

焦点解决干预对新冠肺炎疫情期间大学生情绪的改善作用——以杭州某高校为例

范俊强¹, 于静静²

1. 浙江科技学院生物与化学工程学院, 浙江 杭州 310023

2. 杭州市西溪医院内三科, 浙江 杭州 310023

摘要:

[背景] 新型冠状病毒肺炎(后称:新冠肺炎)疫情期间大学生存在一定的负面情绪和心理压力。焦点解决可改善心理状态,为新冠肺炎疫情期间大学生正性情绪提升和压力管理提供新的思路。

[目的] 评价焦点解决在改善新冠肺炎疫情期间大学生情绪的作用。

[方法] 招募大学生406名,采用焦虑自评量表对其进行初筛。初筛的406名大学生中,有焦虑症状142名(34.98%)。将有焦虑症状的142名大学生按入组时间先后顺序随机分为焦点解决组和对照组,每组71人。建立微信群,对照组和焦点解决组均进行必要的微信群沟通交流;此外,焦点解决组大学生每天接收课题组在微信群中发送的焦点解决干预提问,根据提问,学生将回答内容通过微信语音或文字发给课题组,课题组通过微信私聊的形式对学生回答的内容进行简短的积极反馈,并回答学生提出的疑问,每天约15 min,7 d后结束。两组均在干预前后进行正性负性情绪量表、简易应对方式问卷和焦虑自评量表测评,以评价两组大学生的情绪变化。

[结果] 正性情绪方面,焦点解决组干预前后得分差值为(3.37±0.58)分,对照组干预前后差值为(0.35±0.17)分,焦点解决组干预后提高值大于对照组($t=22.17, P<0.001$);负性情绪方面,焦点解决组干预前后得分差值为(-4.35±0.66)分,对照组干预前后差值为(-0.86±0.24)分,焦点解决组干预后降低值大于对照组($t=27.32, P<0.001$)。积极应对方面,焦点解决组干预前后得分差值为(2.31±0.82)分,对照组干预前后差值为(0.38±0.08)分,焦点解决组干预后提高值大于对照组($t=17.18, P<0.001$);消极应对方面,焦点解决组干预前后得分差值为(-2.36±0.61)分,对照组干预前后差值为(-0.42±0.11)分,焦点解决组干预后降低值大于对照组($t=24.20, P<0.001$)。焦点解决组干预前后的焦虑症状得分差值为(-12.98±3.75)分,对照组干预前后差值为(-3.49±1.16)分,焦点解决组干预后降低值大于对照组($t=22.72, P<0.001$)。

[结论] 基于微信平台的焦点解决干预可明显提升新冠肺炎疫情期间有焦虑症状大学生的正性情绪和积极应对方式,减轻焦虑症状,且高效便捷。

关键词: 焦点解决;新型冠状病毒肺炎;大学生;正性情绪;焦虑

Role of solution-focused intervention in improving mood of college students during the coronavirus disease 2019 pandemic—A study in a university of Hangzhou FAN Jun-qiang¹, YU Jing-jing² (1.School of Biology and Chemical Engineering, Zhejiang University of Science and Technology, Hangzhou, Zhejiang 310023, China; 2.The Third Internal Medicine Department, Xixi Hospital of Hangzhou, Hangzhou, Zhejiang, 310023, China)

Abstract:

[Background] During the outbreak of coronavirus disease 2019, college students had some negative emotion and psychological pressure. Solution-focused approach can improve mental state and provide new ideas for improving positive emotion and stress management of college students during the pandemic.

[Objective] The study evaluates the effect of solution-focused approach on enhancing the positive emotion of college students during the pandemic of coronavirus disease 2019.

[Methods] A total of 406 college students were recruited and screened with anxiety self-assessment scale. Among them 142 had anxiety symptoms, accounting for 34.98%, and were

DOI 10.13213/j.cnki.jeom.2020.20130

基金项目

杭州市哲学社会科学常规性规划课题(M18JC025);浙江省社会科学界联合会研究课题(2019N52)

作者简介

范俊强(1985—),男,硕士,讲师;
E-mail: fjzjkjxy@163.com

通信作者

范俊强, E-mail: fjzjkjxy@163.com

伦理审批 已获取

利益冲突 无申报

收稿日期 2020-03-22

录用日期 2020-07-15

文章编号 2095-9982(2020)09-0858-05

中图分类号 R18

文献标志码 A

引用

范俊强, 于静静. 焦点解决干预对新冠肺炎疫情期间大学生情绪的改善作用——以杭州某高校为例[J]. 环境与职业医学, 2020, 37(9): 858-861, 866.

本文链接

www.jeom.org/article/cn/10.13213/j.cnki.jeom.2020.20130

Funding

This study was funded.

Correspondence to

FAN Jun-qiang, E-mail: fjzjkjxy@163.com

Ethics approval Obtained

Competing interests None declared

Received 2020-03-22

Accepted 2020-07-15

To cite

FAN Jun-qiang, YU Jing-jing. Role of solution-focused intervention in improving mood of college students during the coronavirus disease 2019 pandemic—A study in a university of Hangzhou[J]. Journal of Environmental and Occupational Medicine, 2020, 37(9): 858-861, 866.

Link to this article

www.jeom.org/article/en/10.13213/j.cnki.jeom.2020.20130

randomly divided into a solution-focused intervention group and a control group, with 71 in each group and grouped by Wechat. Both the groups had necessary Wechat group communication. In addition, the intervention group received solution-focused intervention related questions in the chat group everyday and sent back answers via voice or text. Upon receiving answers, the researchers would give brief and positive feedback to the students and answer their questions in private messages, 15 min a day, for 7 days. Before and after the intervention, positive and negative emotions, simple coping styles, and anxiety were evaluated to compare the emotional changes between the two groups.

[Results] In terms of positive emotion, the difference of scores before and after the intervention in the intervention group (3.37 ± 0.58) was higher than that in the control group (0.35 ± 0.17) ($t=22.17, P<0.001$). In terms of negative emotion, the difference of scores before and after the intervention in the intervention group (-4.35 ± 0.66) was lower than that in the control group (-0.86 ± 0.24) ($t=27.32, P<0.001$). Regarding positive coping style, the difference of scores before and after in the intervention group (2.31 ± 0.82) was higher than that in the control group (0.38 ± 0.08) ($t=17.18, P<0.001$). Regarding negative coping style, the difference of scores before and after in the intervention group (-2.36 ± 0.61) was lower than that in the control group (-0.42 ± 0.11) ($t=24.20, P<0.001$). The difference of anxiety score before and after the intervention in the intervention group (-12.98 ± 3.75) was lower than that in the control group (-3.49 ± 1.16) ($t=22.719, P<0.001$).

[Conclusion] The solution-focused intervention using WeChat platform is effective and convenient in enhancing the positive emotion and positive coping style of college students with anxiety symptoms during the pandemic, and relieve anxiety symptoms.

Keywords: solution-focused; coronavirus disease 2019; college student; positive emotion; anxiety

伴随着新型冠状病毒肺炎(以下简称:新冠肺炎)在全球范围内的快速传播,世界卫生组织已将其列为“全球大流行病”^[1]。新冠肺炎传染性强^[2],目前已知的传播途径有飞沫传播、气溶胶传播和接触传播^[3],可导致患者出现发热、乏力、干咳等症状,重症者会出现急性呼吸窘迫综合征、多器官衰竭等,严重威胁人类健康^[4]。这场突如其来的疫情导致全国各个高校均被迫延迟开学,大学生在遭受疾病威胁的同时,还承受着一定的学业压力和就业压力,难免出现焦虑等负面情绪,这给高校的心理工作带来了巨大挑战。焦点解决是一种新的高效解决目标人群心理问题的工具,它充分尊重个体,相信个体潜能,与传统的问题解决模式不同,它不会花费过多的时间去寻找问题产生的原因,而是将重点放在探寻、发掘目标人群自身的资源上,最大限度地激发信心,改善心理状态。焦点解决的基本过程包括问题的描述、可行的目标、探查例外、积极反馈和评价进步^[5]。基于此,本课题组对新冠肺炎流行期间某高校大学生开展了为期7d的焦点解决干预,验证该方法的干预效果,以寻求一种高效的方法帮助大学生在疫情期提升正性情绪,降低负面情绪,减轻焦虑症状。

1 对象与方法

1.1 研究对象

2020年2月8—12日,通过微信群、QQ群对杭州市某高校的在读本科大学生进行在线招募,对自愿报名参与的406名大学生进行初步筛选。初筛选用的量表是Zung等^[6]编制的焦虑自评量表。初筛的406名大学生中,无焦虑症状者264名(65.02%);有焦虑症状

者142名(34.98%)。将有焦虑症状的142名大学生按入组时间先后顺序随机分为焦点解决组和对照组,每组71人。本研究获得杭州市西溪医院伦理委员会审核通过,编号为2019年(科)伦审第29号,研究对象均自愿参加,并签署知情同意书。

1.2 研究方法

2020年2月15—21日,对招募合格的大学生志愿者进行为期7d的干预。焦点解决认为个体具备解决自身问题的能力或潜能,把干预重点放在解决之道的探讨上,认为“问题”本身也有正向功能。因此,本研究开展的焦点干预不过度强调新冠肺炎疫情期间负性的情绪和事件,更多地挖掘新冠肺炎疫情期间大学生自身存在的优势,鼓励学生从微小的改变开始^[7]。基于焦点解决的基本理念和策略,本课题组构建了新冠肺炎疫情期间大学生焦点解决的7d访谈提纲和重点。这些提纲是开放指导性的(表1)。

1.3 研究实施

研究由1名二级心理咨询师和1名高校心理健康教育工作者实施。建立对照组和焦点解决组两个微信群,首先课题组成员和组内成员均需要在各自的微信群中相互介绍,建立关系,课题组不否认新冠肺炎给大学生带来的不便和担心,允许群内学生进行情感宣泄,并给大学生塑造信心和力量,本部分两组干预的内容和力度是一样的;除此外,焦点解决组大学生每天接收课题组在微信群中发送的焦点解决干预提问(参考表1),根据提问,学生将回答内容通过微信语音或文字发给课题组,课题组通过微信私聊的形式对学生回答的内容进行简短的积极反馈,课题组主要围绕每个学生的回答内容进行积极赋能,如启发学生注

意到自身存在的优势资源或对学生发生的积极变化进行肯定和表扬等。课题组反馈后回答学生提出的疑问,若无疑问则结束当天问答,每天约15 min,7 d后结束。两组均在干预前后进行正性负性情绪量表、简易应对方式问卷和焦虑自评量表测评,以评价两组大学生的情绪变化。焦点解决组和对照组各71人,在7 d的研究期间内均没有自行退出者。

表1 大学生正性情绪培育的焦点解决干预方案
Table 1 Solution-focused intervention for positive emotion in college students

干预日程	提问目的	问题提纲
第一天	澄清目标	1. 在新冠肺炎疫情期间,你希望这7 d的访谈能给你带来什么? 2. 你最想提升的是什么?
第二天	现状评估	1. 满分10分的话,你给新冠肺炎疫情期间你自身的状态打多少分? 2. 基于什么理由这样打分?目前最主要的问题是什么?
第三天	挖掘资源	1. 最近三天最满意最开心或者最让自己感觉到踏实的事情是什么? 2. 你是如何做到的?
第四天	关系运用	1. 说一说今天开心的满意的事情? 2. 这些事件中除了自己还有哪些人对你有帮助?他或者她如何帮助你的?
第五天	自我欣赏	1. 最值得肯定自己的是什么或者在哪些方面认为自己做得不错? 2. 试着夸一夸自己并想一想明天怎么做可以延续这种好的状态?
第六天	小步行动	1. 与6 d前相比,你的状态有了哪些改变? 2. 说说如何做到的?这些变化对你有哪些好的影响?
第七天	总结反馈	1. 回忆最近7 d最让自己满意的或者进步的几个地方? 2. 总结好的做法?哪些力量可以帮助你?哪些新尝试可以给你带来更大的变化?

1.4 研究量表

1.4.1 正性负性情绪量表 量表由David Watson等人编制,黄丽等人修订^[8]。20个题目中有10题测评正性情绪,10题测评负性情绪,即分别构成正性情绪分量表和负性情绪分量表。每个题项得分最高5分,最低1分,从高到低依次代表特别多、比较多、中等、比较少、几乎没有。总量表得分20~100分,两个分量表得分均为10~50分。得分越高代表该种情绪越多。两个分量表和总量表内部的一致性系数分别为0.85、0.83、0.82。

1.4.2 简易应对方式问卷 采用国内普遍使用的解亚宁^[9]编制的问卷。20个题目中前12个测评的是积极应对方式,后8个测评的是消极应对方式,即分别构成积极应对方式分量表和消极应对方式分量表。采取4级评分,经常采用为3分,有时采用为2分,偶尔采用为1分,不采用为0分。总量表得分为0~60分;积极应对方式分量表得分为0~36分,消极应对方式分量表得分为0~24分。得分越高代表采取该种应对方

式越多。两个分量表和总量表内部的一致性系数均大于0.80^[10]。

1.4.3 Zung焦虑自评量表 初筛选用Zung等^[6]编制的焦虑自评量表,共20个条目4级评分,测评得分乘以1.25为标准分,最高100分,其中<50分为无焦虑,50~59分为轻度焦虑,60~69分为中度焦虑,≥70分为重度焦虑,该量表Cronbach $\alpha=0.77$ 。

1.5 统计学分析

软件分析用SPSS 20.0,计量数据采用 $\bar{x}\pm s$ 表示,两组间比较采用配对样本 t 检验。检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 研究对象的基本情况

焦点解决组和对照组各71人,两组人员的性别、年级和焦虑程度比较,差异均无统计学意义($P>0.05$)。见表2。

表2 两组大学生基本特征及焦虑程度分布
Table 2 Basic information and anxiety level of two groups of college students

特征	分类	焦点解决组 (n=71)		对照组 (n=71)		χ^2	P
		人数	构成比/%	人数	构成比/%		
性别	男	37	52.1	35	49.3	0.43	0.504
	女	34	47.9	36	50.7		
年级	大一	15	21.1	17	23.9	0.26	0.648
	大二	18	25.3	19	26.8		
	大三	19	26.8	18	25.4		
	大四	19	26.8	17	23.9		
焦虑程度	轻	33	46.5	34	47.9	0.18	0.749
	中	20	28.2	19	26.8		
	重	18	25.3	18	25.3		

2.2 情绪分析

正性情绪方面,焦点解决组干预前后得分差值为(3.37±0.58)分,对照组为(0.35±0.17)分,焦点解决组干预后提高值大于对照组($P<0.001$)。负性情绪方面,焦点解决组干预前后得分差值为(-4.35±0.66)分,对照组为(-0.86±0.24)分,焦点解决组干预后降低值大于对照组($P<0.001$)。见表3。

2.3 应对方式分析

在积极应对方面,焦点解决组干预前后得分差值为(2.31±0.82)分,对照组为(0.38±0.08)分,焦点解决组干预后提高值大于对照组($P<0.001$)。消极应对方面,焦点解决组和对照组干预前后得分差值分别为(-2.36±0.61)、(-0.42±0.11)分,焦点解决组干预后降低值大于对照组($P<0.001$)。见表3。

2.4 焦虑症状分析

干预前两组大学生焦虑症状得分差异无统计学意义。干预后焦点解决组得分为(50.31±6.39)分,低于对照组[(59.26±7.11)分]($P<0.05$)。干预前后的焦虑症状得分差值:焦点解决组为(-12.98±3.75)分,对照组为(-3.49±1.16)分,焦点解决组干预后降低值大于对照组($P<0.001$)。见表3。

表3 两组大学生干预前后情绪、简易应对方式和焦虑症状得分比较($\bar{x}\pm s$, $n=71$)

Table 3 Comparison on scores of emotions, simply coping styles, and anxiety symptoms between two groups of college students during the coronavirus disease 2019 pandemic ($\bar{x}\pm s$, $n=71$)

组别	干预	正性情绪	负性情绪	积极应对	消极应对	焦虑症状
焦点解决组	前	31.37±4.50	22.63±3.09	25.87±3.98	16.49±3.16	63.29±8.55 [#]
	后	34.74±5.92	18.28±3.35	28.18±3.72	14.13±2.68	50.31±6.39 ^{##}
	差值	3.37±0.58	-4.35±0.66	2.31±0.82	-2.36±0.61	-12.98±3.75
对照组	前	30.96±4.18	22.87±3.24	25.06±3.36	16.94±4.63	62.75±7.29
	后	31.31±4.51	22.01±2.88	25.44±2.90	16.52±3.77	59.26±7.11
	差值	0.35±0.17	-0.86±0.24	0.38±0.08	-0.42±0.11	-3.49±1.16
t^*		22.17	27.32	17.18	24.20	22.72
P		<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001

[注]*: 2组干预前后差值的比较。#: 与对照组干预前得分比较, $t=1.27$, $P=0.087$; ##: 与对照组干预后得分比较, $t=6.38$, $P=0.019$ 。

3 讨论

在本研究开展的时间段,全国高校均推迟了开学,鉴于大学生居家的特殊性,本次焦点解决干预在微信平台上开展。群发干预提问后,学生们将回答的问题通过微信语音或者文字的形式点对点向课题组反馈,这种干预方式对于课题组来讲节约了大量时间,对于学生来讲,既能保护隐私又高效。有研究证实,微信具有方便快捷、个性化和相对私密的特点^[11],其视觉的美感刺激能将体验和情感积极化^[12]。本研究采用微信平台充分发挥了疫情期间大学生的主体意识和能动性,打消了其自我表达的顾虑。课题组通过精心设计的问题让疫情期间的大学生感知到积极因素和成就感,激发了学生自我解决自身问题的潜能和优势,最终收到了良好的效果。

本研究显示干预后,焦点解决组的正性情绪和积极应对方式显著增加,负性情绪和消极应对方式显著减少。这说明焦点解决可提升疫情期间焦虑大学生的正性情绪和积极应对方式。正性情绪是一种正向的个体愉悦感的主观体验,具有激活自我发展愿望和舒缓压力的作用^[13]。积极应对方式是个体在面对压力时所采用的积极认知或策略,在应对焦虑情绪中起中介

调节作用^[14]。本研究开展的焦点解决干预,特别强调正向思维和未来导向^[15],向疫情期间的大学生提供了“目标”“改变”的思维方式^[16],通过积极发问唤醒学生本身具有的意识,让学生发现解决当下问题的优势资源。7d的干预中,课题组在不断启发学生不要一味把新冠肺炎流行往坏处想,居家学习也有其积极的意义,如大学生可更多地与家人团聚感受亲情的力量,也可以利用这段宝贵的时间更多地学习自己感兴趣的知识或技能,转变看问题的角度,以乐观的心态应对挑战。课题组还启发大学生通过回忆既往个体遇到困难和危机处理问题时的方式和经验,肯定自己现有的状态与行为,设法将当下无法改变的现实进行合理化思考,积极适应这段特殊时期的居家学习、“云课堂”“云就业”等新事物,让大学生感知到疫情虽然会带来暂时的约束与隔离,但长远看一定会得到控制,大学生在疫情下完全可以做到学习工作生活不耽误,在疫情中保持对前景的期盼,对身边美好事物的感知,进而提升正性情绪和积极应对方式。

本研究表明干预后,焦点解决组的焦虑自评量表得分显著下降,可见焦点解决干预可减轻疫情期间焦虑大学生的焦虑症状。焦虑是大学生最常见的一种心理异常^[17],随着症状的加深会影响到其学业和人际交往,严重者甚至有发生自杀的风险^[18]。新冠肺炎流行期间,面对疾病的威胁,大学生长期居家生活和学习,如果不能及时进行心理调适难免会出现焦虑情绪。焦虑情绪会引起逃避^[19],甚至情感淡漠^[20]。本研究开展的焦点解决,能提升大学生的正性情绪和积极应对方式,激发个体对感兴趣的事物给予更多的关注,产生更多正向的认知和行为,积极探索新事物,进而减少负性信息的注意力,改善情绪,减轻焦虑。

本研究仍存在一些不足:①本研究验证了焦点解决对新冠肺炎疫情下焦虑大学生正性情绪的提升作用,但鉴于研究时间和研究人员精力的限制,尚没有对焦点解决干预有效性机制进行探讨。②问卷调查过程中可能存在回忆偏倚,且本次调查仅在杭州某高校开展,但不同地区新冠肺炎疫情不同,对大学生造成的心理影响亦不同,这在一定程度上削弱了本研究结果的外推性。综上,本研究开展的焦点解决干预可改善新冠肺炎疫情期间大学生的心理状态,为其正性情绪提升和压力管理提供了新思路,尤其在疫情防控仍不能松懈的当下,具有一定的现实意义和参考价值。

(下转第866页)

- [16] 王林, 夏春玲, 范玲. 护理人员睡眠状况与非酒精性脂肪性肝病的关系 [J]. 环境与职业医学, 2020, 37 (5) : 497-502.
- [17] 罗静, 刘晟. 新冠肺炎疫情对毕业生就业的影响及应对策略研究 [J]. 就业与保障, 2020 (5) : 195-196.
- [18] 赵波, 蔡特金, 张志华. 新冠肺炎疫情下大学生情绪状态的呈现与调适 —— 基于自我关怀的视角 [J]. 中国青年研究, 2020 (4) : 49-54.
- [19] 席俊彦, 陈龙, 段彦之, 等. 湖南省某高校大学生睡眠质量与亚健康状态的相关性分析 [J]. 中国健康教育, 2018, 34 (12) : 1096-1099, 1109.
- [20] 沈国兵. “新冠肺炎”疫情对我国外贸和就业的冲击及纾困举措 [J]. 上海对外经贸大学学报, 2020, 27 (2) : 16-25.

(英文编辑: 汪源; 责任编辑: 丁瑾瑜)

(上接第 861 页)

参考文献

- [1] 徐瑾劫. 新冠肺炎疫情下全球教育体系的应对与在线教育的挑战 —— 基于 OECD 全球调研结果的发现与反思 [J]. 比较教育研究, 2020, 42 (6) : 3-10.
- [2] MUNSTER VJ, KOOPMANS M, VAN DOREMALEN N, et al. A novel coronavirus emerging in China-key questions for impact assessment [J]. N Engl J Med, 2020, 382 (8) : 692-694.
- [3] ZHU N, ZHANG D, WANG W, et al. A novel coronavirus from patients with pneumonia in China, 2019 [J]. N Engl J Med, 2020, 382 (8) : 727-733.
- [4] 赵国祥, 单格妍, 李永鑫. 河南省大学生在新冠肺炎流行期间心理援助需求的调查研究 [J]. 河南师范大学学报(哲学社会科学版), 2020, 47 (3) : 150-156.
- [5] 闫明, 吴亚子. 焦点解决取向团体辅导对大学生自我接纳的干预效果 [J]. 中国学校卫生, 2020, 41 (2) : 298-301.
- [6] WILLIAM WK, ZUNG MD. A rating instrument for anxiety disorders [J]. Psychosomatics, 1971, 12 (6) : 371-379.
- [7] 林晖晖. 焦点解决短期治疗对急诊创伤患者焦虑抑郁情绪的干预研究 —— 以上海市 L 医院为例 [D]. 上海: 上海师范大学, 2019.
- [8] 黄丽, 杨廷忠, 季忠民. 正性负性情绪量表的中国人群适用性研究 [J]. 中国心理卫生杂志, 2003, 17 (1) : 54-56.
- [9] 解亚宁. 简易应对方式量表信度和效度的初步研究 [J]. 中国临床心理学杂志, 1998, 6 (2) : 114-115.
- [10] 方菁, 王雅婷, 肖水源, 等. 简易应对方式问卷在青少年中的信效度检验 [J]. 中国临床心理学杂志, 2018, 26 (5) : 905-909.
- [11] 朱泽, 朱国英, 周哲华, 等. 应用微信教育提升化工企业员工职业卫生知识水平的效果评价 [J]. 环境与职业医学, 2018, 35 (7) : 638-641.
- [12] 张茗, 朱文琪. 微信使用中的情绪感染: 关系紧密度的作用 [J]. 中国健康心理学杂志, 2020, 28 (4) : 548-552.
- [13] 贺志强, 孙晓娅, 王立群, 等. 大学生社会支持与负性情绪自杀行为的相关性 [J]. 中国学校卫生, 2019, 40 (5) : 704-706, 711.
- [14] 贾泽娟. 单次焦点解决教练技术对护士积极情绪的影响 [D]. 石家庄: 河北医科大学, 2018.
- [15] 唐博, 谌春仙. 焦点解决短程心理辅导对实习护士心理弹性和职业倦怠感的影响 [J]. 中国健康心理学杂志, 2019, 27 (1) : 151-156.
- [16] 田青, 李文霞, 彭小霞. 焦点解决短程心理治疗对老年心肌梗死患者自我感受负担和生存质量的影响 [J]. 中国健康心理学杂志, 2019, 27 (3) : 400-404.
- [17] 高迪, 张红杰. 某高校在校大学生焦虑和抑郁现状分析 [J]. 医学研究与教育, 2019, 36 (4) : 41-46.
- [18] 程硕, 贾存显. 独生子女大学生与非独生子女大学生焦虑和抑郁症状的比较 [J]. 中国心理卫生杂志, 2019, 33 (10) : 783-787.
- [19] 李萱怡, 邱添, 黄浩, 等. 沈阳市妊娠早期孕妇焦虑症状的影响因素 [J]. 环境与职业医学, 2019, 36 (1) : 63-67.
- [20] 陶宁, 张建江, 刘继文. 新入伍军人抑郁和焦虑与职业紧张的关系调查 [J]. 环境与职业医学, 2018, 35 (7) : 624-628.

(英文编辑: 汪源; 责任编辑: 丁瑾瑜)