

大学新生常见心理不适的实证调查与分析*

徐 勇 彭少彪
(学生工作部)

摘 要

本文在实证调查研究的基础上,分析了大学新生的心理健康状况及大学新生常见的心理不适、心理障碍,得出了有益的启示,提出了具体的改进措施。

一、大学新生心理健康调查结果及其统计

为及时了解我院学生心理健康状况,有针对性地加强工作,我们对九三级新生进行了一次全面的心理健康调查。这次调查参加人数 720 人,回收有效问卷 563 份,回收率 78.10%。该调查问卷采用了全国 UPI 课题“大学生人格问卷”(UPI-University Personality Inventory,日本筑波大学松原达哉提供,清华大学樊富珉翻译)。

表 1 调查结果统计

系 别	0~9分		10~19分		20~29分		30~39分		>40分		人数
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
工程系	69	39.4	73	41.7	26	14.9	5	2.8	2	1.1	175
机械系	61	43.6	62	44.3	14	10	3	2.1	0	0	140
美术系	26	52	18	36	5	10	0	0	1	2	50
企管系	106	53.5	75	37.9	16	8.1	1	0.5	0	0	198
总 计	262	46.5	228	40.5	61	10.8	9	1.6	3	0.5	563

表 2 对自己健康状况的认识、咨询史及咨询愿望情况

系 别	自认为身体健康有问题		自认为心理方面有问题		曾接受过咨询		有咨询愿望者	
	人数	%	人数	%	人数	%	人次	%
工程系	28	16	26	14.9	5	2.86	36	20.6
机械系	16	11.4	21	26.4	3	2.1	36	25.7
美术系	2	4	2	4	3	6	5	10
企管系	20	10.1	18	9.1	2	1	21	10.6
总 计	66	11.7	67	11.9	13	2.3	98	17.4

* 收稿时间:1993年11月4日。

由表2可见, 想要心理咨询者98人, 占有效问卷的17.4%, 自认为心理方面有问题的和有咨询愿望者合计165人, 占有效问卷的29.3%。

表3 对4个关键题作出消极选答者情况

系别	自己的过去和家庭是不幸的		常常失眠		活着没有意思		对任何事都不感兴趣		合计	
	人数	%	人数	%	人数	%	人次	%	人次	%
工程系	34	19.4	22	12.6	17	9.7	11	6.3	84	48
机械系	21	15	19	13.6	7	5	5	3.6	52	37.1
美术系	7	14	5	10	2	4	1	2	15	30
企管系	25	12.6	8	4	16	8.1	12	6.1	61	30.8
总计	87	15.5	54	9.6	42	7.5	29	5.2	212	37.7

根据以上几项结果确认立即请来咨询的大学生, 其总人数和百分数自然不是表1、2、3的累加, 因为其中的若干测试往往在不同表格中重叠出现, 而且还可能在表1、2、3中的不同横向栏目中重复出现。现将按人数统计的结果列入表4。

由上表可见, 应请来交谈的大学生, 即心理不健康或可能不健康的大学生, 占被测试者总人数的3%, 这一数字中也包括自认为有问题或被认为有问题而实际上心理正常的人。

二、被调查的新生心理方面存在的主要问题

从这次调查结果来看, 我院大学新生心理方面的问题比较集中, 主要表现在:

1. 学习方面: 首先是专业兴趣问题。有部分同学专业志愿不是学陶瓷, 因此学习无积极性、对所学专业冷淡。其次是对学习方法不适应。初入大学的学生, 在中学时习惯于老师详细的讲解和具体的辅导, 自学经验较少, 依赖性较强, 从依赖性到自立性, 还需要一个心理适应过程。在学习方法上, 有部分学生习惯于老师讲、学生听这种单一的方法, 学习成绩不佳, 因而自信心下降, 忧郁沉闷, 引起头痛失眠等。

表4 需要请来咨询的大学生人数

系别	立即请来咨询者		观察一段后请来咨询者		合计	
	人数	%	人数	%	人数	%
工程系	4	2.3	6	3.4	10	5.7
机械系	0	0	6	3.6	5	3.6
美术系	1	2	0	0	1	2
企管系	1	0.5	0	0	1	0.5
总计	6	1.1	11	1.9	17	3

2. 人际关系方面: 首先表现在交往上, 因羞怯而不敢交往者, 因封闭而不愿交往者, 因自负而不屑交往者, 皆有之。缺少交往、使同学付出了忍受孤独与寂寞之苦的代价, 造成沉重的心理郁闷。也有的学生有交往活动, 但情感上缺乏宽厚、涵容, 行动上、持等

待、被动和矜持态度,所以人际关系紧张艰涩,而且往往又为了维持情面而违心相处,同样导致心理矛盾与冲突。还有部分同学,因家庭特别困难造成过分自卑、自我评价过低,不仅影响了人际交往,还严重影响了正常的大学生活。

3.生活环境方面:新生入学之前,多数居住在家,部分寄读在校内,从小学到中学,都有一些从小在一起的同学、老师、班主任,构成所熟悉的环境。进入大学,从依赖性的家庭生活改变为远离家门的独立性的集体生活。因此,有些同学因改变了原来的生活方式、生活习惯,内心感到恍惚不安、苦闷、孤独。这种不适应因每个人的认知不同、应变能力的强弱差异而出现不同的态度和行为变化。

4.人生态度方面:一些大学生对人生意义的理解、人生价值的取向、人的本质、人的本性等方面的问题产生否定的、消极的评价倾向。调查中的4个关键性问题,有两个涉及人生态度,即“活着没有意思”和“对任何事都不感兴趣”,而有这两种感觉的学生竟分别为7.5%和5.2%之多。

三、调查的启示及我们应采取的措施

启示之一:对大学生的心理健康问题,各级领导和有关部门,都应给予深切关注。

从表二的统计结果来看,自认为自身健康有问题者66人,占11.7%;自认为心理方面有问题者67人,占13%;提出心理咨询要求者98人,占17.4%。从这种结果来看,我院九三级新生的心理健康状况不容乐观,虽然其中有严重心理障碍或心理患者极少,但心理不甚健康或是有心理不健康趋向者,以及个性特征容易诱发心理问题者,却是一个较大的数字。对这些学生如不加以密切注意,积极引导,有效改善,则在其今后的紧张学习、生活、工作中,很有可能从轻微转向严重,从潜在转为显露,从趋向转向现实。这样无论于社会于本人都将产生不良后果。

启示之2:班主任对新生要增加感情投入。班主任面对新同学所碰到的种种苦恼、困难,要做细致的工作,从学习、生活、感情等各个方面给予兄长般的关怀,和他们增加感情投入,真心体贴新同学,多一些鼓励,少一些“贾政训子”般的说教,多一些指导,少一些苛求批评。

应采取的措施之一:开设选修课或讲座,对大学生进行心理健康知识教育,帮助新同学树立健康意识,使他们真正认识到健康不仅是躯体无病、体格健壮,还应有良好的心理素质和社会适应能力,从而提高自我保健和预防身心疾病的能力。

应采取的措施之二:成立“学生心理咨询中心”。有针对性地开展心理咨询活动,有效地减轻学生心理负担。

应采取的措施之三:经常开展形式多样的校园文化活动,有针对性地组织和鼓励那些性格较孤僻、内向的学生参加,丰富他们的感情世界,从而让他们感知友谊的真谛、集体的温暖。

应采取的措施之四:大力增进师生亲密的人际关系,发挥教师育人功能。必须从各种制度的约束上以及舆论环境上造成一种氛围,动员和促使更多的教师加强与学生的交往与接触,给学生创造一个和谐、温馨的学习、生活空间,这样可以减少或有效地阻止一些诱发心理障碍的因素。