

· 其他 ·

天津市高等院校本科留学生心理健康状况的研究

杨 洋 朱 莹 高 健

关键词 :留学生 ;自我和谐 ;心理健康
中图分类号 :R749.92 文献标识码 :A 文章编号 :1673-9043(2009)03-0159-03

改革开放以来 ,中国来华留学生教育事业蓬勃发展 ,来华学习的外国留学生呈几何级数增多 ,在竞争日趋激烈的留学生教育领域 ,如何提高留学生教育的质量无疑是教育发展战略的核心内容。在发展留学生高等教育的同时 ,一个容易忽视的问题是高等院校来华留学生的心理健康和适应问题。及时了解来华留学生的心理健康状况和社会文化特点 ,探讨他们的心理特征和规律以及相应心理健康辅导对策 ,对政府、高校和留学生管理者提高留学生的管理水平都有着十分重要意义^[1]。

影响大学生心理健康的因素很多 ,综合中国学者的研究 ,大致可分为主观因素和客观因素两大类 ,客观因素包括家庭环境及教养方式、学校学习状况和人际关系及社区、区域文化的影响 ,主观因素包括人格特征、情绪和意志力等^[2-3]。大学阶段是个体自我意识急剧增长、迅速发展和趋于完善的重要时期 ,尤其是留学生更有其独特的心理特征 ,自我意识发展经历着一个特别明显的分化→统一→再分化→再统一的过程 ,期间各种自我容易出现不协调统一的状况 ,进而导致适应不良和心理障碍^[4]。本研究试图通过调查研究 ,评述本科留学生自我意识的特点 ,探讨自我和谐与心理健康的关系及其影响因素 ,来提出本科留学生自我意识和心理调控与培养的途径。

1 材料

调查对象来自天津市内 3 所大学 ,其中医药院校 1 所 ,理工院校 1 所 ,文科院校 1 所。采用分层随机取样方法 ,在 3 所大学的大一至大四年级留学生随机抽取 150 人。发放问卷 120 份 ,回收 105 份 ,作者单位 300193 天津中医药大学
作者简介 :杨 洋(1980-) ,女 ,硕士在读 ,研究实习员 ,主要从事留学生管理工作。

有效问卷 93 份 ,有效率为 88.6%。调查对象年龄在 20~60 岁之间 ,平均年龄为(29.9±8.02)岁 ,具体采样结果详见表 1。

表 1 调查对象的基本情况

项目		全体(n=93)		男(n=47)		女(n=46)	
		人数	%	人数	%	人数	%
地区	日本	13	14.0	3	6.4	10	21.7
	韩国	35	37.6	20	42.6	15	32.6
	英国	45	48.4	24	51.1	21	45.7
	中医学	37	39.8	17	36.2	20	43.5
专业	中药学	9	9.7	3	6.4	6	13.0
	中医临床	9	9.7	7	14.9	2	4.3
	针灸推拿学	26	28.0	17	36.2	9	19.6
	中文	12	12.9	3	6.4	9	19.6
年级	大一一年级	62	66.7	33	70.2	29	63.0
	大四四年级	31	33.3	14	29.8	17	37.0
平均年龄($\bar{x}\pm s$)		29.39±8.02		32.96±8.23		26.80±6.52	

2 方法

2.1 自我和谐量表(SCCS) 以王登峰 1994 年编制的自我和谐量表测量大学生的自我和谐状态 ,有较高的同质性信度和预测效度 ,并建立了大学生常模 ,可以作为评估心理健康状况的一般工具。

2.2 症状自评量表(SCL-90)^[5] SCL-90是由Derogatis , L. R. 编制 ,包含 90 个项目 ,囊括了比较广泛的精神病症状学内容 ,如思维、情感、行为、人际关系、生活习性等。它的每一项均采用 5 级评分制。统计指标主要为两项 ,即总分和因子分〔躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁(或忧郁)、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性〕。

2.3 问卷信效度检验结果 对 93 名本科留学生测试 ,自我和谐量表与症状自评量表采用项目间一致性的方法计算 ,各分量表的同质性信度较高。其中自我和谐量表包括“自我与经验的不和谐”(简称

“不和谐”)、“自我的灵活性”(简称“灵活性”)、“自我的刻板性”(简称“刻板性”)3 个分量表,经测试其分量表的同质性信度分别为 0.85、0.81 和 0.64。本研究中症状自评量表的 Cronbach α 系数为 0.95,具有较好的内在信度。其中 9 个因子的同质性信度分别为 0.87、0.81、0.85、0.75、0.81、0.78、0.84、0.71 和 0.82。

通过测试发现自我和谐量表各分量表有中等的校标关联效度,各个分量表可以解释各种身心症状的总方差的 10%~20%。“不和谐”分数与各种身心症状有显著的正相关($r=0.16\sim0.39$);“灵活性”分数与各种身心症状均有显著的负相关($r=0.25\sim0.18$);“刻板性”分数与偏执的相关达到显著水平($r=0.12, P<0.05$)^[6]。

2.4 统计学方法 以班为单位对被试者进行团体施测,使用统一的指导语,问卷采用无记名方式填写。所有数据均采用 SPSS 11.0 for Windows 进行管理和分析,对数据进行统计分析。

3 结果

3.1 不同性别的留学生自我和谐度与心理健康水平的比较 见表 2。

表 2 不同性别的自我和谐度和心理健康水平比较					
项目	男($n=47$)		女($n=46$)		t 值及显著性
	M	SD	M	SD	
自我与经验的不和谐	41.64	8.66	41.78	9.38	-0.81
自我灵活性	42.40	7.12	43.48	5.52	-0.81
自我刻板	18.60	3.41	18.99	3.88	-0.39
躯体化	1.64	0.45	1.94	0.71	-2.48*
强迫症状	1.49	0.46	1.66	0.65	-1.46
人际关系敏感	1.47	0.43	1.70	0.67	-1.91
抑郁	1.39	0.43	1.58	0.58	-1.78
焦虑	1.42	0.38	1.58	0.67	-1.43
敌对	1.26	0.40	1.34	0.52	-0.94
恐怖	1.46	0.49	1.65	0.63	-1.60
偏执	1.41	0.41	1.60	0.58	-1.78
精神症状	1.46	0.37	1.65	0.56	-1.99
总均分	1.58	0.47	1.76	0.62	-1.61

注 t 值:两个独立样本 t 检验,表 3 同,* $P<0.05$ 。

由表 2 可见,留学生不论是男生还是女生,在自我和谐度的 3 个维度上,均没有表现出显著性的差异,但从统计值上可以看出,女生在自我不和谐程度、刻板性、自我灵活度 3 个方面均高于男生。在 SCL-90 的各维度上,只有躯体化一项男女生之间有显著性差异($P<0.05$),其他各项虽然女生统计值高于男生,但是未达到显著性水平,男生的心理健康水平略好于女生。

3.2 不同年级留学生的自我和谐度和心理健康水平的比较 见表 3。

表 3 不同年级的自我和谐度和心理健康水平比较					
项目	低年级($n=62$)		高年级($n=31$)		t 值及显著性
	M	SD	M	SD	
自我与经验的不和谐	42.82	9.03	39.48	8.57	1.74
自我灵活性	41.50	6.08	45.81	6.04	-3.24**
自我刻板	18.84	3.64	18.55	3.67	0.36
躯体化	1.84	0.67	1.69	0.46	1.29
强迫症状	1.65	0.59	1.41	0.47	2.08*
人际关系敏感	1.65	0.63	1.45	0.39	1.90
抑郁	1.55	0.55	1.35	0.43	1.88
焦虑	1.57	0.60	1.36	0.39	2.06*
敌对	1.33	0.49	1.24	0.39	0.89
恐怖	1.61	0.58	1.45	0.53	1.34
偏执	1.58	0.56	1.35	0.37	2.42**
精神症状	1.62	0.52	1.43	0.36	2.04*
总均分	1.75	0.59	1.51	0.45	2.13*

注:* $P<0.05$,** $P<0.01$ 。

由表 3 可见,高年级学生和低年级学生在自我灵活性上,有显著性差异($P<0.01$),说明年级越高,留学生的灵活性越强;在强迫症状、焦虑程度和精神症状上,低年级学生要高于高年级学生,达到显著性差异($P<0.05$);在偏执症状上,低年级学生也高于高年级学生,有显著性差异($P<0.01$);可见,留学生随年级的升高,会变得更加灵活,心理状况也更健康。

3.3 不同专业留学生的自我和谐度和心理健康的比较 见表 4。

表 4 不同专业的自我和谐度和心理健康水平比较							
项目	中医药($n=55$)		针灸推拿($n=26$)		语言($n=12$)		F 值及显著性
	M	SD	M	SD	M	SD (两两比较)	
自我与经验的不和谐	43.24	9.18	38.50	8.45	41.67	7.83	2.54
自我灵活性	42.49	6.99	44.42	5.40	41.75	4.97	1.05
自我刻板	18.76	3.85	18.85	3.25	18.42	3.70	0.06
躯体化	1.82	0.67	1.62	0.42	2.00	0.63	1.85
强迫症状	1.62	0.60	1.38	0.43	1.78	0.60	2.62
人际关系敏感	1.63	0.62	1.34	0.31	1.89	0.60	4.67*
抑郁	1.53	0.60	1.28	0.25	1.68	0.43	3.27*
焦虑	1.56	0.60	1.31	0.37	1.67	0.54	2.55
敌对	1.36	0.53	1.18	0.30	1.29	0.39	1.45
恐怖	1.60	0.65	1.39	0.39	1.68	0.46	1.59
偏执	1.54	0.54	1.28	0.30	1.81	0.56	5.02**
精神症状	1.60	0.53	1.37	0.30	1.74	0.46	3.21*
总均分	1.72	0.56	1.52	0.44	1.74	0.74	1.36

注: F 值是单因素方差分析 F 检验,两两比较 Scheffe 法,* $P<0.05$,** $P<0.01$ 。

表 4 可见,在人际关系敏感性和抑郁症状以及精神症状上,学习中医药、针灸推拿和语言这 3 个专业的留学生,均达到显著差异($P<0.05$),并且,语言专业的留学生在人际关系、抑郁和精神症状上比针灸推拿专业的学生有差异;在偏执症状上,差异显著性更明显($P<0.01$)而且也是语言专业的学生高于针灸推拿专业。可见,针灸推拿专业学生的心理健康水平要好于中医药专业,中医药专业好于语言专业。

3.4 自我和谐度与心理健康水平的相关分析 见表 5。

表 5 自我和谐度与心理健康水平的相关分析($n=93$)

因子	自我与经验的不和谐	自我灵活性	自我刻板
躯体化	0.44**	0.10	0.08
强迫症状	0.52**	0.01	0.54**
人际关系敏感	0.53**	0.08	0.48**
抑郁	0.47**	0.09	0.06
焦虑	0.43**	0.06	0.09
敌对	0.44**	-0.02	0.17
恐怖	0.53**	0.05	0.17
偏执	0.49**	0.04	0.16
精神症状	0.53**	0.04	0.15
总均分	0.49**	-0.04	0.46**

注:表内数值为 Pearson 相关系, ** $P<0.01$ (两侧)。

由表 5 可见,留学生在自我刻板性和强迫症状上,有显著的相关关系($P<0.01$),说明,留学生越刻板,他在人际关系方面就会越容易出问题,也越易出现强迫症状。

4 讨论

4.1 来华留学生的心理特征 本次研究结果说明,来华留学生对待留学生活普遍存在恐惧不安的心理。留学生在离开生长养育自己的国土和习惯了的故土文化环境,继而进入一个新的国家和环境后,衣食住行、地理环境、气候、交通手段、价值观、生活节奏等方面同时发生了激变,因此而丧失了长期保持的心理安定,产生种种心理动荡、行为改观,感觉难以适应新环境^[7]。因此,在今后的来华留学生管理工作中,可以通过提供有关异文化环境的信息,积极帮助留学生消除生活压力,对其进行情绪上的心理援助,使他们尽快适应中国生活,并建立和保持良好的的人际关系和社会交往。

4.2 本科留学生自我和谐的年级差异 本研究结果显示,总体上本科留学生具有一定程度的自我和谐,年级越高自我和谐水平越高。被调查的大部分留学生由于进入高校才开始离开祖国,离开家庭,离开父母,开始在一个陌生的国家和集体中学习和生活,进行完全的自我管理,自我监测,自我调控。在这个时期,外事管理者及学生辅导员更应该注意对留学生加强学习方法和学习环境的适应性,更重要的是对生活习惯和生活环境的转变。

4.3 各种自我对本科留学生身心健康的影响 通过调查研究我们可以发现各种自我对本科留学生身心健康的影响都较强,相对于自我灵活性,自我不和谐对本科留学生的心理健康的影响更为突出。相关研究表明,自尊是大学生社会适应性的核心因素,同样,低自尊也是留学生心理和行为异常的重要根源。

4.4 适当培养学生自我管理、自我教育能力 学会按照社会的标准约束自己的行为,要认识到社会要求及学校的规章制度有一定的合理性,从而使自己的言行和思想有正确的导向。同时要把自我培养的重点放在能力的发展和良好的心理品质的形成方面,不断提高自我意识的水平,完善自己的人格。有针对性的引导学生客观、理性的认识自我,恰当的定位自我、接纳自我、实现自我新的和谐统一,以促进心理健康水平的提高和人格的发展。

参考文献:

- [1] 朴立红,陈晓丹.浅谈留学生工作的管理[J].辽宁工学院学报,2003,5(3):94-95.
- [2] 卢莉,薛朝霞.大学新生自我和谐与心理健康的关系[J].中国学校卫生,2006,28(11):1019-1020.
- [3] Shin DC, Johnson DM. Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life[J]. Social Indicators Research, 1978, 5(4):475-492.
- [4] 赵冰洁,陈幼贞.大学生心理健康与自我和谐的关系研究[J].健康心理学杂志,2003,11(6):478-480.
- [5] 王征宇.症状自评量表(SCL-90)[J].上海神经医学,1984,2(2):68-70.
- [6] 王登峰.自我和谐量表的编制[J].中国临床心理学杂志,1994,2(1):19-22.
- [7] 范斐.跨文化管理在留学生异文化适应工作中的应用[J].外国留学生工作研究(增刊),2004(4):60-63.

(收稿日期 2009-03-11)