

A Study on Mental Health Status and Intervention Strategies of Secondary Vocational School Freshmen

Yanshuang Xiao

Xiamen Jimei Vocational Technology School, Xiamen Fujian
Email: xiaoyanshuang1985@163.com

Received: Jun. 8th, 2017; accepted: Jun. 25th, 2017; published: Jun. 28th, 2017

Abstract

A total of 1123 freshmen were investigated by psychological evaluation software SCL-90. The results showed that the total detection rate of mental health was 17%, among which the male detection rate was higher than that of girls. The number of positive students in secondary vocational school freshmen was forced, the least is somatization. The scores of SCL-90 in the somatization, interpersonal relationship, depression, hostility, paranoid factor score and the total score of SCL-90 were significantly lower than those of the national norm. The secondary vocational school freshmen were lower than the national norm, and freshmen in the terrorist factor score were significantly higher than the national norm secondary vocational school freshmen in the SCL-90 forcing factors, boys lower than girls. Based on the general situation and the detection rate, the number of positive items, the comparison of the norm and the gender difference, the intervention strategies and suggestions were put forward to improve the education and talent training work to provide practical guidance.

Keywords

Secondary Vocational School Freshmen, Mental Health, Intervention Strategy

中职新生心理健康状况及干预策略研究

肖艳双

厦门市集美职业技术学校, 福建 厦门
Email: xiaoyanshuang1985@163.com

收稿日期: 2017年6月8日; 录用日期: 2017年6月25日; 发布日期: 2017年6月28日

摘要

采用心理测评软件SCL-90量表对1123名中职新生进行调查。结果发现：心理健康总检出率为17%，其中男生检出率高于女生。中职新生心理健康阳性项目数最多的是强迫，最少的是躯体化。中职新生在SCL-90的躯体化、人际关系、抑郁、敌对、偏执因子得分和总均分上均显著低于全国常模，中职新生在强迫因子得分上低于全国常模，中职新生在恐怖因子得分上显著高于全国常模。中职新生在SCL-90的强迫因子上，男生低于女生。基于中职新生心理健康的总体状况和检出率、阳性项目数、常模比较、性别差异上进行了分析，据此有针对性地提出干预对策和建议，以期能对中职生的教育及人才培养工作提供现实的指导意义。

关键词

中职新生，心理健康，干预策略

Copyright © 2017 by author and Hans Publishers Inc.

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

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



Open Access

1. 问题的提出

近年来，国家加大对中等职业技术教育的投入资本，中等职业技术教育日益被提上日程，中职生的心理健康问题也逐步受到重视。鉴于中职生正处于青春期，身体迅速成长但心理上未断乳，自我意识及成人感迅速增强，心理冲突很严重，故而是心理障碍的易发期[1] [2]。

李玉峰研究指出：家庭关系是影响心理健康状况的重要因素。经过笔者访谈表明，中职生很多是留守儿童、单亲家庭或者父母经常吵架的家庭，致使中职生存在父爱母爱的缺失，进而自暴自弃，更容易出现各种心理问题。此外，中职生进入职业学校后，面临学校的就业压力，家长的埋怨，昔日好友和老师的异样目光，自卑心理尤为突出。基于此，笔者借助学校心理测评系统对新生实施心理健康测试，借此对筛选出的特异群体提出干预及预防策略，进而提高中职生的心理健康水平[3]。

2. 研究对象与方法

2.1. 研究对象

对某中等职业技术学校 1200 名新生进行施测，剔除不合格问卷，得到有效问卷 1123 份，有效问卷率为 93.6%。被试情况的详细统计结果见表 1。

Table 1. Statistics of the subjects

表 1. 被试情况统计表

	变量	人数	比例(%)
性别	男	824	73.4
	女	299	26.6

2.2. 研究工具

症状自评量表(SCL-90): L.R. Derogatis 编制, 共 90 个项目, 用于测量躯体化、强迫、人际关系、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病和其他 10 个因子。被试根据“最近一周来的情况”进行 1~5 级评定, 其中 1 代表“无”, 5 代表“严重”, 分数越高, 症状越明显。

2.3. 施测方法

由经过专门培训的班主任指导新生在机房施测“辅仁淑凡心理测评统计软件”上的 SCL-90 量表, 集体施测。

2.4. 数据处理

采用 SPSS13.0 进行统计分析。

3. 研究结果及讨论

3.1. 中职新生心理健康的描述统计

选用辅仁淑凡心理测评系统进行筛选, 其中 SCL-90 总分低于 160 分的为状态良好组, SCL-90 总分在 160~200 分之间的为亚健康状态组, SCL-90 总分高于 200 分的为状态不佳组。图 1、图 2 表明, 心理健康状态良好的人数共 934 人, 检出率为 83%; 心理健康处于亚健康状态的人数共 112 人, 检出率为 10%; 心理健康状态不佳的人数共 77 人, 检出率为 7%; 心理健康总检出人数为 189 人, 总检出率为 17%。

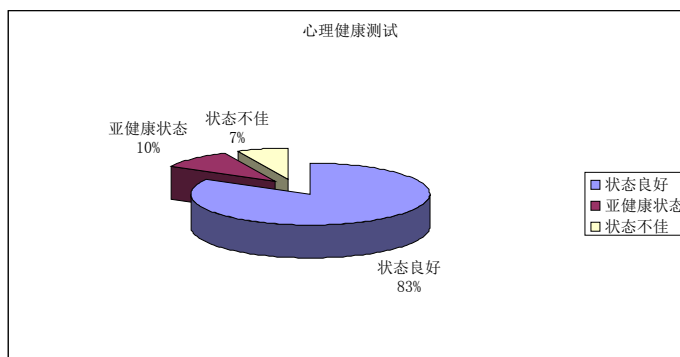


Figure 1. Mental Health Test Screening

图 1. 心理健康测试筛选图

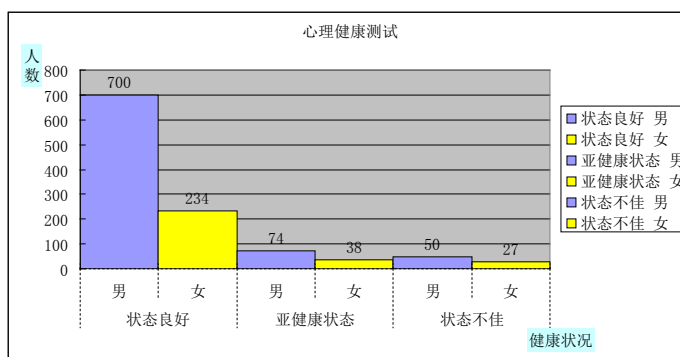


Figure 2. Mental health test description chart

图 2. 心理健康测试描述统计图

通过对新生心理健康状况的初步调查可知：中职新生心理状况整体上是健康的，但应注意的是，10%的学生存在轻度心理问题，这需要教育管理者的高度重视并及时采取措施扭转这部分学生的不良趋势，争取把问题消灭在萌芽状态。对于心理健康状况继续恶化的学生(7%)可能是严重心理问题或是精神疾病，要及时转介到相应的治疗机构进行治疗。

图2表明，心理健康总检出人数中，男生124人，检出率为11%，女生65人，检出率为6%，存在心理健康问题的比例有较大差距，这一点需要加以关注。

对于心理健康检出率的进一步分析表明，男生检出率高于女生，这与叶海燕的研究结果类似。由于男女大脑结构及成熟水平的差异，女性大脑结构中，渴望倾诉的成分占很高，面对困难更多采取发泄方式如哭泣，遇到不愉快的事情可以和同伴诉说，因为Malecki等人研究认为女孩可以知觉到更多来自朋友的支持，这样遇到事情就不会感到很无助。相反，家庭、社会对中职男生的期望和要求、责任更大，但由于上中职学校，其外在的现实状况与社会期望的冲突，加上男生更多采取自己承受或幻想方式，不愿与同伴分享，致使中职男生感觉更加压抑、沮丧，进而更容易出现心理问题[4][5]。

从青春期角度讲，女生青春期来的比较早，发育比较早，所以同龄的男女生相比，女生相对比较成熟，这些有利于女中职生的心理舒缓；从新生入学角度来讲，女生的生活自理能力如自己洗衣服、打扫卫生等能力高于男生，女中职生在封闭性军事化管理的中职学校更能适应，这些都促使男性心理健康检出率高于女生。

从统计学数据讲，新入学的男生检出率明显多于女生，这也可能是群体样本差异造成的。

3.2. 中职新生心理健康阳性项目数描述统计

由表2可知：阳性项目数(项目得分 ≥ 2 分)从高到低排序为：强迫，人际敏感，敌对，抑郁，焦虑，恐怖，偏执，其他，精神病，躯体化。其中数目最多的是强迫，数目最少的是躯体化，这与廖兰清的研究结果一致。此外，景英等人也指出：青少年的心理健康问题主要表现在强迫、人际关系敏感、抑郁、偏执和敌对等症状方面，这与本研究有相似之处[6][7]。

强迫主要反映临床上的强迫症状群，属于焦虑障碍的一种类型，包括强迫思维和强迫行为，这因为中职生多数具有追求完美的倾向，对自己要求较高，苛求细节，但是自身现实的情况却很难让自己接受，因为之前挫败的人际交往、考试成绩等使中职新生做事退缩，故而出现强迫思维和行为。

中职生阳性项目数最少的是躯体化，该因子主要反映主观的身体不适感，如头痛、乏力、失眠、身体不舒服、工作效率下降，这与本研究的中职新生每天进行“阳光体育锻炼1小时”有关系，因为体育运动可以缓解躯体上的不适。

3.3. 中职新生心理健康常模比较

由表3可知：中职新生在SCL-90的躯体化、人际关系、抑郁、敌对、偏执因子得分和总均分上均显著低于全国常模，中职新生在强迫因子得分上低于全国常模，中职新生在恐怖因子得分上显著高于全国常模。中职新生在SCL-90的焦虑、精神病性因子得分与全国常模无统计学差异。这与赵建平等人的研究结果一致[8]。

总体来说，中职新生心理健康水平与全国常模水平持平。但是对各个因子来说，恐怖因子远高于全国常模，可能由于中职生一般还存在较重的自卑心理，现就读中职学校的学生绝大多数是中考落榜生或家庭经济条件较差的学生，或是因为父母经常吵架，与父母关系不好，所以会产生畏惧心理、羞怯心理甚至回避社交。

Table 2. Number of positive items**表 2.** 阳性项目数描述统计

因子	躯体化	强迫	人际敏感	抑郁	焦虑	敌对	恐怖	偏执	精神病	其他
<i>n</i>	93	263	222	152	142	163	147	142	102	142
%	8%	23%	20%	14%	13%	15%	13%	13%	9%	13%

Table 3. SCL-90 norm comparison (M ± SD)**表 3.** SCL-90 常模比较(M ± SD)

因子	中职生	国内常模	<i>t</i>	<i>Sig.</i>
躯体化	1.28 ± 0.47	1.37 ± 0.48	-6.257**	0.000
强迫	1.60 ± 0.62	1.62 ± 0.58	-0.871*	-0.02
人际关系	1.52 ± 0.63	1.65 ± 0.51	-7.087**	0.000
抑郁	1.39 ± 0.58	1.50 ± 0.59	-6.170**	0.000
焦虑	1.37 ± 0.54	1.39 ± 0.43	-1.534	0.125
敌对	1.43 ± 0.59	1.48 ± 0.56	-2.988**	0.003
恐怖	1.36 ± 0.58	1.23 ± 0.41	7.580**	0.000
偏执	1.38 ± 0.54	1.43 ± 0.57	-2.890**	0.004
精神病性	1.31 ± 0.49	1.29 ± 0.42	1.555	0.120
总均分	1.40 ± 0.50	1.44 ± 0.43	-2.736**	0.006

注: ***sig.* < 0.01, **sig.* < 0.05。

3.4. 中职新生心理健康的性别差异

由表 4 可知: 在 SCL-90 的强迫因子上, 男女生差异具备统计学意义, 男生低于女生, 但是在 SCL-90 总均分和其他因子上, 男女生得分均无显著统计学差异。

由表 4 可知: 强迫因子上, 男生心理健康程度优于女生, 这预示着中职女生更多的存在强迫倾向, 更多的内心冲突, 首先因为本研究的中职生多半是家庭条件较差的家庭, 加上闽地区“重男轻女”意识强烈, 致使女生在家中地位较差, 有些家长甚至提出女生“上学无用”, 这大大加大了女中学生的压力。其次, 中等职业教育主要是技能操作型为主, 女生操作技能较差, 较差的职业技能比赛成绩使得其心理落差更大, 故而心理压力远高于男生。最后, 基于中国传统男尊女卑思想和性别刻板印象, 女生从事技能型的工作更困难, 女生就业更困难, 加上文化课程较差, 升学也没有希望, 与理想中“白领达人”的梦想似乎很远, 故而处在追求完美倾向与自我现实的矛盾中, 自卑心理油然而生, 进而出现强迫思维和行为。

4. 中职新生心理健康的对策及建议

本研究分析了中职新生心理健康的总体状况和具体特点, 并分别从检出率、阳性项目数、常模比较和性别差异上进行分析。随着世界卫生组织(WHO)对于心理健康的重视, 中职新生的心理健康问题也成为关系其日后中职教育是否顺利的敲门砖, 关系到国家高技能的水平, 关系到劳动力市场稳定的技能人才输出, 关系到中等职业学校的平安稳定, 是进行学习、生活的头等大事。基于以上调查研究结果, 我们有针对性地提出以下干预对策和建议, 以期能对中职生的教育及人才培养工作提供现实的指导意义。

Table 4. Gender differences in SCL-90 ($M \pm SD$)**表 4.** SCL-90 的性别差异($M \pm SD$)

因子	男生	女生	<i>t</i>	Sig.
躯体化	1.27 ± 0.47	1.32 ± 0.46	-1.618	0.106
强迫	1.58 ± 0.60	1.68 ± 0.66	-2.343*	0.019
人际关系	1.50 ± 0.63	1.55 ± 0.62	-1.166	0.244
抑郁	1.37 ± 0.57	1.47 ± 0.60	-2.625	0.009
焦虑	1.33 ± 0.51	1.46 ± 0.60	-3.740	0.000
敌对	1.40 ± 0.55	1.50 ± 0.66	-2.468	0.014
恐怖	1.29 ± 0.50	1.55 ± 0.72	-6.918	0.000
偏执	1.37 ± 0.54	1.41 ± 0.54	-1.117	0.264
精神病性	1.29 ± 0.48	1.37 ± 0.52	-2.237	0.025
总均分	1.37 ± 0.48	1.47 ± 0.53	-2.925	0.004

注: **sig. < 0.01, *sig. < 0.05。

4.1. 建立心理健康三级预防系统

一级预防系统: 对于心理健康检出率为 10% 的亚健康状态学生, 其心理问题主要基于新生心理适应、角色转换困难和人际关系问题, 可以邀请心理专家对班主任进行简单的心理知识培训, 也可以通过张贴宣传栏教授心理辅导方法, 然后经过专门辅导的班主任对学生进行个案辅导和团体辅导, 这样可以缩短学生与老师的差距。其次, 还可以通过心理健康主题班会课、校园心理剧的编制与开展、心理图片展览、倾诉、心理板报、学校广播传播心理励志美文等协助学生学会心理调适。再次, 对于中职生人际关系问题可以采取写书信与回信的模式进行有效沟通, 还可以在班级建立发泄平台如班级 QQ、班级邮箱等, 把自己想说的话诉说出来。最后, 对于新生的心理适应, 要进行有效沟通, 合理宣泄消极情绪, 缩短角色转变的适应期[9] [10] [11] [12]。

二级预防系统: 对于心理健康检出率为 7% 的状态不佳学生, 其心理问题可能比较严重, 这需要交给学校心理老师处理, 可以对其进行个案箱庭治疗、塔罗牌投射测验和房树人投射测验, 因为有些中职生不喜欢诉说, 可能这些游戏更有心理治愈的效果, 笔者曾对 1 例个案实施三个月的治疗, 开始来访者不说话, 摆放有骷髅和几个负面消极的单调作品, 经过几个月治疗, 其作品中沟通性、丰富性逐渐提升, 自诉也愿意与人说话、沟通。

此外, 心理老师还可以针对此类学生进行团体辅导如自信训练、信任之旅等活动, 针对中职生的打架等人际关系问题具有良好的效果, 还可以开设教授心理调适方法的讲座。

三级预防系统: 对于入校后被班主任发觉有“行为怪异”等严重精神病倾向和自杀倾向的学生, 应对当事学生实行 24 小时有效监护, 确保学生生命安全, 并及时求助社会援助系统, 由专人负责送到专业精神卫生机构进行专业救治。

4.2. 从严进行招生, 建立完备的招生系统

近年来, 由于中等职业学校实施入学免学费政策以来, 中职学校的学生良莠不齐, 尤其是随着高等教育的扩招, 个别学校迫于生源压力可能会在入学选择上放宽招生条件, 采取降分或是无分录取, 这样很多异常学生如自闭症、抑郁症、青少年精神分裂症等人员进入学校, 这给学校教育留下安全隐患, 这

要求中职学校严把招生关, 严把分数关, 招生过程中详细了解学生以往历史, 进行简单的交谈, 并进行简单的心理测试如“房树人投射测验”、SCL-90 等, 以便及时筛选出异常学生。

4.3. 加强强迫倾向学生的心理辅导, 克服追求完美倾向

对于强迫倾向尤其是女中职新生, 针对其追求完美倾向进行心理辅导, 降低期望值, 逐步树立小目标, 树立自信, 还可以协助中职生采取积极的应对方式去解决问题, 获得成功的体验, 进而提高中职生的自尊和自信, 从而减轻强迫倾向。此外, 还可以通过厌恶疗法进行心理辅导减轻强迫倾向[5]。

4.4. 构建家庭 - 学校 - 社会一体化心理健康教育系统

家庭是社会的细胞, 问题家庭会培育问题小孩, 所以说家庭教育很重要, 学校可以开设关于父母与子女沟通的讲座, 促进和谐的家庭关系, 讲座中强化家长打破“只有学习好才是成才”的理念, 鼓励父母对子女多加赞扬, 协助家长建立积极的成才观, 同时可以与学校建立联系卡, 对于学生的情绪问题及时与父母联系[13]。

学校层面, 首先可以聘请心理专家来校开设心理健康讲座, 鼓励学生的自信心。其次, 要加强心理健康教师队伍建设, 中职学校应采取专兼职相结合的方式, 以专职教师为骨干, 兼职教师为辅助, 以促进中职生心理健康教育工作的开展和对生心理健康问题的干预能力。再次, 针对新生的心理健康档案, 学校心理老师可以与班主任、家长建立协调合作的群体, 以便对学生的心理问题早发现、早干预。最后, 学校层面可以建立心理行为的预防干预系统如发现体系、监控体系、沟通体系、干预体系和学生的自我教育体系[3] [14] [15]。

社会层面, 争取更多的关于中等职业技术教育的有利报导, 加大中等职业教育的宣传力度, 可以在报纸、杂志社刊登职业技能大赛获奖学生, 还可以与小学、初中联合举行职业技能夏令营、兴趣班等, 消除中等职业技术教育的负面社会效应, 学校还可以利用教育政策扩大高职单招考试辅导班, 鼓励一些学生参加高职单招考试, 或者与一些高校采取联合办学形式, 提升学生的学历素养, 创设出全体社会成员共同参与和支持的心理氛围。

4.5. 发挥朋辈心理辅导的作用, 强化心理品质的培养

朋辈心理辅导对于心理危机的预防有很大作用, 已有研究表明同伴教育在职校心理健康中的作用非常明显, 所以建议中职学校建立心理社团协会, 各班级推荐 1 名心理委员, 发现问题及时反馈, 并对同伴进行鼓励及方向引导。对心理委员开展情绪调节方式、倾听和共情技巧的培训, 以便做好朋辈心理辅导。同时, 心理委员负责在班级晚自习播放心理励志电影, 还可以在班级开展朋辈团体辅导活动, 这有利于班级学生的沟通和谐[10] [11] [16]。

基金项目

厦门市教育科学“十二五”规划 2012 年度课题“中等职业学校问题学生的现状及干预策略研究”(课题编号: 1222)。课题主持人: 杜志忠, 肖艳双。

参考文献 (References)

- [1] 张敏, 王振勇. 中学生心理健康状况的调查分析[J]. 中国心理卫生杂志, 2001, 15(4): 226-228.
- [2] 李晓红. 浅议中职生的心理健康[J]. 考试与评价, 2013(10): 70.
- [3] 李玉峰. 高职院校学生心理健康现状调查[J]. 职教论坛, 2010(5): 84-86.
- [4] 叶海燕. 大学新生心理健康状况调查研究[J]. 西南师范大学学报(自然科学版), 2003, 28(5): 794-797.

- [5] 张海鸥, 姜兆萍. 自尊、应对方式与中职生心理韧性的关系[J]. 中国特殊教育, 2012(9): 77-81.
- [6] 廖兰清. 中职生心理健康状况测评与对策研究[J]. 甘肃科技纵横, 2005, 34(5): 170, 191.
- [7] 景英. 中学生社会适应与心理健康状况及其影响因素分析[D]: [硕士学位论文]. 济南: 山东大学, 2007.
- [8] 赵建平. 中等职业学校学生自我概念及其心理健康的相关研究[D]: [硕士学位论文]. 郑州: 郑州大学, 2006.
- [9] 徐长江. 高职生实习过程中的心理问题及对策[J]. 职教论坛, 2012(26): 75-79.
- [10] 崔新芝, 郑艺群. 技师学院学生心理健康状况调查及教育策略[J]. 胜利油田党校学报, 2013, 26(5): 114-118.
- [11] 朱小根. 团体心理辅导在高职新生心理健康教育中的运用[J]. 教育与职业, 2012(30): 83-84.
- [12] 钟应芬. 中职生视角下校园心理剧编演类型与对比[J]. 中国职业技术教育, 2009(29): 71-73.
- [13] 徐晨. 中职学校心理健康教育模式的探究与思考[J]. 海峡科学, 2013(5): 88-90.
- [14] 李英, 崔宁, 张丽红. 职校生常见心理问题及对策[J]. 职业技术教育, 2012, 33(11): 86-87.
- [15] 李秀英. 中职学生心理行为问题的疏导与干预策略[J]. 职业技术教育, 2010, 31(14): 93-95.
- [16] 孙晓梅. 探析同伴教育在职校心理健康教育工作中的应用[J]. 新课程, 2013(7): 171.

期刊投稿者将享受如下服务:

1. 投稿前咨询服务 (QQ、微信、邮箱皆可)
2. 为您匹配最合适的期刊
3. 24 小时以内解答您的所有疑问
4. 友好的在线投稿界面
5. 专业的同行评审
6. 知网检索
7. 全网络覆盖式推广您的研究

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: ass@hanspub.org