

# 高职院校心理健康教育调查研究

◎曾荣侠<sup>1</sup> 郭桂红<sup>2</sup>

**[内容提要]** 本文探讨高职院校心理健康教育的现状特点,运用自编的《高校心理健康教育现状调查表》和访谈提纲,对742名高职大学生被试和80名高职院校教师进行调查。调查结果显示,绝大部分高职大学生认为自己心理健康状况良好,但仍有小部分学生存在各种各样的心理问题。高职教师和大学生对当前高职大学生心理健康状况评价存在差异。高职院校心理健康教育内容重点关注心理问题和有心理问题的学生,教育内容过于狭窄。总之,高职大学生心理健康状况总体良好,但仍有小部分学生存在心理问题。高职院校心理健康教育过于关注消极层面,积极取向不足。

**[关键词]** 高职院校 心理健康教育 调查研究

DOI:10.14041/j.cnki.1003-4617.2019.09.037

我国现代意义上的高校心理健康教育始于20世纪80年代。在过去三十多年里,心理健康教育得到较快较好的发展,无论是理论研究、教材建设、课程开发,还是师资培训、教学活动的开展都取得了显著的成绩,为维护学生心理健康、促进个体和谐发展作出了巨大贡献。但与此同时,一些校园恶性事件不断上演:马加爵杀人事件、复旦大学室友投毒案等。心痛之余,学者们开始理性思考心理健康教育的内容和功效,逐步认识到20世纪心理健康教育总体上是以研究心理问题为核心的理论体系,形成了为问题而问题的消极倾向。事实上,心理健康教育的核心是促进人的发展,充分发挥人的潜能,保障绝大多数正常人的健康和谐发展。而积极心理学正是教会学生如何积极地面对生活、乐观地面对人生,促进人生幸福与社会发展的科学。因此,从积极心理学视角研究大学生心理健康教育模式,正是符合心理健康教育发展的时代需求。近年来,我国大力发展职业教育,注重人才培养的质量,启示高职心理健康教育要做到教育的平衡,必须将积极的理念全面深入到心理健康教育中,重视激发大学生的积极潜能和积极心理健康

注:本文系教育部职业院校文化素质教育指导委员会2016年度“十三五”规划教育科研课题“基于积极心理学的高职心理健康教育创新研究”(课题编号:WH1352016YB72);2017年辽宁省社科基金规划项目“辽宁省高职大学生积极心理品质的调查与培养路径研究”(课题编号:L17DSZ012)的研究成果

教育的开发。但截至目前,有关积极心理健康教育数量甚少,未形成统一的结论。因此,本研究将在调查高职大学生心理健康教育现状的基础上,深入分析其特点及影响因素,为高职大学生心理健康教育工作提供一定的借鉴和指导。

## 一、对象与方法

### (一)对象

随机抽取辽宁省四所高职院校(辽宁现代服务职业技术学院、辽宁装备制造职业技术学院、辽宁交通高等专科学校、辽宁经济职业技术学院)共计800名高职大学



生作为被试,回收问卷780份,回收率为97.5%。剔除38份无效问卷,保留742份有效问卷,有效率为95.1%。调查了辽宁省大学生被试的基本情况,包括性别、生源地、年级、独生子女、家庭经济状况(见表1)。另外,本研究还利用辽宁省高等学校心理健康教育研究会年会之际对80名高校教师进行调研。

表1 高职大学生被试的分布情况

变量	类别	人数	百分比
性别	男生	362	48.8%
	女生	380	51.2%
生源地	城镇	355	47.8%
	农村	387	52.2%
年级	一年级	270	36.4%
	二年级	257	34.6%
	三年级	215	29.0%
独生子女	独生	290	39.1%
	非独生	452	60.9%
家庭经济状况	富裕	73	9.80%
	中等	519	70.0%
	贫困	150	20.2%

### (二)测评工具

本研究在对国内外相关文献资料深入研究的基础上结合高职大学生的自身实际状况,通过调查、访谈、咨询专家等多种形式,自编《高校心理健康教育现状调查表》和访谈提纲,包括高职大学生心理健康状况调查、高职院校心理健康教育现状调查等。

### (三)数据分析

采取随机取样进行团体施测,研究数据采用SPSS16.0软件进行统计处理。



## 二、结果

### (一)高职大学生心理健康的现状调查

对学生的调查中,有85.5%的学生认为自己是一个心理健康的人,有4.0%的学生认为自己不是一个心理健康的人,还有10.5%的学生说不清楚。由此可见,绝大部分同学认为自己心理健康,但还有一小部分学生存在各种各样的心理问题。

在学生回答自己是否遇到过心理问题,50.5%的学生偶尔有心理问题,29.6%的学生没有遇到过心理问题,还有19.9%的学生没有想过。由此可见,有一半的大学生遇到过心理问题,说明心理问题的发生率比较高。

当调查学生是否是一个乐观面对心理压力的人时,51.3%的学生回答“是”,有9.4%回答“不是”,还有39.2%的学生回答“不一定,视情况而定”。由此可见,有一半以上的学生比较积极乐观,还有相当比例的大学生对乐观方面持否定态度。

当调查高校教师对当前高职大学生心理健康总体状况进行评价时,只有12.5%的教师回答“很好”,有76.2%的教师认为“大学生心理健康总体状况一般”,还有11.2%的教师认为“不太好”。由此可见,在对高职大学生心理健康状况评价方面,教师和学生的自评结果存在较大的差异。

### (二)高职院校心理健康教育内容的现状调查

学生问卷调查中,有75.8%的高校为不同年级的学生开设了不同的心理健康课程,24.2%的高校没有这么做。在问及“心理健康课程内容是否贴近现实生活”问题时,认为比较贴近实际生活的学生占53.2%,认为讲授内容比较理论化的学生占33.1%,13.7%的学生认为“不太贴近现实生活”。在问及“心理健康课程对自己是否有帮助”时,认为比较有帮助的学生占49.2%,37.1%的学生认为帮助不明显,认为没有帮助的学生占13.7%。

教师调查问卷中,问及“高校心理健康教育课程是否适应学生的个人需求”时,32.5%的教师回答“适应”,58.8%的教师认为“一般”,8.8%的教师认为“不适应”。由此可见,高校心理健康教育课程目标仍需要调整。

学生访谈中,有些同学认为学校心理健康课程有些枯燥,不太感兴趣,希望能增加一些课堂活动,教学形式更丰富些。在开放性调查中,有很多学生认为学校心理

健康教育的重点放在了少数有问题的学生身上,主要强调心理问题的解决,这样“重诊治、轻预防”会导致心理健康教育的范围越来越狭窄,不能很好地适应学生的发展需求。

### 三、讨论

#### (一) 高职大学生心理健康的现状分析

本研究针对高职大学生心理健康的现状进行调查,结果发现大学生总体心理健康状况良好,绝大部分同学自认为心理健康状况较好,也有部分同学说不清楚或心理不健康,不过高校教师对于大学生心理健康总体情况评价一般。笔者认为,造成这种差异的原因可能在于教师和学生对于心理健康的理解不大一致:大学生对心理健康的理解,主要是对是否存在心理问题的角度而言;而教师在评价大学生心理健康状况时,主要是对健康状况是否良好(积极或消极)的层面而言。本研究发现有一半多同学曾经遇到过心理问题的困扰,说明高职大学生心理问题的发生率还是比较高的。当遇到压力时,有半数以上的同学是比较积极乐观的,还有相当比例的同学不太积极。这是问题的关键,说明大学生对自身的消极层面关注过多,不能积极地去面对和解决心理问题,对外界的帮助需求过少,心理问题一旦发生就对自己产生了消极影响,导致消极因素增加。因此,如何让大学生学会积极地面对心理问题,如何在日常生活中培养大学生积极的心理品质,积蓄积极的心理力量,积极预防心理问题的发生,是心

理健康教育未来需要解决的问题。

#### (二) 高职院校心理健康教育内容的现状分析

本研究发现,目前大多数高职院校根据不同的年级开设了不同的心理健康教育课程,心理健康教育内容比较贴近现实生活,但是高校心理健康课程对大学生是否真的有帮助,仅有将近一半的同学认为对自己有帮助,而且大部分教师认为“仅仅有一定的帮助”,认为有很大帮助的教师只占三分之一多一些,而且大部分教师认为高校心理健康教育课程只是“一般”适应学生的个人需求。由此可见,高校心理健康教育的内容仍需要进一步丰富。另外,本研究还发现高职心理健康教育内容多是围绕着心理健康问题的发生与治疗进行的,过于重视消极的层面,对问题的预防较少关注,使心理健康教育内容过窄化。这与彭梅、郑兰的研究结果不尽一致。尽管学校针对心理健康教育开展了很多活动,但有些流于形式,针对性不强,学生的关注度与参与度不高,对学生帮助也不够明显。究其原因,高校的心理健康教育局限于心理问题的解决,侧重于关注人心理的消极面。因此,学校应重新定位心理健康教育目标,只有重视积极心理健康教育,才能更好地丰富内容,使心理健康教育去形式化,更适合学生的发展,更适应时代的需求。

(作者单位:1. 辽宁现代服务职业技术学院; 2. 营口职业技术学院)

责任编辑:宋爽

