

高职院校新生心理健康状况分析研究

——以艺术设计学院学生为例

陈加欣

江苏工程职业技术学院艺术设计学院, 江苏 南通

收稿日期: 2024年4月28日; 录用日期: 2024年5月24日; 发布日期: 2024年5月31日

摘要

依托某心理测评平台, 我们对艺术设计学院614名新生进行了心理健康普测, 测评问卷或量表包括学生基本信息问卷、大学生人格问卷(UPI)、社会支持量表等七大部分, 旨对新生的心理健康和人格状况进行摸底, 及时发现“心理困难”的学生。测评结果发现有心理问题学生呈类型多、分布广趋势, 学生心理健康状况值得进一步关注。

关键词

高职, 心理健康, 艺术学生

Psychology Health Situation Analysis Study of Freshmen in Higher Vocational Colleges

—A Case Study of Students in College of Art and Design

Jiixin Chen

College of Art and Design, Jiangsu College of Engineering and Technology, Nantong Jiangsu

Received: Apr. 28th, 2024; accepted: May 24th, 2024; published: May 31st, 2024

Abstract

Relying on a certain psychological assessment platform, we conducted a general mental health survey on 614 freshmen in the College of Art and Design. The questionnaire or scale includes seven parts: including the basic information questionnaire of students, the personality questionnaire of college students (UPI), the social support scale, and more. The purpose is to find out the mental health and personality status of freshmen and timely find the students with “psychological diffi-

culty". The results show that there are many types of students with widespread mental problems, and their mental health status deserves further attention.

Keywords

Higher Vocational Education, Mental Health, Art Students

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

心理健康是个人、国家、社会都应该关心的问题。《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023~2025年)》中[1]表示:随着社会快速发展,学生成长环境不断变化,学生心理健康问题更加凸显。促进学生身心健康和全面发展,是党中央关心、人民群众关切、社会关注的重大课题。而艺术类高职生作为大学生重要组成部分,他们的思想和情感更为丰富,更具有创造力,但也是产生心理问题较高的群体之一[2]。其近年来的心理健康也是值得研究的一项课题。为此,我们使用某心理测评平台,对艺术设计学院新生进行心理普查,并做出相应对策。

2. 施测对象和施测方法

某高职院校艺术设计学院大一新生共计 613 名,其中,男生 310 名,女生 303 名,平均年龄 20 岁。施测方法采用某心理测评平台线上测试方式施测。为保证心理测量的准确性和一致性,在正式施测前,我们给新生班主任集中做好测试培训,统一指导语和施测步骤。各班由班主任作为施测者以心理班会课形式进行施测。

3. 测验结果分析

结合学生测试的七个问卷结果,根据苏心平台提供的数据,对测试学生的人格特质、依恋支持、心理程度三大方面得出如下数据分析结果:

3.1. 大学生人格问卷(UPI)量表分析

UPI 得分分布情况

见图 1 所示,测验对象 UPI 得分在平均值的共计 14 人,共占测试总人数的 2.23%; 25 分以上 103 人,占测试总人数的 16.43%; 其他学生 510 人,共占测试总人数的 81.34%。其中,超过 25 分占比数据分布结果如下: 5 分以下 160 人,占 26.1%; 6~10 分, 93 人,占 15.17%; 11~15 分, 104 人,占 16.97%; 16~20 分, 89 人,占 14.52%; 21~25 分, 64 人,占 10.44%; 26~30 分, 43 人,占 7.01%; 31~35 分, 30 人,占 4.89%; 36~40 分, 18 人,占 2.94%; 41~45 分, 6 人,占 0.98%; 46~50 分, 5 人,占 0.82%。

3.2. 依恋支持量表分析

见图 2 所示,非安全型依恋者 336 人,占总人数的 54.81%,并且他们也是消极问题应对倾向者。其中 55 名存在负性成长经历。消极问题应对倾向者 190 人,占总人数的 31%; 低生命意义感者 41 人,占总人数的 6.69%; 低社会支持者 10 人,占总人数的 1.63%。

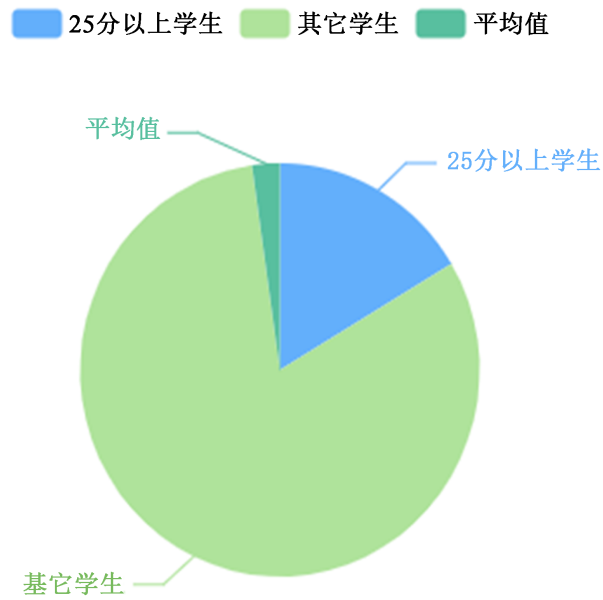


Figure 1. UPI score distribution chart
图 1. UPI 得分分布情况图

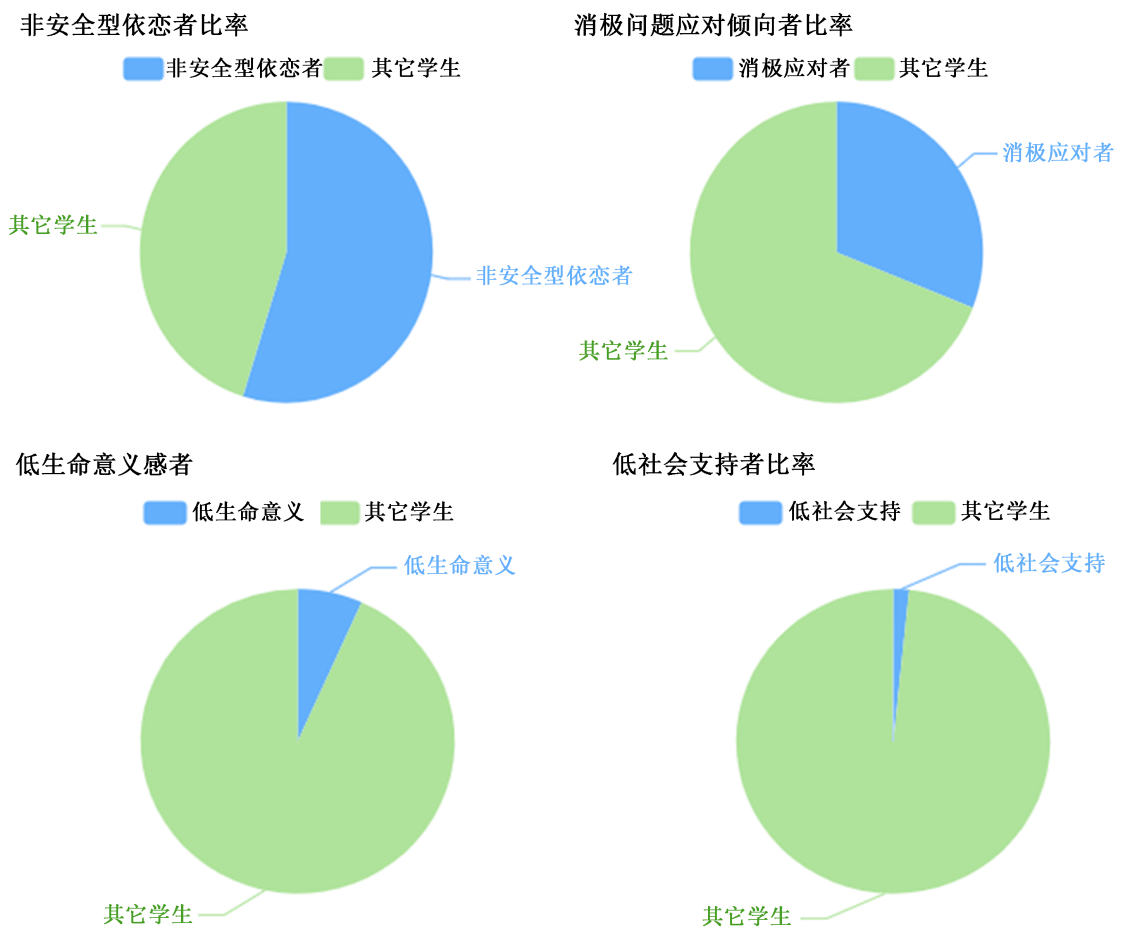


Figure 2. Non secure attachment, negative problem-solving tendencies, low sense of life, and low social support ratio rate
图 2. 非安全型依恋者、消极问题应对倾向者、低生命意义感者、低社会支持者比率图

3.3. 心理程度分析

1) 预警颜色分布情况

见图 3 所示, 红色预警 51 人, 占 8.32%; 橙色预警 103 人, 占 16.8%; 黄色预警, 占 34.1%; 绿色预警 250 人, 占 40.78%。红三类、橙三类、黄三类学生分布情况分别如表 1~3 所示。

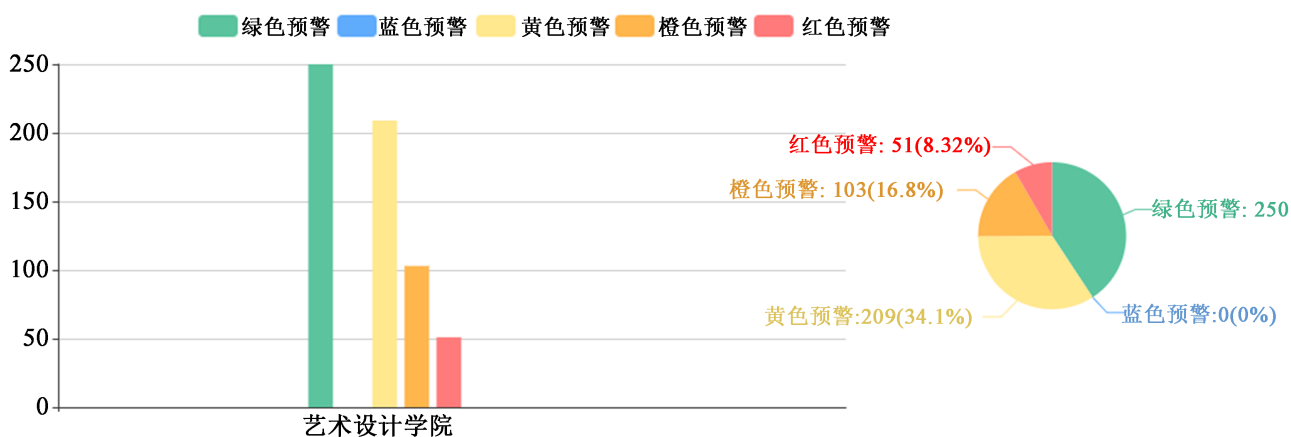


Figure 3. Color warning distribution

图 3. 颜色预警分布情况图

Table 1. Distribution of psychological red alert (613 people)

表 1. 心理红色预警分布表(总计 613 人)

类别	红三	红二	红一	合计
人数	26 人	17 人	8 人	51 人
比率	4.24%	2.77%	1.31%	8.32%

Table 2. Distribution of psychological orange alert (613 people)

表 2. 心理橙色预警分布表(总计 613 人)

类别	橙三	橙二	橙一	合计
人数	0 人	48 人	55 人	103 人
比率	0%	7.8%	9%	16.8%

Table 3. Distribution of psychological yellow alert (613 people)

表 3. 心理黄色预警分布表(总计 613 人)

类别	黄三	黄二	黄一	合计
人数	29 人	85 人	95 人	209 人
比率	4.73%	13.87%	15.5%	34.1%

2) 其他负性心理情况

有自杀倾向者 26 人, 占总人数的 4.24%。其中有 12 位自杀倾向者中存在负性成长经历, 并存在一定的非安全性依恋。自评心理有问题学生 114 人, 占总人数的 18.6%。曾经接受过心理咨询和治疗学生 67 人, 占总人数的 10.93%。有负性成长经历学生 76 人, 占总人数的 12.4%。

4. 讨论

总的来说, 2021 级新生呈现出的心理问题中, 类型较多, 分布较广。在心理普查当中我们发现, 学生对于社会支持有着持续关注, 这也间接说明学生越来越关注自己的心理健康, 在更加主动地寻求心理支持和心理帮助。然而随着社会的快速发展, 社会压力不断扩大, 学生的成长环境也在发生变化, 这一变化也会影响学生人格的形成。除此以外, 家庭结构, 尤其是父母的教养方式也会影响学生的心理健康。现将本次测试所得结论归纳如下:

1) 整体来看, 艺术设计学院今年新生学生中或许有比较明显的心理问题的学生(即红色预警三级)占 4.24%, 此外, 红色预警二级和一级的学生占 4.08%。

2) 非安全型依恋者人数较多, 共计 336 人, 占总人数的 54.81%。非安全型依恋者会影响社会关系的建立和发展, 基于此, 应该致力于帮助此类学生建立良好的情感联结和信任感。

3) 曾经接受过心理咨询和治疗学生 67 人, 有负性成长经历学生 76 人, 有自杀倾向者 26 人, 此类学生需要进一步动态关注。

5. 应对分析及工作计划

5.1. 开设普及性的心理健康教育课

心理健康教育在当今社会上日益受到重视, 它逐渐成为整个教育体系中不可缺少的一部分。学生自己也在不断关注自己的心理状况。那么这就需要学校能够给予积极的引导。所以, 要在新生中一定要开设大学生心理健康教育课, 我们通过课堂主渠道来普及自我意识、情绪情感、人际关系、恋爱交往[3]等心理健康知识, 让学生能够用正确的方法引导自己, 更好地了解自己的内心世界, 掌握情绪调节和压力应对的技巧, 更好地面对生活中遇到的挑战, 有利于健康心理品质的形成, 有利于建立积极的人生观和价值观。

5.2. 托班级做好心理健康管理

班级是大学学生管理的基本组织, 通过发挥班级内部的班主任、心理委员、朋辈辅导员的作用, 有利于观察和发现学生心理动态, 及时发现潜在的心理危机。在班级中, 首先可以为学生建立心理健康档案, 记录他们的基本情况、心理状态和预估状态等, 使班级管理更具有针对性和实效性。其次, 可以通过主题班会和班级活动开展心理健康教育, 普及心理健康知识, 帮助学生了解心理问题的成因、表现和应对方法。再者, 班级可以加强家校合作, 班主任要与家长保持密切联系, 了解学生在家庭中的表现和心理状况, 共同关注学生的心理健康。同时, 也要向家长普及心理健康知识, 提高家长的心理健康教育能力。除此以外, 班级也需注重营造良好的班级氛围, 形成优良的班风, 倡导积极向上的班级文化, 潜移默化地影响学生的人生观和价值观。最后, 要建立和完善班级心理委员信息反馈制度。定期召开心理委员会议, 经过筛选及时报告院心理健康教育中心, 熟悉了解心理危机干预系统的流程。

5.3. 在学生中进行恋爱观教育

青少年时期是恋爱走向观成熟的关键时期。当代大学生正值青春时期, 生理和心理逐渐走向成熟期, 对恋爱和爱情有更多的渴望。但他们的爱情观并没有完全成熟, 容易出现一些极端的情绪和想法, 不能正确处理失恋带来的痛苦, 或者处理不好学业和恋爱的关系。这就需要多方面育人来帮助学生树立正确的恋爱观, 提高学生自尊、自信、自爱的能力和责任感意识, 为以后婚姻家庭生活做好准备。同时, 也需要注意尊重学生的隐私和个性, 避免过度干涉他们的恋爱生活。

5.4. 关注学生“人际交往”

人际关系在大学生成长和发展过程中至关重要。学生本身对人际交往问题的关注是非常高的，这个在测试中就有所体现。良好的人际关系能够提升学生的社交能力、自信心和情绪健康，而目前较多大学生心理上受着人际关系的困扰。尤其是艺术类学生，相比较于普通学生而言，他们的自我意识更活跃，在人际方面容易产生冲突，人际关系紧张本身可能会引起心理问题的产生[4]。所以学校需要开展多种多样的活动来促进学生良好互动交流，并加强指导。如果不能进行正确的引导，通过活动帮助学生真切的感受，会导致一系列的问题。比如宿舍的人际问题，班级的人际问题，师生交往的问题等等。大学生人际关系的重要性、建立良好关系的技巧和如何培养健康的人际交往能力值得我们进一步探索。

总之，艺术类学生群体存在心理问题类型多、分布广的趋势，他们的心理健康教育在学校层面，需要班主任、同学、自我等不同角度的进一步关注，尤其是在大学生人际交往和恋爱观教育方面。

参考文献

- [1] 中华人民共和国教育部. 全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023-2025年) [EB/OL]. https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/202305/content_6857361.htm, 2024-01-15.
- [2] 于婉婷. 艺术类院校学生心理健康教育现状及策略探讨[J]. 山西青年, 2021(20): 189-190.
- [3] 周友焕. 高职院校大一新生心理健康普查结果与分析研究——以苏州健雄职业技术学院为例[J]. 心理月刊, 2019, 19(14): 32-34.
- [4] 袁惠莉, 王云. 2017-2021年护理高职新生心理健康普查结果浅析[J]. 卫生职业教育, 2023, 41(12): 137-139.