

湖北省大学生心理健康水平测量与风险因素调查

张子祺¹, 杨春艳^{1*}, 成莞尔², 胡素云¹

¹湖北科技学院公共卫生与健康学院, 湖北 咸宁

²三峡大学文学与传媒学院, 湖北 宜昌

收稿日期: 2026年5月25日; 录用日期: 2026年6月17日; 发布日期: 2026年6月29日

摘要

目的: 调查湖北省大学生心理健康水平, 并分析其相关风险因素。方法: 使用中国大学生心理健康量表(CCSMHS)对湖北省1311名大学生进行调查, 采用Logistic回归分析大学生心理健康的风险因素。结果: 被调查学生心理问题发生率为25.8%, 躯体化、自卑、偏执、社会退缩、社会攻击、性心理和依赖等7个维度得分高于全国常模($P < 0.01$)。Logistic回归显示: 男性($OR = 1.672$)、单亲家庭($OR = 1.572$)、强制型教养方式($OR = 1.716$)、忽视型教养方式($OR = 1.536$)、同学关系一般($OR = 1.637$)或较差($OR = 6.895$)、经常遭受挫折($OR = 2.972$)、经常过度上网($OR = 1.831$)与大学生心理健康问题呈现显著关联。结论: 高校应基于识别出的关联因素, 分类开展心理健康早期预警与干预, 重点加强人际关系训练、男生心理健康促进及挫折应对能力培养。

关键词

大学生, 心理健康, 测量, 风险因素

Measurement and Risk Factors of Mental Health of College Students in Hubei Province

Ziqi Zhang¹, Chunyan Yang^{1*}, Wan'er Cheng², Suyun Hu¹

¹School of Public Health and Health, Hubei University of Science and Technology, Xianning Hubei

²College of Literature and Media, China Three Gorges University, Yichang Hubei

Received: May 25, 2026; accepted: June 17, 2026; published: June 29, 2026

*通讯作者。

文章引用: 张子祺, 杨春艳, 成莞尔, 胡素云. 湖北省大学生心理健康水平测量与风险因素调查[J]. 统计学与应用, 2026, 15(6): 125-135. DOI: 10.12677/sa.2026.156137

Abstract

Objective: To investigate the mental health status and associated factors among college students in Hubei Province. **Methods:** A cross-sectional survey was conducted among 1311 college students using the Chinese College Student Mental Health Scale (CCSMHS). Logistic regression was used to identify factors associated with mental health problems. **Results:** The overall detection rate of psychological problems was 25.8%. Scores for somatization, inferiority, paranoia, social withdrawal, social aggression, sexual psychology, and dependence were significantly higher than the national norms ($P < 0.01$). Logistic regression showed that male sex (OR = 1.672), single-parent family (OR = 1.572), authoritarian parenting (OR = 1.716), neglectful parenting (OR = 1.536), moderate (OR = 1.637) or poor peer relationship (OR = 6.895), frequent frustration (OR = 2.972), and frequent excessive Internet use (OR = 1.831) were significantly associated with mental health problems. **Conclusion:** Universities should develop early warning and intervention strategies based on identified risk factors, with emphasis on interpersonal skills training, mental health promotion for male students, and frustration coping ability.

Keywords

College Students, Mental Health, Measure, Risk Factor

Copyright © 2026 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

既往研究发现,大学生心理健康问题检出率为 10%~30%,且心理问题发生率呈逐年上升趋势[1][2]。2023 年教育部等颁布的《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划》[3]指出:应加强心理健康监测和开展心理健康测评,完善心理预警干预、健全预警体系。目前,我国大多数高校已开展大学生心理健康测评工作,采用症状自评量表(SCL-90)、大学生人格问卷(UPI)、抑郁自评量表(SDS)等工具进行测评[4],部分学者使用“中国大学生心理健康量表(CCSMHS)”或《中国大学生心理健康筛查量表》对学生心理健康水平进行了研究;然而,针对大学生早期心理健康问题风险因素的系统性研究仍显不足,尤其是在区域层面(如湖北省)的实证分析较为缺乏[5][6]。

本研究以湖北省高校大学生为研究对象,使用 CCSMHS 量表,调查大学生心理健康现状,并运用 Logistic 回归分析相关因素,旨在为高校心理健康教育工作及风险早期预警提供区域性实证依据。

2. 资料来源与方法

2.1. 研究对象

调查时间为 2024 年 5~6 月,采用问卷星线上平台,选取湖北科技学院、湖北中医药大学、湖北民族大学三所高校的 2018~2022 级大学生为调查对象。匿名自评方式填写。共发放问卷 1380 份,回收 1356 份(回收率 98.26%),有效问卷 1311 份(有效率 95.00%)。

2.2. 测量工具

2.2.1. 一般情况调查表

包括性别、年级、生源地、独生子女、单亲家庭、留守儿童、录取专业符合程度、家庭年收入、父母

教养方式(民主型/强制型/放任型/忽视型)、家庭暴力、亲子关系、同学关系、挫折频率、过度上网、学业成绩、体育锻炼等。

2.2.2. 中国大学生心理健康量表(CCSMHS)

采用教育部组织编制的中国大学生心理健康量表(CCSMHS),共 104 个条目,主要包括:躯体化、焦虑、抑郁、自卑、社交退缩、社交攻击、偏执、强迫、依赖、冲动、性心理障碍、精神类疾病倾向 12 个维度。

2.3. 筛查标准[7]

中国大学生心理健康量表(CCSMHS)采用 5 点记分法,得分越高者心理健康水平越低,相对应的症状也越严重。某个条目得分高,说明其维度被调查学生心理问题严重。

量表的筛查标准有三个:

标准一: 抑郁得分 ≥ 26 分; 或焦虑得分 > 26 分; 或精神类疾病倾向得分 > 19 分; 或偏执 + 攻击 + 冲动得分 > 70 分。

标准二: 不在标准一之内, 第 26 题(怀疑自己有不治之症)得分 ≥ 4 分; 或第 30 题(听到旁人听不到的声音或看到旁人不能看到的东)得分 ≥ 4 分; 或第 82 题(感到有人在监视自己, 谈论自己)得分 ≥ 4 分; 或第 84 题(感到别人能控制自己的思想)得分 ≥ 4 分; 或第 103 题(感到有人要迫害自己)得分 ≥ 4 分。

标准三: 不在标准一和标准二之内, 抑郁得分 ≥ 23 分; 或焦虑得分 > 24 分; 或精神类疾病倾向得分 > 17 分; 或偏执 + 攻击 + 冲动得分 > 66 分。符合标准一或者标准二的学生需采取重点关注的措施, 符合标准三的学生需采取一般关注的措施。

2.4. 数据分析方法

采用 SPSS 20.0 软件。组间比较使用 χ^2 检验, 多因素分析使用二分类 Logistic 回归(Enter 法)。变量赋值: 心理健康(0 = 正常, 1 = 问题); 性别(0 = 女, 1 = 男); 单亲家庭(0 = 否, 1 = 是); 教养方式以民主型为参照; 同学关系以“非常好”为参照; 挫折以“几乎没有”为参照; 过度上网以“几乎没有”为参照。检验水准 $\alpha = 0.05$ 。

3. 结果与分析

3.1. 被调查学生人口学特征

有效样本 1311 人中, 男生 470 人(35.9%), 女生 841 人(64.1%); 大一至大五分布合理; 农村生源占 38.1%; 单亲家庭占 12.8%; 留守儿童占 31.9%; 民主型教养方式占 63.2%。见表 1。

Table 1. Demographic characteristics of the surveyed students

表 1. 被调查学生人口学特征

人口学特征		调查人数	百分比(%)
性别	男	470	35.9
	女	841	64.1
年级	大一	340	25.9
	大二	466	35.5
	大三	322	24.6
	大四	150	11.4
	大五	33	2.5

续表

生源地	大城市	102	7.8
	中小城市	329	25.1
	小城镇	381	29.1
	农村	499	38.1
是否为独生子女	是	432	33
	否	879	67
是否单亲家庭	是	168	12.8
	否	1143	87.2
是否留守儿童	是	418	31.9
	否	893	68.1
录取专业愿望符合程度	非常符合	252	19.2
	比较符合	632	48.2
	无所谓	171	13
	不太符合	186	14.2
	很不符合	70	5.3
家庭年收入	<2 万	271	20.7
	2~4 万	264	20.1
	4~7 万	230	17.5
	7~10 万	243	18.5
	10~20 万	189	14.4
	20~30 万	69	5.3
	30 万以上	45	3.4
学费生活费来源	家庭供给	1161	88.6
	亲友资助	34	2.6
	勤工俭学	67	5.1
	其他	49	3.7
是否获得过助学金	是	431	32.9
	否	880	67.1
父母文化程度	初中以下	226	17.2
	初中	455	34.7
	高中	337	25.7
	大学专科	158	12.1
	大学本科	122	9.3
	研究生	13	1
父母教养方式	民主型	828	63.2
	强制型	162	12.4
	放任型	264	20.1
	忽视型	57	4.3

续表

是否遭受家庭暴力	是	167	12.7
	否	1144	87.3
与父母关系	亲密	735	56.1
	一般	541	41.3
	冲突	35	2.7
同学相处	非常好	545	41.6
	一般	730	55.7
	较差	36	2.7
经常挫折	经常	276	21.1
	偶尔或很少	942	71.9
	几乎没有	93	7.1
上网过度	经常	269	20.5
	偶尔或很少	797	60.8
	几乎没有	245	18.7
学业成绩合格	全部合格	932	71.1
	1~4 门不合格	334	25.5
	5~9 门不合格	33	2.5
	大于 10 门不合格	12	0.9
体育锻炼	经常锻炼	364	27.8
	偶尔锻炼	855	65.2
	从不锻炼	92	7

3.2. 被调查大学生心理健康测量得分

Table 2. Scores of each dimension of college students' mental health measurement and comparison with norms ($\bar{x} \pm SD$)
表 2. 大学生心理健康测量各维度得分及与常模对比($\bar{x} \pm SD$)

维度	被调查学生(n = 1311)	常模(n = 54708)	T 值	P 值
躯体化	16.93 ± 7.363	13.27 ± 4.24	17.927	0.000
焦虑	13.18 ± 5.480	16.60 ± 5.36	-22.819	0.000
抑郁	13.71 ± 6.446	16.00 ± 5.37	-16.100	0.000
自卑	22.53 ± 9.950	15.12 ± 5.15	26.879	0.000
偏执	22.95 ± 9.452	15.13 ± 4.95	29.858	0.000
强迫	15.51 ± 6.090	18.23 ± 5.32	-16.026	0.000
社会退缩	19.92 ± 9.032	15.59 ± 5.57	17.280	0.000
社会攻击	17.10 ± 7.918	14.27 ± 4.38	12.894	0.000
性心理	11.74 ± 6.259	11.37 ± 4.01	2.130	0.033
依赖	16.06 ± 6.354	16.78 ± 4.45	-4.079	0.000
冲动	13.24 ± 5.782	14.72 ± 4.49	-9.202	0.000
精神类疾病	9.69 ± 4.867	12.00 ± 3.65	-17.070	0.000

心理问题检出率 25.8% (338/1311)，其中重点关注对象 22.6% (296 人)，一般关注对象 3.2% (42 人)。与全国常模比较(表 2)：躯体化、自卑、偏执、社会退缩、社会攻击、性心理、依赖等 7 个维度得分显著高于常模($P < 0.01$)；而焦虑、抑郁、强迫、冲动、精神类疾病倾向等 5 个维度得分显著低于常模($P < 0.01$)。

3.3. 不同人口学特征的大学生心理健康水平差异

χ^2 检验显示(表 3)：性别、单亲家庭、留守儿童、录取专业符合程度、教养方式、家庭暴力、亲子关系、同学关系、挫折频率、过度上网、学业成绩、体育锻炼与心理问题发生率存在显著关联($P < 0.05$)。其中，男生(33.6% vs 21.4%)、单亲家庭(37.5% vs 24.1%)、家庭暴力(38.9% vs 23.9%)的学生心理问题发生率较高。

Table 3. Univariate analysis of risk factors for college students' mental health
表 3. 大学生心理健康风险因素单因素分析

人口学特征	分组	调查人数 n = 1311 (%)	心理健康人数(%)	心理问题发生人数(%)	χ^2	P 值
性别	男	470 (35.9)	312 (66.4)	158 (33.6)	23.506	0.000
	女	841 (64.1)	661 (78.6)	180 (21.4)		
年级	大一	340 (25.9)	251 (73.8)	89 (26.2)	4.983	0.289
	大二	466 (35.5)	335 (71.9)	131 (28.1)		
	大三	322 (24.6)	240 (74.5)	82 (25.5)		
	大四	150 (11.4)	120 (80.0)	30 (20.0)		
	大五	33 (2.5)	27 (81.8)	6 (18.2)		
生源	大城市	102 (7.8)	76 (74.5)	26 (25.5)	0.378	0.945
	中小城市	329 (25.1)	240 (72.9)	89 (27.1)		
	小城镇	381 (29.1)	285 (74.8)	96 (25.2)		
	农村	499 (38.1)	372 (74.5)	127 (25.5)		
独生子女	是	432 (33.0)	323 (74.8)	109 (25.2)	0.102	0.749
	否	879 (67.0)	650 (73.9)	229 (26.1)		
单亲家庭	是	168 (12.8)	105 (62.5)	63 (37.5)	13.828	0.000
	否	1143 (87.2)	868 (75.9)	275 (24.1)		
留守儿童	是	418 (31.9)	283 (67.7)	135 (32.3)	13.612	0.000
	否	893 (68.1)	690 (77.3)	203 (22.7)		
录取愿望	非常符合	252 (19.2)	204 (81.0)	48 (19.0)	21.298	0.000
	比较符合	632 (48.2)	483 (76.4)	149 (23.6)		
	无所谓	171 (13.0)	113 (66.1)	58 (33.9)		
	不太符合	186 (14.2)	130 (69.9)	56 (30.1)		
	很不符合	70 (5.3)	43 (61.4)	27 (38.6)		
家庭年收入	2 万以下	271 (20.7)	190 (70.1)	81 (29.9)	7.310	0.293
	2~4 万	264 (20.1)	199 (75.4)	65 (24.6)		
	4~7 万	230 (17.5)	169 (73.5)	61 (26.5)		
	7~10 万	243 (18.5)	187 (77.0)	56 (23.0)		

续表

	10~20 万	189 (14.4)	144 (76.2)	45 (23.8)		
	20~30 万	69 (5.3)	55 (79.7)	14 (20.3)		
	30 万以上	45 (3.4)	29 (64.4)	16 (35.6)		
是否贫困	是	431 (32.9)	308 (71.5)	123 (28.5)	2.550	0.110
	否	880 (67.1)	665 (75.6)	215 (24.4)		
父母文化	初中以下	226 (17.2)	157 (69.5)	69 (30.5)	7.702	0.173
	初中	455 (34.7)	333 (73.2)	122 (26.8)		
	高中	337 (25.7)	264 (78.3)	73 (21.7)		
	大学专科	158 (12.1)	114 (72.2)	44 (27.8)		
	大学本科	122 (9.3)	96 (78.7)	26 (21.3)		
	研究生	13 (1.0)	9 (69.2)	4 (30.8)		
教养方式	民主型	828 (63.2)	676 (81.6)	152 (18.4)	69.111	0.000
	强制型	162 (12.4)	94 (58.0)	68 (42.0)		
	放任型	264 (20.1)	172 (65.2)	92 (34.8)		
	忽视型	57 (4.3)	31 (54.4)	26 (45.6)		
家庭暴力	是	167 (12.7)	102 (61.1)	65 (38.9)	17.270	0.000
	否	1144 (87.3)	871 (76.1)	273 (23.9)		
亲子关系	亲密	735 (56.0)	595 (81.0)	140 (19.0)	52.436	0.000
	一般	541 (41.3)	364 (67.3)	177 (32.7)		
	冲突	35 (2.7)	14 (40.0)	21 (60.0)		
同学关系	非常好	545 (41.6)	453 (83.1)	92 (16.9)	42.420	0.000
	一般	730 (55.7)	510 (69.9)	220 (30.1)		
	较差	36 (2.7)	10 (27.8)	26 (72.2)		
是否经常 遭受挫折	经常	276 (21.1)	149 (54.0)	127 (46.0)	75.049	0.000
	偶尔或很少	942 (71.9)	752 (79.8)	190 (20.2)		
	几乎没有	93 (7.1)	72 (77.4)	21 (22.6)		
过度上网	经常	269 (20.5)	167 (62.1)	102 (37.9)	29.733	0.000
	偶尔或很少	797 (60.8)	605 (75.9)	192 (24.1)		
	几乎没有	245 (18.7)	201 (82.0)	44 (18.0)		
成绩合格	全部合格	932 (71.1)	724 (77.7)	208 (22.3)	42.420	0.000
	1~4 门不合格	334 (25.5)	232 (69.5)	102 (30.5)		
	5~9 门不合格	33 (2.5)	14 (42.4)	19 (57.6)		
	大于 10 门不合格	12 (0.9)	3 (25.0)	9 (75.0)		
体育锻炼	经常锻炼	364 (27.8)	280 (76.9)	84 (23.1)	13.097	0.001
	偶尔锻炼	855 (65.2)	639 (74.7)	216 (25.3)		
	从不锻炼	92 (7.0)	54 (58.7)	38 (41.3)		

3.4. 大学生心理健康风险因素 Logistic 回归分析

Table 4. Logistic regression analysis of risk factors for college students' mental health
表 4. 大学生心理健康风险因素的 Logistic 回归分析

	参照组	β	S.E.	Wald	P 值	OR	95% CI
性别	女	0.514	0.151	11.643	0.001	1.672	1.244~2.246
单亲家庭	非单亲	0.452	0.201	5.051	0.025	1.572	1.060~2.332
留守儿童	非留守	0.261	0.150	3.038	0.081	1.298	0.968~1.741
录取愿望	非常符合						
比较符合		0.261	0.203	1.649	0.199	1.298	0.872~1.934
无所谓		0.409	0.254	2.597	0.107	1.505	0.915~2.475
不太符合		0.349	0.251	1.938	0.164	1.418	0.867~2.317
很不符合		0.571	0.325	3.084	0.079	1.771	0.936~3.350
教养方式	民主型						
强制型		0.540	0.208	6.747	0.009	1.716	1.142~2.578
忽视型		0.429	0.180	5.699	0.017	1.536	1.080~2.185
放任型		0.517	0.324	2.551	0.110	1.677	0.889~3.164
家庭暴力	无	0.133	0.202	0.432	0.511	1.142	0.769~1.697
亲子关系	亲密						
一般		0.221	0.158	1.964	0.161	1.248	0.916~1.701
冲突		-0.142	0.455	0.097	0.755	0.868	0.356~2.116
同学关系	非常好						
一般		0.493	0.162	9.267	0.002	1.637	1.192~2.249
较差		1.931	0.465	17.274	0.000	6.895	2.774~17.140
挫折	几乎没有						
经常		1.089	0.343	10.083	0.001	2.972	1.517~5.823
偶尔或很少		0.157	0.326	0.233	0.629	1.170	0.618~2.217
过度上网	没有						
经常		0.605	0.233	6.745	0.009	1.831	1.160~2.890
偶尔		0.225	0.206	1.195	0.274	1.252	0.837~1.874
成绩合格	全部合格						
1~4 门不合格		0.162	0.160	1.027	0.311	1.176	0.860~1.608
5~9 门不合格		0.559	0.422	1.754	0.185	1.748	0.765~3.997
大于 10 门不合格		1.418	0.755	3.528	0.060	4.127	0.940~18.118
体育锻炼	经常						
偶尔		-0.029	0.166	0.030	0.862	0.971	0.702~1.345
很少		0.369	0.285	1.672	0.196	1.446	0.827~2.528
Constant		-3.103	0.395	61.600	0.000	0.045	

将单因素分析中 $P < 0.05$ 的变量纳入 Logistic 回归(表 4)。结果显示以下变量与大学生心理健康问题存在显著关联: 男性($OR = 1.672, 95\% CI: 1.244\sim 2.246$), 单亲家庭($OR = 1.572, 95\% CI: 1.060\sim 2.332$), 强制型教养方式($OR = 1.716, 95\% CI: 1.142\sim 2.578$), 忽视型教养方式($OR = 1.536, 95\% CI: 1.080\sim 2.185$), 同学关系一般($OR = 1.637, 95\% CI: 1.192\sim 2.249$), 同学关系较差($OR = 6.895, 95\% CI: 2.774\sim 17.140$), 经常遭受挫折($OR = 2.972, 95\% CI: 1.517\sim 5.823$), 经常过度上网($OR = 1.831, 95\% CI: 1.160\sim 2.890$)。

值得注意的是, 留守儿童、家庭暴力、亲子关系等变量在单因素分析中显著, 但在多因素模型中不再显著($P > 0.05$), 提示其效应可能被教养方式、同学关系等变量中介或解释。

4. 讨论

4.1. 性别与大学生心理健康问题呈现显著关联

男性心理问题风险高于女性, 与章锦升等[8]研究一致。传统性别角色社会化使男性被期待“坚强”“不示弱”, 导致其更少寻求心理帮助、更压抑情绪表达。Gibbons 等[9]发现, 女性识别心理障碍的能力更强, 且更愿意向专业人士求助。值得注意的是, 这并不意味着女性心理健康状况更好, 虽然女性可能表现出更高水平的内部化问题(如焦虑、抑郁), 但其求助行为有助于问题缓解[10][11]。

4.2. 单亲家庭与大学生心理健康问题呈现显著关联

本研究结果显示, 单亲家庭发生心理问题的危险度是非单亲家庭的 1.572 倍。本结论与同类研究基本一致[12][13]。从家庭系统理论看, 单亲家庭面临结构性缺失(父母角色部分缺失)与功能性风险(经济压力、父母情绪耗竭)的双重挑战。但本研究中该 OR 值相对较低, 提示家庭结构的影响可能通过教养方式、亲子关系等近端变量传递。这与“留守儿童”在多因素模型中不显著的结果相互印证, 即: 家庭结构与环境变量更多是“远端风险因素”, 其作用可能通过“近端风险因素”(如教养方式、同学关系)传递。从干预角度看, 这意味着: 仅改变家庭结构(如单亲/留守儿童身份)是不可能的, 但可以通过改善教养方式、亲子互动质量来阻断风险传递。对已进入大学的学生而言, 可改变的近端因素(如同学关系、挫折应对)应成为干预重点。

4.3. 教养方式与大学生心理健康问题呈现显著关联

相比民主型教养方式, 强制型与忽视型教养方式显著增加心理问题风险。从发展心理学看, 民主型教养方式通过温暖支持 + 合理约束的双路径促进心理社会能力发展; 而强制型教养方式(高要求低回应)易引发逆反、自卑或攻击行为; 忽视型教养方式(低要求低回应)则导致依恋缺陷与情绪调节困难[14]-[16]。本研究中放任型教养方式未达显著水平($OR = 1.677, P = 0.110$), 可能原因包括: 放任型组样本量相对较小(264 人, 20.1%); 放任型可能包含两种亚型——积极放任(尊重自主)与消极放任(疏于管教), 两者效应方向相反产生抵消。建议高校通过家长微信群定期推送“民主教养”科普内容; 在寒暑假开展“亲子沟通线上工作坊”; 同时, 对咨询中涉及的家长进行个别指导。

4.4. 同学关系不好与大学生心理健康问题呈现显著关联

本研究发现, 同学关系较差的学生出现心理问题的风险是同学关系良好学生的 6.895 倍($95\% CI: 2.774\sim 17.140$), 在所有因素中居首位。这一结果显著高于既往研究报告的效应量, 可能与本研究样本特征或测量工具敏感性有关。从社会学角度看, 大学生正处于从家庭依附向同伴依赖过渡的关键期, 同伴关系成为其最重要的社会支持来源[17][18]。当这一支持系统断裂时, 个体容易陷入社会孤立。从心理学机制分析, 不良的人际关系可能导致: 归属感缺失, 触发抑郁与焦虑情绪; 社交技能自我效能感下降, 形成负向循环; 缺乏情绪宣泄与认知矫正的社交反馈渠道[19][20]。因此, 高校应将人际关系干预置于心理

健康工作的核心位置，而非作为常规咨询的附属内容，可以设计和推广人际关系团体辅导、寝室关系建设活动等。

4.5. 经常遭受挫折与大学生心理健康问题呈现显著关联

经常遭受挫折的学生心理问题风险是极少遭遇挫折者的 2.972 倍。这一结果与挫折 - 压力理论一致 [21] [22]。从心理学机制看，挫折对心理健康的影响并非线性，而是通过个体的认知评估与应对方式两个中介变量发挥作用。经常遭受挫折的个体可能形成习得性无助，即认为自己无法控制环境结果，进而放弃应对努力。此外，反复挫折若缺乏有效社会支持，会导致情绪调节资源耗竭，最终表现为焦虑、抑郁等心理症状 [23]。值得注意的是，本研究中“偶尔或很少”遭受挫折组的 OR 值未达到显著水平 (OR = 1.170, $P = 0.629$)，提示挫折频率存在阈值效应——只有达到“经常”程度的挫折才具有显著风险。

4.6. 过度上网与大学生心理健康问题呈现显著关联

经常过度上网者心理问题风险是从不过度上网的 1.831 倍，本研究与居文、孟亚等人的研究结果均具有一致性。孟亚 [24] 的研究结果表明过度上网、网络成瘾的大学生，深陷虚拟网络之中，精力下降，心情压抑，与现实生活逐步脱节，社会交往减少，遇到困难与挫折时，无法采取积极的方式应对而过度使用网络寻找满足感，缓解心理压力最终导致了个人社会功能受损，影响了积极心理品质的形成与塑造。可见，过度上网与心理问题可能互为因果：心理困扰个体可能通过上网逃避现实，而过度上网又加剧社会隔离与睡眠紊乱，形成恶性循环 [24] [25]。本研究是横断面设计，无法推断因果关系，未来可以开展纵向研究，来验证二者的关系。

4.7. 单因素显著但多因素不显著的变量解释

本研究中有三个值得关注的变量——家庭暴力、留守儿童、亲子关系——在单因素分析中显著，但纳入多因素 Logistic 回归后不再显著 ($P > 0.05$)。究其原因，首先是变量之间共线性的问题：家庭暴力与教养方式 (尤其是强制型)、单亲家庭存在显著相关。当这些变量同时进入回归模型时，标准误增大，导致显著性丧失。

其次是，变量之间存在中介效应：家庭暴力可能通过影响教养方式和亲子关系间接影响心理健康。留守儿童与单亲家庭也可能通过教养方式、亲子关系、心理韧性等变量间接影响健康。另外，留守儿童同时更可能是单亲家庭，后者在多因素中保持显著，而前者被“稀释”。

同时，本研究样本量局限，例如：亲子关系“冲突”组仅 35 人 (2.7%)，小样本导致标准误较大，统计功效不足。未来可以开展多中心大样本调查，并进行纵向机制研究，探索风险因素与心理健康的动态关系。

基金项目

中华医学会医学教育分会和全国医学教育发展中心 2023 年医学教育研究立项课题 (2023B101)，湖北省大学生创新创业训练计划项目 (S202310927004)。

参考文献

- [1] 钱弈冕. 成都市大学生心理健康状态及影响因素研究[J]. 黑龙江科学, 2022, 13(23): 16-19.
- [2] 刘丽, 刘海燕, 罗溪, 周训琼, 李秋硕, 李岷, 严征. 贵阳市大学生心理健康状况及影响因素[J]. 贵州医科大学学报, 2023, 48(4): 410-415.
- [3] 教育部等十七部门关于印发《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)》的通

- 知[EB/OL]. https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/202305/content_6857361.htm, 2026-06-24.
- [4] 方晓义, 袁晓娇, 胡伟, 邓林园, 蔺秀云. 中国大学生心理健康筛查量表的编制[J]. 心理与行为研究, 2018, 16(1): 111-118.
- [5] 易晓明, 定险峰, 薛璟, 吴欣怡. 《中国大学生心理健康筛查量表》测量结果解释的优化[J]. 中国临床心理学杂志, 2021, 29(5): 962-966.
- [6] 张云, 刘宏娟. 医学生心理健康水平现状及其影响因素的调查分析[J]. 中国医科大学学报, 2017, 46(4): 335-338.
- [7] 教育部《大学生心理健康测评系统》课题组, 郑日昌, 邓丽芳, 张忠华, 郭召良. 《中国大学生心理健康量表》的编制[J]. 心理与行为研究, 2005(2): 102-108.
- [8] 章锦升, 缪群芳, 邢冰玉, 乐宇超, 舒婉, 张婧. 大学生心理健康素养现况调查及影响因素分析[J]. 健康研究, 2022, 42(4): 399-404.
- [9] Gibbons, R.J., Thorsteinsson, E.B. and Loi, N.M. (2015) Beliefs and Attitudes Towards Mental Illness: An Examination of the Sex Differences in Mental Health Literacy in a Community Sample. *PeerJ*, 3, e1004. <https://doi.org/10.7717/peerj.1004>
- [10] 师风莲. 当前女大学生心理健康状况研究——基于山东某高校 1098 名女大学生的调查[J]. 齐鲁师范学院学报, 2021, 36(3): 19-27.
- [11] 刘丽, 刘海燕, 罗溪, 等. 贵阳市大学生心理健康状况及影响因素[J]. 贵州医科大学学报, 2023, 48(4): 410-415.
- [12] 李欢欢. 单亲家庭大学生心理健康现状与特点——基于江苏省高校的调查[J]. 江苏第二师范学院学报, 2021, 37(6): 107-111.
- [13] 陈景, 周祎. 大学生成长过程中心理健康风险性因素评估[J]. 科教文汇(下旬刊), 2019(13): 161-164.
- [14] 姚婷, 李会茹, 付玺行, 等. 父母教养方式、校园欺凌和心理韧性影响青少年心理亚健康的结构方程模型分析[J]. 华中科技大学学报(医学版), 2022, 51(2): 192-197.
- [15] 冯琳琳, 张乐琳, 孙晓瑜. 父母教养方式与大学生心理健康: 现实和网络利他行为的中介效应及比较分析[J]. 中国健康心理学杂志, 2023, 31(9): 1375-1381.
- [16] 张辉, 李真, 常扩. 父母教养方式对北京市大学生心理健康的影响: 成人依恋的中介作用[J]. 中国卫生统计, 2022, 39(1): 71-76.
- [17] 张舒, 刘拓, 夏方婧, 等. 大学生人际关系与心理健康的社会网络分析[J]. 中国心理卫生杂志, 2020, 34(10): 855-859.
- [18] 冷艳, 李斌, 杜勇. 人际关系训练对大学生心理健康水平的影响[J]. 大众文艺, 2019(24): 244-245.
- [19] 吴文君, 向小平. 大学生同伴交往与心理健康的关系: 人际交往能力的中介作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2020, 28(4): 585-591.
- [20] 王淑华, 苏涛. 大学生宿舍人际关系对心理健康的影响: 性别的调节作用[J]. 丽水学院学报, 2022, 44(4): 102-108.
- [21] 赵梦君. 提高挫折承受力, 维护大学生心理健康[J]. 现代经济信息, 2017(6): 398, 400.
- [22] 廖文娜. 大学生挫折应对能力、求助行为和心理健康的关系研究[J]. 广东开放大学学报, 2019, 28(4): 97-100.
- [23] 罗爱月, 卢柳拂, 谢珍连, 等. 大学生挫折应对方式与心理健康的现状[J]. 微量元素与健康研究, 2019, 36(1): 36-38, 41.
- [24] 孟亚, 黄涛, 张浩. 河南省某民办高校大学生网络成瘾及心理健康状况调查[J]. 河南预防医学杂志, 2020, 31(11): 819-823.
- [25] 居文. 大学生网络成瘾者心理健康状态调查及心理预防措施[J]. 中国健康心理学杂志, 2019, 27(2): 309-312.