

高职院校新生心理健康状况分析和对策研究

——以浙江某高校2018级新生为例

◆ 华 盛

(衢州职业技术学院)

摘要: 大学新生是个特殊群体,正处于中学受教育者与大学受教育者之间的跨越阶段。本研究利用大学生人格健康测试对浙江某高职院校2341名新生进行问卷调查,调查结果显示,17%的新生被测试筛查出需要进一步关注,新生心理问题主要集中在人际关系问题、适应性问题、目标缺失问题、学习问题、抑郁倾向、强迫倾向或其他精神病性问题。研究在分析大学新生心理健康问题现状的基础上,提出加强高职院校新生心理健康教育的对策建议。

关键词: 高职院校; 大学新生; 心理健康状况

大一新生面临从高中升入大学的挑战,能否适应全新的环境、生活方式、学习方式,是他们顺利成长成才的关键。对新生进行心理评估和测评,能够更好地了解高职院校新生入学后的心理健康状况,为开展高职新生心理健康教育提供对策和建议。

一、对象和方法

1. 调查对象。本校2341名新生参与问卷调查,共回收有效问卷2317份,回收率为99%。其中男生1163人,女生1154人,男女比例基本持平。

2. 调查工具。调查使用《大学生人格健康调查表(UPI)》和大学生一般情况调查表。UPI问卷主要反映学生的人格特点,量表的信度水平和学生是否真实答题有关。该量表共68题,主要调查学生4个因子的状态(躯体症状、精神分裂倾向、抑郁症状、神经症状),躯体症状分超过10分、精神分裂倾向超过12分、抑郁症状超过8分、神经症状超过12分为阳性,分数越高表明该因子症状越明显。一般情况调查包括大学生生源地、是否独生子女、家庭氛围、家庭结构、家庭经济情况和童年寄养经历等。

3. 在心理测量前要求各二级学院心理老师对学生培训,在新生入学1个月后,组织全体新生进行UPI测试。

二、调查结果

1. 基本情况。从生源地情况看,62%新生来自农村、25%来自乡镇、17%来自城市;其中39%为独生子女、35%为大子女、22%为最小子女、4%为中间子女;家庭贫困为11%、家庭经济状况一般为80%、家庭经济状况较好为8%、家庭经济富裕为1%;65%学生家庭氛围融洽、32%学生家庭氛围平和、2.5%学生家庭氛围冷淡、0.5%学生家庭氛围对抗;家庭结构完整学生为91%、单亲家庭为6%、重组或孤儿家庭为3%。总的来说我校新生生源地主要来自农村,家庭经济状况比较普通,家庭结构和家庭氛围整体水平较好。

2. UPI测试数据分析。全校新生UPI测试异常检出人数为402人,占全体测试新生17.21%,其中93人“最近一年有轻生念头”、131人自述“常常失眠”、150人“曾经觉得心理卫生方面有问题”,241人觉得“自己的过去和家庭是不幸的”,188人觉得“对任何事都没有兴趣”。

三、结果分析

1. 高职新生心理问题的类型主要包括人际关系问题、适应性问题、目标缺失问题(对于大学生活感觉迷茫、无聊、没有方向)、学习问题(较多的是对专业不满意)、抑郁倾向、强迫倾向或其他精神病性问题。

2. 不同性质群体的心理健康状况存在差异:在性别上,女生主要问题在人际交往方面较多见,男生则主要表现为敌对、人格问题等方面;在家庭环境上,来自农村或条件比较贫困的学生相对来说比较缺乏自信心,容易出现抑郁倾向,在人际交往中也较敏感。

3. 学生心理健康方面的问题受家庭环境影响较大,不完整的家庭或不良家庭气氛导致的心理异常比率较高。在和往届数据对比发现,高职新生对心理健康方面的关注度较以往高,在开放题中能详细表达自己的心理状况和求助意向,存在既往史的学生也

能较真实反馈自己的咨询或治疗经历。

四、对策及措施

1. 科学分析,及时反馈,有效关注。学校心理健康教育中心应在第一时间将学生的问题分析整理,根据测试结果进行归类,并在对学生信息进行相应保密的前提下反馈给各二级学院党总支书记及心理辅导员,给各二级学院提供相应的意见,要求各二级学院对此类学生在学习、生活中给予恰当的关注。

2. 主动约谈,排查危机,恰当处理。心理咨询中心针对普查结果异常的学生进行具体的分档、指导二级学院优先约谈重点学生。对二级学院约谈发现的疑似精神病性问题学生或者无法把握的学生,应安排对接精神科医生诊断。各二级学院若发现有明显心理异常学生可主动联系心理中心进行转介。

3. 重在预防,多方联动,全面教育。实际工作中,对心理异常学生的关注重在观察迹象,防患于未然。应坚决落实心理健康教育工作三级网络,加强二级学院心理健康教育工作小组技能培训,提高二级学院心理健康教育小组的专业能力;同时二级学院心理健康教育工作小组,应做好班级心理健康教育团队建设。

4. 搭建平台,营造氛围,提高能力。学校要搭建广阔的适应平台,营造良好的校园氛围,提高新生环境适应能力,帮助新生尽快融入大学校园。新生进校后,要鼓励和支持新生积极参与到各项活动中,提高新生人际交往能力,促进新生对大学环境的适应,帮助新生树立崇高的远大理想和正确的人生观,增强他们应对压力和挫折的调节能力,使他们保持积极乐观的健康心态。

5. 开展系统、科学、规范化的心理健康课程。课程要以大学生心理健康成长为主线面向全体学生,要围绕高职学生心理发展的特点,设计高职学生心理健康基础知识、情绪管理、人际交往、压力与挫折应对、以及生命教育等相应教育模块,多角度的介绍了高职学生在学习、生活中所遇到的各种常见的心理健康问题及其表现和调适方法;在授课内容上,要强调整理论和实践的结合,强调课程的科学性、针对性、实用性和可操作性;在教育形式上,除了传统的课堂讲授外,要结合在线课程、心理测试、互动游戏、小组讨论等形式丰富教学手段,帮助学生认识自我、探索自我、调整改善与他人的关系,学习新的态度与行为方式,引导学生自尊自爱和关爱他人,促进学生良好适应与发展。

总之,高职新生作为大学生群体中的重要部分,对高职新生心理健康状况的关注即是学校心理健康教育工作的体系作用的体现,也直接影响学生能力水平的发展。做好高职新生心理健康教育工作是国家对学生人才培养的内在要求,高校应坚持以生为本,不断探索并在实践中探索出一系列行之有效的措施和方法。

参考文献:

- [1] 刘小庆,周全丽,李越.大一新生中农村独生子女的心理健康状况调查[J].中国健康心理学杂志,2016,24(12):1872-1876
- [2] 耿艳,敬丹莹.大学新生心理健康状况调查[J].中国学校卫生,2014,35(8):1233-1234
- [3] 周红梅.大学新生心理健康状况调查研究[J].长春工业大学学报(高教研究版),2011,32(2):136-138

