

高职大学生心理健康现状调查与分析

刘雪琴¹ 董长龙² 薛雅卓³

(1. 济源职业技术学院护理系, 河南 焦作 454650; 2. 山东泰安高新区管委会, 山东 泰安 271000; 3. 泰山医学院, 山东 泰安 271016)

摘要:目的 探讨分析高职大学生心理健康现状及心理特征。方法 采用 SCL-90、大五人格量表结合访谈等对来自 6 所高校的 526 名高职大学生进行调查,并用三级编码的方法对访谈资料进行分析。结果 高职大学生心理测量阳性筛出率为 7.79%;其心理健康水平比全国常模低,并受到性别、年级、家庭背景等因素的影响;阳性群体与非阳性群体在人格各因子也存在差异。结论 围绕高职学生的整体心理素质以及新生适应焦虑、人际关系等具体问题中表现比较突出的心理异常状况和影响因素进行分析,获得了影响高职大学生心理健康的主要因素,提出了相应的建议和对策。

关键词: 高职大学生; 心理健康; 症状自评量表; 大五人格测量表

中图分类号: R195 文献标识码: B 文章编号: 1004-7115(2018)11-1270-03

doi: 10.3969/j.issn.1004-7115.2018.11.021

高等职业教育主要任务是为社会培养优秀的创新型人才,大学生心理健康问题已经成为妨碍一些学生顺利完成学业和保持身心健康的重要障碍。在教育教学过程中,高等教育同样要做到知识传授和身心健康教育相统一的原则,在促进知识掌握的过程中,做到密切关注高职大学生的心理健康状况和问题,保证高职大学生身心全面和谐的发展。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

考虑到学生性别、年级、学校以及家庭社会经济地位等变量的影响,本研究采用整体随机抽样的方法,随机抽取 6 所河南高职院校中的 526 名男女及不同年级和来自不同区域的在校大学生作为本研究的研究对象。

1.2 研究方法

本研究主要采用症状自评量表以及大五人格量表进行不记名心理问卷测量,主要目的是为了了解所调查大学生的心理健康状况和人格特征,并用统计软件 SPSS18.0 进行数据分析。同时,本研究先对研究对象进行问卷调查,在此基础上进行进一步的访谈,用三级编码的方式通过访谈对问卷调查中所发现的问题找到合理的解释和解决方法。

1.2.1 一般信息调查 本研究将被调查者的性别、年级、家庭来源等作为研究变量。在文献检索的基础之上,并征求多位心理学专家与长期从事高职教育研究者的意见综合整理而成。

1.2.2 SCL-90 症状自评量表 该表采用 5 级评分法,针对 10 个因子设定 90 个项目,在对结果进行量

化分析时,阳性标准是各项分数 ≥ 2 分,或者是因子总分超过 160 分。

1.2.3 大五人格量表 大五人格量表包含如神经质、责任心、外倾型等 100 个项目,采用 5 级积分法,1 = 非常不同意,2 = 不同意,3 = 一般,4 = 同意,5 = 非常同意。

1.2.4 统计学分析 应用 SPSS18.0 统计分析软件处理数据。计量资料用均数 \pm 标准差($\bar{x} \pm s$)表示,组间比较采用 t 检验。计数资料用频数及相对数表示,组间比较采用 χ^2 检验。 $P \leq 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 心理测试阳性发生率

用 SCL-90 自评量表检测,得分与学生的心理不健康倾向相关,得分越高则表明心理有明显的健康倾向。为了统计心理不健康的发生率,借鉴其他研究者的标准,把得分 ≥ 160 分作为可筛选阳性的相对标准。本研究中得分 ≥ 160 分的有 41 名,占被试对象的 7.79%。

2.2 高职生心理测试阳性检出率与性别、年级、家庭来源的关系

在性别上高职生心理测试阳性检出率差异有统计学意义,女生群体中心理测试阳性的检出率要明显高于男生群体,说明在男女生群体中,女生更易出现心理不健康的问题^[1];心理阳性检出率在年级上也存在显著差异,在原生家庭来源情况上,城市、乡镇、农村学生的心理健康测试阳性检出率的差异显著。见表 1。

• 作者简介:刘雪琴(1973—),女,河南焦作人,副教授,硕士,主要从事生命科学综合研究工作。

2.3 高职生心理测试阳性群体在性别上的心理健康水平差异性比较

女生心理测试阳性群体的心理健康水平明显高于男生(3.27 ± 1.85 vs 2.62 ± 1.67, $t = 2.037$, $P = 0.028$)。研究中发现当代高职女生心理问题最主要的表现形式为无法正确面对情感、就业等方面的压力,进而产生消极情绪。从问卷调查中了解到:认为自己有来自情感方面的压力女学生为20.1%,认为自己有来自就业方面的压力的女生为28.5%。因此,高职女生有其面临自身生理和心理的特殊性,加之由外界压力极易产生恐怖、抑郁、焦虑等负面情绪,影响心理健康。

2.4 不同年级高职生心理健康水平的差异性比较

各年级间心理健康水平通过采用 Games-Howell 进行差异性比较,大一和大三学生在心理健康水平上差异具有统计学意义,其他年级间差异均无统计学意义,见表2。

2.5 高职生心理测试阳性群体与全国常模在 SCL-90 各因子上比较

对比国家常模数据,本研究中心心理测试阳性组数据有明显高于常模标准的现象,主要体现在人际关系、抑郁、敌对和恐怖这几个因子上。阳性个体在心理健康的绝大多数方面都表现出一定程度上的低水平。见表3。

2.6 高职生心理测试阳性群体与非阳性群体在大五人格上各因子间的比较

高职生的心理测试阳性群体与非阳性群体在严谨性、宜人性和神经质三个因子上差异具有统计学意义,在经验开放和外向性两个因子无显著性差异。结果表明心理测试阳性高职学生群体在人格的严谨性、宜人性和神经质维度上得分显著低于非阳性高职学生群体。处于心理测试阳性群体中的高职学生在严谨性维度上表现为缺乏坚持、努力工作的能力,往往对工作的计划性和目的性不强,做事不够谨慎;在宜人性维度上,表现为对待他人常常以自我为中心,敏感和多疑。在大五人格神经质维度上,心理测试阳性的高职学生群体得分显著高于非阳性高职学生群体,常常表现出恐惧、悲伤、尴尬、愤怒、内疚和厌恶等负面情绪体验,不能控制自己内心的冲动和不能很好的应对压力。见表4。

2.7 访谈调查结果分析

本研究采用自制访谈提纲对高职大学生进行访谈,通过对访谈资料的分析发现,高职大学生表现出某些共性和一致性,如高职大学生缺乏主观能动性,消极情绪占主导地位^[2]。通过对资料的分析,本研究发现43.8%的高职大学生是出于自愿进入职业院校学习的,其中有20.1%的高职大学生进入职业院校是出于父母的要求,另外还有大约一半的高职大学生选择职业院校学习是出于升学考试未发挥好

且不愿复读不得不选择职业院校。对完成学业“信心不足”或“没有信心”的高达26.5%,仅占29.8%的学生表示热爱所学专业。由此可以看出,本研究中很大一部分的高职大学生进入职业院校学习并不是出于自愿的因素,多含有被动的因素,使得高职大学生角色专业认同度低,厌学情绪大,学习主动性和求知欲不强,挫败心理较为严重,学生的自信心和自我认同感较差,对未来和学业成就的期望值较低。从研究结果中可以发现,有近一半的高职大学生在建立和谐人际关系上存在问题。同时,逆商低,心理耐挫力低,为数不少的高职大学生在心理个性发展上存在一定障碍。

表1 高职生心理测试阳性检出率与性别、年级、家庭来源的关系(例,%)

项目	n	阳性	非阳性	χ^2 值	P 值
性别					
女	258	27(10.47)	231(89.53)	5.02	0.025
男	268	14(5.22)	254(94.78)		
年级					
大一	206	15(7.28)	191(92.72)	12.69	0.003
大二	252	19(7.54)	233(92.46)		
大三	68	7(10.29)	61(89.71)		
家庭来源					
城市	103	10(9.71)	93(90.29)	8.49	0.018
乡镇	122	10(8.20)	112(91.80)		
农村	301	21(6.98)	280(93.02)		

表2 不同年级高职生心理健康水平的差异性比较

(I) 年级	(J) 年级	(I-J)	SE	P 值
1	2	-0.528	0.278	0.193
	3	-0.963**	0.223	0.000
2	3	-0.402	0.304	0.511

表3 心理测试阳性群体与全国常模在 SCL-90 各因子上差异比较($\bar{x} \pm s$)

因子	阳性群体 (n=41)	常模群体 (n=1338)	t 值	P 值
躯体化	1.41 ± 0.62	1.37 ± 0.48	1.81	0.070
强迫症状	1.72 ± 0.60	1.62 ± 0.58	1.92	0.060
人际关系敏感	2.51 ± 0.72	1.65 ± 0.61	9.32	0.000
抑郁	2.36 ± 0.78	1.50 ± 0.59	9.86	0.000
焦虑	1.49 ± 0.68	1.39 ± 0.43	1.91	0.060
敌对	2.06 ± 0.91	1.48 ± 0.56	8.53	0.000
恐怖	2.20 ± 0.81	1.23 ± 0.41	11.32	0.000
偏执	1.51 ± 0.73	1.43 ± 0.57	1.87	0.060
精神病性	1.32 ± 0.61	1.29 ± 0.42	1.51	0.110
其他	1.56 ± 0.70	1.48 ± 0.46	1.91	0.060
总分	162 ± 60.13	129.96 ± 38.76	2.26	0.020
均分	2.23 ± 0.69	1.44 ± 0.43	12.84	0.000
阳性项目数	57.16 ± 23.20	24.92 ± 18.41	11.39	0.000
阴性项目均分	2.96 ± 0.54	2.60 ± 0.59	8.67	0.000

表4 心理测试阳性群体与非阳性群体在大五人格上各因子间的差异比较($\bar{x} \pm s$)

因子	阳性群体 (n=41)	非阳性群体 (n=485)	t 值	P 值
经验开放	45.31 ± 9.36	46.12 ± 8.16	-0.46	0.741
严谨性	44.12 ± 8.93	48.54 ± 7.92	-5.61	0.000
外向性	40.23 ± 8.45	41.96 ± 9.27	-1.58	0.127
宜人性	49.47 ± 7.72	53.87 ± 6.91	-4.08	0.000
神经质	41.95 ± 8.46	35.52 ± 9.17	5.37	0.000

3 讨论

3.1 高职生心理问题现状总体分析

从研究结果中可以看出,很大一部分高职大学生在心理健康方面存在不同程度的问题。数据显示出现心理问题的学生占了近8%的比例,主要集中在刚入学的焦虑症、学业成绩不理想、无法与同伴建立良好的关系,毕业生就业问题以及恋爱关系紧张等方面。

3.2 新生适应焦虑

研究发现,绝大多数的高职大学生在入学初期都会面临严重的入学适应不良的问题,这与高职大学生的生活经历和环境有着比较大的关系。大部分的高职大学生在入学前都是在本地就读,生活起居基本上是与父母在一起的,较少接触社会合集^[3]。但是,高职大学生入学之后要开启完全自理的生活模式,环境是全新而陌生的。最终,高职大学生出现了一系列的问题和挑战。新生从适应不良“身心紊乱”到学会成长“走向阳光”时间上有很大的差别:调整力强需要1~2个月时间,多数学生则需要半年时间,甚至少数学生需要专业咨询人士的帮助,需花费更多的时间^[4]。

3.3 人际关系问题

人际关系主要表现为矛盾的两面性,一方面渴望友情,期望人际交往获得亲密的友谊和认同;另一方面自闭排斥,熟悉交往起来尤其困难。原因是高职大学生在新的环境中,所接触到的都是生活、习惯以及家庭背景差异明显的同学,独生子女的家庭环境和背景,也使得高职大学生多表现出不同程度的交往问题或障碍^[5]。

3.4 学习问题

高职生不仅要学习专业理论知识,还要掌握专业实践技能,充实人文素养,另外还需参加学生社团、社会实践等多样多元的第二实践拓展课堂^[6]。大学的学习与高中的学习有着很大的不同,要重新认识和调整自己的学习目的、方法和途径。在巨大变化和 challenge 面前,很多的高职大学生都会感到无助和迷茫,最终导致了学生的专业认同感无法建立,缺

乏足够的学习动机,在考试前易出现考前焦虑,成绩不理想,效率低下,无法取得理想的学业成就。

3.5 求职择业问题

在选择就业领域时对自己的能力以及兴趣没有准确的认识和把握,没有建立稳定且清晰的自我认知,容易出现盲目性;在寻找工作的过程中自信心不够,缺乏主动性^[6];在择业中无法完成角色转换,错失就业机会,产生逃避的心理;缺乏独立性,寄希望于父母或者他人的帮助,有较强的依赖心理;在求职过程中对待求职的态度不够端正,抱有随意的心理;存在高估自我的能力,定位不准确,存在自负的心理等等。这些心理问题都会成为影响其就业的一个非常关键的因素,妨碍他们顺利就业,同时也将对其未来发展和学习产生重大的影响和阻碍^[6]。

3.6 情感障碍

青春期的学生处于有强烈情感缺失和需要的时期,而高职大学生正好处于这个发展时期。高职大学生又缺乏处理感情和学业之间冲突的能力,陷入痛苦之中无法自拔,甚至会出现过激念头或行为。研究表明,在高职大学生群体中有近35%的学生为情所困,由此引发的高职大学生的性心理障碍的比例也在逐年增加^[7]。

综上所述,高职大学生身上不同程度的存在各种各样的心理问题和困惑,这一方面与高职大学生的个体差异性有关,另一方面也是高职大学生的发展共性。如果不能给予及时正确的引导和干预,就极有可能导致学生产生更为严重的心理障碍。社会各界及学校要共同关注大学生的健康发展,为他们提供更多的保障设施^[7]。行之有效的干预对策应从社会、高校、家庭及个体等方面入手,才能切实提升大学生心理综合素质,提高高职院校技能创新型人才的培养水平。

参考文献:

- [1] 张文海,丁强.我国大学生心理健康教育研究的现状—基于Citespace的知识图谱分析[J].青年学报,2016,26(1):27-28.
- [2] 王雪.当代大学生的心理健康对维护和谐校园的影响[J].科教导刊:上旬刊,2014,2:26-27.
- [3] 邹增丽.大学生心理健康教育与思想政治教育的契合路径探讨[J].教育教学论坛,2014,30(4):256-257.
- [4] 丁燕.论高校思想政治教育与健康教育的契合[J].山东省青年管理干部学院学报,2007,(127):65-69.
- [5] 李英姬.对大学生心理健康教育问题分析[J].吉林工程技术师范学院学报,2008,20(7):21-22.
- [6] 樊富珉.团体心理咨询[M].北京:高等教育出版社,2005:14-20.
- [7] 学生心理健康教育教师指导手册[M].北京:开明出版社,2001:35-40.

(收稿日期:2018-09-05)