

提升新训阶段新兵心理健康服务效果的思考

臧茂枝 王芙蓉

国防科技大学 湖南长沙 410000

摘要: 00后新兵中独生子女及留守儿童、单亲、离异家庭增多,新训阶段是他们从地方青年成为合格军人的第一“适应期”,这一阶段新兵中心理问题困扰增多,这些问题不仅关系到新兵的健康成长,而且影响到部队的长远建设。因此,在新训阶段紧贴新兵心理特点,提升心理健康服务效果,对维护新兵的心理健康水平,提高部队战斗力具有重要意义。

关键词: 新训阶段;新兵;心理健康服务

1 新训阶段新兵典型心理困扰

新兵入营到新兵下连前统称为新训阶段,新训阶段是新兵从普通公民向合格士兵的过渡阶段,同时新兵又处于由青年向成人过渡阶段,心理发育尚不成熟,面对部队封闭的环境、严格的纪律、单调的生活、刻苦的训练,容易产生不良心理状态以及心理困扰。

1.1 离开亲友的失落心理

失落心理是指因为对自己和他人的期待太高了,但没有达到所期望的程度,产生的一种沮丧、灰心的心情。新兵入伍前基本上就读于高中或者大学,处在校园里的他们始终在家长、老师和学校的关注爱护之中安逸成长,入伍后需要自己动手洗衣,到食堂吃大锅饭,种种改变和不适应不能及时地向亲友倾诉并得到他们的鼓励与支持,导致了对过去的生活产生怀念,易产生失落心理。

1.2 面对训练的恐惧心理

恐惧心理是在可怕情景影响下产生的一种十分紧张的情绪反应。新兵入伍后战士们生活在一起难免有攀比心理,有的新兵因为学历低体质差感觉自己不如别人产生自卑感,低估了自己的能力,担心训练成绩差会丢人,跟不上训练节奏拖累整个班级,由此引发了恐惧心理。有的新兵面对高强度的军事训练时,则因为怕苦怕累怕受伤产生恐惧心理。

1.3 不满环境的逆反心理

逆反心理指客观环境要求与主体需要不相符合时所产生的一种强烈的反抗心态。新兵入营时往往都处于青春期,在家人的呵护关爱下,养成了自我为中心的生活习惯,生活无拘无束、自由自在。入伍后,对于部队的集体生活适应困难,不能处理好与战友的人际关系,不能理解部队严格的管理制度,不能心甘情愿地服从上级的命令,产生严重的逆反心理。

1.4 遭遇挫折的封闭心理

封闭心理是指由于个人在生活及成长过程中遇到一些挫折,引起个人的焦虑从而与外界隔绝,缺少社交活动。当新兵在新训阶段学习、训练进步缓慢,或者受到上级批评教育时,便会产生心理落差,感觉自己不如别人,而且身边的战友来自五湖四海,文化背景差异大增加了新兵间的沟通障碍,结交新朋友困难,久而久之形成了封闭心理(辛阔林,2015)。

2 新训阶段新兵心理健康服务存在的主要问题

心理健康服务是指运用心理学及医学的理论和方法,预防或减少各类心理行为问题,促进心理健康,提高生活质量。当前,新训阶段心理健康服务工作受到高度重视,取得了一些成效,但也存在一些问题。

2.1 心理测量的组织不够专业

一是测验选择方面。军队普遍使用自陈测验进行心理普查,一方面量表题量大新兵很难有耐心做完,另一方面量表题目结构明确不可避免会使部分新兵产生防御心理,刻意隐瞒或伪装自己的真实状态,从而降低测验效度。二是施测过程方面。通常心理普查安排在新兵入营后两周内完成,由于刚入营新兵还处于适应期,此时测量容易高估心理问题的严重程度,并且测量组织者多由缺乏心理测试资质的干部骨干担任,也会影响心理测试过程的规范性。三是结果处理方面。心理普查结果反馈时,若缺乏专业的解读会导致结果解释不准确,若缺乏保密意识,可能会对部分疑似心理问题新兵造成不必要的伤害(李炳南,2021)。

2.2 服务方法的使用不够规范

一是基层部队尚无统一的服务方法使用规范,致使各单位心理健康服务建设存在差异。如心理测量量表众多,缺乏权威的评价体系和衡量标准,导致了各单位新

兵心理健康筛查评价标准各异；团体心理训练模式缺乏有效的团体心理训练标准及流程，各单位新兵团体心理训练的安全性及全面性得不到保障（唐晓丽，2021）。二是各种心理健康服务方法使用尚未得到有机结合，没有充分发挥心理服务的效能。通常，对于心理测量筛查出来可能存在心理疾患的新兵，只是单纯的向上级汇报一个数据，而没有进一步准确评估他们的心理问题，进行针对性的教育或治疗，帮助他们尽快摆脱心理困扰，积极适应融入部队的生活。（秦艳平等，2017）。

2.3 教育内容的设置不够灵活

一是心理健康教育内容完全融入在思想政治教育中，内容也仅局限于与思想政治相关的心理问题及现象，而且，严肃且以说教为主的课堂氛围会使新兵接受度降低；二是心理健康教育组织方式不够灵活多样，教育内容主要通过集体上课进行知识灌输，课上没有讨论交流，课后缺少反思运用，导致教育内容没有内化于心外化于形，很难从根本上解决新兵的心理困惑；三是心理健康教育严格按照教育计划落实，没有针对新训不同时期新兵的具体心理变化、存在不同心理困惑，进行教育内容的修改与完善，致使心理健康教育流于形式。

2.4 服务体系的构建不够科学

一是心理健康服务管理体制权责不明不统一。各单位新训工作部门职责划分不够明确，制定的计划无法顺利落实。二是心理健康服务人员的专业水平不够。部队基层的心理健康服务工作主要由缺乏足够理论知识和实践经验的军医及骨干实施，使得开展的新兵心理健康服务工作收效甚微。三是心理健康服务工作缺乏评价环节。对于心理健康服务的使用方法不够系统、评价机制不够完善，致使针对新兵新训阶段心理特点的服务模式不够完善（邱蔚祺，2018）。

3 提升新训阶段心理健康服务效果的策略

3.1 提高心理普查的可信性

一是测量技术的选取。心理测评应当根据不同的测量目的选取不同的测量技术。需要大规模取样时可以采用问卷测验技术，若要避免文化背景影响同时减少被试的防御性则可以采用投射测验技术。二是测量时机的选择。新训阶段新兵出现心理、精神行为异常多集中在入营30天左右，而且在《应征公民体格检查标准》中也将心理异常退兵时限明确为45天（赵津京等，2020），因此新兵的心理健康筛查应选择入营后一个月更为合适。三是测量人员的选用。心理测量是一项专业性很强的工作，应当选用专业人员组织实施，可以减少无关因

素对测量过程的影响，提高测评结果的可信性。（宗建明等，2017）。

3.2 重视服务方法的标准化

一要制定心理健康服务方法的操作标准。如在心理测量方面，使用自陈量表与投射测验相结合的方式，可以对下一步的治疗或者访谈起到节省时间、提供线索或者辅助精神疾病诊断的作用；在团体心理训练方面，既要根据不同新兵群体的心理特征构建不同的心理训练方法模式，也要将团体训练向实战化倾斜，提高新兵的心理承受能力和战场环境适应能力（索红梅，2018）。二要明确心理健康服务方法有机结合的流程。采用骨干包干负责、专业咨询师结对、地方专家问诊的方式，适时跟进疏导，定期检查评估，确保不延误治疗，不影响正常工作（赵春海等，2020）。

3.3 增强教育内容的针对性

一是将心理教育与思想政治教育进行有机地结合。思想政治教育中人生观、价值观、婚恋观等教育，可以通过心理学的角度去解释，促使新兵多角度了解，更易于接受。二是部分心理教育单独备课授课。应该将针对性较强心理健康教育（如适应心理），从政治教育内容中分离出来单独备课，并由专业的心理工作者负责辅导授课。三是灵活开展心理健康教育。心理健康教育不应仅仅局限于课堂上的时间和内容，在新兵训练和业余时间都可以进行自训自学，使新兵根据自我需求更好地掌握和运用心理知识（钱天月，2017）。四是完善心理健康教育计划。心理健康教育计划应按照新训不同阶段新兵的心理特点制定，在相应的时间进行相应内容教育。（陈林珊等，2021）。

3.4 促进服务模式的体系化

一是形成全营区统一指挥、分工协作、职责明确、齐抓共管的组织管理和工作体系。部队应成立新兵心理健康服务工作领导小组，指定专人负责领导，军务、政治、后勤部门共同参与，统一领导、规划、协调、组织新兵的心理健康服务工作（郭勇，2021）。二是将社会和家庭两大保障力量联动起来，与部队相互配合共同做好新兵的心理健康服务工作。一方面部队要协调好驻地医院、心理咨询机构可以每半月对新训期间新兵心理健康进行巡回服务，对于存在严重心理问题的新兵提供专业援助。另一方面部队与家长要经常互通新兵的心理情况，让家长配合部队做好新兵的心理健康教育，为新兵营造良好的心理氛围。三是设立心理健康服务评价系统，完善心理健康服务全过程。新兵的心理健康服务评价体系

应包括上级部门抽评、本级内部自评、同级单位互评,通过评估有助于增强部队对新兵心理健康服务的重视程度,进一步了解新兵对心理健康教育的需求,及时对心理健康服务工作进行整改和完善(王刚,2018)。

参考文献:

- [1]陈林珊,王玉萍.海警新兵心理健康基本情况调查分析[J].科教导刊,2021,(26):178-180
- [2]郭勇.针对性做好“两征”模式下新兵心理服务工作[J].政工学刊,2021,(8):73-74
- [3]李炳南.高校心理普查工作存在的问题及其对策[J].吉林省教育学院学报,2021,第37卷(1):75-78
- [4]钱天月.把握新兵心理特点 增强心理服务针对性[J].政工学刊,2017,(8):68-69
- [5]秦艳平,马松超.加强军校学员心理健康教育,提升军队战斗力[J].太原城市职业技术学院学报,2017,(2):67-69
- [6]邱蔚祺.野战部队新兵心理健康状况调查及干预研究[D].南昌大学,2018
- [7]索红梅.关于团体心理训练在基层部队应用的几点思考[J].实用医药杂志,2018,第35卷(1):93-95
- [8]唐晓丽,李兆雅.团体心理辅导在新兵入营训练中的应用[J].中外企业家,2021,(12):278
- [9]王刚.搞好新兵心理服务工作要坚持“常常”[J].政工学刊,2018,(12):69
- [10]辛阔林.陆军新兵心理健康发展特点及教育策略研究[D].第三军医大学,2015
- [11]宗建明,陈福.心理测评工作应科学规范[J].政工导刊,2017,(7):42
- [12]赵春海,师秀芳,李文涓,郑永军.国内非战争军事行动官兵心理卫生服务的开展[J].中国医药导报,2020,第17卷(11):189-192
- [13]赵津京,袁萍,杨志丽,王凯,陈丰,须瑞.某部新兵心理健康信息采集改良模式探讨及应用[J].解放军预防医学杂志,2020,第38卷(11):55-56