

团体辅导对大学生主观幸福感干预效果 Meta 分析

唐庆, 汪洋, 唐晓君, 赵勇, 王宏, 邓鹏, 廖紫璐, 张帆

重庆医科大学公共卫生与管理学院、医学与社会发展研究中心、
健康领域社会风险预测治理协同创新中心, 重庆 400016

【摘要】 目的 探讨我国积极心理学视域下的团体辅导对在校大学生主观幸福感的干预效果, 为大学生的心理健康教育提供循证依据。**方法** 以“幸福感”为检索词, 在常用字段检索中国期刊全文数据库 (CNKI)、万方数据库 (WANFANG DATA)、维普中文科技期刊数据库 (VIP)、中国生物医学文献数据库 (CBM)、人民大学书报资料中心《复印报刊资料》(RD) 与中国社会科学引文数据库 (CSSCI), 以“well-being” or “happiness” or “blessedness” 在常用字段 (abstract, title and keywords) 检索了英文数据库 ISI web of science, Science Direct (Elsevier), Springer link and Google scholar, 并且限定研究地区为“China”。从建库至 2015 年 7 月 15 日的我国团体辅导对在校大学生主观幸福感干预的随机对照试验。根据既定的纳入和排除标准筛选文献、提取资料、质量评价后, 采用 Revman 5.3 软件与 Stata 软件进行 Meta 分析。**结果** 共纳入 12 篇文献, 708 例被试, 其中干预组 336 例, 对照组 372 例。Meta 分析结果显示, 干预组主观幸福感即刻评分高于对照组 ($SMD = 0.86, 95\% CI = 0.71 \sim 1.02, P < 0.01$); 干预组主观幸福感随访与即刻评分差异无统计学意义 ($SMD = -0.16, 95\% CI = -0.35 \sim 0.03, P = 0.09$)。敏感性分析显示, 无单一研究对分析结果产生实质性影响。**结论** 积极的团体辅导可以提高在校大学生主观幸福感, 可为针对大学生群体开展积极团体辅导提供循证依据。

【关键词】 幸福; 干预性研究; Meta 分析; 团体处理; 学生

【中图分类号】 B 844.2 R 395.6 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2016)07-1031-06

Effectiveness of domestic group counseling on subjective well-being among college students: a Meta-analysis/TANG Qing, WANG Yang, TANG Xiaojun, ZHAO Yong, WANG Hong, DENG Peng, LIAO Zijun, ZHANG Fan. School of Public Health and Management, Chongqing Medical University, Research Center for Medicine and Social Development, Innovation Center for Social Risk Governance in Health, Chongqing(400016), China

【Abstract】 Objective To evaluate the effect of group counseling on enhancement of subjective well-being among college students by using the Meta analysis and to provide evidence-based basis for college students in psychological education and mental health. **Methods** All relevant randomized controlled trials (RCTs) in Chinese and English Database were searched by computer. Eligible studies were screened according to the inclusion and exclusion criteria and meta-analyses were performed by using RevMan 5.3 software. **Results** 12 RCTs were included in this study including 708 cases (336 in intervention group and 372 in control group). The results of meta-analyses showed that the immediate effect of group counseling, the subjective well-being score of the intervention group is higher than the control group; For the long-term effect of group counseling, subjective well-being scores of the intervention group did not have obvious differences. **Conclusion** Group counseling may impact on improving subjective well-being for college students.

【Key words】 Happiness; Intervention studies; Meta-analysis; Group processes; Students

幸福感是人类认识到自身需要或者理想得到满足与实现时产生的一种正性情绪状态^[1], 是主观幸福感、心理幸福感与社会幸福感的有机结合^[2]。主观幸福感^[3]是指人们根据内在标准对自己生活质量的整体性评估, 是人们对生活的满意度及其各个方面的全面评价。主观幸福感主要包括生活满意、积极情感和

消极情感 3 个维度, 对生活整体满意程度越高, 体验到的积极情感越多、消极情感愈少, 则个体的幸福感越强^[4]。

现今, 我国大学生心理健康问题主要体现在学习、人际关系处理以及自我认知偏差等方面^[5], 其中情况颇为严峻的包括护生^[6-8]、医学生^[9-12]、贫困大学生^[13-18]等群体, 因此能够为在校大学生推行一套切实可行、有效的群体干预方案是目前亟待解决的问题。以往文献表明, 积极的心理干预能改善大学生的抑郁情绪^[19]、社交能力^[20]、自我效能^[21]以及寻求专业心理帮助的能力^[22]。其中, 团体辅导^[23]是以积极心理学为基础的干预方式。它是在团体氛围下, 通过团体

【基金项目】 重庆市社会学规划培养项目 (2013PYSH04)。

【作者简介】 唐庆 (1989—), 女, 重庆永川人, 在读硕士, 主要从事循证医学和流行病学研究。

【通讯作者】 张帆, E-mail: aval1@126.com。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2016.07.022

内人际交互作用,促使个体在交往中通过观察、体验,认识、探讨与接纳自我,调整和改善与他人的关系,学习新的态度与行为方式,增强适应能力的助人过程。本研究将团体辅导对大学生主观幸福感干预的随机对照试验(RCT)进行 Meta 分析,以期为大学生心理卫生保健措施的制定提供依据。

1 对象与方法

1.1 资料检索 为了检索全面,以“幸福感”为检索词,在常用字段检索中国期刊全文数据库(CNKI)、万方数据库(WANFANG DATA)、维普中文科技期刊数据库(VIP)、中国生物医学文献数据库(CBM)、人民大学书报资料中心《复印报刊资料》(RD)与中国社会科学引文数据库(CSSCI),以“well-being” or “happiness” or “blessedness”在常用字段(abstract、title and keywords)检索了英文数据库 ISI web of science, Science Direct (Elsevier), Springer link and Google scholar,并且限定研究地区为“China”。检索时间均为建库至 2015 年 7 月 15 日。以上检索策略由多次讨论与检索确定。另外,研究人员也手工检索纳入文献的参考文献,以全面收集有关团体辅导对大学生主观幸福感影响的相关临床研究。检索由 2 位研究人员同时独立进行,若遇分歧则共同讨论或请第三方进行协商解决。

1.2 纳入与排除标准

1.2.1 纳入标准 (1)公开发表的我国团体辅导对在校大学生主观幸福感干预的随机对照试验,干预组干预措施为团体辅导,对照组为空白对照;(2)研究对象为在校大学生,不受地区、性别和民族等的限制;(3)研究组织者与实施者为我国研究人员;(4)文献中有明确的主观幸福感评分。

1.2.2 排除标准 (1)文摘、综述、述评、横断面研究、非 RCT 类的干预试验以及重复发表的文献,与研究主题无关的文献,数据资料有误或数据不完整导致无法提取相关数据的文献;(2)研究对象不是在校大学生的研究;(3)干预措施不是团体辅导的研究;(4)没有或者不能有效提取主观幸福感得分的研究;(5)研究人员不是中国人的研究。

1.3 数据提取 由 2 位研究者分别独立提取文献信息,其中包括(1)一般资料:第一作者姓名、发表年限、发表期刊;(2)研究资料:研究对象的一般人口学特征、研究地点、时间、入选方式、基线的可比性、研究目的、干预措施与方式、采用的量表等;(3)结局资料:干预前后不同组别的幸福感评分、作者结论等。数据提取若存在不一致,双方共同讨论修正。主要数据结果见表 1。

1.4 风险评估 纳入的文献皆为采用团体辅导的方式对大学生进行干预的 RCT 试验。本研究采用 Cochrane 手册 5.1.0^[24]推荐的标准评价纳入文献的偏倚

风险,包括:(1)随机序列产生;(2)分配隐藏;(3)对研究对象、方案实施者、研究结果测量者采用盲法;(4)结果数据的完整性,包括干预前基线水平测量值和干预后效应参数值、失访/退出(通常认为失访率<10%)、排除分析的数据,以及是否说明失访原因,是否对失访进行了意向性(ITT)分析;(5)选择性报告研究结果,对安全性问题、阴性结果是否进行报道;(6)其他偏倚来源,包括试验早停、基线不平衡等。针对每篇纳入的文献,对上述 6 项作出“是”(低度偏倚)、“否”(高度偏倚)和“不清楚”(缺乏相关信息或偏倚情况不确定)的判断。2 位研究者分别独立评价文献质量后,再依据该标准对每篇文献的质量进行讨论,达成共识形成最终判断。

1.5 统计分析 采用 Review Manage 5.3 软件进行统计分析。效应值采用标准化均数差(SMD)及其 95%可信区间(95%CI)^[25]。各研究间的异质性采用 Q 检验和 I^2 检验评价^[26]。如果异质性分析结果为 $P > 0.10$, $I^2 < 50\%$ 时,认为多个同类研究具有同质性,用固定效应模型计算合并统计量; $P < 0.10$, $I^2 \geq 50\%$,认为研究之间异质性较大,用随机效应模型分析计算合并统计量^[27],并通过亚组分析和敏感性分析进一步探讨异质性原因。最后,采用漏斗图^[28]、Egger's 线性回归^[29]与 Begg's 秩相关检验^[30]分析是否存在发表偏倚。

2 结果

2.1 文献检索结果 根据检索策略共检索出文献 37 857 篇,通过计算机查重,排除重复性文献 13 950 篇,阅读题目和摘要,再次排除 23 366 篇,得干预性试验文献 541 篇;阅读全文,排除 529 篇,最终纳入相关文献 12 篇^[31-42],被试 708 例,包括干预组 336 例,对照组 372 例。见图 1。

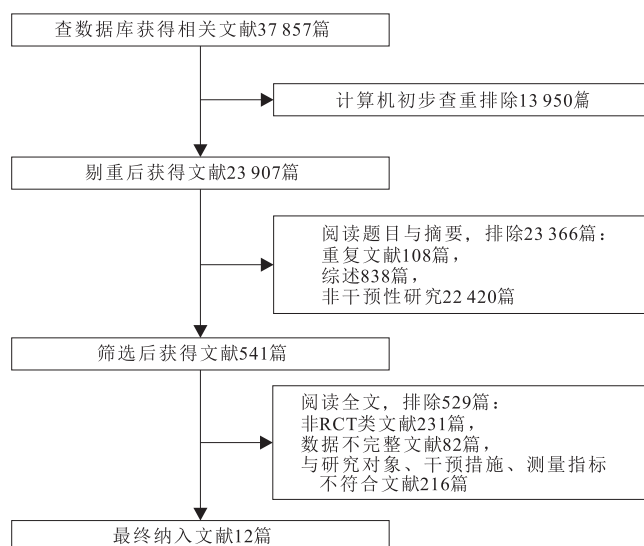


图 1 纳入文献筛选流程

表 1 纳入文献的基本情况

第一作者	发表年限	样本量		干预方式	测量量表	随访
		干预组	对照组			
何瑾 ^[31]	2010	40	40	5 d, 1 次/d, 共 18 h	IWB 幸福感受量表 ^[46]	结束后第 2, 6 个月
刘灿 ^[32]	2012	13	13	2 周, 5 次/周, 共 25 h	Ryff 幸福感受量表	结束后第 1, 2 个月
王喆 ^[33]	2012	33	35	6 周, 1 次/周, 共 15 h	GWB 幸福感受量表 ^[47]	结束后第 3 个月
张瑞 ^[34]	2012	14	14	8 周, 1 次/周, 共 12 h	自编幸福感受量表	未提及
蒲昆华 ^[35]	2012	10	10	6 周, 1 次/周, 共 12 h	IWB 幸福感受量表	未提及
熊珍明 ^[36]	2012	17	17	6 周, 1 次/周, 共 12 h	MHQ-50 幸福感受量表 ^[48]	结束后第 3 个月
余亭蓉 ^[37]	2013	15	15	6 周, 1 次/周, 共 12 h	GWB 幸福感受量表	未提及
单颖 ^[38]	2014	57	63	6 周, 1 次/周, 共 12 h	GWB 幸福感受量表	未提及
梁挺 ^[39]	2014	17	17	8 周, 1 次/周, 共 16 h	IWB 幸福感受量表	未提及
汤雅婷 ^[40]	2014	24	46	8 周, 1 次/周, 共 16 h	GWB 幸福感受量表	未提及
郭玉芳 ^[41]	2014	36	42	8 周, 1 次/周, 共 12 h	IWB 幸福感受量表	结束后第 3, 6 个月
王露蓉 ^[42]	2015	60	60	5 周, 1 次/周, 共 7.5 h	GWB 幸福感受量表	未提及

2.2 纳入文献风险评估结果 纳入的 12 个 RCT 均对大学生被试的基线情况进行了报道,均在文中提及了“随机”,其中 3 个 RCT^[40-42] 采用了随机数字表;不清楚各研究是否采用盲法、分配隐藏等;12 个 RCT 数据报告完整,干预的即刻效果评价均无失访情况,追踪效果评价中共存在 8 个失访人次^[31,35,39],失访率为 2.4%,文中明确解释了失访的原因;研究未出现选择性报告研究结果的情况;其他偏倚不清楚。各个研究的 2 组被试人员基线信息一致,即均不存在影响研究结果的特征,具有良好的可比性。各个研究中采用的

量表信效度皆良好,能较为准确地测定出被试的主观幸福程度^[43-44]。

2.3 Meta 分析结果

2.3.1 主观幸福感即刻效果 12 篇研究均评价了团体辅导对大学生主观幸福感的干预后即刻效果(均提供均值和标准差),各研究间异质性差异无统计学意义($P=0.48, I^2=0\%$),故采用固定效应模型进行分析。结果显示,合并效应量 $SMD=0.86, 95\% CI=0.71\sim 1.02, P<0.01$ 。95%可信区间不包含 0,表明效应合并值与 0 的差异有统计学意义。见图 2。

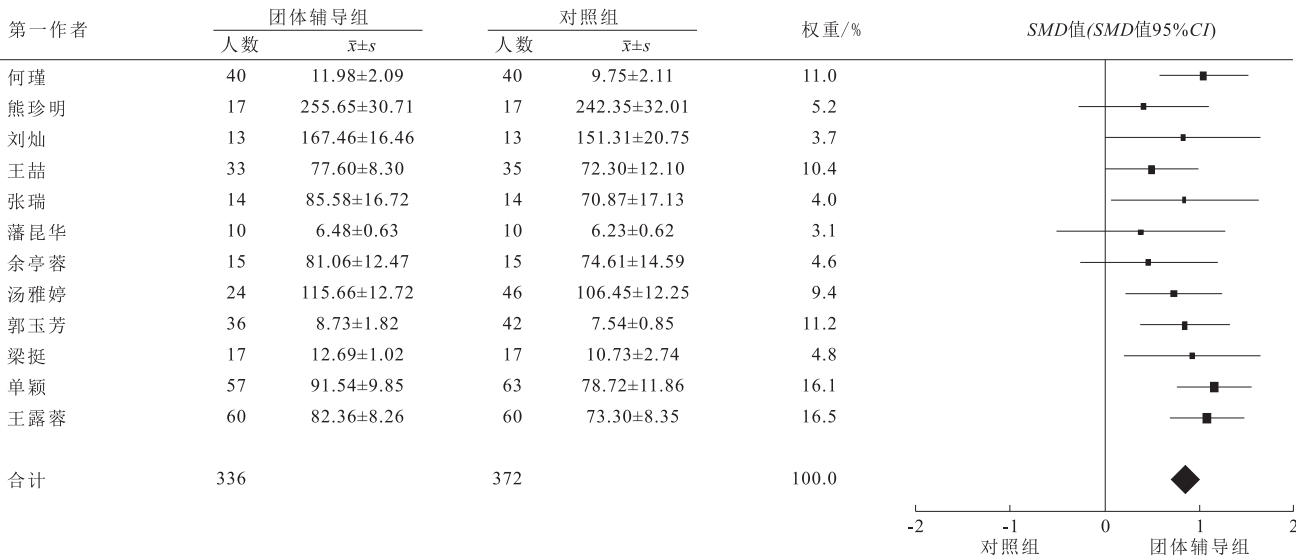


图 2 团体辅导对大学生主观幸福感的即刻效果

2.3.2 干预后随访效果 纳入文献中有 8 篇文献在团体辅导结束后,对干预组的幸福感得分进行跟踪监测。结果显示,纳入的各研究间异质性无统计学意义($P=0.12, I^2=38\%$),故采用固定效应模型进行分析。结果显示,间隔数月后,干预组主观幸福感随访评分与干预后即刻评分的差异无统计学意义($SMD=-0.16, 95\% CI=-0.35\sim 0.03, P=0.09$);根据时间间隔进行亚组分析,结果显示,间隔 1, 3 和 6 个月时,干预组前后主观幸福感评分差异均无统计学意义(P 值均 >0.05)。但间隔 2 个月($P=0.49, I^2=0\%$)时,干预组

自身前后评分差异有统计学意义($Z=2.36, P=0.02$)。见图 3。

2.3.3 敏感性分析 通过逐一排除各研究的方法进行敏感性分析发现,无单一研究对分析结果产生实质性影响。

2.3.4 发表偏倚 对纳入的 12 个研究以幸福感得分的 SMD 值为横坐标, SE 为纵坐标绘制漏斗图,并进行偏倚性分析。主观认为图形对称性一般,提示可能存在发表偏倚。同时,经过 Egger's 回归法检验, $t=-1.96, P=0.082$; Begg's 秩相关检验结果: $Z=1.17, P=$

0.244。虽然提示无发表偏倚,但由于纳入研究的数量较少,不能排除发表偏倚的存在。见图 4。

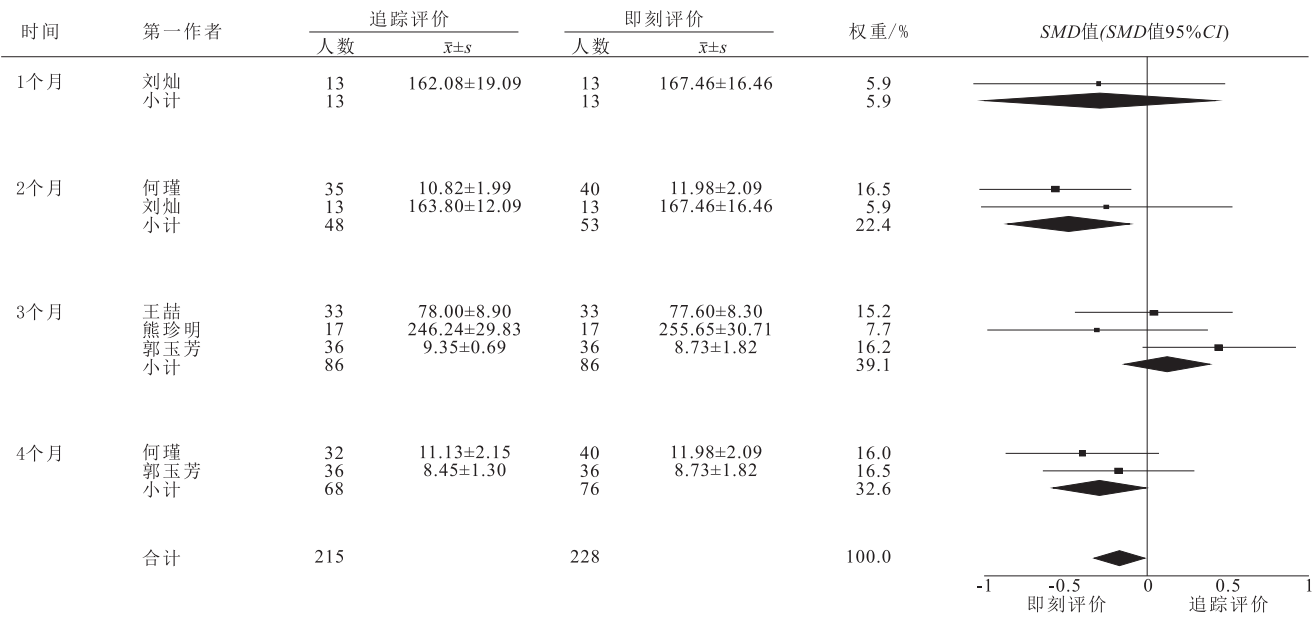


图3 团体辅导对大学生主观幸福感长期效果的影响

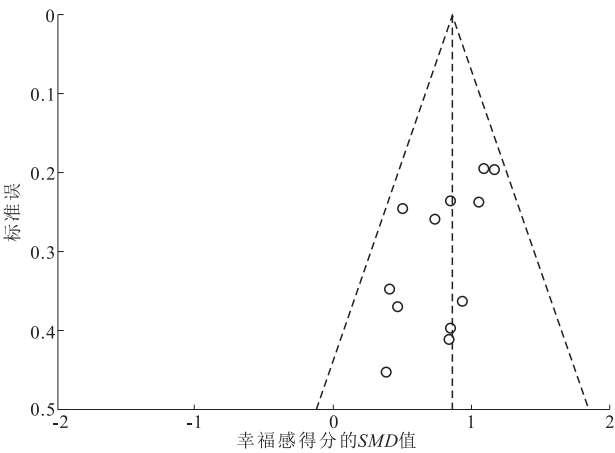


图4 纳入研究发表偏倚评价

3 讨论

个体对于自己是否幸福的主观感受称之为主观幸福感(subjective well-being, 简称SWB)^[45-46]。主观幸福感依据个体设定的标准对其生活质量作出整体评价,反映特定群体对生活状态的满意程度。大学生的主观幸福感与社会支持^[47]、人格^[48]、家庭经济收入^[49]、人文素质^[50]、情绪等相关。团体辅导已被证实是一种有效可行的适应教育模式^[51],领导者营造一种轻松、信任、和谐的气氛,并根据每个团体成员的自身特色充分挖掘潜能,不断引导成员通过体验、讨论、分享、头脑风暴等互动方式,使自身潜能和价值得以实现,并逐渐形成亲社会倾向和行为,在提高大学生心理素质、自我效能、发挥个人潜能、改善人际关系等方面具有良好的促进作用。本文汇总分析了国内团体辅导对大学生主观幸福感影响的随机对照试验,目的是为通过团体辅导提高在校大学生的主观幸福感提

供循证证据。

本研究最终纳入 12 篇随机对照试验,Meta 分析结果表明:(1)在团体辅导结束后,干预组主观幸福感评分高于对照组,说明团体辅导是提高大学生主观幸福感的有效手段,与绝大多数研究成果一致;(2)对于团体辅导的长期效果,在随访评价时,间隔 1,3,6 个月后均显示,干预组主观幸福感评分没有显著性变化,说明团体辅导对提高大学生主观幸福的长期效果明显,具有一定的稳定性。但在间隔 2 个月时,出现了干预组幸福感追踪得分小于即刻幸福感得分的情况。造成这个变化的原因可能由于研究被试在这段时间生活上遇到了困难,也可能与研究人员数据收集水平与数据质量相关,故结论还需要后续纳入高质量的研究进一步修正。纳入的多个研究^[31,35-37]中绝大多数干预组被试都表明,自己在团体辅导活动中学到了如何摆脱心理困惑的技巧、增强了感恩意识、共情能力与感受幸福的能力,形成了更好的心理弹性,并且主动希望延长干预的时间、增加干预次数。部分被试也在干预结束一段时间后仍表示自己感受幸福感的能力高于干预前。

综上所述,团体辅导能有效提升大学生主观幸福感,且提升效果有一定的稳定性。该结论验证了以往多个实验研究关于团体辅导干预的众多正面效果。后续可持续纳入更多高质量的研究来验证该结论的正确性;同时,还需要加入实施更长时间的持续性随访研究,进行长期动态与系统的监测,方能更好评估团体辅导的效果。

当今大学生更加容易在特定的个人、家庭、学校和社会环境中形成心理危机的严峻形式,因此不能将

心理咨询与治疗仅限于那些已经出现严重心理问题的学生,而应该建立有效的防范机制以保障大学生的心理健康。团体辅导与个体心理咨询相比的优势为,研究对象为潜藏不良心理危机的大学生,受众更加广泛,干预更加简便易行。团体辅导与传统心理健康教育相比,一方面更关注学生的积极体验,注重创造和谐、融洽、真诚的氛围,这种形式下所获得的积极思维模式与技巧更容易被学生理解和内化;另一方面克服了传统教育以单向知识传授为主的模式,增强了成员之间的交流与互动。在实践中应广泛结合个体心理咨询、团体辅导与传统心理健康教育 3 种形式,扬长避短,以期更好地提高大学生的主观幸福感。另外,在实施团体辅导时还应该注意合理安排辅导的针对性内容、时间、地点以方便学生参与,多种措施尽量保证每一名被干预的在校大学生都能完整参与整个过程。同时,干预的实施者应当累积个人经验、增强自己带团的能力,实施者最好是一个团队,大家分工协作、提高效率、解决带团过程中遇到的各种阻力。

尽管本 Meta 分析尽量采用适当方法来减少可能存在的偏倚,但仍存一定的不足:(1)样本量有限,在亚组分析时个别亚组所包含的样本量更少,解释结果需慎重;(2)纳入的研究团体辅导时间与随访时间长度不同,可能存在混杂偏移;(3)虽然发表偏倚在本研究中无统计学意义,但不能排除发表偏倚的存在;(4)符合纳入排除标准的研究仅为中文文献,可能导致语言偏倚。

4 参考文献

- [1] 万崇华,禹玉兰,王亚静,等.幸福感研究现状与展望[J].郑州大学学报:医学版,2012,47(2):141-144.
- [2] 曹瑞,李芳,张海霞.从主观幸福感到心理幸福感、社会幸福感:积极心理学研究的新视角[J].天津市教科院学报,2013(5):68-70.
- [3] DIENER E, SU H, LUCAS RE, et al. Subjective well-being: Three decades of progress[J]. Psychol Bull, 1999, 125(2): 276-302.
- [4] DIENER E. Subjective well-being[J]. Psychol Bull, 1984, 95:542-575.
- [5] 胡义秋,谢光荣.综合性团体心理干预对大学生心理健康的影响[J].中国临床心理学杂志,2007,15(6):661-663.
- [6] 张继宁,姜亚芳,于洛微.成人护生易于发生情况调查及调试[J].医学与哲学,2005,18(9):41-43.
- [7] 蒋颖,赵芳.护生社会适应能力与焦虑抑郁的相关性分析[J].中华现代护理杂志,2011,17(20):2447-2450.
- [8] 吕怀娟,吴丽荣,蔡英辉,等.高职护生抑郁水平及相关因素分析[J].护理学报,2012,19(8):70-72.
- [9] 马迎教,许建国,林健燕,等.医学生心理健康状况影响因素分析[J].中国公共卫生,2008,24(5):613-614.
- [10] 马迎教,许建国,林健燕,等.医学生与非医学生心理健康状况及生活事件关系比较[J].中国学校卫生,2008,29(6):521-522.
- [11] 张翠红,谢正,代娟,等.医学生心理健康及其影响因素[J].中国健康心理学杂志,2006,14(4):390-392.
- [12] 白俊云,王红,李华.医学生心理健康状况与人格特征的相关性[J].中国健康心理学杂志,2008,16(4):405-407.
- [13] 康育文.贫困大学生身心健康与自尊、人格、人际关系、成就动机的关系研究[D].西安:陕西师范大学,2005.
- [14] 时松和.河南省特困与贫困大学生心理健康现状[J].中国学校卫生,2006,27(4):27.
- [15] 秦萍,张勇.贫困大学生抑郁症状与血浆皮质醇、认知倾向及应对方式的相关研究[J].中国临床心理学杂志,2009,17(6):623-625.
- [16] 孔德生,张微.贫困大学生生活事件、应付方式、社会支持与其主观幸福感的关系[J].中国临床心理学杂志,2007,15(1):61-63.
- [17] 佟月.低收入大学生一般自我效能感、主观幸福感研究[J].中国临床心理学杂志,2003,11(3):294.
- [18] 罗伏生,沈丹,张珊珊,等.贫困大学生心理健康状况及其影响因素研究[J].中国临床心理学杂志,2009,17(3):272-274.
- [19] 魏义梅,张明.认知应对团体辅导改善大学生抑郁的研究[J].中国临床心理学杂志,2010,18(1):127-129.
- [20] 周永红,李辉,张智,等.团体咨询消解大学生交流恐惧的研究[J].中国临床心理学杂志,2004,12(2):156-157.
- [21] 杨琴,蔡太生.团体心理干预对大学生自我效能、自我接纳影响的研究[J].中国临床心理学杂志,2012,20(5):731-733.
- [22] 郝志红,梁宝勇.团体辅导对大学生寻求专业性心理帮助意向影响的研究[J].中国临床心理学杂志,2011,19(5):699-702.
- [23] 黄海量,苏娜娜,吕征,等.团体辅导治疗大学生网络依赖效果的 Meta 分析[J].中国学校卫生,2015,36(4):495-498.
- [24] HIGGINS P T, GREEN S E. Cochrane handbook for systematic reviews of Interventions Version 5.1.0 [EB/OL]. [2011-05-15]. www.cochrane-handbook.org.
- [25] 文进,李幼平.Meta 分析中效应尺度指标的选择[J].中国循证医学杂志,2007,7(8):606-613.
- [26] PETERS J L, SUTTONAJ, JONESDR, et al. Comparison of two methods to detect publication bias in meta-analysis[J]. JAMA, 2006, 295(6):676-680.
- [27] 刘鸣.系统评价:Meta-分析分析设计与实施方法[M].北京:人民卫生出版社,2011:30-138.
- [28] 颜虹.医学统计学[M].北京:人民卫生出版社,2010:468-468.
- [29] BEGG C B, MAZUMDAR M. Operating characteristics of a rank correlation test for publication bias[J]. Biometrics, 1994, 50(4):1088-1101.
- [30] EGGER M, SMITH G D, SCHNEIDER M, et al. Bias in meta-analysis detected by a simple, graphical test[J]. BMJ, 1997, 315: 629-634.
- [31] 何瑾,樊富珉.团体辅导提高贫困大学生心理健康水平的效果研究:基于积极心理学的理论[J].中国临床心理学杂志,2010,18(3):397-399,402.
- [32] 刘灿,许刚,李雪皎.“幸福训练”团体心理辅导对大学生心理幸福感的影响的实证分析[J].河南财政税务高等专科学校学报,2012,26(3):71-75.
- [33] 王喆,王惠珍,翟惠敏.积极心理学视域下的团体辅导对大学生心理危机的干预研究[J].护理学报,2012,19(11):4-7.
- [34] 张瑞.大学生恋爱幸福感问卷的编制以及团体干预研究[D].漳州:漳州师范学院,2012.
- [35] 浦昆华,宋娜,杨萍.团体辅导增进大学生感恩、幸福感及亲社会行为的效果评估[J].长春工业大学学报:高教研究版,2012,33(3):142-144.
- [36] 熊珍明.感戴团体心理辅导对大学生幸福感的影响研究[D].武汉:华中师范大学,2012.
- [37] 余亨蓉,赵洛维.两性交往团体辅导改善大学生心理健康水平的研究[J].南昌教育学院学报,2013,28(5):131-132.
- [38] 单颖,郭菊.积极团体心理辅导对大学生心理素质提升的实效性研究[J].皖西学院学报,2014,30(4):139-141.

- [39] 梁挺,邓怡平,郑浩轩,等.积极心理学取向的团体辅导对医学生主观幸福感的干预[J].中国健康心理学杂志,2014,22(8):1181-1183.
- [40] 汤雅婷,邹锦慧,李敏,等.团体心理训练对护理大专生自我和谐及主观幸福感的影响[J].中国健康心理学杂志,2014,22(7):1038-1040.
- [41] 郭玉芳.团体积极心理治疗对在校护生抑郁及睡眠质量的作用[D].长沙:中南大学,2014.
- [42] 王露蓉,吴艳平,伍媚春,等.团体心理辅导对高职护生感恩意识的干预效应研究[J].全科护理,2015,13(5):473-474.
- [43] 李靖,赵郁金. Campbell 幸福度量表用于中国大学生的试测报告[J].中国临床心理学杂志,2000,8(4):225-226,224.
- [44] 段建华.总体幸福度量表在我国大学生中的试用结果与分析[J].中国临床心理学杂志,1996,4(1):56-57.
- [45] 周金艳,向小军,胡焯.医学生主观幸福感及其影响因素研究[J].中国临床心理学杂志,2007,15(3):279-281.
- [46] 陈开亮.大学生性别角色态度与主观幸福感关联性研究[J].中国学校卫生,2013,34(4):496-497.
- [47] 严标宾,郑雪.大学生社会支持、自尊和主观幸福感的关系研究[J].心理发展与教育,2006(3):60-64.
- [48] 程俊卫.大学生主观幸福感与人格特征的关系研究[J].中国健康心理学杂志,2006,14(2):144-147.
- [49] 严标宾,郑雪,邱林.家庭经济收入对大学生主观幸福感的影响[J].中国临床心理学杂志,2002,10(2):118-119.
- [50] 叶稳安,梁挺,王喆,等.积极心理学视域下大学生人文素质与幸福感的关联[J].中国学校卫生,2014,35(6):857-859.
- [51] 温娟娟.团体辅导对高职新生适应状况的干预效果[J].中国学校卫生,2015,36(4):542-544,548.
- 收稿日期:2015-12-26;修回日期:2016-02-14

某高校大学生焦虑抑郁与空气污染的关系

王立鑫,姚旭辉,贾海燕,谭腾,陈亚飞

北京建筑大学供热、供燃气、通风和空调工程北京市重点实验室,北京 100044

【摘要】 目的 探讨空气污染与大学生焦虑和抑郁情绪的关系,为开展高校学生心理健康干预工作提供基础数据。**方法** 采用焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS),对北京市某高校大学生进行焦虑和抑郁情绪的问卷调查,并记录测试期间大气污染物的浓度及空气质量指数(AQI)以及室外温度。**结果** 大学生焦虑和抑郁检出率分别为 61.3%和 23.3%;污染物周质量-体积浓度的平均值、中值和最大值对焦虑和抑郁检出率影响均无统计学意义(P 值均 >0.05);而调查当日 PM10 浓度与焦虑检出率呈正相关($r=0.9, P<0.05$),PM2.5、O₃ 浓度与抑郁检出率均呈负相关(r 值分别为-0.900, -0.953, P 值均 <0.05)。**结论** 大学生的焦虑和抑郁情绪较为严重,空气污染与大学生焦虑和抑郁情绪的关联性需要进一步研究。

【关键词】 焦虑;抑郁;空气污染;学生

【中图分类号】 R 122.2 R 749.7⁺2 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2016)07-1036-03

Correlation between air pollution and anxiety and depression for university students/WANG Lixin, YAO Xuhui, JIA Haiyan, TAN Teng, CHEN Yafei. Beijing Key Lab of Heating, Gas Supply, Ventilating and Air Conditioning, Beijing University of Civil Engineering and Architecture, Beijing(100044), China

【Abstract】 Objective To investigate the relationship between air pollution and college students' anxiety and depression. **Methods** This study used Self-rating Anxiety Scale (SAS) and Self-rating Depression Scale (SDS) for anxiety and depression survey for university students, recorded the air pollutant concentrations, air quality index (AQI) and climatic parameters during the test. **Results** The proportion of anxiety and depression of university students were 61.3% and 23.3%. The mean, median and maximum values of the air pollutant concentrations in a week were not significantly correlated with the detection rate of anxiety and depression; But PM10 concentrations were significantly related to the anxiety detection rate, and PM2.5 and O₃ concentrations were significantly associated with the depression detection rate in the survey day. **Conclusion** The anxiety and depression of university students are more serious. The relationship between air pollution and anxiety and depression of college students needs to be further studied.

【Key words】 Anxiety; Depression; Air pollution; Students

近年来,大学生的心理健康状况引起了全社会广

泛关注^[1-3],而焦虑和抑郁是大学生最普遍的心理疾病。2002—2011 年中国大学生抑郁情绪检出率元分析研究表明,28 218 名被试的抑郁情绪检出人数为 8 167 例,合并抑郁情绪检出率为 29.3%,其中男女生的抑郁情绪检出率分别为 27.4%和 21.6%,中西部和东部地区大学生抑郁情绪检出率分别为 37.6%和 24.5%^[4]。Ibrahim 等^[5]对 1990—2010 年发表的关于

【基金项目】 北京市教委面上项目(KM201410016014);北京建筑大学科学研究基金资助项目(331613017)。

【作者简介】 王立鑫(1978—),男,辽宁辽阳人,博士,讲师,主要研究方向为空气污染与健康。

【通讯作者】 贾海燕, E-mail: jiahaiyan@bucea.edu.cn。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2016.07.023