

# UPI 测试结果为导向的大学生心理健康状况实证研究

## ——以河北某高校经济贸易学院新生为例

张天资<sup>1,a,\*</sup>, 刘 昱<sup>2,b</sup>, 赵慧敏<sup>1,c</sup>

(1.河北金融学院经济贸易学院, 2.河北金融学院国际商务外语学院;

\* a. 2968277255@qq.com, b. hebeibaodingliuyu@163.com, c. 1459467737@qq.com)

**摘要:**UPI (大学生心理健康调查表) 量表作为一种广泛应用于大学生心理健康评估的工具, 具有较高的信度和效度。已有研究在大学生心理健康状况的评估、干预和预防等方面取得了显著成果, 然而, 现有研究仍存在一定局限性, 主要表现在以下方面: 大学生心理状况的实证研究多集中在量化调查, 缺乏深入的质性研究; 现有研究对UPI测试结果的应用和解读存在一定程度的局限性; 针对大学生心理健康问题的干预措施研究尚不充分。基于此, 本研究致力于对UPI测试结果为导向的大学生心理健康状况进行实证研究, 探讨大学生心理健康状况的具体表现是什么, 针对UPI测试结果提出有效的干预措施, 旨在为高校心理健康和心理危机干预提供有益参考。

**关键词:**UPI 测试; 大学生心理健康; 心理健康教育

## 1 UPI 测试概述

学生心理健康调查表 (University Personality Inventory, 简称UPI), 是一种广泛用于高校学生心理健康评估的工具。UPI测试起源于日本, 最早由1966年参加全日本大学保健管理协会的日本大学心理咨询员和精神科医生集体编制而成, 该测试主要用于筛选具有心理问题的学生, 以便对其进行早起干预。UPI问卷的中文版由清华大学樊富珉教授1990-1991年在日本留学及合作研究期间带回中国, 并由樊富珉、王建中等翻译、修订, 于1993年在我国正式使用。此后, UPI测试在我国高校心理健康教育领域得到了广泛应用, 已成为我国高校心理健康教育的重要工具。

UPI测试主要包括以下几个部分。第一部分是学生的基本情况, 分析时作为参考, 包括学生个人的自然特点、家族病史、个人病史、对专业的满意度等。第二部分问卷本身共60个题目, 涵盖焦虑、苦恼、压抑、人际敏感、矛盾冲突等多个方面, 用以衡量学生的心理健康水平。其中, 第5、20、35、50题为测伪题, 不计入总分。第三部分是辅助题, 可了解被调查者对自己身心健康的评价及主要困扰问题。

在本研究中, 笔者以河北某高校经济贸易学院新生为例, 采用UPI测试对其进行心理健康状况评估, 旨在探究UPI测试在大学生心理健康状况实证研究中的应用价值。

## 2 文献综述

“学生心理健康调查表”作为一个重要的研究领域, 其学术研究的发展脉络可以概括为以下几个阶段:

第一阶段20世纪末至21世纪初, 初步引入与概念界定。在这一时期, 学者们开始关注并引入大学生心理健康调查表这一概念, 例如, 李慕云论述了UPI在云南民族学院学生心理健康保健工作中的多年应用情况[2]; 邹焕章(1996)使用精神症状自评量表SCL-90和心理卫生测查表对某校学生进行了普查[1], 为后续研究奠定

了基础；姜伏莲于2004年对11所高校的UPI筛选率进行了比较分析，认为该问卷在新生心理健康筛查方面具有实用性[4]。此时的研究主要集中在理解心理健康调查表的功能、作用及其在实际应用中的可行性。

第二阶段，21世纪初至中期，多样化量表开发与本土化改造。随着研究的深入，越来越多针对特定群体或地区的心理健康调查表被开发出来。杜汉文编制了适用于中职学生的性心理健康问卷，该问卷包括5个维度且具备良好的信度和效度[6]。丁玎（2014）则运用UPI对中职新生进行了心理特点和发展规律的研究[7]。此阶段的研究重点在于根据不同对象的需求开发适合的量表，并对其进行本土化改造以适应本地实际情况。

第三阶段，21世纪中期至今，广泛应用于各类学生群体。此时，心理健康调查表已被广泛应用于不同类型的学生群体。赵树明等人对医学院校新生进行了心理健康状况分析[8]；高梦薇探讨了高校大学生心理危机演变模型与预防干预[10]；姚琼瑶考察了黄石理工学院大学生心理健康与社会支持的关系[5]。近年来，随着国家对心理健康教育重视程度不断提高，《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）》发布实施，促使更多高校积极开展心理健康普查及相关研究工作。

从以上文献的学术史梳理中，我们可以发现目前大多数研究集中于描述性统计分析，缺乏对深层次因果关系的探讨。尽管已有不少研究揭示了不同因素对学生心理健康的影响，但对于这些影响背后的机制尚未完全阐明；缺乏纵向跟踪研究，先有研究大多基于横断面数据，难以捕捉学生心理健康状态随时间变化的趋势，若能开展长期追踪调查，则有助于更好地理解个体心理发展的连续性和阶段性特征；研究方法较为单一，多数研究依赖问卷调查法获取资料，较少结合质性研究方法（如访谈法、观察法等），这可能导致结果不够全面准确；现有研究多集中于大城市或发达地区，对于地方高校尤其是财经类院校的关注较少。因此，本研究试图填补这一空白，通过对河北某高校经济贸易学院新生的实证分析，为类似院校提供参考。

## 3 研究方法

### 3.1 研究对象

本次测评的对象为河北省某高校经济贸易学院2024年入学的491名新生，涵盖电子商务、国际经济与贸易、经济学、供应链管理、数字经济五个专业。其中，男生146人，女生345人。

### 3.2 研究工具

本研究采用UPI量表作为主要研究工具。它是一份专门为评估大学生心理健康而设计的调查问卷，调查问卷包含60个问题，具有良好的信效度，涉及身体健康、情感反思、自我意识、学习心理以及人际交往等多个领域。

### 3.3 数据收集与处理

本次测评采用网络测评的方式，数据收集时间为2024年10月13日至22日。所有参与者在规定时间内完成问卷填写，确保数据的真实性和有效性。

## 4 大学生心理健康状况实证分析

### 4.1 总体结果

调查结果表明，在491人中，其中第一类学生即有明显心理问题的学生113人，占参加测验学生总数的23.01%，属于重点关注学生；第二类即可能有较轻的心理问题的学生47人，占参加测验学生总数的9.57%，属于次重点关注的学生；第三类即心理健康的学生人数为331人，占参加测验学生总数的67.41%，属于非重点关注的学生。

从性别角度来看，女生中第一类和第二类的人数及占比均高于男生，说明女生出现心理问题的比例相对较高。

	总数		第一类		第二类		第三类	
	人数	百分比	人数	百分比	人数	百分比	人数	百分比
男	146	29.74%	34	6.92%	16	3.26%	96	19.55%
女	345	70.26%	79	16.09%	31	6.31%	235	47.86%
总计	491	-	113	23.01%	47	9.57%	331	67.41%

#### 4.2 一类学生的分布情况

满足以下筛选标准条件之一者即为心理健康普查UPI筛选出的第一类学生：

1. 总分在 25 分（含）以上者；
2. 第 25 题（想轻生）做肯定选择者；
3. 重点题目 8、16、26 中至少有两题做肯定选择者；
4. 辅助题中至少有两题做肯定选择者；
5. 明确提出咨询要求者。

此次调查中，属一类问题的学生总人数为 113 人，占了整个被试学生的 23.01%，其中男生人数为 34 人，占被试男生的 23.29%，女生人数为 79 人，占被试女生的 22.9%。

不同专业中，经济学专业的一类学生总人数占比最高，为 31.31%，其次是电子商务专业，占 30.61%。在各专业中，男生人数占比最高的是供应链管理专业，女生人数占比最高的是经济学专业。

单位	男生人数	所占比例	女生人数	所占比例	总人数	总比例
电子商务	4	8.16%	11	22.45%	15	30.61%
国际经济与贸易	7	3.55%	31	15.74%	38	19.29%
经济学	9	9.09%	22	22.22%	31	31.31%
供应链管理	7	14.58%	5	10.42%	12	25%
数字经济	7	7.14%	10	10.2%	17	17.35%

#### 4.3 各院系二类学生的分布情况

满足以下筛选标准条件之一者即为心理健康普查UPI筛选出的第二类学生：

1. 总分大于等于 20 分，小于 25 分；
2. 第 8、16、26 题只有一题做肯定选择者；
3. 辅助题中有一题做肯定选择者。

此次调查中，属二类问题的学生总人数为 47 人，占了整个被试学生的 9.57%，其中男生人数为 16 人，占被试男生的 10.96%，女生人数为 31 人，占被试女生的 8.99%。

国际经济与贸易专业的二类学生总人数最多，为 21 人，占比 10.66%。从男生人数占比来看，国际经济与贸易专业相对较高；从女生人数占比来看，经济学专业相对较高。

单位	男生人数	所占比例	女生人数	所占比例	总人数	总比例
电子商务	3	6.12%			3	6.12%
国际经济与贸易	7	3.55%	14	7.11%	21	10.66%
经济学	1	1.01%	8	8.08%	9	9.09%
供应链管理	2	4.17%	4	8.33%	6	12.5%
数字经济	3	3.06%	5	5.1%	8	8.16%

#### 4.4 具有轻生因子的学生分布情况

本量表的 56 个阳性条目中，第 25 题“想轻生”为关键题目，对该题目做出肯定选择的人数为 7 人，占测试总人数的 1.43%，其中男生 3 人，占全体男生的 2.05%，女生 4 人，占全体女生的 1.16%。

各专业中电子商务专业具有轻生因子的学生总比例相对较高，为 4.08%。

单位	男生人数	所占比例	女生人数	所占比例	总人数	总比例
电子商务	1	2.04%	1	2.04%	2	4.08%
国际经济与贸易	1	0.51%	1	0.51%	2	1.02%
经济学			1	1.01%	1	1.01%
供应链管理	1	2.08%			1	2.08%
数字经济			1	1.02%	1	1.02%

#### 4.5 重点题目的学生分布情况

本量表的 56 个阳性条目中，第 8、16、26 题为重点关键题目。

常常失眠（第 16 题）的学生人数最多，总数为 51 人，占比 10.39%。自己的过去和家庭是不幸的（第 8 题）以及对任何事情都没有兴趣（第 26 题）的学生人数也较多，占比分别为 9.16% 和 9.78%。

题号	题目	男生		女生		总计	
		人数	百分比	人数	百分比	人数	百分比
8	自己的过去和家庭是不幸的	17	3.46%	28	5.7%	45	9.16%
16	常常失眠	16	3.26%	35	7.13%	51	10.39%
26	对任何事都没有兴趣	15	3.05%	33	6.72%	48	9.78%

#### 4.6 十大问题排行

排序	题号	题目	人数	百分比
1	63	你认为应该对个人的性行为负责任。	460	93.69%
2	61	你认为人际关系很重要。	325	66.19%
3	52	对任何事情不反复确认就不放心	266	54.18%
4	64	你认为婚前性行为是可以接受的。	230	46.84%
5	58	在乎别人视线	207	42.16%
6	53	对脏很在乎	203	41.34%
7	57	总注意周围的人	187	38.09%
8	38	缺乏自信心	181	36.86%
9	9	过于担心将来的事情	179	36.46%
10	22	爱操心	179	36.46%

学生们普遍认为应该对个人的性行为负责任，认同这一观点的人数占比高达 93.69%。人际关系、对事情反复确认、婚前性行为的接受度等问题也受到较多学生的关注。缺乏自信心、过于担心将来的事情、爱操心等涉及学生自身心理状态的问题也在十大问题之中。

## 5 大学生心理健康教育的干预措施

### 5.1 学校干预策略

首先要建立健全心理健康教育体系。完善心理健康课程设置，提高学生心理素质；加强心理健康教育师资队伍建设，提高心理健康教育水平。其次要关注重点人群，实施精准干预。对 UPI 测试结果筛选出的心理问题学生进行重点关注，制定个性化干预方案；同时重点关注家庭经济困难、学业压力较大等特殊群体，提供心理援助。其次，加强心理咨询服务，提高心理援助能力。扩大心理咨询中心规模，增加心理咨询师的数量，提高心理咨询服务质量；开设线上线下相结合的心理咨询服务，满足学生多样化需求。再次营造良好的校园氛围，促进学生心理健康。开展丰富多样的校园文化活动，提高学生综合素质；加强宿舍管理，营造温馨和谐的生活环境；建立健全激励机制，鼓励学生积极参与心理健康教育活动。最后，加强家校合作，共同

关注学生心理健康。加强与家长的沟通，了解学生家庭背景，共同关注学生心理健康；定期举办线上的家长培训会，提高家长心理健康教育意识。

## 5.2 家庭干预策略

首先，加强家庭心理健康教育。家长应提高自身的心理素质，以身作则，为子女树立良好的榜样；家长要关注子女的心理需求，及时了解他们在学习、生活方面的困扰，提供适当的心理支持；注重培养子女的独立思考能力和情绪调节能力，帮助他们更好地适应大学生活。其次，要构建和谐的家庭氛围。家长要营造一个温馨、和谐的家庭环境，减少子女的焦虑和压力；家庭成员之间要相互尊重、理解，建立良好的沟通机制，增进彼此的情感；家长要关注子女的社交活动，引导他们积极参与，培养良好的人际交往能力。再次，家长要有针对性的提供心理健康教育指导。家长要根据子女的性格特点、兴趣爱好，制定个性化的教育方案；家长要关注子女在大学阶段面临的心理挑战，提供针对性的指导和建议；家长要与学校保持密切联系，共同关注子女的成长，形成家校共育的良好格局。

## 5.3 社会干预策略

首先，构建全方位的心理健康教育体系。将心理健康教育纳入新生入学教育体系，强化心理健康意识；开展心理健康讲座、培训和活动，提高大学生的心理素质；加强心理健康课程建设，培养学生的心理调适能力。其次，搭建多元化的心理咨询服务平台。设立心理健康咨询师，为有心理问题的学生提供专业的心理咨询服务；利用网络平台，开展心理咨询，满足学生个性化需求；建立心理健康志愿者团队，为学生提供朋辈支持。再次，强化学校、家庭、社会三位一体的心理关爱机制。加强家庭教育指导，提高家长对心理健康的重视程度；加强学校心理健康教育队伍建设，提高教师心理辅导能力；发挥社会组织作用，开展心理健康公益活动，营造良好社会氛围。最后，完善心理健康检测与预警机制。建立心理健康监测体系，定期开展心理健康筛查；加强心理健康信息共享，实现心理健康问题的及时发现与干预；建立心理健康预警机制，对潜在心理危机进行预警和干预。

## 参考文献

- [1] 邹焕章.青年学生心理健康测试方法及应用分析[J].广州医药,1996,(04).
- [2] 李慕云.使用UPI搞好高校大学生心理健康保健——云南民族学院用UPI测试7081名大学生心理健康基本情况报告[J].云南民族学院学报(自然科学版),2001,(04):520-522+524.
- [3] 王建中,樊富珉.北京市大学生心理卫生状况调研[J].中国心理卫生杂志,2002,(05):331-333.
- [4] 姜伏莲.地方高校新生UPI调查结果的比较与分析[J].心理科学,2004,(02):483-486.DOI:10.16719/j.cnki.1671-6981.2004.02.071.
- [5] 姚琼瑶.大学生心理健康与社会支持研究——以黄石理工学院为例[J].法制与社会,2010,(03):214-215.
- [6] 杜汉文.中职学生性心理健康问卷编制及应用[D].湖南师范大学,2011.
- [7] 丁玎.江门中职新生心理健康调查分析与对策[J].广东职业技术教育与研究,2014,(02):133-135.
- [8] 赵树明,范志光.某医学院校大一新生心理健康状况分析[J].中国卫生产业,2016,13(24):49-51.
- [9] 贡丽萍.健康中国视域下新时代大学生心理健康及其培育研究[D].陕西师范大学,2021.DOI:10.27292/d.cnki.gsxfu.2021.000103.
- [10] 高梦薇.高校大学生心理危机演变模型与预防干预研究[J].心理月刊,2023,18(11):106-109.