳性女大学生的因子分分布特征与总体女大学生因子分分布特征保持一致。从总体上来说,女大学生的强迫意念、行为、人际关系敏感性比其他方面突出。

表 3 90 后女大学生总体与筛选阳性学生的 SCL90 各因子平均分对比

因子	总体的因子均分	阳性学生因子均分	t
躯体化	1.220888	1.7241	32.068***
强迫	1.685298	2.5449	53.534***
人际关系敏感	1.473587	2.3435	54.715***
抑郁	1.361539	2.2118	51.094***

焦虑	1.381985	2.2118	48.569***
敌对	1.289337	1.8716	33.363***
恐怖	1.345503	2.0500	38.119***
偏执	1.324489	1.9925	41.251***
精神病性	1.325102	1.9947	45.449***
其他	1.374314	1.2808	39.662***

为了了解女大学生心理问题的主要表现，对 SCL90 所有题目的选率进行计算，并对选率做了排序，发现筛选阳性女大学生的选率排在前 10 位是：敌对—容易烦恼和激动 94.7%，强迫—难做决定 93.6%，强迫—忘性大 93.5%，焦虑—紧张或容易紧张 93.2%，强迫—担心衣饰及仪态端正 93%，人际敏感性—感觉比不上他人 92.8%，抑郁—感到孤独 91.6%，焦虑—感觉要快点把事情做完 89.6%，恐怖—因害怕而避开某物或场合 89.1%，抑郁—常责怪自己 88.2%。对这 10 个题目加以归类，可将 SCL90 反应的 90 后女大学生的主要心理问题归纳为：

情绪波动敏感：情绪波动（“容易烦恼和激动”、“紧张或容易紧张”、“感到孤独”）、回避行为（“因害怕而避开某物或场合”）。

“自我”问题：自我评价低（“感觉比不上他人”、“常责怪自己”）。

强迫倾向：强迫性行为或思维、念头（“难做决定”、“担心衣饰及仪态端正”、“感觉要快点把事情做完”）。

学习问题：“忘性大”。

#### 2.4 90 后女大学生 SCL90 量表得分与常模的比较

为了解 90 后女大学生的心理健康状况与常模相比所处的水平，选取童辉杰<sup>[5]</sup>在 2006 年公布的 SCL90 常模作为比较标准，见表 4。

表 4 90 后女大学生 SCL90 因子与常模比较

因子	调查得出数据		童辉杰2006年数据		Z值
	M	SD	M	SD	
躯体化	1.2209	0.30812	1.4194	0.4429	-49.610***
强迫	1.6853	0.49903	1.6586	0.5165	4.122***
人际关系敏感	1.4736	0.46314	1.5115	0.4938	-6.305***
抑郁	1.3616	0.42888	1.4980	0.4707	-24.497***
焦虑	1.3820	0.42526	1.3437	0.3886	6.931***
敌对	1.2893	0.36233	1.4948	0.5095	-43.668***
恐怖	1.3455	0.42550	1.2656	0.3938	14.468***
偏执	1.3245	0.38493	1.4361	0.4695	-22.322***
精神病性	1.3251	0.36090	1.3262	0.3876	-.236
总分	124.33	30.998	130.021	33.6260	-14.147***

从表 4 中可发现在躯体化、人际关系敏感、抑郁、敌对、偏执 5 个因子上 90 后女大学生平均分都显著的低于全国常模，在强迫、焦虑、恐怖 3 个因子上 90 后女大学生平均分都显著高于全国

常模，在精神病性因子上与常模并无显著差异，在总分上，90后女大学生得分显著低于全国常模。这说明，90后女大学生从整体上来说，心理健康水平高于常模，仅强迫、焦虑、恐怖3个因子上90后女大学生得分较高。

### 3 结论与讨论

90后女大学生总体心理健康水平较好，三年间心理健康测评的检出率无显著变化。调查测试得出UPI检出率高于SCL90检出率，与以往研究结果一致。90后女大学生的心理健康水平总体上比2006年的常模高，但在强迫、焦虑、恐怖三个因子上90后女大学生的得分都显著高于常模（ $P < .0001$ ）。90后女大学生对自身的心理健康问题十分关注，并且有很高的求助愿望，这是我国心理健康教育自80年代以来一直积累的结果，也是当前信息时代的高度发展使心理健康教育的知识、理念、做法得到更快传播的结果。

UPI和SCL90检出的90后女大学生的心理问题的特点大致上相似，结合访谈的情况，可以将90后女大学生的心理问题概括为：

关注“自我”的问题：身体自我，客我，主我，自我认识，自我评价，他人评价。

情绪波动、敏感：情绪的体验较多，情绪波动大，敏感。

关注学业问题：在学习方法、学习动力、学习目标、学习意志和学业自我概念方面投入较多关注。

关注人际关系：对人际关系的心理需求较多，如亲密关系；在人际距离，人际冲突，人际沟通方面过分关注，存在较多焦虑。

注意力内投：对有关自我心理卫生问题的十分关注。

以强迫为主要症状：女大学生对自我、学业、人际关系问题的关注主要表现为反复经验某一想法、念头；重复某种行为，并以此感到苦恼。

总体而言，90后女大学生的心理问题的特点是以自我为核心，对学业问题、人际关系问题关注较多，主要表现为情绪波动大、敏感，注意力内投，以强迫为主要症状。

### 4 建议与对策

针对90后女大学生心理问题的特点，高校心理健康教育应着重从以下几点加强对女大学生的心理健康教育：

第一，利用课堂、团体心理辅导、二课堂活动等途径帮助女大学生逐步认识自我、确立自我、接纳自我，形成稳定的、积极的自我认识和自我形象。在课堂上开设学习“自我”的专门章节，但应以体验课为主、以理论课为辅，体验课应引导学生从体验中逐渐体会自我，体会积极自我的力量，掌握建立积极自我的方式方法；在二课堂活动中，开展“认识我的身体”、“认识我自己”、“认识我的情绪”等相关的活动，使每个人都掌握认识正确自己的方法，促进学生从积极角度认识自己；针对一批认识自我存在较大问题的学生，开展专门的团体心理辅导，在团体中使学生逐渐成长，形成稳定的、积极的自我认识。

第二，在心理健康教育宣传上应倡导与问题共存，带着问题前进和生存。阳光与阴影相辅相成，没有阳光就没有阴影。同样，问题与机会、挫折与成长也是相辅相成的。依照思维的惯性，想到问题就立刻想到怎样去消灭问题，而较少想到问题带来的契机、问题带来的益处。如女大学生感到考试焦虑时，意味着她对考试有很大的期待，这是好事情，但简单的消灭焦虑可能会失去对考试的期待，带着焦虑寻找更适合的学习方法、考试方法才是更好的办法。因此，在心理健康教育的宣传当中，应当侧重与问题共存，带着问题去生存，带着问题去前进。

第三，将心理健康教育的理念与就业指导课相互结合，一方面引导女大学生树立个人成长的梯度目标，另一方面促进女大学生发展自身的兴趣。引导女大学生在大学生活中不仅以学业为重、以

人际关系为重,更要全面发展,形成以专业为核心、以兴趣爱好为辅助的梯度发展目标,既致力于个人的职业发展,又兼顾个人的兴趣爱好,使女大学生合理分配自己的注意力,避免将“所有鸡蛋放在一个篮子里”,形成多种支撑,以现实功能为方法,促进女大学生全面的心理健康。

#### 参考文献:

- [1] 魏俊彪.SCL90与UPI评定结果的比较研究[J].健康心理学杂志,2001,(6):437-439.
- [2] 赵斌.大学生心理健康调查分析[J].黔西南民族师范高等专科学校学报,2008,(3):50-54.
- [3] 廖婷婷,林川,李玲,丁薇.大学新生心理健康水平调查报告[J].保健医学研究与实践,2009,(4):24-25.
- [4] 刘东台.大学新生心理困扰的性别特点[J].中国健康心理学杂志,2007,(1):39-42.
- [5] 董辉杰.SCL90量表及其常模20年变迁之研究[J].心理科学,2010,(4):928-930.

## A Study on “Post-90s” Female College Students’ Mental Health

MENG Cai

(Students' Affairs Office, Guangdong Female Polytechnic College, Guangzhou 511450, China)

**Abstract:** The SCL90 scale and UPI scale have been used to study the mental health of “Post-90s” female college students in the year of 2010-2012. Results: The general level of mental health of “Post-90s” female college students is good; the overall mental health level is better than the routine model. But the level of the scores in three factors of obsession, anxiety and fear are obviously higher than the routine model. In our mental health education, we should bring the idea of “self growth”, group psychological guidance, after-class activities in our class. These practices can help students gain self growth in experiential teaching. In the meanwhile, we should advocate the concept of living with problems in the awareness of mental health education in order to improve students’ overall mental health.

**Key words:** “Post-90s”; female college students; mental health

---

(上接第 13 页)

## On the Strategies and Feasibility Analysis of Constructing Vocational Education Park in Guangzhou

RUAN Cai-xia

(Department of science and technology, Guangzhou Institute of Railway Technology, Guangzhou 510430, China)

**Abstract:** Under the circumstance of rapid development of national vocational education, the development of vocational education in Guangzhou is placed onto an unprecedented height. Recently, a magnificent target of constructing vocational education park in Zengcheng is put forward. Guangzhou, a large vocational education city, a strong vocational education city, is qualified for a vocational education park with strong economic strength and cultural heritage. During the construction of vocational education park, there should be an effective joint mechanism among vocational education park, industrial park and industry, an innovation of investment and financing mechanism of vocational education park, a constant improvement of school-enterprise cooperation system and mechanism, an improvement of the Organization and management of the vocational education park.

**Key words:** vocational education park; collaborative innovation; school-enterprise cooperation