

普通高等院校不同年级学生 SRHMS 调查分析

——以南华大学为例

杨 栋

(南华大学 体育部,湖南 衡阳 421001)

[摘 要] 采用简单随机抽样的方法,对南华大学不同年级学生进行了 SRHMS 量表测试,结果表明:南华大学学生自测健康总体情况较好,不同年级学生在总均分上存在非常显著性差异;除了视力功能得分较低外,在其它生理健康维度上得分普遍较高;不同年级学生在心理健康维度上得分普遍较低,存在一定的心理问题,大三年级心理障碍检出率最高;各年级在社会适应维度上得分呈递增趋势,表明学生的社会适应能力不断增强。

[关键词] 普通高校; 不同年级; SRHMS 调查

[中图分类号] G64 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1673-0755(2011)01-0074-03

大学生是我国社会主义现代化建设事业的主要力量,他们的健康状况如何,直接关系到我国现代化战略目标能否顺利实现,关系到中华民族的生命力与伟大复兴。提高大学生的身心健康水平,是一项基础性工程,是普通高校推进素质教育责任所在^[1]。本文试图通过问卷测试了解南华大学大一、大二、大三年级学生自测健康状况及其影响因素,为采取有针对性健康干预措施提供科学依据。

一 研究对象与方法

(一) 研究对象

本研究采用简单随机抽样的方法选取南华大学大一、大二、大三各 300 人共计 900 人作为研究对象,大四学生由于面临实习、毕业等诸多事项,故未抽取其作为被试。

(二) 研究方法

1、文献资料法

查阅有关心理健康和社会适应的文献资料 20 余篇(本),为论文的撰写奠定理论基础。

2、访谈法

采用面谈的方式向辅导员老师深入了解学生的健康状况,避免集体访谈时带给学生的心理压力,使获得的信息更为真实可靠。

3、量表测试法

选取我国学者朱军编制并修订的自测健康评定量表(Self-rated Health Measurement Scale, SRHMS)作为测量工具^[2],该量表采用 Delphi 法和现场调查的方法,构建了适合于我国文化背景的健康自测评定量表。STHMS 量表由自测生理健康、心理健康和社会健康三个评定子量表组成,共 10

个维度。测验从定量化的角度,较为直观全面、准确地反映了个体的健康状况。SRHMS 的 48 个条目评分采用模拟线性方式,各个条目的回答是在一条有两个极端点的 10cm 线上划标记(如划上“×”号)。自测生理健康、自测心理健康、自测社会健康三个评定子量表分和自测健康评定量表总分的理论最高值分别为 170、150、120、440,理论最小值均为 0。相关研究显示,该量表内部一致性系数为 0.898,9 个维度间隔一周的重测信度在 0.644-0.840,表明信度较高;以 SF-36 和 SRHMS 第 10 个维度中的条目作为效标,测得的总分与三个分量表分与该条目间的相关系数分别为:0.646、0.572、0.605、0.591。(P 值均小于 0.01),具有良好的效标效度^[3]。此次研究共发放量表 900 份,回收 846 份,回收率为 94.0%,其中收回的有效问卷 826 份,符合研究的测试要求。

4、数理统计法

运用 spss13.0 软件包对所测数据进行描述统计和方差分析。

二 结果与分析

(一) 不同年级学生自测健康状况总体分析

表 1 不同年级学生自测健康总分对比分析

	N	M	SD	sig
大一年级	270	262.62	8.77	
大二年级	282	275.71	11.83	.000
大三年级	274	270.07	7.51	.000

从表 1 我们可以看出,南华大学学生自测健康总体情况

[收稿日期] 2010-11-21

[作者简介] 杨栋(1974-),男,湖北襄樊人,南华大学体育部讲师。

较好,不同年级学生在总均分上存在非常显著性差异,大二年级得分最高,大一最低,这说明经过大学的磨练,学生的健康状况有所改善,但这种提高并不是持续性的,有时还会出现反复,大三年级总均分低于大二年级,这提示我们大学生在生理、心理、社会适应等方面还处于波动期,受外界因素的影响较大,我们应积极关注学生的健康问题,特别是心理健康,及时引导和化解学生的心理障碍,使他们朝着健康的方向发展。

(二) 不同年级学生自测生理健康维度比较分析

大学生生理发育已基本完成,在力量、速度、耐力、灵敏度等各项身体素质上处于一个高峰期,由于较少有疾病发生,故学生自测生理健康得分普遍较高,只是在视力健康条目上得分较低,在 0 至 10 级标尺上,有 68.36% 的学生在 5 级以下做出评分,说明这些学生在视力健康方面存在较大问题,主要表现为近视和弱视,应引起有关部门的高度重视,在小学、中学阶段引导学生养成良好的用眼习惯,采取有效措施预防近视的发生。

表 2 不同年级学生自测生理健康得分对比分析

	N	M	SD	sig
大一年级	270	139.93	16.79	
大二年级	282	141.95	11.49	.093
大三年级	274	140.94	14.47	.326

从表 2 的数据统计结果来看,在生理健康维度上,不同年级学生的得分差别不大,经独立样本 T 检验,大一和大二、大二和大三,在自测生理健康维度上不存在显著性差异($\alpha > 0.05$)。大一年级得分最低,这可能是由于很多学生在高中阶段没有正规上过体育课,基础较为薄弱,经过一年多大学体育的系统学习和锻炼,身体素质有了一定的提高,表现为总均分的增长,但到了大学三年级没有了体育课,有些学生还未能养成终生体育的锻炼习惯,日常锻炼有所放松,表现为身体素质略有下降。

(三) 不同年级学生自测心理健康维度比较分析

研究显示,我国大学生心理健康水平呈下降趋势,有严重心理疾病的学生每年的检出率在 2%~4%,存在不同程度心理问题的学生更是达到 15%~20%,主要表现为精神紧张、焦虑、认知功能障碍等^[4]。这些学生一旦遇到外界因素的刺激,就会产生强烈的应激反应,可能做出一些过激的行为,从而对自身和社会造成危害。

表 3 不同年级学生自测心理健康得分对比分析

	N	M	SD	sig
大一年级	270	86.87	0.35	
大二年级	282	84.07	6.95	.131
大三年级	274	78.18	5.34	.000

从表 3 的统计数据来看,理论值满分为 150 分的选项,学生均分为 83.04,得分相对较低,这提示我们,学生的心理

健康存在的问题。测试表明,大一年级好于大二年级,大三年级最差,大一和大二无显著性差异,大二和大三有非常显著性差异。这可能是由于大一新生刚经历过高考,和社会接触较少,产生心理问题机率较低,而随着时间的发展,他们也会遇到越来越多的外界刺激,如果自我调试能力不强的话就可能发生心理障碍,到了大三,除了学业的压力外还面临工作、考研等一系列重大抉择,在高压下就容易使人产生焦虑、抑郁等负性情绪,从而影响心理健康。

(四) 不同年级学生社会适应维度比较分析

良好的社会适应能力是我国教育改革所提倡的“素质教育”理念的一项重要内容^[5],但多项研究结果显示,我国大学生社会适应能力较差,主要表现为环境适应力差、人际关系敏感等^[6]。

表 4 不同年级学生自测社会适应得分对比分析

	N	M	SD	sig
大一年级	270	48.52	4.13	
大二年级	282	53.72	7.83	.000B
大三年级	274	64.81	3.89	.000

从表 4 我们可以看出,各年级在社会适应维度得分上呈递增趋势,经独立样本 T 检验,大一和大二年级具有非常显著性差异,大二和大三年级也具有非常显著性差异,这表明学生经过大学的磨练在环境适应、学习适应、人际适应等方面有了很大程度的提高,这也为他们将来进入社会奠定了良好的基础。

三 结论与建议

(一) 结论

1、南华大学不同年级学生自测健康总体情况良好,在生理健康维度上除了视力功能得分较低外,其它身体功能自测得分普遍较高,说明学生对自己的身体器官功能还是满意的。

2、在心理健康维度上得分普遍较低,从统计结果来看,大三年级学生心理问题检出率最高,应引起相关部门的注意。

3、在社会适应维度,绝大多数学生适应能力逐步提高,但也有少部分学生适应能力较差,表现为从不参加集体活动、没有知心朋友、遇到困难不能寻求朋友的帮助等。

(二) 建议

1、随时关注学生的心理动态,对有心理问题的学生要加强引导,避免伤害事件的发生。

2、大学新生社会适应能力较差,应采取积极有效措施给予帮助,使他们尽快适应大学生活。

3、鼓励、支持学生参加体育锻炼,释放和缓解心理压力,促进人际交往,提高学生心理应对能力。

[参考文献]

[1] 王明立. 高校“阳光体育运动”解析及实施策略研究

- [J]. 河北体育学院学报, 2010(1): 54-56.
- [2] 许 军, 罗乐宣. SRHMS V1.0 评价深圳特区人群健康状况的信度效度分析[J]. 中国临床心理学杂志, 2006(4): 18-20.
- [3] 许 毅, 薛志敏. SCL-90 与 SRHMS 用于大学生心理健康测评的结果比较研究[J]. 中国临床心理学杂志, 2003(3): 25-27.
- [4] 王金栋, 杨法香. 21 世纪青少年学生体质与健康状况的发展变化趋势及其对策[J]. 华北煤炭医学院学报, 2007(3): 433-435.
- [5] 李树旺. 体育与大学生“社会适应能力”的实证研究[J]. 体育与科学, 2009(6): 71-75.
- [6] 阳海英, 张庆建. 体育活动对社会适应能力的影响[J]. 体育成人教育学报, 2006(3): 14-16.

SRHMS Investigation of Ordinary University Students in Different Grade

——Using University of South China as the case

YANG Dong

(University of South China, Hengyang 421001, China)

Abstract: Using simple random sampling method, different grade students of University of South China were tested with SRHMS. The results show that: 1. The students' overall self-rated health is Comparatively good, there was a significant difference in different grades. 2. Apart from a lower functional point in eyesight, other physical health dimension score higher. 3. The different grade students score low in the psychological dimension, and the third grade psychological barrier detection rate is the highest. 4. Various grades to score points in the social adaptation dimension assume the increasing tendency, which indicate that the student's social adaptation ability strengthens unceasingly.

Key words: ordinary university; different grade; SRHMS investigation