
大学生心理健康状况述评

——江苏师范大学新生心理普测数据分析

耿艳¹ 李梅²

(1. 江苏师范大学心理健康教育研究中心, 江苏徐州 221116;

2. 江苏师范大学教育科学学院, 江苏徐州 221116)

[摘要] 本文对江苏师范大学2009级至2015级共30672名新生的心理普测数据结果进行分析, 结果显示: 我校新生心理健康总体状况良好, 但心理健康总体水平呈下降趋势; 男生的心理健康水平优于女生; 理工科专业的学生心理健康水平优于艺术类学生和文科专业学生。对高校新生心理健康状况特点进行分析、研究, 总结一定时期新生心理变化的特点与规律, 可为大学生心理健康教育工作提供参考依据, 从而有效提高心理健康教育工作的科学性和针对性。

[关键词] 大学新生; 心理普测; 心理健康

[中图分类号] G444

[文献标识码] A

[文章编号] 2095-5170(2016)06-0134-03

随着社会竞争的不断加剧, 大学生心理健康状况日益受到广泛关注。做好大学生心理健康教育工作, 有助于他们健康成长, 更好地度过大学生活。刚进入大学校园的新生正处于角色转换和环境适应时期, 现实与理想、环境与适应之间的冲突, 人际交往的复杂等很容易使其产生迷惘、焦虑、叛逆、孤独等不良情绪, 继而引发心理障碍。如何及时发现、及时干预并有针对性地这类新生进行心理咨询和教育辅导, 提高其身心健康水平, 是高校学生管理与心理健康教育的立足点和出发点。江苏师范大学从1998年起, 开始实施新生心理普测与建档工作, 通过科学规范的测试, 了解新生入校时的心理健康状况, 并根据测试结果采取有针对性的心理健康干预措施。多年来, 此项工作经过心理健康教育专业人员和从事学生工作一线教师的共同努力, 已经实现了网络化、全员化和专业化, 成为我校基础性心理健康教育工作的重要组成部分。

一、新生心理普测结果

江苏师范大学新生心理普测以全体本科新生作为测查对象, 2009-2013年新生心理普测, 采用的是症状自评量表(SCL-90)^[1], 2014年和2015年新生心理普测, 采用的是大学生人格问卷(UPI)。测试采用北京心海软件心理测评系统, 以班级为单位、在统一指导语下进行, 测试工作人员都经过统一培训。问卷回收率为100%, 有效率为99.8%。被试的平均年龄为18±0.45岁。统计

[收稿日期] 2015-11-13

[作者简介] 耿艳, 女, 江苏徐州人, 江苏师范大学心理健康教育研究中心讲师; 李梅, 女, 内蒙古呼和浩特人, 江苏师范大学教育科学学院教授。

方法主要采用t 检验，显著性水平取0.05。

我们汇总了2009 年至2015 年江苏师范大学新生心理普测的人数，共有30672 人参加测试，其中，男生11610 人，女生19062 人。

（一）大学新生心理健康的总体状况

我们将2009-2012 年新生SCL-90 的测试结果与1986 年全国常模^[2]进行比较，发现我校大学生心理健康总体处于正常水平，在强迫症状、人际关系敏感、偏执、焦虑、精神病性和恐怖等因子上的得分均高于全国常模。2013 级新生在SCL-90 上的总均分与全国成人常模之间的差异具有统计学意义，在各因子中，躯体化、人际敏感得分低于全国常模，且存在显著差异（第一类）；强迫症状、偏执、恐怖、焦虑、精神病性等因子上的得分高于全国常模，且存在显著差异（第二类）^[3]。

2014 级新生的UPI 调查结果显示：第一类学生占10.43%，第二类学生占20.94%；2015 级新生UPI 的调查结果显示：第一类学生占6.4%，第二类学生占20.23%。全校23个学院均存在一类和二类学生。参照其他大学新生测试结果，此次调查新生的百分比分布在此范围之内，处于中等水平。

（二）大学新生心理健康状况的年级差异

从SCL-90 测评的总分来看，2013 级学生测试总均分为138.96，2012 级学生测试总均分为129.25，2011 级学生测试总均分为133.31，2010级学生测试总均分为138.71，2009 级学生测试总均分为121.90。分数越低，表示心理健康状况越好。2013 级学生心理正常率为85.3%，14.7%的学生表现出不同程度的心理问题，心理健康状况的整体水平与之前的新生相比，有所降低。2014级与2015 级新生测试结果显示：有明显心理问题的一类学生比例有所下降。

（三）大学新生心理健康状况的性别差异

我们在研究比对中发现：2009-2013 年新生的SCL-90 测试总均分在性别因子上存在显著差异($P<0.001$)，女生的得分高于男生。具体来说，男生在躯体化、抑郁、焦虑、恐怖和其他因子上的得分低于女生，在敌对和偏执因子上差异显著，且男生得分高于女生。

2014 年和2015 年新生的UPI 测试结果显示：在关键项第8 题和第25 题上男女存在显著差异，女生的心理健康水平显著低于男生。

（四）大学新生心理健康状况的专业差异

我们在研究比对中发现：2009-2013 年新生的SCL-90 总均分在专业因素上存在显著差异($P<0.01$)，其中理科学生的得分最高，其次分别是工科、艺术类和文科学生。除了偏执和阳性项目均分，在其他因子上均有统计学意义($P<0.05$)，且显著性较高的因子有恐怖、躯体化、焦虑、抑郁等。

二、大学新生心理普测结论及分析

通过梳理2009-2015 年的心理普测数据结果，可以得出以下结论。

（一）我校新生的整体心理健康状况良好，有明显心理问题的学生比例有所下降^[4]

我校新生的整体心理健康状况良好。近年来，学校对大学生心理健康问题的重视程度不断提高，出台并落实了相应政策和措施，建立了功能完善的心理咨询中心，通过开展心理建档、日常咨询、心理健康教育等活动，搭建危机干预五级网络体系，开设心理健康教育课程等工作，较好地促进了学生身心的健康发展，所以在测试中一类学生的比例有所下降。

但是，我国目前正处在社会转型期，在信息化的时代背景下，社会竞争不断加剧，就业越来越困难，处于青春期的大学生有着特殊的生理和心理特征，面对压力和竞争，他们容易出现强迫症状、偏执、恐怖、焦虑、精神病性等心理异常症状，心理健康状况呈逐年降低的趋势。笔者曾统计过近五年来我校学生的心理咨询情况，发现以上问题也是来访学生咨询的高频问题，与测试结果吻合。另外，我校地处经济相对欠发达的苏北地区，贫困生的比例相对较高。这个群体的学生相对更容易出现自卑、人际交往障碍、敏感、抑郁、嫉妒等心理问题。数量较大的贫困生群体也给心理健康教育工作带来了严峻的压力和挑战。

（二）女生的心理健康水平低于男生

这与大多数研究结果基本一致^{[5][6]}。男生和女生在生理、心理结构和社会期待等方面存在差异，男生独立性较强，敢于拼搏，走自己的人生之路，而女生在听话、体贴、敏感、细腻等方面更有优势，依赖性强、感情化倾向明显。所以，在环境适应方面，男生比女生能更快地适应新的生活。另外，在就业或任务分配等方面存在明显的性别差异，整个社会更加强化男性的支配地位，这可能会使女生在自主性及自信心等方面的表现相对差一些。女大学生的生理和心理特点，决定了其人际关系较之男大学生更为复杂和微妙，更易产生焦虑、抑郁等负面情绪。我校作为女生数量较多的师范大学，女生在人际关系、学习压力、就业情况、独立生活能力等方面的问题一直是心理咨询中的多发问题。因此，女生是我们需要更多关注的对象。

（三）新生心理健康水平存在专业差异，理、工专业学生的心理健康水平优于艺术专业学生，文科生的心理健康水平最低

这个测试结果与我们的日常咨询工作经验相吻合。近五年来我校学生心理咨询统计结果显示，来访较多的是文科专业的学生，来访较少的是艺术专业的学生。原因可能如下：首先，理工科学生中男生比例较高，理性思维能力强，面对困扰，能够主动调整自己的认知。其次，理工科学生课业压力大，所以学生会将注意力更多地集中于学习。第三，理工科学生的专业知识结构特点使其更容易产生较高的成就感，学生的就业压力也小于艺术类学生和文科学生。这就使得理工科学生表现出较好的心理健康状态。而文科专业中，女生居多，专业特点使得她们较为敏感、想象力丰富，易产生负面情绪，这些因素都可能会导致文、理、工科学生心理健康水平的差异。另外，从整体上看，艺术类学生心理健康水平高于文科学生，源于艺术类学生活泼好动，性格外向居多，加之专业特点，使得他们在遇到心理困扰时可以通过唱歌、舞蹈、画画等专业练习缓解压力。不同专业的学生在家庭、社会背景等方面也存在差异，使得他们在学习和生活中的观念与思维方式有所不同，这些也会影响其心理健康水平。

三、基于大学新生心理普测数据分析的教育建议

大学作为学生成长的微观系统，维护学生的身心健康是其重要任务之一。我们通过对7届新生心理健康状况的分析与研究，试图探寻新生群体心理健康发展的特点。结合研究结果，我们建议高校心理健康教育工作需要充分考虑性别、年级和专业的因素，切实提高心理健康教育工作的针对性，进一步完善心理健康教育体制和机制，从而全方位地优化大学生的心理素质。

（一）构建立体的心理健康预防体系

1. 严格规范心理测试流程和心理档案管理。新生心理普测是心理健康教育工作的重要组成部分，在工作人员培训、系统调试、数据导入、学生组织、数据统计分析等各项工作中，要严格规范测评流程，确保普测数据真实、有效，为高校心理健康教育提供有效的依据。同时，要发挥大数据时代的优势，依据每个学生的基本资料、成长环境分析、心理普测结果等，将存在心理问题的学生的资料归档建库，及时跟踪、记录其心理问题发展变化的过程，形成一个动态的心理档案库。

2. 高校要建立完善的心理危机干预工作体系，坚持预防为主的原则，通过新生心理普测、心理复测、心理危机月报等途径，及时发现心理异常的学生，完善心理危机干预工作预案，明确工作流程及相关部门的职责，最大程度地减少危机事件的负面影响。

3. 在体制建设上，要形成学校、学院、班级、宿舍心理健康教育四级网络体系。在学校心理健康中心的统筹指导下，充分发挥二级学院、班级心理委员、心理社团、宿舍观察员的辅助力量。

(二) 分类约访和辅导测试结果异常的学生

1. 要重点关注有自杀倾向和严重心理问题的学生，通过主动约访，对这部分学生进行个别辅导。同时，要注意有重度心理问题学生的精神症状与其人格特征的关系，把完善人格作为心理教育和辅导的长远目标。

2. 建立畅通有效的心理危机转化机制。对有神经症和精神病性倾向的学生，应及时建议其到精神疾病医疗机构就诊，并通知其法定监护人，协助监护人做好监控工作。

3. 对于需要积极关注的存在一般心理问题的学生，可以通过宣传开展个体咨询、团体辅导、心理工作坊、朋辈训练等多种形式给予教育辅导，充分发挥二级学院的工作力量以及心理社团、心理信息站、心理委员、宿舍观察员等的作用，构建立体的心理帮扶体系。

(三) 有针对性地推进心理健康教育工作

要充分考虑大学生的群体特点，有针对性地开展心理健康教育。比如，新生心理健康教育的重点应放在适应新环境等内容上，帮助他们尽快完成从中学到大学的转变与适应；大二和大三学生要围绕学业发展、人际交往、情感、人格发展等展开，帮助学生掌握基本的心理调适技能；对于毕业生，要以就业心理调适为重点，帮助他们端正就业观点，科学进行职业规划。要特别重视学习困难学生、经济困难学生、女大学生等特殊群体学生的心理健康教育工作。

[参考文献]

[1]汪向东、王希林、马弘等：《心理卫生评定量表手册》，《中国心理卫生杂志》，1999 年(增刊)。

[2]段鑫星、付豪等：《2000~2003 级新生心理健康状况的调查分析》，《中国健康心理学杂志》，2005 年第4 期。

[3]耿艳、敬丹莹：《大学新生心理健康状况调查》，《中国学校卫生》，2014 年第8 期。

[4]ItascaConsultingGroup, Inc. FLAC3D (FastlagrangianAnalysis of Continual in 3 Demensions), Version 2.0, Users' Manual. USA: [s. n.]. 1997.

[5]黄万琪、贺尊、张银友等：《大学生心理健康教育干预研究》，《中国公共卫生》，2004 年第9 期。

[6]陈桂兵等：《1549 名大学新生SCL-90 调查结果分析》，《四川精神卫生》，1997 年第1 期。