

艺术类大学生心理健康状况 及影响因素分析

冯景蕙, 王芷苏*

中国人民解放军国防大学军事文化学院, 北京

收稿日期: 2024年5月10日; 录用日期: 2024年6月17日; 发布日期: 2024年6月28日

摘要

目的: 分析艺术类与非艺术类大学生心理健康状况及影响因素, 探讨艺术学习对大学生心理健康的影响, 为后期进行艺术心理治疗奠定一定的理论基础。方法: 采用自编一般信息调查问卷和症状自评量表(SCL-90)对艺术类和非艺术类大学生进行不同专业、不同年级的分层对照研究。结果: 1) 舞蹈类大学生心理健康总分低于美术类大学生, 但差异无统计学意义($T = -1.778, P > 0.05$), 舞蹈类大学生在强迫、抑郁、焦虑、恐怖、精神病性5个因子分低于美术类大学生, 其差异均具有统计学意义($T = -2.386, -0.235, -2.370, -2.099, -2.026, P_{\text{两}} < 0.05$); 2) 舞蹈类大学生与理工类、文史类大学生心理健康总分均不存在显著性差异($T = -0.291, -1.382, P_{\text{两}} > 0.05$), 舞蹈类大学生躯体化因子分高于理工类、文史类大学生, 其差异具有显著统计学意义($T = 3.981, 2.295, P < 0.01$ 或 0.05); 舞蹈类大学生强迫因子分低于理工类大学生, 其差异具有统计学意义($T = -2.074, P < 0.05$); 舞蹈类大学生强迫、抑郁和精神病性因子分低于文史类大学生, 其差异具有统计学意义($T = -2.975, -2.307, -1.964, P_{\text{两}} < 0.05$); 不同专业的舞蹈类大学生心理健康差异具有统计学意义($F = 5.717, P < 0.05$); 3) 美术类大学生与理工类、文史类大学生心理健康均不存在显著性差异($T = 1.597, 0.731, P_{\text{两}} > 0.05$)。美术类大学生躯体化、焦虑因子高于理工类大学生, 其差异具有统计学意义($T = 2.456, 2.037, 2.318, P_{\text{两}} < 0.05$); 不同年级的美术类大学生心理健康差异具有统计学意义($F = 5.705, P < 0.05$)。结论: 不同专业的艺术学习在一定程度上影响了大学生心理健康状况, 进一步探究艺术心理疗法的干预作用具有一定的社会意义。

关键词

艺术专业, 大学生, 心理健康, 影响因素

Analysis on Mental Health Status and Influencing Factors of Art Students in Normal Universities

Jinghui Feng, Zhisu Wang*

*通讯作者。

Abstract

Objective: To analyze the mental health status and influencing factors of art students and non-art students, and to explore the influence of art learning on the mental health of college students, so as to lay a certain theoretical foundation for the later stage of art psychotherapy. **Methods:** A self-compiled general information questionnaire and clinical Symptom Checklist 90 (SCL-90) were used to conduct a stratified control study of art and non-art college students in different majors and grades. **Results:** 1) Dance classes of college students' mental health score was lower than students of art, but there was no statistically significant difference ($T = 1.778, P > 0.05$); dance class students in force, depression, anxiety, phobia, psychotic five factor points were lower than students of fine arts, and the differences were statistically significant ($T = 2.386, 0.235, 2.370, 2.099, 2.026, P < 0.05$); 2) There was no significant difference between the total score of mental health of college students majoring in dance, science and engineering, and literature and history ($T = -0.291, -1.382, P > 0.05$). The somatic factor score of college students majoring in dance was higher than that of college students majoring in science and engineering, and the difference was statistically significant ($T = 3.981, 2.295, P < 0.01$ or 0.05). The forcing factor score of dance students was lower than that of science and engineering students, and the difference was statistically significant ($T = -2.074, P < 0.05$). The factors of coercion, depression and psychosis in dance students were lower than those in literature and history students, and the differences were statistically significant ($T = -2.975, -2.307, -1.964, \text{all } P < 0.05$). There were statistically significant differences in mental health among college students majoring in dance ($F = 5.717, P < 0.05$). 3) There was no significant difference in the mental health of college students majoring in art, science and engineering, or literature and history ($T = 1.597, 0.731, P > 0.05$). The somatization and anxiety factors of art students were higher than those of science students, and the differences were statistically significant ($T = 2.456, 2.037, 2.318, \text{all } P < 0.05$). There were statistically significant differences in mental health among art students of different grades ($F = 5.705, P < 0.05$). **Conclusion:** Art learning in different majors affects the mental health status of college students to a certain extent. It is of certain social significance to further explore the intervention effect of art psychotherapy.

Keywords

Art Major, College Students, Mental Health, Factors Affecting

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

随着社会发展和人们生活水平的提升,人们对精神文明的需求也逐渐提高。在素质教育推广的社会背景下,各类学校逐渐扩大了对艺术类专业学生的招生规模,以至于参加艺术类高考的人数突破百万,从近年来的高考成绩可以看出,进入艺术生队伍的学生不再是文化成绩中的差等生,而是越来越多酷爱艺术并且文化成绩优异的学生,每年录取的艺术类大学生人数在 20 万以上(李翠华, 2010)。据卫生部披

露, 目前全国有 3000 万青少年存在不同程度的心理问题, 大学生中 16.0%~25.4% 有心理障碍(延凤宇, 等, 2009)。艺术生作为独特的一个群体, 具有独特的心理特点和行为方式, 其心理健康状态引起了社会各界的关注, 艺术生由于家庭、学校、社会等因素的影响, 所面临的竞争及承受的心理压力更大。有学者发现, 艺术类大学生在 SCL-90 上总分及各因子得分都明显高于全国大学生常模(延凤宇等, 2010)。但也有学者发现, 艺术类大学生心理健康状况接近同年龄组, 在人际关系和抑郁因子上明显低于全国青年组常模(王斐等, 2008)。这与国外专家在对抑郁与焦虑的研究中发现的有氧运动能有效降低焦虑的结果有一定的相似性。鉴于目前研究的不一致性, 本研究以师范类大学艺术类大学生为研究对象, 选择非艺术类大学生为对照组, 探讨师范院校艺术类与非艺术类大学生的心理健康状况, 通过不同专业、不同年级的分层对照研究, 分析艺术专业学习对于心理健康的影响, 从而进一步推断艺术对心理的影响, 为后期进行艺术心理治疗奠定一定的理论基础, 为艺术心理干预在青少年心理健康教育中的运用提供思路与借鉴, 对学术界更深入的研究提供一定的参考价值。

2. 研究对象与方法

2.1. 研究对象

在某师范大学采取整群随机抽样与分层随机抽样法, 分别选取艺术类与非艺术类大学生 330 名, 共发放了 660 份问卷, 回收有效问卷数量为 610 份, 回收率为 92.42%。舞蹈类大学生 198 名, 占总数的 32.5% (男生 74 人, 女生 124 人); 美术类大学生 106 名, 占总数的 17.4% (男生 42 人, 女生 64 人); 文史类大学生 138 名, 占总数的 22.6% (男生 59 人, 女生 79 人); 理工类大学生 168 名, 占总数的 27.5% (男生 80 人, 女生 88 人)。

2.2. 研究方法

2.2.1. 研究工具

1) 一般信息调查问卷: 为自制一般信息调查表, 主要收集研究对象的基本情况: 包括年龄、性别、年级、专业及艺术特长等信息。

2) 症状自评量表(Symptom Checklist 90, SCL-90): 是由德若伽提斯(L.R. Derogatis)于 1975 年编制。该量表包括躯体化、强迫、人际关系、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性等 9 个因子共 90 个项目, 分为 0~4 五级评分, 其各症状效度系数为 0.78~0.99, $P < 0.01$ 。量表按全国常模结果, 总分超过 160 分, 或阳性项目数超过 43 项, 或任一因子分超过 2 分, 需考虑筛选阳性, 需进一步检查。该量表能较准确地评估病人自觉症状特点, 从不同侧面反映了各职业对个体心理健康的影响。得分越高, 心理健康水平越低。该量表的信效度良好(汪向东等, 1999)。

2.2.2. 统计方法

全部数据量化后录入 SPSS20.0 软件数据库, 采用 t 检验和方差分析等进行统计学分析和处理。

3. 结果

3.1. 艺术类大学生心理健康状况分析

3.1.1. 舞蹈类与美术类大学生心理健康状况比较

由表 1 可知, 舞蹈类大学生心理健康总分明显低于美术类大学生, 但其差异不具有统计学意义($P > 0.05$)。在强迫、抑郁、焦虑、恐怖和精神病性 5 个因子上, 美术类大学生得分都高于舞蹈类大学生, 且差异都具有统计学意义($P < 0.01$)。

Table 1. Analysis of mental health status difference between dance and art students ($\bar{x} \pm s$)
表 1. 舞蹈类与美术类大学生心理健康状况差异分析($\bar{x} \pm s$)

	舞蹈类(n = 198)	美术类(n = 106)	T	P
总分	46.96 ± 38.32	56.95 ± 50.58	1.778	0.077
躯体化	6.12 ± 5.70	5.86 ± 7.07	0.352	0.725
强迫	7.65 ± 5.52	9.34 ± 6.55	2.386	0.018
人际关系敏感	5.42 ± 4.79	6.47 ± 6.08	1.544	0.124
抑郁	6.95 ± 6.82	9.22 ± 9.15	0.235	0.027
焦虑	4.39 ± 4.46	6.04 ± 6.35	2.370	0.019
敌对	2.98 ± 3.00	3.19 ± 3.83	0.524	0.601
恐怖	2.46 ± 2.93	3.39 ± 3.99	2.099	0.037
偏执	2.93 ± 2.97	3.52 ± 3.42	1.549	0.122
精神病性	4.37 ± 4.71	5.61 ± 5.77	2.026	0.044

3.1.2. 舞蹈类大学生与非艺术类大学生心理健康状况比较

由表 2 可知, 舞蹈类大学生与理工类、文史类大学生的心理健康总分差异均不具有统计学意义($P > 0.05$); 在躯体化因子上, 舞蹈类大学生高于理工类、文史类大学生, 差异具有统计学意义($P < 0.01$ 或 $P < 0.05$); 在强迫因子方面, 舞蹈类大学生低于理工类、文史类大学生, 差异具有统计学意义($P < 0.05$); 在抑郁、精神病性因子方面, 舞蹈类大学生低于文史类大学生, 差异均具有统计学意义($P < 0.05$)。

Table 2. Analysis of mental health status difference between dance students and non-art students ($\bar{x} \pm s$)
表 2. 舞蹈类大学生与非艺术类大学生心理健康状况差异分析($\bar{x} \pm s$)

	舞蹈类(n = 198)	理工类(n = 168)	文史类(n = 138)	T ₁	T ₂
总分	46.96 ± 38.32	48.07 ± 33.78	52.71 ± 36.25	-0.291	1.382
躯体化	6.12 ± 5.70	3.95 ± 4.76	4.78 ± 4.64	3.981**	2.295*
强迫	7.65 ± 5.52	8.77 ± 4.70	9.36 ± 5.68	-2.074*	-2.759*
人际关系敏感	5.42 ± 4.79	6.27 ± 4.59	6.41 ± 4.78	-1.734	1.859
抑郁	6.95 ± 6.82	7.76 ± 6.16	8.70 ± 6.78	-1.171	-2.307*
焦虑	4.39 ± 4.46	4.63 ± 4.11	5.12 ± 4.66	-0.512	-1.477
敌对	2.98 ± 3.00	2.69 ± 2.74	3.01 ± 2.71	0.956	-0.086
恐怖	2.46 ± 2.93	2.63 ± 3.16	2.78 ± 3.01	-0.503	-0.968
偏执	2.93 ± 2.97	3.15 ± 2.90	3.25 ± 3.00	-0.695	-0.965
精神病性	4.37 ± 4.71	4.87 ± 4.72	5.40 ± 4.76	-1.011	-1.964*

注: *表示 $P < 0.05$, **表示 $P < 0.01$ 。T₁ 表示舞蹈类与理工类大学生心理健康状况差异, T₂ 表示舞蹈类与文史类大学生心理健康状况差异。

3.1.3. 美术类大学生与非艺术类大学生心理健康的比较

由表 3 可知, 美术类大学生与理工类、文史类大学生心理健康的差异均不存在统计学意义($P > 0.05$)。在躯体化、焦虑因子上, 美术类大学生高于理工类大学生, 其差异具有统计学意义($P < 0.05$)。

Table 3. Analysis of mental health differences between art students and non-art students ($\bar{x} \pm s$)**表 3.** 美术类大学生与非艺术类大学生心理健康差异分析($\bar{x} \pm s$)

	美术类(n = 106)	理工类(n = 168)	文史类(n = 138)	T ₁	T ₂
总分	56.95 ± 50.58	48.07 ± 33.78	52.71 ± 36.25	1.597	0.731
躯体化	5.86 ± 7.07	3.95 ± 4.76	4.78 ± 4.64	2.456*	1.367
强迫	9.34 ± 6.55	8.77 ± 4.70	9.36 ± 5.68	0.781	-0.020
人际关系敏感	6.47 ± 6.08	6.27 ± 4.59	6.41 ± 4.78	0.287	0.092
抑郁	9.22 ± 9.15	7.76 ± 6.16	8.70 ± 6.78	1.450	0.492
焦虑	6.04 ± 6.35	4.63 ± 4.11	5.12 ± 4.66	2.037*	1.247
敌对	3.19 ± 3.83	2.69 ± 2.74	3.01 ± 2.71	1.164	0.414
恐怖	3.39 ± 3.99	2.63 ± 3.16	2.78 ± 3.01	1.665	1.301
偏执	3.52 ± 3.42	3.15 ± 2.90	3.25 ± 3.00	0.958	0.644
精神病性	5.61 ± 5.77	4.87 ± 4.72	5.40 ± 4.76	1.165	0.318

注: *表示 $P < 0.05$, **表示 $P < 0.01$ 。T₁ 表示美术类与理工类大学生心理健康状况差异, T₂ 表示美术类与文史类大学生心理健康状况差异。

3.2. 艺术类大学生心理健康的影响因素分析

3.2.1. 舞蹈类大学生心理健康的影响因素分析

由表 4 可知, 舞蹈类大学生心理健康状况在性别、年级上的差异均不存在统计学意义($P > 0.05$)。在二级专业分类上其心理健康状况的差异具有统计学意义($P < 0.05$), 表现在舞蹈专业的学生心理健康水平最高, 其次为舞蹈表演专业, 音乐舞蹈专业的学生心理健康水平最低。

Table 4. Single factor analysis of influencing factors of mental health of dance students ($\bar{x} \pm s$)**表 4.** 舞蹈类大学生心理健康的影响因素的单因素分析($\bar{x} \pm s$)

变量	分组	样本量(n)	均值(M ± SD)	F/T	P
性别	男	74	43.43 ± 40.75	0.002	0.318
	女	124	49.07 ± 36.80		
年级	大一	88	48.53 ± 42.44	0.271	0.763
	大二	63	47.38 ± 36.88		
	大三	44	43.47 ± 32.11		
二级专业	舞蹈学	37	30.85 ± 25.50	0.717	0.004
	舞蹈表演	118	47.55 ± 38.97		
	音乐舞蹈	43	59.19 ± 41.44		

3.2.2. 美术类大学生心理健康的影响因素分析

由表 5 可知, 美术类大学生心理健康状况在性别、二级专业上的差异均不存在统计学意义($P > 0.05$)。在年级方面其心理健康状况的差异具有统计学意义($P < 0.05$), 表现为大一年级学生心理健康水平最高, 其次为大二年级学生, 大三年级学生心理健康水平最低。

Table 5. Single factor analysis of influencing factors of mental health of fine arts college students ($\bar{x} \pm s$)
表 5. 美术类大学生心理健康的影响因素的单因素分析($\bar{x} \pm s$)

变量	分组	样本量(n)	均值(M \pm SD)	F/T	P
性别	男	42	69.33 \pm 63.75	-1.876	0.065
	女	64	48.83 \pm 38.06		
年级	大一	54	48.44 \pm 44.95	5.705	0.004
	大二	32	50.75 \pm 50.15		
	大三	20	89.85 \pm 54.65		
二级专业	美术学	62	58.45 \pm 51.47	0.361	0.719
	绘画	44	54.84 \pm 49.80		

4. 讨论

目前高等院校设置的艺术学科专业中,分为造型艺术与表情艺术两大类,此两类无论是从艺术形态、表现形式、培养方案方面均有很大的区别。造型艺术是静态的、间接的视觉艺术,表情艺术具有抒情性、表现性和直接性。文献显示,艺术类大学生心理健康特点与其所学专业存在一定的相关,采用美术、设计等造型艺术专业大学生作为被试的研究,一般得出艺术类大学生心理健康水平低于普通大学生或全国常模的结论(计巍, 2008)。以音乐、舞蹈、戏剧等表情艺术专业大学生作为被试的研究,往往得出艺术类大学生心理健康水平高于普通大学生或全国常模的结论(冯云, 2008)。本研究选取舞蹈类和美术类为研究对象,既包含造型艺术又包含表情艺术,研究发现,舞蹈类大学生心理健康状况明显优于美术类大学生,主要表现在强迫、抑郁、焦虑、恐怖和精神病性方面,可能原因是从事美术等静态艺术创作者有着丰富的内心世界,其情感宣泄方式大多内倾,作品成为他们情感交流的主要对象和寄托,因此在现实世界中,他们往往更内向、羞怯、忧虑、缺乏社交技巧,与现实世界易产生疏离。而从事音乐、戏剧、舞蹈等表演艺术创作的学生情感宣泄方式大多外倾,他们情感丰富,个性张扬,善于交际,在公众场合表现欲望强烈,内心体验较肤浅(罗德明, 2008)。

本研究将舞蹈类与理工类、文史类大学生进行心理健康状况比较,结果发现在总体上差异不甚明显,而在躯体化因子上舞蹈生表现较为突出,但在强迫、抑郁和精神病性倾向优于理工类和文史类大学生。这是因为舞蹈类大学生在形体和体能素质上有很高的专业要求,专业课程训练强度较大,导致了他们主观上身体的不适(李佳媛, 陈巍, 2016),但舞蹈相关的艺术学习能够使情绪和压力得到很好的宣泄,从而提高了其心理韧性和复原力,具有表达积极情绪的自信心和能力,并能够有效调节消极负性情绪对自身的消极影响,在一定程度上干预了心理健康问题的产生(邓远平等, 2005; 江雯雯, 2022; 邹长华等, 2023)。李璞民教授在《心理学与艺术》中表述,舞蹈艺术活动是一种有效的心理干预手段,不仅可以强身健体,还对个体心理健康有促进作用。陆竞文对有抑郁、焦虑等心理问题的女大学生采用舞蹈疗法进行了干预,发现她们在躯体上有更加舒适的感觉,消极沮丧的心理得到缓解,还克服了胆怯与自卑感,重拾对生活的激情与热爱(陆竞文, 2013)。所以舞蹈艺术作为一种动作沟通方式,可通过肢体动作来感知和表达情感,加上与音乐的配合,人体的感觉器能够受到多方位的刺激,让个体产生联想与意象,并使情绪情感在舞蹈中得到释放和升华,更好的让情绪在不同感官和认知想象中得以表达。进一步研究发现,舞蹈类不同专业的大学生心理健康状况显现出一定的差异,舞蹈学专业最佳,舞蹈表演专业次之,音乐舞蹈专业最差。可能原因是不同专业的学习内容和任务导致其学习压力的不同。舞蹈学专业主要是相关理论知识和浅显的实践课学习,大多为大班教学,老师对学生的关注度和学习压力均较小;舞蹈表演专业多为舞蹈实践课,实施小班教学,老师对学生专业要求极高,除

此之外还有理论知识的学习, 学习压力较大; 音乐舞蹈专业则要求学生在舞蹈理论与实践的基础上, 还要学习乐理、声乐等理论与实践知识, 实施小班教学, 专业实践要求高, 学习任务最为繁重。所以, 不同的专业有不同的教学形式、授课内容和培养目标, 而这些正是影响舞蹈生心理健康的重要因素。

本研究将美术类与理工类、文史类大学生进行心理健康状况比较, 结果发现在总体上差异也不甚明显, 但美术类大学生在躯体化和焦虑因子上均显著性高于理工类大学生。学者计巍研究发现, 美术类大学生比普通大学生的心理健康水平更低(计巍, 2008)。美术类大学生通常需要花费很长的时间创作绘画作品, 经常会因赶稿无法正常作息, 所以更容易出现躯体化症状。美术类大学生拥有丰富而敏感的内心世界, 但多采用内倾的情感宣泄方式(林莉, 2010)。进一步研究发现, 美术类大学生心理健康状况随着年级的提升心理健康状况急剧下降。学者童欣也发现不同年级美术类大学生呈现不同的心理健康状况, 大三、大四年级学生的躯体化、抑郁、焦虑和敌对倾向愈发突出(童欣, 2017)。可能原因是, 美术类大学生从大三开始会面临着更多心理压力, 他们需要顺利完成各项专业课的学习, 创作完成自己的毕业设计, 再者就业压力的影响也很大(周凤, 汪东升, 2011), 美术生需要直面自己专业能力与社会需求的差距, 有些会产生强烈的挫败感与心理冲突, 造成心理健康的危机(竺丽芳, 2010)。

5. 结论

艺术学习在一定程度上影响了大学生心理健康状况, 但不同类型的艺术学习对个体的影响具有多样性和复杂性, 目前关于艺术学习对心理健康的影响研究多为广泛性和整体性, 探究艺术活动对于促进人类的精神成长与心理健康具有一定的意义与价值。

基金项目

省级大学生创新训练项目(S201910636131)。

参考文献

- 邓远平, 肖三蓉, 雷良析(2005). 艺术类大学生心理健康状况调查与分析. *国际中华应用心理学杂志*, 2(3), 189-191.
- 冯云(2008). *音乐专业大学生人格类型与心理健康关系的研究*. 硕士学位论文, 长春: 东北师范大学.
- 计巍(2008). *独立学院美术类大学生心理健康状况的研究*. 硕士学位论文, 武汉: 武汉体育学院.
- 江雯雯(2022). 舞蹈艺术对师生心理健康的影响研究——评《舞蹈心理健康指导》. *中国学校卫生*, 43(12), 1926.
- 李翠华(2010). 艺术院校大学生心理健康教育对策. *当代教育科学*, (7), 57, 61.
- 李佳媛, 陈巍(2016). 某高校艺术类大学生心理健康调查研究. *科技创业月刊*, 29(16), 98-99, 101.
- 林莉(2010). 艺术类大学生心理健康状况分析及对策——以对军艺本科生的调研为例. *解放军艺术学院学报*, (2), 82-85.
- 陆竞文(2013). 传统舞蹈在女大学生心理健康教育中的尝试运用——以傣族舞蹈为例. *艺术百家*, (2), 223-225.
- 罗德明(2008). 浙江工商大学艺术类新生人格特征分析. *中国学校卫生*, 29(11), 1035-1036.
- 童欣(2017). 大学生心理健康状况调查分析及教育思考——以美术类大学生为例. *教育现代化*, 4(36), 306-308.
- 汪向东, 王希林, 马弘(1999). *心理卫生评定量表手册(增订版)*. 中国心理卫生杂志社.
- 王斐, 徐燕, 祁占平, 等(2008). 某艺术院校大学新生心理健康状况调查分析. *中国健康心理学杂志*, 16(10), 130-132.
- 延凤宇, 王玮, 侯瑞贤(2010). 河北省艺术类大学生心理健康状况调查. *河北师范大学学报*, 12(1), 123-128.
- 延凤宇, 张韶华, 王玮(2009). 河北省艺术类大学生心理健康现状及对策. *河北学刊*, 29(6), 166-169.
- 周凤, 汪东升(2011). 艺术类大学生心理状况调查分析与对策研究——以成都地区艺术类大学生为例. *高等教育发展研究*, (2), 39-42.
- 竺丽芳(2010). 艺术类大学生人格特质与心理健康关系的调查研究. *芜湖职业技术学院学报*, 12(1), 65-67.
- 邹长华, 信中贵, 李泳汉, 等(2023). 大学生情绪调节自我效能感和积极心理资本在心理弹性与心理健康关联中的作用. *中国学校卫生*, 44(1), 94-98.