

## 鬱卒啦！大一新生近12%很blue 管理學院指數最高

學生新聞

【記者陳○○淡水校園報導】大一新生很blue！97學年度「柯氏憂鬱量表」出爐。本屆大一新生共5762人中，4071人受測，有48.83%為低分組，表示現在生活快樂；但是高分組為11.58%，去年僅佔7.21%，成長比例超過4%，顯示大學新生對現狀不滿意，較去年為甚。其中，又以管理學院憂鬱指數最高，工學院居次，第3名為商學院。諮輔組將提供導師憂鬱指數達高分組的460位學生資料，請導師協助輔導，配合教育部針對全國大專院校要求做高關懷篩檢，自95學年度起，本校諮商輔導組針對大一新生，以測試憂鬱指數的「柯氏憂鬱量表」，測量憂鬱程度，分為低、中、高三組，分數越高者，代表快樂指數越低。諮輔組組長胡延薇解釋，去年受測時間為新生訓練之際，新生或許對大學生活還懵懵懂懂，並有期待，所以分數較低。但是今年受測時間在97學年度第一學期的第一次期中考後，可能反映了學生期中考的壓力、或經過半學期後，對大學生活適應、對本科系產生的疑慮、人際關係問題等浮上檯面，加上今年金融海嘯襲捲世界、家庭經濟堪慮，甚至有父母非自願性失業，都可能是導致指數升高的原因。

胡延薇表示，董氏基金會於去年10月公布針對大專院校所做的「董氏憂鬱量表——大學生版」成果顯示，普遍大學生憂慮排名分別是「未來生涯規劃」、「自己的經濟狀況」、「課業、考試成績不佳」，而「擔心家中經濟狀況、債務問題」則在第4位，相較於2005年時僅有一成六的學生對經濟憂慮，足見大環境對於學生的影響。另外，9個學院中，今年憂鬱指數居冠的管理學院，高分組的人佔全校27.39%，較去年上升7.69%，增加最多，商學院的高分組佔16.96%，較去年上升3.93%。其它學院反而較去年些微減少。胡延薇指出，經過半學期，同學一邊考期中考、一邊思考轉系、轉校的問題，也會間接影響憂鬱指數上升。

企管一趙謹表示，上大學後，課業壓力不小，加上讀原文書和大學考試方式，都和高中有很大落差，他無奈地表示：「每週有35堂課，哪有時間紓壓？」企管一巫偉立認為，考試撞見許多同學作弊，感到十分無法適應。但若心情低落，他會選擇用線上遊戲排解壓力。而資訊一張詠承則是有時對於工學院的作業壓力感到困擾，他表示：「平時想程式遇到瓶頸，會感到很沮喪。」但是經過朋友一起討論、談心，就不容易陷於低落的心情。

諮輔組承辦人游凱甯說明，本次測驗結果將交由各班導師做參考，將完全保護學生隱私，但是若有勾選願意讓導師了解測驗結果的學生，諮輔組會視狀況，讓導師知道分

布於憂鬱指數高分組的學生資料，並請導師協助輔導，適時給予支援。胡延薇表示，未來將舉辦自我療癒、藝術治療和遊戲等結合正向心理學的活動，引導同學如何正向思考與放鬆。

