

大数据背景下大学生心理抑郁情况调查与分析

李清^{1*}, 邓国英², 苏强³

1. 上海政法学院经济管理学院, 上海;
2. 上海市第一人民医院创伤中心, 上海;
3. 同济大学经济与管理学院, 上海

摘要: 基于SCL-90经典量表, 本文设计大学生心理健康测试量表, 分析大学生心理抑郁状况。面向全国大学生发放问卷, 收回有效问卷8664份。根据量表得分将大学生心理抑郁情况分为较弱、一般和较强三类, 分析收集样本在学校、专业上的分布情况; 比较抑郁量表中13个条目在性别和年级上的差异, 分析其原因; 最后, 采用卡方检验分析对大学生心理抑郁情况有显著影响的指标。

关键词: 大数据; 大学生; 心理健康; 抑郁

Investigation and Analysis of College Students' Psychological Depression under the Background of Big Data

Qing Li^{1*}, Guoying Deng², Qiang Su³

1. School of Economics and Management, Shanghai University of Political Science and Law, Shanghai;
2. Trauma center of Shanghai First People's Hospital, Shanghai;
3. School of Economics and Management, Tongji University, Shanghai

Abstract: Based on the classical SCL-90 scale, this paper designed mental health test scale of college students, and analyzed the depression status of them. Questionnaires were distributed to college students nationwide, and 8664 valid questionnaires were collected. According to the score of scale, the depression state of college students was divided into three categories: weak, general and strong. The distribution of the collected samples in schools and majors was analyzed. The gender and grade differences of 13 items in depression scale were compared, and the reasons were analyzed. Finally, Chi-square test was used to analyze the indicators that have significant influence on the psychological depression of college students.

Keywords: Big Data; College Students; Mental Health; Depression

* 作者简介: 李清 (1991-), 女, 博士, 讲师, 研究方向: 大数据分析, 医疗管理, Email: mzsqli26@126.com; 苏强 (1969-), 男, 博士, 教授, 研究方向: 运营管理, 医疗管理, Email: suq@tongji.edu.cn; 邓国英 (1989-), 男, 博士, 住院医师, 研究方向: 外科学, 慢性疼痛, 医护关系。

随着信息化、城市化和全球化经济的发展,相关的心理健康问题或心理行为问题相继产生,心理健康与心理疏导成为当下重点关注的领域。当下,我国青年健康政策力度不断提升,然而青年世代的健康状况却不容乐观。大数据时代下,大学生面临日新月异的学习和生活环境,其普遍存在心理压力和负面情绪较高等特征。在主客观因素共同作用下,大学生出现了抑郁、焦虑、强迫和人际关系敏感等心理问题,住院率和就诊率呈上升态势。大学生作为社会的重要群体,其心理健康状态直接关系到个人发展和社会和谐,若其心理问题得不到有效解决,将会给自身、家庭、学校和社会等带来严重影响。

十九大报告指出,要加强社会心理服务体系建设,培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态。因此,必须客观全面地了解大学生心理健康状况,主动应对大数据时代下大学生心理健康工作存在的机遇和挑战,推动高校心理健康教育跨越式发展。

1 文献综述

我国大学生心理健康状况较为严峻,“00”后大学生群体的心理问题呈现出低龄化趋势,抑郁、焦虑等心理问题较为常见,环境适应能力差、人际关系处理能力欠缺和心理较为脆弱等问题也较为明显[1]。大学生群体生活阅历少,心理状态不稳定、情绪易波动,是心理健康中的弱势群体[2]。研究表明近10年来我国大学生抑郁症患病率达到了31.38%,且仍存在增高趋势[3]。

1.1 大学生心理抑郁的影响因素分析

大学生心理健康问题的形成受到家庭、个人、学校和社会等各方面因素的影响。舒曼玲等(2021)[2]比较了长沙市在校大学生的心理健康状况,发现性别、家庭经济水平、母亲受教育程度、家庭功能情况和父母婚姻状况的不同导致大学生不同的心理健康状况。梁瑞琼等(2012)[4]对家庭经济水平与大学生心理健康间的相关性进行了研究,发现家庭经济贫困大学生的心理健康水平要比非贫困生低。

家庭经济水平不好的学生进入大学后,更能体会到家庭经济重担的压力。经济的压力与现实的巨大落差,极易引起大学生抑郁、焦虑和自卑等负面情绪,影响其心理健康状况。

家庭功能情况是大学生心理健康水平的直接影响因素之一。Pakdaman等(2021)[5]发现具有童年创伤的大学生更容易滥用药物,从而导致严重的心理健康问题。李文华等(2014)[6]研究表明大学生的主观幸福感与家庭功能特征呈正相关关系,家庭功能良好的大学生出现心理问题的可能性是家庭功能严重障碍的0.473倍。健康良好的家庭,家庭成员间有效的交流沟通更易形成和谐的家庭氛围,家庭支持进一步促进心理健康。存在功能障碍的家庭,通常缺乏密切交流和关怀,大学生在遇到挫折时不能及时从家庭中获得有力支持,进而出现心理问题。

2021年以来,“内卷”和“躺平”等词语成为大学生的标签,反映了大学生面对学习和就业等各种情况的心态。长期在压力环境下引发的恶劣心境是导致大学生心理问题和极端事件的重要原因[7]。Chen等(2016)[8]提出,校园文化会影响大学生的个人态度,从而影响大学生寻求帮助解决心理健康问题。

1.2 大学生心理抑郁的预防和干预

心理资本作为个体的积极心理状态,对大学生心理健康发展具有重要影响。积极心理资本的各个维度与大学生心理健康呈显著正相关关系,可发挥心理资本优势,采用多种干预措施开发大学生的心理资本以提升其心理健康素质[9]。关注和解决已经产生的心理问题或有心理问题的大学生群体,充分发挥大学生自身的心理潜能,运用内在的积极力量克服心理上的困难,实现个人的成长与发展。

高校在心理健康教育方面,探索创新性的心理健康教学模式,将心理健康教育与体育和德育两大类课程融合。体育活动可以锻炼大学生的意志,能够调节心理状态,维持其心理健康。德育课程主要是将思想政治教育与心理健康教育相融合[9]。同时,立足大学生实际困境,关注互联网新时代下大

学生群体可能出现的心理问题。加强辅导员和专职教师与大学生的生活联系，寻找影响大学生心理健康的各种因素。有针对性地采取干预方法及实施对策，构建并完善心理健康与心理发展教育工作体系及工作机制、心理咨询服务机制、心理预防与干预机制等[10]。针对家庭经济状况欠佳的学生，高校应积极完善经济帮扶体系，开展内容丰富的心理教育活动，为大学生提供充足的心理疏导，提高其心理健康水平[11]。

家庭是大学生心理健康的坚强后盾。在大学生们的成长道路上，如果家长们能够采纳科学有效的教育理念、加强亲子间的交流沟通、给予充足的精神和物质支持，将是保持大学生心理健康状况良好的一大助力。多元复杂的社会环境，使大学生面临着众多的困难和挑战，不同性别、种族和国家的大学生遭受的心理危机也并不一致，足够的社会支持能够帮助大学生更好地处理心理健康问题[12]。

2 研究设计

2.1 研究对象

在获得参与者本人的知情同意后，研究者向全国大学生发放问卷10000份。受访者在网上接受匿名调查，填写问卷的时间约为20分钟。受访者常住地覆盖了一二三线城市和农村，包括本科生、硕士研究生和博士研究生，专业包括工农医商等。最终回收问卷数量为9453份，有效回收率94.53%。

2.2 问卷设计

(1) 大学生个人信息

问卷第一部分为大学生个人信息，包括身高、体重、性别、年龄、进入大学前常住地（北上广深、省会城市、二线城市、三线城市和农村）、就读学校（985、211、第一批次、第二批次和第三批次）、年级、专业和就学期间住宿情况（学校宿舍、校外租赁、住自己或亲友家）。

(2) 抑郁情况

采用SCL-90量表中的抑郁分量表测量大学生的抑郁情况，包含“对性取向对象的兴趣减退”、“感到自己的精力下降”和“容易哭泣”等13个题项，

以五级李克特量表测量（1：无，2：轻度，3：中度，4：相当重，5：严重），加总后取均值记为抑郁指数。均值 ≤ 2 ，表明抑郁程度较弱； $2 < \text{均值} \leq 3$ ，表明抑郁程度一般；均值 > 3 ，表明抑郁程度较强。Cronbach' $\alpha = 0.918 > 0.7$ ，13个题项具有较高的内在一致性。

(3) 其他指标

问卷最后包括21个问题，涉及：对未来的规划、对学校 and 专业的满意程度、与同学和家人相处是否融洽、生活费水平、兴趣爱好的数量、参加学生社团的数量、运动频率、睡眠状况和情感状态等。

3 数据分析

3.1 样本分布概况

本次调查向全国大学生发放问卷10000份，回收9453份，有效问卷8664份。其中男生3949例，占45.6%，女生4715例，占54.4%。受访者年龄范围为17-34岁（ $M=19.95$ ， $SD=2.669$ ），调查样本在性别和年龄分布上较为均衡。受访者进入大学前的常住地包括：一线城市（北上广深）（12.8%， $n=1111$ ），省会城市（18.3%， $n=1582$ ），二线城市（10.7%， $n=930$ ），三线城市（31.9%， $n=2762$ ），农村（26.3%， $n=2279$ ）。

在8664份有效问卷中，抑郁量表总得分的最小值为13分，最大值为65分，平均值为24分；总得分均值的最小值为1分，最大值为5分，平均值为1.85分。其中，5963名大学生抑郁程度较弱或没有，占比68.8%；2107名大学生抑郁程度一般，占比24.3%；594名大学生抑郁程度较强，占比6.9%。

调查样本在学校、年级和专业上的分布情况见表1。

问卷中985高校人数为3429，占39.58%，211、第一二三批次学校的人数分布较为均衡。本次调查以本科生为主，大一到大五总人数为8040，占92.80%；大一人数为4890，占56.44%，研一-博三的人数在0.58%-2.38%之间。人数排名前3的专业为工科、医科和理科，分别占36.25%、16.36%和15.82%，农科人数最少，占0.88%。

表1. 调查样本在学校、年级和专业上的分布情况

指标	项目	人数	占比 (%)
学校	985	3429	39.58
	211	1338	15.44
	第一批	1628	18.79
	第二批	1365	15.75
	第三批	904	10.43
年级	大一	4890	56.44
	大二	1671	19.29
	大三	943	10.88
	大四	384	4.43
	大五	152	1.75
	研一	128	1.48
	研二	143	1.65
	研三	50	0.58
	博一	38	0.44
	博二	206	2.38
专业	博三	59	0.68
	工	3141	36.25
	文	1320	15.24
	理	1371	15.82
	农	76	0.88
	商	740	8.54
	医	1417	16.36
	其他	599	6.91

3.2 抑郁情况在性别上的差异

抑郁程度在男生和女生之间没有显著差异 ($F = 2.813, p = 0.245 > 0.05$)，表2分析了抑郁量表中的13个条目的总体情况及在男生和女生之间的差异。

对于总体样本而言，在13个条目中有8个条目的均值小于2，表明大学生在这些条目上的程度处于没有症状或有轻度症状中间。5个条目的均值大于2，小于3，大学生在“感到孤独、过分担忧、感到苦闷、经常责怪自己和感到自己的精力下降”这5个条目上的程度处于轻度和中度之间。

在3个条目上，男生和女生呈现出显著的性别差异。在“对性取向对象的兴趣减退”上，女生 ($M = 1.61, SD = 0.89$) 要高于男生 ($M = 1.51, SD = 0.87$)。在“容易哭泣”上，女生 ($M = 1.99, SD = 1.03$) 要显著高于男生 ($M = 1.45, SD = 0.78$)。而在“感到孤独”上，男生 ($M = 2.35, SD = 1.15$) 要高于女生 ($M = 2.24, SD = 1.05$)。在“对事物不感兴趣”上，男生和女生存在差异，但是差异不显著，男生 ($M = 1.98, SD = 1.10$) 要高于女生 ($M =$

表2. 抑郁情况的总体描述及性别差异

条目	总体 (N = 8664)		男生 (N = 3949)		女生 (N = 4715)		t
	M	SD	M	SD	M	SD	
对性取向对象的兴趣减退	1.56	0.88	1.51	0.87	1.61	0.89	-4.78***
感到自己的精力下降	2.07	0.94	2.06	0.95	2.07	0.94	-0.40
有结束自己生命的想法	1.33	0.73	1.32	0.74	1.33	0.73	-0.53
容易哭泣	1.74	0.97	1.45	0.78	1.99	1.03	-27.08***
感到受骗，中了圈套或有人想抓住您	1.32	0.70	1.33	0.72	1.31	0.68	1.48
经常责怪自己	2.07	1.04	2.07	1.05	2.08	1.02	-0.32
感到孤独	2.29	1.10	2.35	1.15	2.24	1.05	4.51***
感到苦闷	2.09	1.05	2.10	1.08	2.08	1.02	0.66
过分担忧	2.16	1.11	2.15	1.13	2.16	1.09	-0.16
对事物不感兴趣	1.95	1.06	1.98	1.10	1.93	1.03	2.54*
感到前途没有希望	1.90	1.07	1.89	1.09	1.90	1.05	-0.37
感到任何事情都很困难	1.78	0.96	1.79	0.99	1.78	0.94	0.29
感到自己没有什么价值	1.73	1.04	1.73	1.06	1.74	1.02	-0.26

注： * $p < 0.05$; *** $p < 0.001$

1.93, SD = 1.03)。

3.3 抑郁情况在年级上的差异

抑郁量表中的6个条目在年级之间存在显著差异 ($p = 0.000 < 0.001$)，表3分析了抑郁量表中的13个条目在大学不同年级之间的差异。

抑郁量表中13个条目在大学各年级之间存在差异。在“感到自己的精力下降”上，年级之间存在显著差异 ($F = 194.86, p = 0.000 < 0.001$)，年级越高，整体的平均值越大。

大一年级在13个条目上的平均值都小于总体

平均值，大一学生的整体心理状态较为健康，抑郁程度较低。大三年级在13个条目上的平均值都大于总体平均值，整体心理状态较为紧张。不同阶段的大学生，心理呈现出不同特点。大一新生主要面临适应的问题，包括对学校、学习、生活和人际交往等的适应上。大三学生面临着升学、就业等多重压力，因此容易产生抑郁、焦虑和自卑等心理问题。

3.4 大学生抑郁情况单因素分析

问卷最后一部分为其他指标，涉及：对学校和专业满意程度、与同学和家人相处是否融洽、

表3. 抑郁情况的年级差异

条目	大一 (N=4890)		大二 (N=1671)		大三 (N=943)		大四 (N=384)		大五 (N=152)		F
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
对性取向对象的兴趣减退	1.55	0.88	1.56	0.87	1.61	0.92	1.48	0.80	1.51	0.83	67.17*
感到自己的精力下降	1.99	0.93	2.10	0.95	2.19	0.97	2.07	0.94	2.16	0.92	194.86***
有结束自己生命的想法	1.29	0.70	1.36	0.75	1.43	0.87	1.38	0.78	1.25	0.62	83.30***
容易哭泣	1.71	0.96	1.78	0.98	1.80	0.98	1.77	0.96	1.70	0.95	52.51
感到受骗，中了圈套或有人想抓住您	1.31	0.69	1.31	0.69	1.36	0.75	1.32	0.67	1.29	0.68	42.13
经常责怪自己	2.03	1.02	2.12	1.05	2.21	1.09	2.04	1.07	2.11	1.01	65.72*
感到孤独	2.29	1.09	2.30	1.11	2.40	1.16	2.18	1.04	2.24	1.07	60.29*
感到苦闷	2.05	1.02	2.11	1.07	2.20	1.10	2.02	1.07	2.09	1.02	71.73*
过分担忧	2.07	1.08	2.17	1.12	2.36	1.16	2.18	1.13	2.31	1.11	142.51***
对事物不感兴趣	1.91	1.04	1.98	1.10	2.09	1.13	1.92	1.09	1.98	1.03	69.37*
感到前途没有希望	1.79	1.01	2.01	1.11	2.19	1.19	1.96	1.11	1.91	1.03	212.54***
感到任何事情都很困难	1.70	0.91	1.83	1.00	2.00	1.10	1.83	1.00	1.89	0.92	179.06***
感到自己没有什么价值	1.67	0.99	1.81	1.08	1.92	1.15	1.76	1.07	1.69	0.94	91.97***

注：* $p < 0.05$ ；*** $p < 0.001$

表4. 抑郁情况的卡方分析

指标	χ^2	p	指标	χ^2	p
对未来有清晰规划	273.139	0.000	对当前就读学校的满意程度	574.439	0.000
对当前就读专业的满意程度	697.944	0.000	与同学相处融洽	606.258	0.000
与家人相处融洽	781.546	0.000	平常的生活费用水平	372.165	0.000
是否难以适应现在的生活节奏	680.844	0.000	兴趣爱好的数量	41.354	0.000
感觉时间紧迫，不够用	290.870	0.000	难以入睡或睡眠状况不好发生的频率	886.478	0.000
参加的社团或学生组织数量	106.661	0.000	情感生活状态	1461.108	0.000
感觉身边大多数人比自己优秀、努力	417.097	0.000	害怕不能达到自己的目标	424.062	0.000
有脱发症状或迹象	180.321	0.000	感觉学习上同学之间的竞争情况如何	338.911	0.000
课余时间主要在什么地方活动	24.353	0.000	认为自己的成绩是否理想	878.903	0.000
学习之余是否有足够时间参加娱乐活动	271.719	0.000	每周运动频率	198.602	0.000

生活费水平、运动频率、睡眠状况和情感状态等。采用卡方检验筛选出对大学生抑郁有显著影响的指标,具体如表4所示。

大学生抑郁情况受到多种因素的影响:家庭方面,与家人经常发生冲突、经济水平较差的学生更容易产生抑郁心理。学习方面,大学新生面临对学校、生活、人际交往和自我定位等多方面的适应性问题;二三年级学生需要面对专业学习和恋爱方面的问题,学习压力过大、学习动机不足、恋爱问题困扰;毕业年级又面临升学还是就业的矛盾,导致焦虑、抑郁等心理问题。课余活动方面,适当培养个人的兴趣爱好、参加感兴趣的社团组织、丰富课余时间等有利于缓解个人的负面情绪;此外,良好的作息安排和体育运动有助于大学生塑造积极的心理状态。

4 结论

在社会快速发展的背景下,抑郁、焦虑等心理问题逐渐呈现出年轻化的趋势,也日益成为国内外学者和全社会关注的焦点问题。教育部等十七部门联合印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023-2025年)》,要求切实把心理健康工作摆在更加突出的位置。

大学阶段是大学生心智逐渐成熟和三观树立的关键时期,是人生成长成才的重要阶段,大学生心理健康问题的形成受到个人、家庭、学校和社会等多方面因素的影响。本文基于SCL-90量表,设计大学生心理抑郁测试量表,并向全国大学生发放问卷10000份,收回有效问卷8664份。68.8%的大学生抑郁程度较弱或没有,6.9%的大学生抑郁程度较强。抑郁程度在男女生之间差异不显著,但在3个条目上男生和女生之间存在不同。抑郁量表中的6个条目在年级之间存在显著差异,其中11个条目在不同年级间有差异。大一新生整体心理状态较为健康,二大三年级学生的心理状态整体较为紧张。采用卡方检验分析发现,大学生与家人相处方式、家庭经济水平、学习压力和业余活动都对心理抑郁情况有显著影响,而适当的体育锻炼和良好的生活作息有助于缓解其心理压力,塑造大学生较为积极的心理状态。

大学生心理健康涉及心理学、教育学、医学和体育学等不同学科,呈现出跨学科交叉融合的趋势,未来研究在拓宽心理健康领域的基础上,应加强学科间交叉互动,开展更深入的研究。同时,在高校里面,通过开设心理健康教育课程、提供心理咨询服务等形式,为大学生提供心理健康教育。进一步探索心理育人新路径,将德育和体育课程融入到心理健康教育中,坚持课程思政,不断完善思想政治教育,促进我国高校心理育人模式科学化、系统化发展,促进大学生心理健康素质与思想道德素质、科学文化素质协调发展。

致谢

本文由基金项目:国家自然科学基金面上项目(71972146,“互联网+”环境下的医患矛盾产生机理与演化规律研究,负责人:苏强),上海市哲学社会科学规划教育学青年项目(B2024001,大学生心理健康分析与积极心理提升研究)资助。

参考文献

- [1] 马川.“00后”大学生心理健康水平的实证研究——基于近两万名2018级大一学生的数据分析[J]. 思想理论教育, 2019(03): 95-99.
- [2] 舒曼玲,廖心仪,秦露露.后疫情时代长沙市在校大学生心理健康状况及影响因素[J].中国健康心理学杂志, 2021, 29(11): 1712-1717.
- [3] 王蜜源,刘佳,吴鑫等.近十年中国大学生抑郁患病率的Meta分析[J].海南医学院学报, 2020, 26(09): 686-693+699.
- [4] 梁瑞琼,张娟,陈彩英等.家庭经济困难大学生心理健康状况调查[J].中国健康心理学杂志, 2012, 20(5): 769-770.
- [5] PAKDAMAN S, UNGER J B, FORSTER M, et al. Childhood trauma and prescription drug misuse in a college population[J]. Substance Use & Misuse, 2021, 56(1): 140-144.
- [6] 李文华,王丽萍,苑杰.大学生主观幸福感与家庭亲密度和适应性的关系[J].中国健康心理学杂志, 2014, 22(07): 1067-1070.
- [7] 章玉祉,谌欣,郑旭江等.大学生心理健康研究二十年——基于CNKI和Web of Science数据库的可视化分析[J].内

- 蒙古农业大学学报（社会科学版），2024，26(1): 27-39.
- [8] CHEN J I, ROMERO G D, KARVER M S. The relationship of perceived campus culture to mental health help-seeking intentions[J]. Journal of Counseling Psychology, 2016,3(6):677.
- [9] 黄紫薇,李雅超,常扩等.大学生心理健康与父母教养方式的关系:心理资本的中介效应[J].中国健康心理学杂志,2020,28(05):737-742.
- [10] 李焰,朱丽雅,王瑞等. 育德与育心结合导向下高校心理健康教育的创新发展[J]. 教育发展研究, 2022, 42(10): 10-16.
- [11] 刘丰林,杜睿,刘义.大学生心理健康与心理发展教育机制探讨[J].学校党建与思想教育,2020,(18):20-22.
- [12] 吕小康. 高校心理育人体系的现实困境与历史反思[J]. 社会科学, 2023(2): 13-23.

