情緒壓力仍然是確保學生入學的最大挑戰

駐芝加哥辦事處教育組

一份新的報告發現，「情緒壓力」仍然是學生考慮「停止」或暫時退出高等教育的首要原因，這突顯了尋求讓學生入學並在學業上走上正軌的大學所持續存在的問題。

此外，儘管許多大學「恢復正常」並放寬了疫情預防措施，但是就讀副學士和學士課程的學生在 2022 年仍和 2021 年考慮退學的可能性一樣大。

該報告由蓋洛普和 Lumina 基金會根據他們的 2022 年高等教育狀況研究進行，該研究向 12,015 名 18 至 59 歲的美國成年人分發了線上調查。

受訪者包括在讀學生、畢業生、未完成大學學業的人以及從未入學的人。然後使用基於美國成年人口的最新美國社區調查數據的加權目標，對收集到的數據進行調整，以匹配國家的性別、年齡、種族、西班牙裔和地區人口統計數據。

蓋洛普和 Lumina 在 2021 年進行的一份類似報告也發現，學生們正在與情緒壓力作鬥爭。

Lumina 基金會高層表示，他們希望自己的工作能夠強調幸福感和心理健康資源在校園中發揮的重要作用，特別是在許多大學領導對入學率下降感到擔憂的情況下。

報告稱，41% 的高等教育學生表示，他們在過去六個月中考慮過中斷學業。在考慮過中斷學業的學生中，55% 的人將情緒壓力作為一個原因，其中包括 69% 的攻讀學士學位的學生。

當被問及情緒壓力對他們意味著什麼時，許多學生表示課程作業可能會讓人不知所措，尤其是當學業要求疊加在工作和孩子的照顧責任或人際關係問題之上時。一些學生特別提到了憂鬱症和焦慮症。其他人表示，對支付大學費用的能力的擔憂帶來了情緒壓力。

報告稱：「在考慮過中斷學業的學生當中，2020 年至 2021 年疫情期間情緒壓力急遽上升是一個原因。」「然而，儘管 Covid-19 作為停止學習的原因現在已大幅下降，但學生將情緒壓力作為他們考慮

停止課程的原因的可能性僅略有下降。」

2023 年的研究允許學生選擇「個人心理健康原因」作為影響他們留在大學的能力的因素。這個選項是第二個最常選擇的原因，僅次於情緒壓力。報告稱，前兩個「遠遠超過了下一個最常選擇的原因，包括學位費用和課程作業的難度」。

研究發現，40% 的學生和 48% 的大學生「經常」經歷情緒壓力。在所有學生中，不同群體不成比例地經歷過痛苦：接近一半的女性表示她們經常有這樣的經驗，而男性的這一比例為 30%。

大約一半的學生和 66% 的大學生說他們的家庭很窮，而且他們經常難以支付每月的帳單，他們表示經常遭遇情緒壓力。相比之下，來自經濟更有保障的社會經濟群體的學生中只有 38% 的人持相同看法。種族和年齡之間也存在差異。

Lumina 基金會影響和規劃副總裁 Courtney Brown 說：「所有這些因素之間存在相互關係，因此學生感受到的壓力取決於當今的學生是什麼樣的人。」「他們在工作，他們感到在校園裡受到歧視，他們有自己的孩子……擔心錢，然後你知道，他們仍然對 Covid 有一些擔憂。」

Brown 說，大學應該培訓教職員工，以識別有困難的學生，並指導他們獲得適當的資源。

Lumina 基金會的戰略官 Zainab Okolo 說，為了促進學生的心理健康，大學還需要支持教職員工的福祉。

Okolo 確定了她希望在近期看到的幾個進展指標：政策制定者將資金用於心理健康預算，管理人員將福祉納入戰略計畫，以及學生倡導他們的需求。

Okolo 說，學校還需要確定在校園和課堂上取得進步的具體目標。

「學校必須做好準備，不僅要讓教職員工和學生能夠識別危機，還必須讓教職員工和學生能夠識別心理健康，」Okolo 說。「當他們的校園蓬勃發展時，它是什麼樣子的？」

撰稿人/譯稿人：Julian Roberts-Grmela/ Eileen Tsai

資料來源：The Chronicle of Higher Education

https://www.chronicle.com/article/emotional-stress-remains-a-top-challenge-to-keeping-students-enrolled