

# 民办高校本科应届毕业生心理状况研究

◆陈新

(南昌工学院 江西南昌 330108)

**摘要:**为了解民办高校本科应届毕业生的心理健康状况,本人使用SCL-90量表,连续两年对南昌工学院总计162名本科应届毕业生进行调查,其中18级毕业生52名,19级毕业生110名。结果表明:南昌工学院连续两届本科应届毕业生中,出现心理问题的学生呈现增长趋势,至少有一项因子分达到中度的毕业生出现了焦虑情绪、恐怖情绪、强迫和精神病性倾向心理问题,他们的心理健康状况值得相关部门引起重视。  
**关键词:**民办高校本科应届毕业生;心理健康;焦虑;抑郁;恐怖;精神病性倾向;强迫

当前我国宏观就业形势十分严峻,高校毕业生的用人需求呈下降趋势,民办高校的办学和招生生源都有其自身的特点,毕业生就业情况更是不容乐观,不少毕业生在毕业后找不到理想的工作,少数学生选择考研或公务员,他们都承受很大的压力,因而心理健康受到影响,部分毕业生出现焦虑、抑郁、恐怖、强迫等不良情绪,给他们上专业课时,发现他们基本没有心思在课堂上。

心理健康问题不仅影响到他们目前的学习和升学就业,还会影响到他们今后的长期发展。鉴于此,本人对民办高校应届毕业生心理状况进行调查,以帮助他们进行心理健康调适,同时,也为高校心理健康中心和就业指导中心完善相关服务提供依据,为学校教学和相关课程设计安排也将有着积极的建议作用。

## 一、研究对象与方法

**1.1 研究对象与方法。**2017年选取南昌工学院52名18级本科毕业生为调查对象,2018年选取该校110名19级本科毕业生为调查对象。

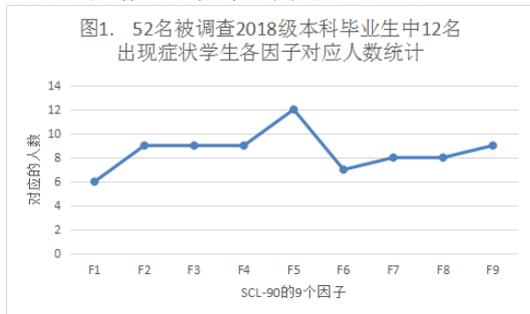
**1.2 调查工具。**使用《症状自评量表---SCL-90》,该量表包括90个条目,9个分量表,包括躯体化障碍F1、强迫症状F2、人际关系敏感F3、抑郁情绪F4、焦虑情绪F5、敌对情绪F6、恐怖情绪F7、偏执F8、精神病性倾向F9共9个因子。量表分5个等级评分(0-4级)。

## 二、大学毕业生症状自评量表 SCL-90 的调查结果

被试完成量表后,经计算得到各因子得分与我国正常成人SCL-90统计常模对比后,得到的症状程度分为正常、轻度、轻度、中度、中度、中度以上、重度6种结果。

### 1.1 2018级应届毕业生情况

2017年调查2018级应届毕业生52人,出现轻度以上症状的学生人数为12人,占总人数的23.08%;其中至少有一项因子达到中度以上症状程度的学生人数为5人,在12人中占41.67%;这5人中度症状对应的因子项分别为焦虑情绪F5、恐怖情绪F7、精神病性倾向F9。值得注意的是,这12位出现症状的学生中,每位同学都出现了焦虑情绪,其中9位同学出现了抑郁情绪、强迫、人际关系敏感、精神病性倾向症状,8位同学出现了偏执、恐怖情绪症状,7位同学出现了敌对情绪,6位同学出现了躯体化障碍。对应的人数因子统计图表如图1所示:



### 1.2 2019级应届毕业生情况

2018年调查2019级应届毕业生110人,出现轻度以上症状的学生人数为37人,占总人数的33.64%;其中至少有一项因子达到中度以上症状程度的学生人数为5人,在37人中占13.51%;这5人中有1人所有9项均出现了至少为中度的症状,其中F5为重度,F1、F9为中度以上;其余4人中度症状对应的因子项分别为强迫症状F2、焦虑情绪F5、恐怖情绪F7、精神病性倾向F9。值得注意的是,这37位出现症状的学生中,有23位同学都出现了恐怖情绪,20位同学出现了焦虑情绪,19位同学出现了

强迫和精神病性倾向症状,17位同学出现了人际关系敏感,16位同学出现了抑郁情绪,13位同学出现了偏执症状,还有8位同学出现了躯体化障碍和敌对情绪。对应的人数因子统计图表如图2所示:



## 三、分析与讨论

**3.1 民办大学应届毕业生就业压力导致心理健康状况普遍堪忧。**近年的经济大环境导致就业形势严峻,大部分的应届毕业生很难找到理想的工作,他们的心理健康状况堪忧。值得相关部门给予重视。

### 3.2 造成民办高校毕业生心理健康问题突显的原因探索

首先,民办高校毕业生就业压力大是重要因素。其次,根据笔者与一些毕业生沟通,得知他们中相当一部分学生专业知识掌握不扎实,寻找相关工作没有自信也是一大重要因素。再次,民办高校往往没有较好的社会影响力,使得来学校招聘的对口单位较少,毕业生去其他公办高校参加招聘会遇到挫折也对他们心理健康不利。最后,民办高校的教学管理、课程设计、学风建设也是值得关注的问题,如何帮助学生提升学习兴趣、掌握扎实的专业知识,引导学生为就业提前作出积极准备是值得研究的方向。

## 四、大学毕业生心理健康调适

就业压力经常导致焦虑、抑郁和恐怖情绪,严重的会使人惊慌失措、无所适从<sup>[1]</sup>,若长期处于这种状态,容易造成生理失常以及各种神经症性问题。下面谈谈如何通过心理辅导,帮助学生自我调适。

1.帮助毕业生树立正确的就业观。大学生要客观分析自己的性格优势、劣势和发展潜力,了解什么职业适合自己,树立正确的就业观,进而找到自己能够接受的工作。

2.帮助毕业生掌握运用合理情绪疗法消除不良情绪,缓解压力。步骤如下:

(1)找出使自己产生不良情绪的事件。(2)分析自己对该事件的想法、观念和评价。(3)审视是事件本身,还是对事件的信念导致了自己的不良情绪。(4)与不合理信念进行辩论,直至最终放弃不合理信念。(5)随着不合理信念的消除,不良情绪开始减轻,直至彻底摆脱不良情绪的困扰。

3.学校要组织开展相关就业指导 and 团体咨询,及时帮助学生解答一些就业疑问,对于那些就业压力很大的同学,应该给予更多关怀和帮助,可以给他们提供一些符合兴趣爱好方面的培训,从而增加就业信心、减轻压力。同时鼓励他们跟心理辅导员或亲朋好友多交流和倾诉,从而缓解焦虑、抑郁和恐怖情绪。

4.学校心理咨询机构应该重点针对那些检出心理问题的毕业生开展心理咨询。专业及时的心理咨询往往能帮助有心理问题的同学疏导不良情绪,避免不良情绪进一步恶化。通过为他们建立心理档案,定期给他们咨询辅导,及时总结并跟踪回访,相信可以帮助他们顺利毕业就业,走向社会。

## 参考文献:

[1]赵鑫,田琳琳.应届毕业生心理状况的调查分析及调适.兰州:兰州教育学院学报,2010.2.

课题项目:南昌工学院人文社会科学研究项目“民办高校应届毕业生心理健康状况研究”的研究成果(NGRW-17-06)。

作者简介:陈新(1979-),男,江西抚州人,硕士,主要研究方向:心理学、计算机科学与技术、信息系统项目管理、数据库系统、软件工程。