

# 杭州高校学生心理咨询认知及 AI 咨询接受度的调查与研究

余可欣 李嘉琪 周璟琦 楼凌菲 王文呵

浙江中医药大学第四临床医学院 浙江 杭州 310000

**【摘要】**：为探究大学生对心理咨询的认知及 AI 咨询接受度，本研究对杭州 7 所高校 3230 名学生进行问卷调查。结果显示：学生污名化认知趋于隐性，虽弱化道德贬损，但过度依赖自我调节且顾虑社会评价；隐私伦理方面，对 AI 数据泄露担忧显著，但在危机情境下高度认同 AI 干预权限；技术信任上，学生普遍认可“人机协同”模式及 AI 精准化潜力，但对其情绪识别准确性与长效性持审慎态度。

**【关键词】**：心理咨询；AI 咨询；污名化；隐私伦理；技术信任

DOI:10.12417/2705-1358.26.06.076

## 引言

近年来，大学生心理健康问题愈发突出，已成为社会各界关注的焦点。《中国青年发展报告》显示，约 30% 的大学生存在不同程度的心理问题，尽管大学生心理需求急剧增长，但寻求专业帮助的比例却相对较低。研究表明，仅有 10% 的大学生主动寻求传统心理咨询服务。与此同时，AI 心理咨询的迅速兴起，为心理咨询提供了新的机遇<sup>[1,2]</sup>。杭州作为全国一线城市，教育化和数字化水平居全国前列，心理咨询普及度也相对较高。本文通过实证调研，了解杭州高校学生对心理咨询的认知程度和对 AI 咨询的接受程度，以期优化高校心理健康服务体系，探索高校心理健康教育的更多可能性。

## 1 对象与方法

### 1.1 研究对象

本研究的调查对象为 3230 名浙江省杭州市 7 所大学的在校大学生，其中男生 1411 名，女生 1819 名。调查对象的具体情况如表 1 所示。

表 1 调查对象的基本情况

变量	类别	人数/人	百分比/%
性别	男	1411	43.7
	女	1819	56.3
专业	文科	573	17.7
	理科	613	19.0

变量	类别	人数/人	百分比/%
	工科	554	17.2
	农科	333	10.3
	医科	1157	35.8
年级	大一	716	22.2
	大二	698	21.6
	大三	815	25.2
	大四	725	22.4
	大五	126	3.9
	研究生	150	4.6
学校	浙江中医药大学	1061	32.8
	浙江大学	520	16.1
	浙江工业大学	328	10.2
	杭州电子科技大学	365	11.3
	杭州师范大学	325	10.1
	浙江财经大学	334	10.3
	浙江农林大学	297	9.2
家庭经济状况	低收入（年收入 10 万以下）	920	28.5
	中等收入（年收入 10-50 万）	2153	66.7
	高收入（年收入 50 万以上）	157	4.9
是否接受过任何形式的心理咨询服务	是	1226	38.0
	否	2004	62.0

### 作者简介：

余可欣（2003-），女，汉族，浙江杭州人，本科，研究方向：临床医学。  
 李嘉琪（2004-），女，汉族，云南禄丰人，本科，研究方向：临床医学。  
 周璟琦（2005-），男，汉族，安徽宣城人，本科，研究方向：儿科学。  
 楼凌菲（2004-），女，汉族，浙江杭州人，本科，研究方向：临床医学。  
 王文呵（2006-），女，汉族，河南周口人，本科，研究方向：临床医学。

## 1.2 研究工具

自编人口学问卷。主要调查杭州高校学生的基本人口学数据，如性别、专业、年级、学校及家庭经济状况等。

自编心理咨询认知及 AI 咨询接受度量表。鉴于国内尚无权威的心理咨询认知及 AI 咨询接受度量表，本研究团队查阅国内有关文献，自行设计量表，对问卷进行预调查，结果显示问卷信度和效度良好，筛选条目后形成最终量表。

心理咨询认知及 AI 咨询接受度量表包括污名化认知、隐私与伦理顾虑、AI 技术信任度三个维度，共计 12 个条目。每个条目均采用李克特 5 级评分，即从“非常不同意”“不同意”“一般”“同意”“非常同意”，分别赋值 1-5 分。该量表总体 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.976，这表明该量表具有非常好的内部一致性信度，且经过探索性因子分析效度理想。

## 1.3 数据收集和整理分析

本研究的所有测验及量表均通过问卷星平台发放，为期 1 个月，共收回问卷 3341 份，剔除关键信息缺失的 111 份问卷后，获得有效问卷 3230 份，有效率 96.68%。整理后的数据通过 SPSS 27.0.1 进行分析，主要采用的统计分析方法包括描述

性统计和信效度分析。

## 2 结果分析

### 2.1 污名化认知的结果分析

整体而言，被调查者在心理咨询污名化的四个维度上呈现出不同程度的认知特征。各维度的平均分介于 2.11 至 3.42 之间，反映出大学生对心理咨询的负面认知存在显著差异。在自我调控信念维度上得分最高 ( $M=3.42$ )，表明多数大学生普遍认同“心理问题可以通过自我调节解决”的观点。其次，在社会偏见顾虑维度上的平均分为 3.10，显示出大学生较为关注外界对心理问题的看法。相比之下，道德贬损 ( $M=2.11$ ) 和求助即无能 ( $M=2.24$ ) 两个维度的得分较低，说明传统意义上的污名化认知已明显弱化。在“道德贬损”方面，高达 73.31% 的学生明确表示不同意或非常不同意“有心理问题就是个人软弱”的说法 (29.07%+44.24%)；在“求助即无能”维度上，69.35% 的学生否认“寻求心理咨询是能力不足的表现” (23.68%+45.67%)。这反映出当代大学生在价值层面已趋于理性与包容，不再轻易将心理问题与人格缺陷挂钩。具体情况见表 2。

表 2 调查对象污名化认知得分总体情况

维度	平均分 (M)	非常不同意 (0 < M ≤ 1)		不同意 (1 < M ≤ 2)		一般 (2 < M ≤ 3)		同意 (3 < M ≤ 4)		非常同意 (4 < M ≤ 5)	
		人数	百分比/%	人数	百分比/%	人数	百分比/%	人数	百分比/%	人数	百分比/%
道德贬损	2.11	939	29.07	1429	44.24	555	17.18	192	5.94	115	3.56
自我调控信念	3.42	157	4.86	324	10.03	1067	33.03	1372	42.48	310	9.6
求助即无能	2.24	765	23.68	1475	45.67	556	17.21	312	9.66	122	3.78
社会偏见顾虑	3.10	250	7.74	718	22.23	987	30.56	1008	31.01	267	8.27

### 2.2 隐私与伦理顾虑的结果分析

根据调查数据，大学生在“隐私与伦理顾虑”这一维度下的四个子项中表现出不同程度的担忧与态度分化，整体平均分介于 2.70 至 3.46 之间，反映出其对心理服务中隐私安全与技术伦理问题的关注具有复杂性和情境依赖性。在校内咨询隐私风险感知方面，平均得分为 2.70，相比之下，校外咨询隐私风险感知得分更高 ( $M=3.00$ )，且态度分布更为集中，这说明尽管校外咨询被视为相对独立的服务体系，但大学生对其信息安全管理信任度并未显著提升，更多人持观望或保留态度。在

人工智能心理工具方面，AI 工具数据泄露担忧的平均分达 3.29。超过四成学生 (40.84%) 明确表示“同意”或“非常同意” AI 工具存在数据泄露风险。最值得关注的是 AI 伦理干预边界认同 ( $M=3.46$ )，其平均分在四个题项中最高，且“同意” (35.57%) 和“非常同意” (11.67%) 比例合计达 47.24%，显著高于其他负面态度。这表明多数大学生认可 AI 在识别自杀倾向等危机情境下应具备主动干预权限，如联系紧急联系人或启动预警机制。尽管存在隐私让渡的风险，但学生更倾向于支持“生命优先”的伦理原则，体现出对 AI 在极端情况下履行救助责任的较高接受度。具体情况见表 3。

表 3 隐私与伦理顾虑得分总体情况

维度	平均分 (M)	非常不同意 (0 < M ≤ 1)	不同意 (1 < M ≤ 2)	一般 (2 < M ≤ 3)	同意 (3 < M ≤ 4)	非常同意 (4 < M ≤ 5)

		人数	百分比/%	人数	百分比/%	人数	百分比/%	人数	百分比/%	人数	百分比/%
校内咨询隐私风险感知	2.70	449	13.9	849	26.28	1334	41.3	431	13.34	167	5.17
校外咨询隐私风险感知	3.00	195	6.04	491	15.2	1850	57.28	499	15.45	195	6.04
AI 工具数据泄露担忧	3.29	137	4.24	438	13.56	1336	41.36	990	30.65	329	10.19
AI 伦理干预边界认同	3.46	85	2.63	232	7.18	1387	42.94	1149	35.57	377	11.67

### 2.3 AI 技术信任度的结果分析

调查数据显示,大学生在“AI 技术信任度”这一大维度下的四个子维度呈现出积极与审慎并存的态度特征。整体平均分介于 3.18 至 3.54 之间,表明学生对 AI 心理健康服务总体持中等偏上信任水平。在人机协同模式认同方面得分最高 (M=3.54), 显示出大学生普遍认可“AI 初筛+人工干预”的混合服务模式。紧随其后的是 AI 干预精准化期待 (M=3.43), 有 48.86% 的学生认同 AI 能够提升心理健康教育和干预的个性化与精准度 (同意 39.66%, 非常同意 9.2%)。这表明大学生对 AI 的数据分析能力、用户画像构建及个性化推荐功能抱有较高期望。然而,在涉及 AI 核心技术能力的信任层面,态度趋于保守。AI 情绪识别可信度得分为 3.18, 显示出明显的不确定性。类似地, AI 干预长效信心的平均分也为 3.18, 且态度分

布高度集中于中间区间。这一结果揭示了当前大学生普遍将 AI 心理工具视为“短期支持”或“应急陪伴”, 对其能否带来深层次、可持续的心理改变缺乏信心。

### 3 结论

杭州高校大学生对心理咨询的污名化认知已趋于隐性, 主要表现为过度强调自我调节和担忧社会评价, 而非传统道德贬低; 对 AI 心理咨询持矛盾态度——既认可其在效率与精准干预上的优势, 尤其支持“人机协同”模式, 又对其数据隐私安全和长期有效性存有顾虑; 同时, 在危机情境下愿意让渡部分隐私以换取生命安全保障, 体现出理性伦理判断。总体而言, 学生对 AI 心理服务抱有审慎开放的态度, 未来高校应结合其需求特点, 强化隐私保护、破除求助障碍, 推动人机融合的心理服务健康服务体系高质量发展。

### 参考文献:

- [1] 吴永和,刘.,马晓玲,构筑“人工智能+教育”的生态系统.远程教育杂志 2017,35(05):27-39.
- [2] 张亮,杨.,人工智能赋能高校心理危机预警及干预体系研究.黑龙江教师发展学院学报 2025,44(03):70-73.