

中医院校留学生心理健康状况调查分析

——以浙江中医药大学为例

章 津^a,汪静娜^b,陈 晔^a

(浙江中医药大学 a. 国际教育学院; b. 国际交流与合作处, 杭州 310053)

摘 要: 采用 SCL-90 症状自评量表对浙江中医药大学 70 名在校来华留学生进行心理健康状况调查,并以 SPSS 软件进行统计分析。调查结果显示,来华留学生的强迫症状、人际敏感、焦虑因子评分均显著高于中国青年常模,其中阳性指标检出率最高的是睡眠及饮食情况。这说明与中国学生相比,来华留学生存在更严重的心理问题。其中对浙江中医药大学来华留学生心理健康状况影响最大的是基本生理和生活的需要。该研究以期为完善中医院校留学生心理健康教育工作提供参考。

关键词: 来华留学生;心理健康;SCL-90;教育管理

中图分类号: G648.9

文献标志码: A

文章编号: 1671-8798(2015)02-0130-05

Analysis on psychological health state of international students in universities of Chinese medicine —A case study of Zhejiang Chinese Medical University

ZHANG Jin^a, WANG Jingna^b, CHEN Ye^a

(a. International Education College; b. International Office, Zhejiang Chinese Medical University,
Hangzhou 310053, China)

Abstract: Using Symptom checklist-90 (SCL-90) test and SPSS statistical analysis, this study investigated the psychological health states of 70 international students of Zhejiang Chinese Medical University. The results showed that the international students' scores of obsessive-compulsive symptom, interpersonal sensitivity and anxiety factor are significantly higher than those of Chinese youth control, indicating that the international students have more serious psychological problems. For international students, the basic needs such as sleep and diet states are the most positive parameters, and mostly affect their psychological health state. This study will provide references for improving the education management work on international students in

收稿日期: 2014-09-06

基金项目: 浙江省教育厅科研计划项目(Y201431528)

作者简介: 章 津(1988—),女,浙江省杭州人,助教,硕士,主要从事留学生教育管理研究。

universities of Chinese medicine.

Key words: international students; psychological health; SCL-90; education management

随着规模的扩大,来华留学生心理健康教育被视为留学生教育管理中亟待重视的问题之一,很多来华留学生都存在着不同程度的心理问题,普遍存在恐惧不安的心理^[1]。因此,如何通过积极的手段和方式,帮助留学生了解并处理好文化差异引起的矛盾,帮助他们克服跨文化适应障碍^[2],成为留学生管理工作思考留学生心理健康教育工作的前提。本研究抽样调查了在浙江中医药大学学习的70名来华留学生的心理健康状况,以期为学校留学生的教育管理提供参考。

1 调查对象与方法

1.1 调查对象

随机选取浙江中医药大学长期在校来华留学生为调查对象,发放问卷70份,实际回收有效问卷63份,问卷回收率达90%。其中,男生19名,女生44名,亚洲籍留学生48名,欧洲籍留学生7名,非洲籍及其他地区留学生8名,年龄19~28岁,平均年龄23.57岁。受试者身体健康,无精神疾病史。

1.2 调查方法和工具

采用症状自评量表(Symptom Checklist-90, SCL-90)作为测试留学生心理健康状况的工具。SCL-90自评量表共90道题,受试者根据最近一星期以来自己的实际感觉,采用5级评分,1~5分分别对应没有症状、较轻、中等、较重、严重。自评量表中包含10项因子,分别为躯体化、强迫、人际敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性和其他(饮食和睡眠)。当任一因子平均分超过2分时,便可认为被试者的该因子症状具有阳性意义,即为有症状。当总分超过160分或阳性项数多于43个时,亦提示有阳性意义,需要进行心理辅导。

1.3 统计方法

所有数据均应用SPSS19软件进行统计处理,组间比较采用 t 检验和多元方差分析, $P<0.05$ 为具有统计学意义。

2 调查结果

2.1 留学生和全国青年组常模 SCL-90 评分比较

表1显示,留学生的强迫、人际敏感、焦虑因子评分均显著高于中国青年常模(SCL-90国内常模标准数据),差异有统计学意义,说明留学生容易出现强迫症和忧郁症等症状,对人际关系感知较敏感($P<0.05$)。

表1 留学生与中国青年组常模比较

Table 1 Comparison between international students and Chinese youth control

因子	留学生(N=63)	中国青年组常模(N=781)	t	P
躯体化	1.45±0.40	1.34±0.45	1.092 2	0.275 1
强迫症状	1.95±0.69	1.69±0.61	1.978 0	0.048 3*
人际关系敏感	1.42±0.43	1.76±0.67	2.285 9	0.022 5*
忧郁	1.47±0.49	1.57±0.61	0.753 5	0.451 4
焦虑	1.61±0.71	1.42±0.43	2.035 0	0.042 2*
敌对	1.41±0.54	1.50±0.57	0.694 2	0.487 8
恐怖	1.33±0.54	1.33±0.47	0.028 7	0.977 1
偏执	1.37±0.50	1.52±0.60	0.932 3	0.351 5
精神病性	1.30±0.34	1.36±0.47	0.580 7	0.561 6

注:*指 $P<0.05$

2.2 留学生心理问题检出情况

对留学生心理问题检出情况的统计分析显示,量表总评分的阳性指标检出率小于10%,这说明留学

生心理状况总体良好。在各因子中,其他(饮食和睡眠)项的阳性指标检出率最高,接近 30%,这说明留学生在生活习惯方面较不适应;其次是强迫症状、焦虑及敌对因子,均高于 10%,这说明留学生在这三方面容易产生心理问题,详见表 2。

表 2 留学生 SCL-90 自评量表阳性指标检出率

Table 2 Positive rate of SCL-90 tested parameters of international students %

因子	阳性指标检出率	因子	阳性指标检出率
躯体化	9.52	恐怖	9.52
强迫症状	19.05	偏执	4.76
人际关系敏感	4.76	精神病性	9.52
忧郁	9.52	其他	28.57
焦虑	14.29	总分	9.52
敌对	14.29	阳性项数	28.57

注:阳性指标指每项因子平均分超过 2 分,或总分超过 160 分,或阳性项数多于 43 个。

对不同层次留学生的阳性指标检出率分析显示,本科留学生的心理状况和承受能力明显弱于硕士留学生(表 3)。在本科留学生中,最容易产生心理问题的因子是强迫症状,其阳性指标检出率高达 26.7%;其次是焦虑和敌对因子,阳性指标检出率均达到 24.4%;躯体化、忧郁和恐怖因子的阳性指标检出率也均在 10%以上。这些因素成为本科留学生心理问题的潜在来源,总分阳性指标检出率达到 13.3%。在硕士留学生中,仅强迫症状因子及其他因子阳性指标检出率均为 16.7%,超过 10%,具有阳性意义。

表 3 不同层次留学生 SCL-90 阳性指标检出率

Table 3 Positive rate of SCL-90 tested parameters of international students in different degrees %

因子	阳性指标检出率		因子	阳性指标检出率	
	本科留学生(N=45)	硕士留学生(N=18)		本科留学生(N=45)	硕士留学生(N=18)
躯体化	13.3	5.6	恐怖	13.3	0
强迫症状	26.7	16.7	偏执	6.67	5.6
人际关系敏感	6.67	0	精神病性	13.33	5.6
忧郁	13.3	0	其他	33.33	16.7
焦虑	24.4	5.6	总分	13.3	5.6
敌对	24.4	5.6	阳性项数	33.33	16.7

对不同来华时间留学生的阳性指标检出率分析显示,来华时间不足 2 年的留学生心理状况和承受能力明显弱于来华 2 年及以上的留学生(表 4)。来华不足 2 年的留学生最容易产生强迫症状,其阳性指标检出率高达 41.7%;其次是焦虑和敌对因子,阳性指标检出率高达 25%;躯体化、忧郁和恐怖因子的阳性指标检出率也达到 15%以上。上述因子容易对来华不足 2 年的留学生心理产生负面影响,使得其量表总评分的阳性指标检出率达到 16.7%。来华 2 年及以上的留学生仅饮食和睡眠的问题较严重,阳性指标检出率为 11.1%。

表 4 不同来华时间留学生 SCL-90 阳性指标检出率

Table 4 Positive rate of SCL-90 tested parameters of international students with different stay time in China %

因子	阳性指标检出率		因子	阳性指标检出率	
	来华时间≤2年 (N=36)	来华时间>2年 (N=27)		来华时间≤2年 (N=36)	来华时间>2年 (N=27)
躯体化	16.7	7.4	恐怖	16.7	3.7
强迫症状	41.7	3.7	偏执	8.3	0
人际关系敏感	8.3	0	精神病性	16.7	7.4
忧郁	16.7	3.7	其他	41.7	11.1
焦虑	25	7.4	总分	16.7	3.7
敌对	25	3.7	阳性项数	50	14.8

对不同第一语言留学生的阳性指标检出率分析显示,第一语言非汉语的留学生较第一语言为汉语的留学生更容易产生心理问题(表5)。第一语言非汉语的留学生最容易产生强迫症状,其阳性指标检出率超过30%;焦虑和敌对因子是仅次于强迫症的心理问题因素,阳性指标检出率高达23.08%;躯体化、忧郁及精神病性因子也是这类学生容易出现的问题因子,阳性指标检出率达到15.38%。在这些因子的综合影响下,使得第一语言非汉语的留学生量表总评分的阳性指标检出率高达15.38%。第一语言为汉语的留学生仅强迫症这一项容易产生严重心理问题,阳性指标检出率为12.5%。

表5 不同第一语言种类留学生 SCL-90 阳性指标检出率

Table 5 Positive rate of SCL-90 tested parameters of international students with different first languages %

因子	阳性指标检出率		因子	阳性指标检出率	
	第一语言汉语 (N=24)	第一语言非汉语 (N=39)		第一语言汉语 (N=24)	第一语言非汉语 (N=39)
躯体化	8.3	15.38	恐怖	4.2	7.69
强迫症状	12.5	30.77	偏执	8.3	7.69
人际关系敏感	8.3	7.69	精神病性	4.2	15.38
忧郁	4.2	15.38	其他	8.3	46.15
焦虑	8.3	23.08	总分	4.2	15.38
敌对	0	23.08	阳性项数	8.3	46.15

3 讨 论

3.1 基于 SCL-90 的结果分析

浙江中医药大学来华留学生症状自评量表 SCL-90 的总体结果与目前学界的研究^[3-5]一致,留学生的强迫症状、人际敏感、焦虑因子评分均显著高于中国青年组常模。换言之,与普通中国学生相比,留学生在一定程度上存在更严重的心理问题,这迫切需要留学生工作管理者找出影响其心理健康的因素并给予适当的心理干预。

对来华留学生心理问题检出情况分析可知,SCL-90 阳性指标检出率最高的是睡眠及饮食情况,这说明对留学生心理健康状况影响最大的是基本生理和生活的需要。这一需要在马斯洛需要层次理论中被认为是人类维持自身生存的最基本要求。

对不同类别来华留学生进行对比分析发现,留学生的心理健康水平首先与来华时间长度呈正相关,来华时间越长,留学生心理状态越平稳,影响其心理状态的因素越少。其次,留学生的心理健康水平与留学生自身的受教育程度、认知方式呈正相关。留学生受教育程度越高,心理健康水平越高,具体表现为硕士留学生的总体心理状态优于本科留学生。再次,语言种类也是影响留学生心理状态的原因:汉语为第一语言的留学生没有语言障碍,因此更容易与周围人群沟通,对环境具有更强的适应能力;反之,第一语言为非汉语的留学生,因沟通的困难,只能与小范围的留学生伙伴交流,甚至独处。学界将上述因素归纳为“跨文化适应性问题”,认为跨文化适应性问题是影响留学生心理健康最主要最特殊的因素^[6-7]。本研究所得结论与之吻合。

此外,中医专业特点也是来华留学生产生心理问题的因素之一。中医学本身是一门难度较大的专业,既有医学知识,又蕴含中国文化。留学生不仅要面对日常生活中的文化差异,还必须面对专业知识生疏所造成的压力,导致学习任务重、精神压力大。

3.2 措施及建议

此次调查研究的结果对留学生教育管理工作具有指导意义。虽然浙江中医药大学留学生群体的心理状态普遍良好,但也存在一定的隐患,必须通过各种有效途径多管齐下予以消除。

首先,改善来华留学生生活基本条件。留学生离开自己的国家来到陌生环境,由于环境差异较大、心理预期较高等因素,容易对学校自然环境、硬件配置,尤其是住宿和饮食方面产生较大的心理落差。因此,本研究建议从学校层面出发,设法提升留学生对校园环境的认同感,如完善留学生住宿楼

的硬件设施,在校园食堂内为有宗教信仰的留学生提供专门的餐饮区域,在图书馆、教学楼等处设置英文标示等。

第二,完善来华留学生跨文化适应体制。在学校现有的长期留学生跨文化交流模式的基础上,深化拓展已有的跨文化交际学课程、求本论坛、第二课堂三大模式,构建以跨文化交际课程为理论课堂、以学生国际交流协会为实践课堂的中外学生交流平台,引领留学生正确认识并对待文化冲突,丰富留学生的校园文化生活,以加速其文化融合的过程。

第三,构建来华留学生心理健康教育平台。根据现有的研究基础,学校将共享心理健康教育资源,鼓励留学生正确、积极面对自身心理问题。同时,发挥中医院校的专业优势,通过中医养身等非心理干预手段帮助留学生改善身心问题。此外,设立留学生志愿者团队,由留学生群体中心理状况良好的积极向上的留学生组成,主要负责进行朋辈心理辅导^[8],协助学校组织开展各类心理健康教育活动。

4 结 语

本次调查随机抽取了浙江中医药大学部分来华留学生参与,以中国青年组常模为对照组,得出的调查结果能在一定程度上说明问题,但还需要进一步深入地进行大规模测查,并综合考虑文化、语言等因素对留学生心理的影响,以对本次调查结果进行深层次的印证和完善。

来华留学生心理健康状况受许多变量因素的影响。作为留学生教育管理工作者,应当进一步加强对此的关注和研究。在相关理论知识的指导下,帮助他们形成一个健康的心理状态,使他们在中国度过有意义的留学生活。

参考文献:

- [1] 黄兴. 来华留学生教育管理中亟待重视的三个问题[J]. 文教资料, 2012(13):152-153.
- [2] 汪静娜,柴可夫. 构建高校外国留学生心理健康教育体系[J]. 中医药管理杂志, 2010,18(3):257-259.
- [3] 李莉,金昌德. 在华留学生心理健康研究现状[J]. 临床心身疾病杂志, 2011,17(2):184-185.
- [4] 李繁. 留学生心理健康探析[J]. 大连教育学院学报, 2008,24(2):45-46.
- [5] 雷五明. 国内外关于留学生心理健康教育研究述评[J]. 教育与职业, 2013(11):90-91.
- [6] 陈玳玮,于馨. 在华留学生跨文化适应对心理健康的影响[J]. 信息系统工程, 2010(6):115-116.
- [7] Abbas M Z, Liang X M, Liu K Z. An evaluation of acculturation stress, mental health issues and adaptation difficulties of international students in China[J]. 四川精神卫生, 2014(2):97-101.
- [8] 王小尚. 朋辈心理辅导在来华留学生心理健康教育工作中的应用[J]. 考试周刊, 2011(17):202-203.