

95后高职新生心理健康发展趋势分析

——以山西轻工职业技术学院为例

陈彦芳

(山西轻工职业技术学院, 山西太原 030013)

摘要: 为了解“95后”高职新生心理健康变化状况, 针对性地开展学生心理健康教育工作, 本研究使用大学生人格问卷(UPI)对山西轻工职业技术学院2013—2017级新生心理普查数据进行回溯性分析, 发现五年间共有5 871名新生参加了心理健康普查, 可能存在心理问题学生(I类学生)平均检出率为11.26%, 年度间I类学生的比例存在显著性差异($c^2 = 52.69, p < 0.01$); 经面谈后确定有心理问题学生(A类学生)占I类学生的比例平均为2.78%。I类学生在关键项目“常常失眠”和“对任何事都没有兴趣”的选择率差异有统计学意义(c^2 值分别为14.389, 16.690, p 值均 < 0.05); “有心理咨询意愿”的选择率差异有统计学意义($c^2 = 7.676, p < 0.05$)。可见, “95后”高职新生的心理健康水平总体良好, 但存在心理健康隐患的学生(I类学生)的比例呈现上升趋势。高职新生的心理问题类型相对稳定, 可以据此开展针对性的心理健康教育。

关键词: 高职新生; 心理健康; 发展趋势

中图分类号: G444

文献标识码: A

文章编号: 1672-0105(2018)04-0016-04

Trend of Mental Healthy Development and Countermeasures of College Freshmen Burned after 1995s in Higher Vocational Colleges

CHEN Yan-fang

(Shanxi College of Light Industry and Technology, Taiyuan, 030013, China)

Abstract: To examine the mental health status among freshmen burned after 95 in higher vocational colleges and conduct mental health education correspondingly, we made a retrospective analysis among freshmen burned after 95 in Shanxi college of light industry and technology during 2013- 2017 using UPI. The result shows that a total of 5 871 freshmen participated in the survey during the past five years. The average detection rate of students with psychological problems (Class I students) was 11.26 %, significant differences were found by years ($c^2 = 52.69, p < 0.01$); the average proportion of students (category A students) with psychological problems determined after the interview was 2.78 %. In the key questions, the report rate of "often insomnia" and "no interest in anything" had statistical significant differences ($c^2 = 14.389, 16.690, p < 0.05$); In the additional questions, the report rate of "willingness to consult with psychological counseling" had statistical significant differences ($c^2 = 7.676, p < 0.05$). It is concluded that the mental health level of higher vocational students after 95 is moderate. There is an increasing trend in mental health problems worth further attention.

Key Words: higher vocational students; mental health; trend of development

随着职业教育的迅速发展, 高职院校招生规模也逐年扩大。“95后”高职生的成长环境、教育背景和家庭经济状况也和以往有很大差别, 了解“95后”高职学生的心理健康状况, 尽可能预先发现问题, 成为当前各高职院校学生心理健康教育工作的

重要环节。山西轻工职业技术学院从2013年起, 每年11月初对入学新生开展心理普查, 本研究拟对2013—2017年的心理健康普测数据进行回溯性整理分析, 分析高职新生心理健康状况的变化趋势, 为更好地开展学生心理健康教育工作提供参考。

收稿日期: 2018-11-02

作者简介: 陈彦芳, 女, 山西吕梁人, 硕士, 山西轻工职业技术学院讲师, 研究方向: 学校心理学。

1 对象与方法

1.1 对象

以山西轻工职业技术学院2013—2017级大一新生为被试,5年间共有5 871名大一新生参加心理普测,其中男生3 821名,女生2 050名。见表1。

表1 各级新生情况汇总

年级	男生/人	女生/人	总计/人
2013级	756	420	1 176
2014级	970	416	1 386
2015级	617	493	1 110
2016级	813	456	1 269
2017级	665	265	930
总计	3 821	2 050	5 871

1.2 筛选工具

采用具有筛选意义的“大学生人格问卷(UPI)”作为测试工具。UPI量表经中国心理卫生协会修订,作为大学新生评估心理健康水平的量表,在全国高校广泛使用。UPI量表由60条项目构成,反映学生的苦恼、焦虑等项目;还有4个附加题,反映学生是否接受过心理咨询,有什么咨询要求等。学生的心理健康状况通过UPI的总分反映,分数越高,学生存在心理困扰的可能性就越大。测试结果满足下列条件之一者归为第一类重点关注学生:总分在25分(包括25分)以上;第25题做肯定选择;辅助题中至少有两题做肯定选择;总分在20~24分之间的归为第二类关注学生,需要关注;此外是第三类学生,心理相对比较健康^[1]。

1.3 测试过程

各级新生入校一个月后,以班级为单位,在学生心理健康教育与咨询中心的统一安排下,分批次在学院机房,登录“淑凡软件心理健康综合管理平台”完成心理问卷填写。全院心理测试均在同1天内完成。各系心理辅导站负责老师担任测试主试,统一测试指导语,并在指导语中强调答案的真实性。测试过程中,主试全程在场,解答学生疑惑,处理应急事件。

1.4 面谈过程

心理普查完成后一周,学院心理健康教育与咨询中心开始对第一类学生进行面谈,通过心理辅导

老师的评估,有严重心理健康问题的学生界定为A类学生,需要持续重点监控;一般心理问题的学生界定为B类学生,作为今后关注的对象;没有任何心理问题的学生为C类学生。

1.5 数据的处理。

使用辅仁淑凡心理健康综合管理平台和SPSS18.0进行处理,组间比较采用 c^2 检验,校验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 各级新生心理普查中I类学生的筛出情况

如表2所示,五年间,新生中I类学生的平均检出率为11.26%,与全国各高校的检出率(10%左右)相符^[2];I类学生的比例存在显著性差异,总体呈现上升趋势($c^2=52.69, p<0.01$)。

表2 各级新生心理普查中三类学生构成情况

年级	I类/人 (%)	II类/人 (%)	III类/人 (%)
2013级	103 (8.8)	142 (12.1)	931 (79.2)
2014级	122 (8.0)	135 (9.0)	1 129 (81.5)
2015级	118 (10.6)	117 (10.5)	875 (78.8)
2016级	125 (9.9)	131 (10.3)	1 013 (79.8)
2017级	183 (19.0)	81 (8.0)	666 (71.0)

2.2 各级新生心理普查中I类学生的面谈结果

如表3所示,五年间,A类学生占I类学生的比例平均为2.78%;A类学生人数比较差异无统计学意义($c^2=9.33, p>0.01$)。B类学生占I类学生的比例平均为24.48%;B类学生人数比较差异无统计学意义($c^2=9.75, p>0.01$)。

表3 各级新生心理普查中I类学生的面谈结果

年级	参加面谈/人	A类/人 (%)	B类/人 (%)	C类/人 (%)
2013级	103	3 (2.9)	18 (17.5)	82 (79.6)
2014级	122	5 (4.1)	23 (18.9)	94 (77.1)
2015级	118	2 (1.7)	40 (33.9)	76 (64.4)
2016级	125	1 (0.8)	29 (23.2)	95 (76.0)
2017级	183	8 (4.4)	53 (28.9)	122 (66.7)

2.3 各级I类学生中关键症状项目的筛出情况

如表4所示,关键症状项目中I类学生“常常失眠”的比例最高,“对任何事都没有兴趣”的比

表4 各级I类学生关键症状项目的筛选情况

年级	人数/人	感到自己的过去和家庭是不幸的/人 (%)	常常失眠/人 (%)	想轻生/人 (%)	对任何事情都没有兴趣/人 (%)
2013级	103	8 (7.8)	11 (10.7)	2 (1.9)	9 (8.7)
2014级	122	11 (9.0)	14 (11.5)	1 (0.8)	10 (8.2)
2015级	118	10 (8.5)	18 (15.3)	3 (2.5)	12 (10.1)
2016级	125	12 (9.6)	12 (9.6)	2 (1.6)	16 (12.8)
2017级	183	21 (11.5)	31 (16.9)	4 (2.2)	26 (14.2)
c^2		7.012	14.389	3.647	16.690
p		0.456	0.002	0.135	0.006

例次之，“想轻生”在所有项目中比例最低。进一步检验发现，I类学生“常常失眠”和“对任何事情都没有兴趣”2个题目的选择率差异均有统计学意义 ($c^2=14.389, 16.690, p$ 值均 <0.05)。

2.4 各级I类学生中与心理咨询相关项目的选择情况

如表5所示，“感到自身心理健康有问题”和“有心理咨询意愿”的学生逐渐增加，且“有心理咨询意愿”题目的I类学生选择率差异有统计学意义 ($c^2=7.676, p<0.05$)。

表5 I类学生中与心理咨询相关项目的选择情况

年级	人数/人	认为心理健康方面有问题/人 (%)	有心理咨询意愿/人 (%)
2013级	103	13 (12.6)	5 (4.9)
2014级	122	17 (13.9)	7 (5.7)
2015级	118	21 (17.8)	8 (6.8)
2016级	125	23 (18.4)	11 (8.8)
2017级	183	35 (19.1)	26 (14.2)
c^2		7.404	7.676
p		0.104	0.000

3 讨论

随着国内经济、社会、文化、科技等方面的巨大变化，大学生的学习和生活方式也随之产生巨大变化。面对更多的选择和诱惑、更多的压力和挑战、更复杂的人际关系和社会环境，大学生的心理健康水平是越来越低，还是越来越高，目前心理学界并没有统一的研究结论。辛自强等(2012)对1986—2010年间的大学生新生心理健康变化数据进

行横断历史研究，结果发现大学生新生心理健康水平呈乐观向上的趋势^[3]。但是，大多数学者认为大学新生的心理问题是越来越多(吴越，马福，刘娟娟，2018；龚娴静，2018)^[4-5]。

本研究显示，大多数“95后”高职新生的心理健康水平良好，但存在心理健康隐患的学生(I类学生)的比例呈现出上升趋势，与大多数研究结果一致。造成心理健康隐患上升趋势的主要原因是，随着时代的发展，心理健康知识的普及，新生在进行心理测试时趋于更加真实开放；此外，大学新生仍处于青春期，情感体验敏感丰富，也会导致他们在题目选择时反应偏高。从往年的心理约谈结果来看，多数新生的心理问题是适应性与发展性的问题，突出表现为情绪困扰和人际关系困扰，例如“牢骚和不满多”“容易动怒”“在乎别人的视线”“感到自卑”，这也与国内学者的研究结论一致(肖静怡，2014；杨晓莉，2016；龚娴静，2018)^{[2][15-6]}。因此，预防性和发展性教育将始终是学校心理健康教育的中心和重心。

历年新生心理健康筛查工作中显示，使用UPI量表筛选出来的I类学生只是存在心理健康隐患的学生，只有通过后续的约谈工作，才能最终确定有心理问题的学生。五年间，对I类学生面谈后，明确为心理问题的学生人数相对较少(平均为2.78%)，且年度间变化不大($c^2=9.33, p>0.01$)。因此，新生心理普查后的约谈工作必不可少，约谈可以目的明确地设置问题，便于深入细致地了解学生问题来源，从而保证针对性、个性化心理健康教育的实现，这一观点已被国内学者认可(吴越，马福，刘娟娟，2018；程勤华，周丽玉，2016)^{[4][7]}。

UPI量表中的关键项目是确定学生心理健康水平、排除心理危机的重要依据,从五年间I类学生的关键项目选择率来看,“常常失眠”的比例最高,通过面谈了解到,学生失眠主要是因为其熬夜玩手机导致的。“对任何事都没有兴趣”的比例次之,面谈了解,学生更多表现为“对自己的未来没有明确的目标”、“不知道自己对什么感兴趣”,因此并不能反映新生的抑郁水平。“想轻生”比例最低,并且假阳性的选择较大,这类学生是心理危机事件的高危人群,是需要心理健康教育重点关注的人群。

UPI量表中的附加题是考察学生对于心理健康和心理咨询的认知程度的。从“曾觉得自己在心理健康方面有问题”和“现在有心理咨询的愿望”两个辅助项目的选择率趋势来看,“95后”学生对心理健康有一定的了解重视,对心理咨询的接受程度也越来越高,面谈中,学生明确表达出希望借助心

理咨询的方式帮助自己成长的强烈渴望。

4 结论

第一,“95后”高职新生的心理健康水平总体良好,但存在心理健康隐患的学生的比例呈现上升趋势,高职院校加强学生心理健康教育工作势在必行。

第二,高职新生的心理问题类型相对稳定,主要集中在情绪和人际关系困扰方面,高职院校可据此开展针对性的心理健康教育。

第三,为进一步提高心理健康教育工作的个性化,高职院校必须高度重视新生心理普测后的面谈工作,尤其是有自杀倾向学生的面谈工作,可有效提高心理危机事件排除的有效性排查。

第四,高职院校要加强心理咨询室建设,努力提升心理健康教育教师的专业水平,通过多种途径的心理咨询服务来满足学生的心理咨询需求。

参考文献:

- [1] 戴晓阳.常用心理评估量表手册(修订版)[M].1版.北京:人民军医出版社,2015.
- [2] 杨晓莉.大学新生心理监测与价值分析[J].教育与职业,2016(3):75-77.
- [3] 辛自强,张梅,何琳.大学生心理健康变迁的横断历史研究[J].心理学报,2012,44(5):664-679.
- [4] 吴越,马福,刘娟娟.陕西某大学新生2002-2016年心理健康普查结果分析[J].中国学校卫生,2018(3):379-386.
- [5] 龚娴静.2007-2016年大学新生心理健康状况的变化——以莆田学院为例[J].莆田学院学报,2018(3):20-24.
- [6] 肖静怡.2005至2013年大学新生心理健康纵向研究[D].南京:南京大学,2014.
- [7] 程勤华,周丽玉.浅谈心理预警视角下高职新生心理约谈模式的构建[J].职教论坛,2016,14(7):18-19.
- [8] 宋海燕,宋海霞,宋海辉,等.1990年代后大学生心理健康现状调查及分析——以湖南省衡阳市南华大学为例[J].曲阜师范大学学报(自然科学版),2016,42(2):101-104.
- [9] 邓兆巍,丁家永.90后高职生心理健康发展趋势及对策——基于南京信息职业技术学院心理普查数据[J].职业技术教育,2014(26):69-72.

(责任编辑:廖传景)