

2023年压力调查数据 大学生心理压力调查报告(精选5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

压力调查数据篇一

社会环境的嬗变，给当代中国大学生带来了全新的挑战，并因此造成了巨大的心理压力，而且不可避免地将会产生大量心理问题。心理压力和大学生心理健康二者之间存在着越来越高的相关性。据调查，在大学生所面临的大部分压力事件中，主要有几个方面：感到竞争激烈，择业困难；考试负担；父母对自己的期望值过高；自己的工作成效不如别人；理想与现实有差距；精神空虚，无所事事。

2002年2月24日下午15时许，天津医科大学三年级学生马晓明，砍死疼爱自己的奶奶和爸爸，杀母未遂被劝自首。据报道，在案发前，马晓明的成绩一直不好。放寒假前，他就处于一种特殊的心理状态。上大学后，马晓明的成绩一直不好，在两年半的大学时间里，他竟然有14门功课不及格，学校对其进行劝退，回家后，他却怎么也不敢告诉父母实情，还是和过去一样报喜不报忧。

马晓明向警方表示：父母对他抱有很大的希望，他不敢想像，一旦父母知道他的真实情况，会带来什么样的后果。整个寒假，马晓明都是在焦虑和惶恐中度过的。他一方面害怕父母知道真相后会伤心难过，另一方面又害怕开学后没法向学校领导交待。眼看着开学的日子一天天临近了，马晓明的压力也一天天增大起来。他不知道自己究竟该如何是好，心情越

来越烦躁。万般无奈之下，他决定割脉自杀，一了百了。可就在他准备自杀时，他突然闪过一个念头：父母就他这么一个儿子，而且把全部希望都寄托在他身上，一旦失去了自己，他们活着还有什么意思？而且自己成绩差的真相也会随之而暴露。与其让他们痛苦地活着，还不如将他们一起杀了之后，自己再自杀，这样，他就可以心安理得地死去。在“深思熟虑”之后，马晓明开始了行动。在一家人欢欢喜喜地吃完团圆饭，准备送他去学校报到之前，他先用热水瓶将正在打盹的69岁的奶奶砸昏，然后用电线勒死了她。47岁的父亲催出门被他从门后拿出斧头劈了后脑，也死了。随后，心情越来越烦躁，不知道究竟该如何是好。万般无奈之下，他决定割脉自杀。本来，马晓明是准备将母亲刘云一起杀死的，可母亲那慈爱的目光在瞬间遏制了他罪恶的念头，使刘云侥幸逃过一死。

在这个犯罪过程中，当事人马晓明明显处于压力负荷过重的状态下，在成长过程当中家庭的溺爱、教育的不当导致的人格缺失最终酿成了悲剧。

中国政法大学教授费安玲说，中国的教育机制往往不太重视学生的人格和心理健康的形成。中国教育部副部长袁贵仁也坦言中国在心理教育、环境教育、人文精神教育等方面有所欠缺。然而社会对大学生寄予了厚望，学校也往往凭学生成绩的好坏来评判一个学生，这给大学生造成了很大的压力，在期望与现实离得太远时，他们的心理防线就会很快崩溃。

1、案例1及其分析

[访者a基本个人资料] 性别：男；年级：2003级珠海学院

[主述内容] 即将毕业，心中一片茫然，担心找不到理想的工作，有时后也懒得去想这个问题，怕增添烦恼。学习一般，在班上成绩中游，当看到其他同学都在准备考研究生，自己也想考，但是又不能集中精力学习。缺乏自信，生活态度比

较消极，认为所有的一切都糟透了。家在农村，经济状况一般，认为自己有责任挑起家庭的重担，但又觉得力不从心。来访者自认为性格内向。想改变自己，但又不知从何做起。

[案例分析] 在该案例中，来访者虽然没有提到压力二字，但实际上其心理困境主要是由各种压力源造成的。首先，来访者即将面临大学毕业，择业困难构成其压力源的核心。择业压力所导致的心理紧张和心理困境，其实质是由来访者自身能力与理想目标之间的落差造成的，落差越大，心理压力也就越大。来访者学习成绩一般，对自己缺乏信心，但家在农村，又觉得自己责任重大，必须找到一份好工作，因此心理压力是相当大的，而且是与日俱增。其次，择业压力使来访者在心理上产生不安全感。来访者面对压力，采取的是消极应对策略——回避。虽然不去想它，但是问题和压力却仍然存在，尽管只是一种茫然状态。再次，访者内向的个性，直接决定其应对压力的方式及特点：内在指向性和内在性体验，敏感，脆弱和消极。

2、案例2及其分析

[访者**b**基本资料] 性别：女；年级：2006级法学院学生

[主述内容] 自卑，看不起自己。在大众场合不敢发言，跟别人交流时总不能恰当地表达自己，尤其是跟老师或陌生人谈话，总觉得十分局促，举手头足不知如何是好，并且脸红得很厉害。很羡慕别的同学在公共场合能够从容不迫，侃侃而谈。强烈希望改变自己，虽然作过很大的努力，但一直得不到明显改观，内心非常苦恼。从高中到大学很少异性同学交往，别人评价来访者是个冷漠、孤傲的人。从小养成了以自我为中心的习惯，因此，在成长和交往的过程中，朋友越来越少，慢慢地脱离了群体，把自己封闭起来。后来开始反省自己，自责，觉得都是自己的错。时间一长，发现自己好象已经没有脾气了。不管跟谁发生矛盾，都以为是自己的错，然后深深自责，或者把怨气都闷在心里。总觉得难以与周围

的同学建立一种和谐的关系。非常担心毕业后不能适应社会生活。近来更是觉得自己一无是处，极度自卑，没有勇气参加任何活动。访者学习成绩在班上前茅。

压力调查数据篇二

“我们感到迷茫，感到自己很无能。“我希望学校能真正关心到每个学生的`心理，因为这比任何关心都重要。”这是大学生的心声。近年来大学生已成为心理弱势群体，进入大学阶段以后，学生面临这诸如学习生活环境、人际关系、学习要求和竞争压力等一系列的问题，都需要大学生们独立地面对和处理，因此也必然会给他们带来一些心理上、思想上的困惑，如：紧张、焦虑、恐惧、孤独、抑郁等。而且近几年来，大学生自杀时间频繁发生，可是却没找到任何措施来应付。与此同时，市场经济又要求大学生具有较强的适应性，社会对大学生的要求又很高，不仅是对能力的要求，而且是对素质的要求。这次调查也是为了深入大学之中发现一些问题，从而能提高大学生的社会适应能力。

（二）、调查时间

20xx年08月11日

（三）、调查地点

互联网

（四）、调查对象

广东省在校大学生

压力调查数据篇三

调查时间：2017年12月9日 调查地点：西华大学校本部 调查对象：

人员分工：调查人员：阳林玲、廖泽莲、程玲、符芸、杨宏志

问卷制作：阳林玲、程玲

问卷发放及收回：廖泽莲、符芸、杨宏志 数据统计：杨宏志

查询资料：廖泽莲、符芸 报告撰写：阳林玲、程玲

前言：随着社会的进步和发展，竞争越来越厉害，没有文化在现在的社会上真的很难生存，所以人们越来越重视读书。并且学习是人生最重要的课题之一，在人生的不同阶段学习也不尽相同，其中大学是丰富知识、增加阅历、积累经验的重要学习阶段，也是人的价值观、世界观形成的重要时期。因此大学生的学习将影响自我价值观的实现和确定，实现和确定必定会影响到一个国家乃至整个民族的发展。而大学阶段相比于高中阶段，要求一下子高了很多，不管是生后、学习、工作，都比之前困难很多。与此同时，市场经济要求大学生要有很高的适应性，社会对大学生的要求又很高，不仅是对能力的要求，还有素质的要求。然而当今许多大学生对学习的目的不明确，一些人在大学里虚度光阴，找不到学习的方向，一些人则完全相反，他们有的想考研；有的想找一份好工作，有的找个女(男)朋友；有的想好好的学习，以书为伍，但到底是怎么样的呢？他们的压力怎么样？鉴于大学生学习压力的问题，我们做了一次调查，以此来了解同学们的压力及解决措施。

开展过程：首先我们根据老师给定调查题目，一起讨论并确定此次调研整体大致过程，然后由阳林玲和程玲去制作问卷。其余三人进行发放问卷，每人各负责十五张问卷，在学校内

不同的地点进行调查。分别收回问卷后，交给杨宏志进行数据统计，接着由廖泽莲和符芸去查询资料进行数据分析。接下来各自查询资料汇总交给阳林玲和程玲，并聚在一起说明一下此次调查过程的体会感悟。最后，由阳林玲和程玲撰写此次报告。完成后交由其余三人共同检查其中的不足点，修改报告。

总体压力状况：有百分之47%左右的人感到学习压力很大，有35%左右的人感觉学习压力不大，有11%左右的人没有考虑学习压力的问题，7%左右的人感觉完全没压力。在感觉压力很大的47%左右的人中，大多数都把大部分时间花在学习上，其余的时间他们会做一些运动、上网等的事情来缓解压力，所以压力虽然大，但是生活也不算太累。但也有其中一部分人抱着“以烂为烂”的态度，虽有压力，却没有正视压力，没有找到正确的缓解压力的方法，每天都处于高度紧张的学习状态，只要学习上有点困难或者受挫等因素，他们会感到特别烦躁，甚至暴躁。在感觉学习压力不大的35%左右的人中，有一部分人可能是心态特别好，对学习保持乐观的态度，对自己的要求不高，能够不挂科，可以顺利拿到毕业证书就行。还有一部分人可能是无所谓，家境好，父母有关系，以后自己的工作和生活都不会是问题，但是为了面子，尽量不挂科就好，但是即使挂了也无所谓。而没有考虑学习压力的11%的人，他们认为大学就应该吃好、玩好，对于学习的事情很少会去想，学得怎么样都行。7%左右的人感觉没有压力，高中繁重且繁忙的学习给他们铸就了一颗坚定的心和锻炼了他们很高的自制力，所以相对于高中来说比较轻松的大学学习对他们就不在是困难，能够很轻松的完成学习。

问卷显示，有51%的同学认为自己的学习进度很快，有点赶不上节奏，同学们为什么会感觉学习节奏很快呢？经过查询资料和对同学们的询问得到，因为在学习中学习方式的改变，学习的任务，内容，方法发生了变化。中学学的是基础知识，大学学的是专业知识。中学的课程都是学校安排好的，也是仅有的几门，并且有老师天天辅导，日日相随。在大学就要

自己选课，课程也多了，老师把时间交给同学自己支配。所以就要有较强的自学能力和独立思考解答问题的能力，而且老师都使用ppt进行上课，同学们有时不能及时的记下自己想要的笔记，久而久之就会产生厌学的情绪，因此同学们会感觉到学习节奏很快。有35%的同学认为自己的学习节奏一般，证明也有很大一部分同学掌握其中的学习规律，把握了学习的节奏，跟上了老师的步伐，因此该部分同学觉得学习节奏不快。还有14%的同学觉得很慢，这部分同学要么接受新知识的能力很强，并且能提前预习，课后巩固，要么直接放弃，对于自己的学习一点都不放在心上。

对于家庭方面，有76%的人受到来自家庭的压力，并影响学习；56%的人认为对学习有一定帮助；但同时认为会阻碍学习的人有为8%。家长的教育方式对学生的压力有着至关重要的作用。现在的家庭几乎都是独生子女，父母对子女爱不释手，百般呵护，宁肯自己少吃一点，少穿一点，也不能冷落了孩子，可怜天下父母心。但是，有的家长望子成龙、望女成凤心切，从孩子出生后就寄托了长大一定要考大学，一定要出人头地的希望。因此，按自己的想法为孩子设计了一套成长的程序，不顾孩子个人的感受，必须顺从地在自己的指挥下成长。和孩子交流时，几乎都是学习的话题，不给孩子一点自由的空间。从小都是这样，直到我们读到了大学，一些家长还是喋喋不休的唠叨着我们应该如何如何，直接导致了我们的学习压力。看来家庭影响是影响学习的重要因素，学习压力来源的重要成分。

就业压力促使的学习压力。近几年来，由于社会竞争的加剧，就业市场的不景气，大学生找工作或找比较理想的工作越来越困难。这对大学里众多高年级学生造成很大的精神心理压力，使他们因焦虑、自卑而失去安全感，许多心理问题也随之产生。75%的大学生认为压力主要来源于社会就业。50%的大学生对于自己毕业后的发展前途感到迷茫，没有目标；41.7%的大学生表示目前没考虑太多；只有8.3%的人对自己的未来有明确的目标并且充满信心。而这些就业压力

一方面促进大学生好好学习，一方面也带来了不小的学习压力。

学习状态是一个人学习时心态、身体、学习方法等综合作用下所处的状态。而学习状态将会极大的影响到学习的效果。因此一个人的学习状态是极关重要的。调查显示，同学们认为自己学习状态很好的仅仅只有5%，这表明了同学们都清楚地认识自己的学习状态不甚很好的，然而也没有去寻找方法去解决，去调节自己的学习生活，让其步入正轨。其中53%的同学认为自己的学习状态是一般，这也说明超出一半的同学在学习上尽量保持到一般状态。而也存在30%的同学没什么感觉，12%的同学缺乏动力。存在2/5的同学学习状态不尽人意，这是一个很严峻的问题，直接关系到同学们的学习效果和心理压力问题。因此采取措施进行调整同学们的学习状态是势在必行的事。

压力调查数据篇四

越多的压力，家庭、就业、人际交往等各方面的因素，让大学生似乎喘不过气来。如果处理不当，大学生心理健康会造成一定得影响，其后果或大或小，小即产生抑郁、自闭、暴力倾向，大则引发自杀，近年来频繁出现的高校学生自杀现象则证明了这一点。为进一步了解大学生的内心世界，帮助其更好地处理和应对心理压力问题，特进行了此次问卷调查。

一项由福州博智市场研究有限公司主办，以福州大学、福建工程学院、福建师范大学等6所学校的1200名大学生为对象，进行的大学生心理素质调查。这项调查结果显示：17%的大学生有不同程度的心理问题。其中，人际关系、就业压力、人格缺陷以及感情方面是存在广泛的四大心理问题。在人际关系方面，约23%的大学生存在问题，具体表现为：自闭或没有原则的交际；在学习就业方面，约有30%的大学生心理承受压力大，具体表现为：繁重的考试压力，严峻的就业现实，家庭社会的压力；在人格缺陷方面，约有14%的大学生有抑郁症

状，12%的大学生有明显敌对心理，17%的大学生有程度不同的焦虑症；在感情方面，约有35%的大学生存在问题，更有很多由情感引发的自杀等悲剧。

现代大学生犯罪率逐步增加，大学生自杀惨剧层出不穷，这些现象，都与大学生的心理素质有非常大的关系。从个体发展的角度来看，大学生正处于由青少年向成年转变的过渡期，很多矛盾冲突都会出现，如果不能妥善解决这些矛盾，寻找平衡点，就会出现心理障碍，产生心理问题。

2.1 外部环境

总的来说，分为社会环境和学校环境。第一，世界经济不景气，各种经济危机频频发生，我国的许多行业也受到影响，用人单位缩减招工人数量，而且加上大学生实践等能力弱，也影响了用人单位对大学生的录用比率，因此，大学生就业形势比较严峻。另一方面，由于社会经验以及专业方向等方面的差异，大学生个体在择业就业上也有很大的不同，其中一部分易产生眼高手低、畏惧社会等心理素质问题。第二，从学校内部来说，我国的素质教育包括大学教育都以文化课为主体，对身体素质以及心理素质的提高不是很重视。在大学里，有很多学校把外语四六级考试以及计算机等级考试作为学生是否毕业，是否能取得学士学位证的必要条件，这在很大程度上加大了学生的心理压力。

2.2 个人心理素质

第一，世界观，人生观，价值观不正确。

期刊文章分类查询, 尽在期刊图书馆

对自己要求严格，对社会负责，对任何事情都以积极向上的态度去对待，乐观，健康地看待事物。扭曲的人生价值观往往是犯罪事件的导火索。第二，心理承受能力差。学校生活

相对于社会来说，人际关系不复杂，同学，师生之间都友好团结，另一方面，现在的大学生普遍是独生子女，生活条件优越，很少受到磨难，这些优越的环境让他们像温室里的花朵，一点风雨都经受不了。心理承受能力差，不能承受挫折，不具备正确处理问题的心态，久而久之，则会出现程度不同的心理障碍。第三，心理调节能力弱。大学生接触社会以后，会产生诸如现实与理想的矛盾，现实与书本的矛盾等等，这种不同程度的偏差，如果调节不好，就会产生意识上的焦虑，对现实的不信任感。

3.1 优化社会文化的导向作用

从很大程度上来说，大学生世界观，人生价值观的形成，与社会环境的影响密不可分。因此，培养大学生正确的价值观，健康的心理素质，必须优化社会文化的导向作用。第一，加强传媒的正面导向作用，比如近段时间对“雷锋叔叔”的讨论，对普通人民劳动美的宣扬等等，都是对大众有利的舆论导向，而近年来文化媒体为了吸引眼球，赚取经济效益，在报道中扭曲事实，蓄意炒作，散播低俗丑陋的文化，这些社会文化，会对涉世不深的大学生产生很大的负作用，国家文化管理部门应在社会文化的散播上加强政府的管理职能。第二，加强社会道德建设，尊老爱幼，助人为乐等传统美德不应该被抛弃，而应大力发扬，让大学生积极参与社会的道德建设，担当起对社会的责任。

3.2 提升学校的教育能力

第一，加强生命教育以及生活教育。大学教育更应该教会学生思考生命以及生活的本质，引导学生体会自身的价值，以健康积极的心态，优异的世界观去应对各种问题，解决各种矛盾。第二，关注大学生心理问题。重视心理课，教会学生青春期的心理适应技巧，引导学生合理宣泄情绪，提高学生的抗压抗挫折能力。第三，加强学校的文化建设。开展丰富的校园文化活动，举办各类文体活动，组织学生的社会实践

活动等等。第四，开设针对性的心理咨询平台。专业的心理咨询师，可以对存在心理障碍的学生进行疏导，帮助学生克服心理障碍。

3.3提高大学生的自我认知能力

第一，培养正确的世界观，人生价值观。以文化充实自身的时候，也要思考生命的价值，要有自己清晰的生活目标。心理学研究表明，人的消极情绪的产生，与人缺乏生活目标有很大关系。确立正确的生活观，明确社会责任感，实现成才目标。第二，增加人际交往能力。乐于交往，勤于交流，克服孤独感。

第三，培养广泛兴趣。第四，体验苦难，提高抗压抗挫折能力。正确认识自身的优点以及缺陷，理智分辨社会各种现象，参加挫折教育，提升抗压抗挫折能力。

[1]王兰芳.大学生心理问题的成因分析及预防途径[j].陇东学院学报□xx□(6).

[2]李鸿飞.大学生心理健康问题的现状与对策[j].山西高等学校社会科学学报□xx□(11).

[3]孔伟，武文玉.大学生心理健康教育创新模式的构建[j].继续教育研究□xx□(11).

压力调查数据篇五

报告显示□20xx年的就业压力总体回升，大学生平均期望月薪相比年上涨了1830元，达到5510元，但幸福感有所下降。同时□20xx年的就业压力感受平均数为18.39，明显高于20xx年。继20xx年高校毕业生人数突破700万之后□20xx年的毕业生人数达到749万之多。

二、期望月薪

调查显示，相比20xx年的期望月薪平均值3680元，2015年大学生平均期望月薪增长了近元(1830元)而达到了5510元。2015年，期望月薪首度有了大幅提高。北京青年压力管理服务中心主任熊汉忠表示，物价和职场总体工资上涨，求职者期望月薪也水涨船高，“但这种过大的增幅也从另外一个侧面加大了求职者的就业压力。”调查也显示，期望月薪随着学历的增高而增高。

三、就业去向

本次调查中，近半数(48.8%)的被调查者表示希望去省会城市及计划单列市这样的二线城市工作，仅有14%的人表示希望去直辖市。在毕业生的就业选择中，57%的人认为应该找工作就业，有创业想法的人数占到23%，明显超过今年选择考研的人数。2015年选择“考研”的比例较前一年有明显下降，仅占到13.2%。调查显示，今年大学生就业压力感受平均数为18.39，明显高于2014年的压力水平(16.91)。而在“幸福感”这一调查内容中，近4年就业大学生的幸福感均值以为最低，2015年仅达到3.08，明显低于2014年的3.39。调查还发现，国家政策成为影响大学生就业的最主要因素，占到37.9%，其次是房价与物价因素，分别占到30.7%和25.1%。