

· 心理卫生评估 ·

跨性别与顺性别大学生的心理健康状况*

张宇迪

(北京科技大学文法学院, 北京 100083 电子邮箱: zyd46723430@163.com)

【摘要】目的: 探讨跨性别与顺性别大学生心理健康状况的差异。**方法:** 选取 10 个省级行政区域、26 所高校中的大学生 10 590 人 (跨性别者 30 人, 顺性别者 10 560 人), 采用症状自评量表 (SCL-90) 中的抑郁和焦虑分量表、大学生心理健康量表 (MHS-CS) 评价心理健康状况。**结果:** 跨性别大学生的抑郁和焦虑分量表得分均高于顺性别大学生 ($P < 0.01$ 或 $P < 0.05$), 但两组大学生 MHS-CS 总分及各维度得分差异均无统计学意义 (均 $P > 0.05$)。有偏重或严重自杀想法的跨性别大学生的比例 (20.0%) 是顺性别大学生该项比例 (1.8%) 的 11.11 倍。**结论:** 跨性别大学生的抑郁和焦虑水平比顺性别大学生更高、自杀危机的风险更高, 但两者在健全人格取向的心理健康方面并无差别。

【关键词】 跨性别; 大学生; 心理健康; 横断面调查

中图分类号: B844.2 文献标识码: A 文章编号: 1000-6729(2020)001-0061-05

doi: 10.3969/j.issn.1000-6729.2020.1.012

(中国心理卫生杂志, 2020, 34(1): 61-65.)

Mental health status of transgender and cisgender college students

ZHANG Yudi

School of Humanities and Social Sciences, University of Science and Technology Beijing, Beijing 100083, China

Email: zyd46723430@163.com

【Abstract】Objective: To explore the differences between transgender and cisgender college students concerning mental health status. **Methods:** A questionnaire survey was conducted on 10 590 college students (30 transgenders and 10 560 cisgenders) from 26 colleges and universities in 10 provincial administrative regions with the depression and anxiety scale in the Symptom Checklist 90 (SCL-90) and the Mental Health Scale for College Students (MHS-CS). **Results:** The scores of depression and anxiety were higher in transgender college students than in cisgender college students ($P < 0.01$ or $P < 0.05$). However, there was no significant difference between the transgender and cisgender college students in the MHS-CS total score and the scores of each dimension. The proportion of transgender college students with "quite a bit" or "extremely" suicidal thoughts (20.0%) was 11.11 times that of cisgender college students (1.8%). **Conclusions:** Transgender college students have higher levels of depression and anxiety and higher risk of suicide crisis than cisgender students, but there is no difference in mental health with a healthy personality orientation between the two groups.

【Key words】 transgender; college student; mental health; cross-sectional studies

(Chin Ment Health J, 2020, 34(1): 61-65.)

跨性别者 (transgender) 是指在性别认同 (gender identity) 或性别表达 (gender expression) 方面与出生时的生理性别及相应的社会期待不一致的个体^[1]。生理性别为男性而自我认同为女性者

为“跨性别女性”, 生理性别为女性而自我认同为男性者为“跨性别男性”, 不完全认同自己为男性或女性的非二元性别身份者为“性别酷儿 (genderqueer)”。许多跨性别者有灵魂住进了错误的身

* 基金项目: 中央高校基本科研业务费专项资金资助项目 (FRF-TP-18-088A1)

体之感^[2]。与跨性别者相对应的是顺性别者 (cisgender), 是指在性别认同和性别表达方面与生理性别一致并符合社会期待的个体^[3]。跨性别者常被以字母 T 指代, 并与女同性恋者 (lesbian)、男同性恋者 (gay) 和双性恋者 (bisexual) 一起被合称为 LGBT。世界卫生组织在《国际疾病分类第十一版 (ICD-11)》中, 删除了“性别认同障碍”类别^[4], 标志着该组织对跨性别的非病理化。和其他三类性少数群体 (LGB) 相比, 跨性别者在人群中的比例偏少。美国成年人中约有 3.5% 属于 LGB 群体^[5], 而自我认同为跨性别者的美国成年人仅有约 0.6%^[6]。关于国内跨性别者的人数估计未见于学术期刊, 但香港“跨性别资源中心”在其发布的《香港跨性别者手册》中, 认为大约每 300~500 人中有 1 人为跨性别者^[7], 换算成百分比即是 0.20%~0.33%。世界精神医学会 (World Psychiatric Association) 呼吁发展针对 LGBT 群体心理健康的实证研究^[8]。

目前针对跨性别群体的研究主要描述其消极心理状态。如, 对加拿大 191 名跨性别女性的调查发现, 她们的抑郁症患病率为 61.2%^[9], 而加拿大跨性别男性的抑郁症患病率为 66.4%^[10]。一项对美国 351 名跨性别者的调查发现, 跨性别女性的抑郁或焦虑发生率分别为 51.4% 和 40.4%, 而跨性别男性的抑郁或焦虑发生率则分别为 48.3% 和 47.5%^[11]。对英国 889 位跨性别者的调查显示, 跨性别者自杀意念的终生发生率为 84%, 自杀未遂的终生发生率为 48%^[11]。一项综述研究整合了 17 项横断面调查的结果, 指出跨性别人群中的焦虑症状流行率高于顺性别人群^[12]。另一项综述分析了 2011-2016 年间发表的相关英文文献, 发现与同龄人相比, 跨性别青年抑郁、自杀、自残和饮食失调的比率更高^[13]。有研究利用针对大学生的大型横断面调查数据, 分析其中跨性别大学生的心理健康状况。如, 一项美国的研究调查了 26292 名大学生, 其中 47 名被试自我报告为跨性别者, 研究发现他们比顺性别同龄人经受过创伤的比例更高, 考虑及尝试自杀的比例也更高^[14]。另一项研究调查了 32964 名美国本科生和研究生, 发现其中有 0.4% 为跨性别者, 这些跨性别者报告了比顺性别同龄人更高的焦虑和抑郁诊断率, 以及更高比例的自杀意念和行为^[15]。国内的性少数服务机构“北

京同志中心”对中国的 2060 名跨性别者进行了在线问卷调查, 并于 2017 年发布了《中国跨性别群体生存现状调研报告》。这份报告提到, 61.5% 的调查对象正在经历不同程度的抑郁; 73.2% 的调查对象正在经历不同程度的焦虑; 因为自己是跨性别者而产生过自杀想法的人达到 46.2%, 有自杀行为的达到 12.7%^[16]。也有少数研究从积极视角出发, 如, 有研究发现对跨性别社区的归属感是跨性别认同与幸福感的完全中介因素^[17]; 有研究通过焦点小组访谈, 探讨了跨性别者的心理弹性 (resilience) 及对应的行动策略^[18]。

综上所述, 目前关于跨性别者心理健康的研究多从消极视角, 且多为国外研究, 国内虽有针对跨性别者的大规模调查涉及了心理健康, 但问卷有效率不足四成, 样本可能存在系统性偏差^[16]。因此, 本研究采用整群取样, 使用消极和积极两方面的心理健康评价指标比较跨性别与顺性别人群的心理健康状况, 以对跨性别群体的心理健康进行更为全面的描述。

1 对象与方法

1.1 对象

向全国 10 个省级行政区域 (北京、上海、广东、河北、江苏、山东、重庆、河南、四川和湖南) 的 26 所高校 (教育部“双一流”之一流大学建设高校 4 所、一流学科建设高校 8 所、其他本科高校 11 所以及专科高校 3 所) 的大学生发放在线问卷。通过专业课教师、辅导员或心理健康教育中心教师的帮助, 问卷发放到学生的班级或院系微信群/QQ 群。考虑到至少 30 人的跨性别者样本才能进行有意义的数据分析, 参考一项美国研究得出的“跨性别者在人群中约占 0.6%”的结论^[6], 推知本研究至少需要 5000 人的样本。考虑到部分被试可能存在不愿意报告自身性别身份的情况, 将拟抽取的样本量扩大为 10 000 人。

共回收有效问卷 10 590 份, 其中跨性别者 30 人 (占 0.28%), 专科生 2 人、本科生 25 人、硕士生 2 人、博士生 1 人; 生源: 农村 7 人、小城镇 8 人、中小城市 11 人、大城市 4 人; 专业: 自然科学 17 人、社会科学 2 人、人文艺术 6 人、不清楚 5 人。顺性别者 10 560 人, 男生 4275 人、女生 6285 人; 专科生 855 人、本科生 8471 人、硕士生

1102人、博士生132人；生源：农村4554人、小城镇2101人、中小城市2106人、大城市1799人；专业：自然科学6627人、社会科学1472人、人文艺术1549人、不清楚912人。

1.2 工具

消极指标：使用症状自评量表（Symptom Checklist 90, SCL-90）的抑郁和焦虑分量表^[19]测量。2个分量表分别包括13、10个条目，均采用1（没有）~5（严重）5点计分。在本研究中，2个分量表的Cronbach α 系数分别为0.92和0.91。

积极指标：使用大学生心理健康量表（Mental Health Scale for College Students, MHS-CS）^[20-21]测量。MHS-CS共27个条目，包括幸福体验、人际和谐、积极乐学、情绪调控、目标追求及勇于挑战6个维度。采用1（完全不符合）~5（完全符合）5点计分。在本研究中，总分及6个维度的Cronbach α 系数分别为0.93、0.83、0.77、0.85、0.77、0.78和0.69。

1.3 统计方法

使用SPSS 21.0进行统计分析，采用独立样本 t 检验比较跨性别和顺性别大学生在消极和积极心理健康指标方面的得分。在进行统计分析之前，采用Q-Q法对样本进行了正态性检验，检验结果显示样本得分符合正态分布。

采用强调匿名性、适当使用反向计分题等方式^[22]控制共同方法偏差，采用Harman单因子检验法对共同方法偏差进行统计检验^[23]，共抽取出8个特征根大于1的因子，其中第一个因子的解释率为35.0%，低于40.0%的临界值，提示本研究不存在明显的共同方法偏差。

2 结果

跨性别大学生的抑郁和焦虑分量表得分均高于顺性别大学生（Cohen's $d = 0.63$ 、 0.62 ），但MHS-CS的总分及6个维度得分差异均无统计学意义（表1）。

进一步比较跨性别与顺性别大学生抑郁和焦虑分量表的各条目得分，结果显示（表2），2组在16个条目上的得分差异均有统计学意义，跨性别大学生的得分均高于顺性别大学生。在“想结束自己的生命”这一条目上，Cohen's d 值为0.76，说明两类大学生在该条目上的得分差距较大。进一

步统计结果显示，在跨性别大学生中，该条目选择“没有”、“很轻”、“中等”、“偏重”和“严重”的比例分别为53.3%、16.7%、10.0%、10.0%和10.0%；而在顺性别大学生中，该条目选择“没有”、“很轻”、“中等”、“偏重”和“严重”的比例分别为84.8%、8.9%、4.6%、1.2%和0.6%。有偏重或严重自杀想法的跨性别大学生的比例（20.0%）是顺性别大学生该项比例（1.8%）的11.11倍。

表1 跨性别与顺性别大学生的量表得分比较（ $\bar{x} \pm s$ ）

项目	跨性别大学生 ($n=30$)	顺性别大学生 ($n=10560$)	t 值	P 值
抑郁	31.0 ± 15.7	23.0 ± 8.9	2.80	0.009
焦虑	22.3 ± 12.6	16.0 ± 6.6	2.70	0.011
幸福体验	16.9 ± 5.3	18.2 ± 3.9	-1.39	0.175
人际和谐	17.1 ± 5.3	18.4 ± 3.8	-1.38	0.177
积极乐学	16.8 ± 6.0	16.7 ± 4.5	0.14	0.887
情绪调控	12.4 ± 4.5	13.3 ± 3.4	-1.03	0.310
目标追求	12.9 ± 4.6	13.1 ± 3.4	-0.28	0.783
勇于挑战	13.9 ± 3.9	14.3 ± 2.8	-0.58	0.565
MHS-CS总分	90.0 ± 25.0	94.0 ± 16.9	-0.88	0.384

注：MHS-CS，大学生心理健康量表。

3 讨论

本研究发现，跨性别大学生的抑郁和焦虑水平高于顺性别大学生，这与以往研究的结果相似^[12-15]。究其原因，可能与跨性别大学生在家庭、学校、社会等环境中受到的不友好甚至暴力对待有关。如，在家庭环境方面，北京同志中心的网络调查发现，853位曾向父母或监护人表达自己身份诉求的跨性别者中，有约六成没有得到父母或监护人的任何支持^[16]；另一项对中国61位跨性别者的调查发现，他们经受亲密关系暴力的可能性较高^[24]。在学校环境方面，一项对重庆和成都5所高校1762名大学生的调查表明，仅有16.8%的被试认为跨性别是可以接受的^[25]；魏重政等的调查发现，跨性别学生遭受校园欺凌的比例较高，而其遭受校园欺凌的状况与自杀想法呈显著正相关^[26]。在社会环境方面，一项研究分析了美国国家大学健康评估（National College Health Assessment-II）的调查数据，发现在82538名被调查学生中，有204名跨性别学生，这些跨性别学生遭受暴力的可能性比顺

性别同龄人更高,包括伴侣虐待、性侵犯、被殴打及语言威胁等^[27]。本研究亦发现,跨性别和顺性别大学生在健全人格取向的心理健康方面没有差

异。可能原因是,跨性别青少年能够发现并利用身边的他人或集体中的资源,而这些资源对他们的抗挫折能力和幸福感是有益的^[18]。

表2 跨性别与顺性别大学生的抑郁和焦虑分量表各条目得分比较 ($\bar{x} \pm s$)

分量表条目	跨性别大学生 (n=30)	顺性别大学生 (n=10 560)	t 值	P 值	Cohen's d 值
抑郁 1. 对异性的兴趣减退(若你的性取向为同性,此处为同性)。	2.5 ± 1.5	1.8 ± 1.0	2.62	0.014	0.56
2. 感到自己精力下降,活动减慢。	2.7 ± 1.3	2.1 ± 1.0	2.55	0.016	0.53
3. 想结束自己的生命。	2.1 ± 1.4	1.2 ± 0.6	3.21	0.003	0.76
4. 容易哭泣。	2.3 ± 1.5	1.7 ± 1.0	2.37	0.025	0.51
5. 感到受骗、中了圈套或有人想抓住你。	2.1 ± 1.5	1.3 ± 0.7	2.81	0.009	0.67
6. 经常责怪自己。	2.6 ± 1.5	2.0 ± 1.0	2.44	0.021	0.52
7. 感到孤独。	2.8 ± 1.3	2.1 ± 1.1	3.47	0.001	0.56
8. 感到苦闷。	2.5 ± 1.6	2.0 ± 1.0	1.81	0.081	
9. 过分担忧。	2.4 ± 1.5	2.1 ± 1.1	1.12	0.272	
10. 对事物不感兴趣。	2.7 ± 1.7	1.8 ± 1.0	3.08	0.005	0.68
11. 感到没有前途、没有希望。	2.2 ± 1.5	1.8 ± 1.0	1.69	0.101	
12. 感到任何事情都很困难。	2.1 ± 1.3	1.7 ± 0.9	1.70	0.099	
13. 感到自己没有什么价值。	2.1 ± 1.5	1.6 ± 1.0	1.67	0.106	
焦虑 1. 神经过敏,心中不踏实。	2.5 ± 1.5	1.8 ± 1.0	2.45	0.021	0.52
2. 发抖。	2.0 ± 1.4	1.3 ± 0.7	2.71	0.011	0.63
3. 无缘无故地突然感到害怕。	2.3 ± 1.6	1.5 ± 0.8	2.80	0.009	0.64
4. 感到坐立不安、心神不定。	2.2 ± 1.5	1.5 ± 0.8	2.54	0.017	0.57
5. 心跳得很厉害。	1.9 ± 1.4	1.4 ± 0.7	2.08	0.047	0.47
6. 感到紧张或容易紧张。	2.1 ± 1.4	1.9 ± 1.0	0.92	0.363	
7. 一阵阵恐惧或惊恐。	2.1 ± 1.4	1.4 ± 0.8	2.75	0.010	0.62
8. 感到害怕。	2.3 ± 1.4	1.4 ± 0.8	3.45	0.002	0.77
9. 感到熟悉的东西变得陌生或不像是真的。	2.1 ± 1.4	1.6 ± 0.9	1.87	0.072	
10. 感到要赶快把事情做完。	2.9 ± 1.3	2.4 ± 1.2	2.51	0.012	0.43

在本研究中,跨性别和顺性别大学生在抑郁和焦虑量表的16个条目得分上存在显著差异,其中,效应量最大且Cohen's d 值超过0.7的条目为“感到害怕”和“想结束自己的生命”。“感到害怕”可能反映了环境中的潜在威胁,可以用性少数压力模型(sexual minority stress model)来解释。该模型认为性少数群体可能会面临害怕被拒绝等压力^[28];“想结束自己的生命”反映了跨性别大学生较强的自杀意念,这也与以往研究的结果一致^[29]。建议高校心理健康教育机构在进行宣传工作时,向学生表明本机构对跨性别无歧视,以增加跨性别大学生在出现心理危机时寻求专业帮助的可能性,从而降低该群体的自杀率。

本研究存在如下局限:第一,跨性别大学生所

占比例可能被低估。如,美国2016年的大样本调查发现,跨性别人群所占比例为0.6%^[6]。第二,跨性别大学生样本量偏小,在此基础上得出的结论需谨慎对待。

致谢:感谢北京科技大学臧伟伟、北京工商大学陈红敏、北京外国语大学石薇、中国海洋大学张迪、郑州大学叶青青、西南交通大学冉俐雯、衡阳师范学院吴思为、遵义医科大学(珠海校区)徐礼平对本研究数据搜集的帮助。

参考文献

- [1] Bailey L, Ellis SJ, Mcneil J. Suicide risk in the UK trans population and the role of gender transition in decreasing suicidal ideation and suicide attempt [J]. *Ment Health Rev*, 2014, 19(4): 209 - 220.
- [2] 何春葵. 跨性别[M]. 台湾:中央大学性别研究室,2003.
- [3] Naples N, Hoogland R, Wickramasinghe C, et al. *The Wiley-Blackwell encyclopedia of gender and sexuality studies* [M]. Hoboken,

- NJ: John Wiley & Sons, Ltd, 2016.
- [4] World Health Organization. International classification of diseases 11th revision (ICD-11) [DB/OL]. (2018) [2018 - 12 - 25]. <https://icd.who.int/browse11/1-m/en>.
- [5] Gates GJ. How many people are lesbian, gay, bisexual and transgender? [DB/OL]. (2011) [2018 - 12 - 25]. <http://williamsinstitute.law.ucla.edu/wp-content/uploads/Gates-How-Many-People-LGBT-Apr-2011.pdf>.
- [6] Flores AR, Herman JL, Gates GJ, et al. How many adults identify as transgender in the United States? [DB/OL]. (2016) [2018 - 12 - 25]. <http://ays.issuelab.org/resources/25124/25124.pdf>.
- [7] Transgender Resource Center. The book of transgender in Hong Kong [DB/OL]. (2015 - 11 - 26) [2018 - 12 - 25]. <https://www.tgr.org.hk/attachments/article/2/The%20Book%20of%20Transgender%20in%20HK.pdf>.
- [8] World Psychiatric Association. WPA position statement on gender identity and same-sex orientation, attraction, and behaviours [DB/OL]. (2016) [2018 - 12 - 25]. http://www.wpanet.org/detail.php?section_id=7&content_id=1807.
- [9] Rotondi NK, Bauer GR, Travers R, et al. Depression in male-to-female transgender Ontarians: results from the trans PULSE project [J]. *Can J Commun Ment Health*, 2011, 30(2): 113 - 133.
- [10] Rotondi NK, Bauer GR, Scanlon K, et al. Prevalence of and risk and protective factors for depression in female-to-male transgender Ontarians: trans PULSE project [J]. *Can J Commu Ment Health*, 2011, 30(2): 135 - 155.
- [11] Budge SL, Adelson JL, Howard KAS. Anxiety and depression in transgender individuals: the roles of transition status, loss, social support, and coping [J]. *J Consult Clin Psychol*, 2013, 81(3): 545 - 557.
- [12] Millet N, Longworth J, Arcelus J. Prevalence of anxiety symptoms and disorders in the transgender population: a systematic review of the literature [J]. *Int J Transgend*, 2017, 18(1): 27 - 38.
- [13] Connolly MD, Zervos MJ, Barone CJ 2nd, et al. The mental health of transgender youth: advances in understanding [J]. *J Adolescent Health*, 2016, 59(5): 489 - 495.
- [14] Swanbrow Becker MA, Nemeth Roberts SF, Ritts SM, et al. Supporting transgender college students: implications for clinical intervention and campus prevention [J]. *J College Stud Psychother*, 2017, 31(2): 155 - 176.
- [15] Messman JB, Leslie LA. Transgender college students: academic resilience and striving to cope in the face of marginalized health [J]. *J Am Coll Health*, 2019, 67(2): 161 - 173.
- [16] 北京同志中心. 中国跨性别群体生存现状调研报告 [DB/OL]. (2017) [2018 - 12 - 25]. <http://www.bjlgbtcenter.org.cn/52/i-2623.html>.
- [17] Barr SM, Budge SL, Adelson JL. Transgender community belongingness as a mediator between strength of transgender identity and well-being [J]. *J Couns Psychol*, 2016, 63(1): 87 - 97.
- [18] Zeeman L, Aranda K, Sherriff N, et al. Promoting resilience and emotional well-being of transgender young people: research at the intersections of gender and sexuality [J]. *J Youth Stud*, 2017, 20(3): 382 - 397.
- [19] 戴晓阳. 常用心理评估量表手册 [M]. 北京: 人民军医出版社, 2010.
- [20] 程科, 黄希庭. 健全人格取向的大学生心理健康结构初探 [J]. *心理科学*, 2009, 32(3): 514 - 516.
- [21] 申继亮, 陈英和. 中国教育心理测评手册 [M]. 北京: 高等教育出版社, 2014.
- [22] 周浩, 龙立荣. 共同方法偏差的统计检验与控制方法 [J]. *心理科学进展*, 2004, 12(6): 942 - 950.
- [23] Podsakoff PM, Mackenzie SB, Lee JY, et al. Common method biases in behavioral research: a critical review of the literature and recommended remedies [J]. *J Appl Psychol*, 2003, 88(5): 879 - 903.
- [24] Zhang Y, Best J, Tang W, et al. Transgender sexual health in China: a cross-sectional online survey in China [J]. *Sex Transm Infect*, 2016, 92(7): 515 - 519.
- [25] 同性恋, 双性恋, 张沛超, 等. 大学生同性恋、双性恋及跨性别者认知调查 [J]. *中国公共卫生*, 2012, 28(7): 921 - 923.
- [26] 魏重政, 刘文利. 性少数学生心理健康与遭受校园欺凌之间关系研究 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2015, 23(4): 701 - 705.
- [27] Griner SB, Vamos CA, Thompson EL, et al. The intersection of gender identity and violence: victimization experienced by transgender college students [J]. *J Interpers Violence*, 2017. doi: 10.1177/0886260517723743.
- [28] Meyer IH. Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: conceptual issues and research evidence [J]. *Psychol Bull*, 2003, 129(5): 674 - 697.
- [29] Veale JF, Watson R, Peter T, et al. Mental health disparities among Canadian transgender youth [J]. *J Adolesc Health*, 2017, 60(1): 44 - 49.

编辑: 靖华

2019 - 03 - 18 收稿