

大学生心理服务需求现状及对策研究

郭 驰^{1,2}, 张远航^{1,2}, 胡 月^{2,3}, 鲍英善^{2,3}, 应兆升^{2,3}, 王 丹^{2,3}, 彭臣晨^{2,3}

¹大连理工大学学生工作处, 辽宁 大连

²大连理工大学马克思主义学院, 辽宁 大连

³大连理工大学心理健康教育与咨询中心, 辽宁 大连

Email: 157260784@qq.com

收稿日期: 2020年11月8日; 录用日期: 2020年11月23日; 发布日期: 2020年11月30日

摘 要

本研究基于当前大学生心理服务的需求情况, 通过收集3246大学生心理服务需求调查问卷, 使用SPSS.24.0软件进行分析, 结果显示当前大学生心理服务需求强烈; 偏爱选择学校内的机构, 学业问题是主要心理问题, 服务内容需求更加多元, 期望心理健康课为必修课, 偏爱采用新媒体获取心理相关知识。研究提出通过提高心理健康服务水平, 加强课程建设, 充分利用新媒体等措施, 满足学生心理服务需求。

关键词

大学生, 心理服务需求, 现状研究

Research on the Present Situation and Countermeasures of College Students' Psychological Service Demand

Chi Guo^{1,2}, Yuanhang Zhang^{1,2}, Yue Hu^{2,3}, Yingshan Bao^{2,3}, Zhaosheng Ying^{2,3}, Dan Wang^{2,3}, Chenchen Peng^{2,3}

¹Student Affairs Office, Dalian University of Technology, Dalian Liaoning

²Mental Health Education and Counseling Center, Dalian University of Technology, Dalian Liaoning

³School of Marxism, Dalian University of Technology, Dalian Liaoning

Email: 157260784@qq.com

Abstract

Based on the current needs of College Students' psychological service, this study collected 3246 college students' psychological service demand questionnaires and analyzed with SPSS. 24.0 software. The results show that the current college students' psychological service demand is strong; they prefer to choose the service in school; the demand for service content is more diversified; academic problems are the main psychological problems; the students agree that mental health course is a compulsory course and acquire relevant knowledge through new media. Some suggestions are put forward, such as improving the service level, enhancing the charm of the course, making full use of new media and carrying out psychological education.

Keywords

College Students, Psychological Service Demand, Present Situation Research

Copyright © 2020 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

心理学认为需要是人的行为产生的动机源泉,人的行为受制于人的心理需要[1]。大学生心理服务需求是大学生在学校生活中对某些心理服务项目缺乏,而力求获得满足的心理倾向。近年来,国家对大学生的心理服务需求十分关注,早在2011年《普通高等学校学生心理健康教育工作基本建设标准(试行)》(中发[2004]16号)文件中就提出“高校应充分发挥广大学生在心理健康教育工作中的主体作用,满足学生自我成长的心理需要,充分调动学生自我认识、自我教育、自我成长的积极性、主动性”。2018年《高等学校学生心理健康教育指导纲要》(教党[2018]41号)文件中进一步提出要“坚持育心与育德相统一,加强人文关怀和心理疏导,规范发展心理健康教育与咨询服务,更好地适应和满足学生心理健康教育服务需求”。从以上国家文件中,我们可以看到国家十分关注学生心理健康服务需求是否得到满足。由此可见,只有注重考虑学生的心理服务需求,并深入挖掘心理服务内在的教育意义,才能使高校心理健康教育具有时效性、针对性[2],此外,充分掌握大学生心理健康服务的需求现状和需求特点,也是提升高校心理健康服务质量的前提条件[3]。因此,以大学生需求为导向建立心理服务体系具有鲜明的时代性和现实性。基于此,本研究选取D大学部分学生为研究对象,采用问卷调查的方式,对大学生心理健康服务需求情况进行详细探讨,从而为了解当前大学生心理服务需求提供参考。

2. 研究对象与方法

2.1. 研究对象

采用分层抽样,选取D大学在校大学生3300人,于2020年6月份发放3300份问卷,回收并取得有效问卷3246份(有效率94.4%),其中男生1941人(占59.80%)、女生1305人(占40.20%);基中大一1150人(占35.43%)、大二711人(占21.90%)、大三708人(占21.81%)、大四677人(占20.86%)。

2.2. 研究方法

本研究整理了大量关于心理健康服务需求相关文献,在听取心理专业人士和大学生心理健康教师的建议的基础上,形成了包含15个项目的大学生心理服务需求问卷。问卷主要包括两部分:第一部分是人口统计学信息,主要包括性别、年级等人口学信息;第二部分是心理服务需求情况调查。

3. 大学生心理服务需求现状

3.1. 学生心理服务需求强烈

在调查中,关于是否需要心理服务,选择“需要”的占74.38%,选择“不确定”的占16.35%,选择“不需要”的占9.27%;不同性别的学生对心理服务的需求存在显著差异($P < 0.001$),其中女生选择“需要”的占76.42%,男生选择“需要”的占72.17%,女生对心理服务需求高于男生;调查发现不同年级学生对心理服务的需求存在显著差异($P < 0.001$),从高到低依次为:大一、大四、大三、大二。可以看出学生对心理服务需求整体上较为强烈,并呈现出女生需求于男生,新生和毕业生高于其它年级的特点。

3.2. 偏爱选择学校内的机构

在遇到心理困扰时,学生选择愿意求助的机构中,选择到“学校心理中心”的占47.50%;选择到“本学院咨询室”占19.90%;两项累计的百分比为67.41%。选择到“医院心理科”占20.89%;到“社会心理咨询公司”占7.89%;到“精神卫生机构”占3.82%。结果说明,学生有心理困惑苦恼时,大部分学生主要选择校内咨询机构,如“学校心理中心”和“本学院咨询室”,少部分学生会选择到校外相关机构寻求帮助。

3.3. 服务内容需求更加多元

关于学生需要的心理服务的主要内容,调查显示排第一位的是“个体心理咨询”占86.76%,第二位是“心理危机干预”占77.26%,第三位的是“团体心理咨询”占71.75%,第四位的是“心理健康测试”占63.86%,第五位的是“心理健康课程”占55.91%,第六位的是“学生心理社团”占49.35%,第七位的是“心理健康讲座”占46.30%,第八位的是“心理教育活动”占43.30%,详见表1。此结果说明,学生对心理服务需求较为多元,其中个体心理咨询、心理危机干预、团体心理咨询、心理健康测试、心理健康课程。

Table 1. Psychological service content

表 1. 心理服务内容情况

类别	需要	不需要
个体心理咨询	86.76%	13.24%
团体心理咨询	71.75%	28.25%
心理健康课程	55.91%	44.09%
心理健康讲座	46.30%	53.70%
学生心理社团	49.35%	50.65%
心理健康测试	63.86%	36.14%
心理危机干预	77.26%	22.74%
心理教育活动	43.30%	56.70%

3.4. 学业问题是主要心理问题

调查结果显示学生需要解决的心理问题中,排第一位的学业问题(占 25.68%),其它需要解决的心理问题比例从高到低排序,依次为职业选择(占 19.79%)、人际问题(占 19.21%)、恋爱困扰(占 10.68%)、经济压力(占 9.83%)、网络成瘾(占 6.23%)、性心理(占 5.49%)、其它(占 3.07%)。可以看出“学业问题”是学生在大学生活中最主要的问题,而“职业选择”、“人际问题”、“恋爱困扰”和“经济压力”四类问题所占的比例也较高。

3.5. 认同心理健康课为必修课

心理健康课是学生在大学学习心理健康知识,获得心理调适技能的重要好渠道,本次调查中 94.5% 的学生认为开设心理健康课是非常必要的;关于心理健康课的类型,85.63% 的学生认为应为必修课,14.47% 的学生认为可以是选修课,可以看出学生们总体上认为开设心理健康课是有必要的,较大比例的学生赞同将心理健康课设置为必修课。

3.6. 通过新媒体获取相关知识

关于大学生通过何种渠道及途径获取心理健康知识方面,调查结果显示:微信(36.29%)、微博(15.39%)、图书(13.48%)、心理网站(10.61%)、电视(7.05%)、宣传(4.51%)、报纸(4.07%)、纸制活页(3.09%)、广播(2.94%)、其它(2.58%)。这个调查结果说明当前新媒体在大学生心理健康知识科普方面扮演着重要的角色,尤其是微信和微博在心理健康知识科普方面发挥着主要作用。

4. 提升大学生心理服务的对策

4.1. 加强基础建设,提升服务能力

学生的心理健康属于个人隐私问题,高校心理咨询对硬件环境有特殊要求,要求服务场所相对固定,营造相对安静的服务环境,有利于保护来访学生隐私,室内环境要高雅舒适。由于学生更倾向于选择校内机构,高校应做好学校心理咨询机构的硬件建设,提供充足的个体咨询室、团体咨询室等场地,配备相应的办公用品、测量工具、书籍资料和仪器设备。高校还要设立大学生心理健康教育专项经费,确保心理健康教育日常工作需要。配备充足的心理健康专职教师,加强心理健康专职教师培训,通过聘任兼职心理咨询师,设立学院心理负责人等,建立包括专职、兼职的心理健康教育工作团队。要建立、健全专兼职心理教师的准入、培训、交流、研究、督导等机制,促进心理咨询师的学习与成长。

4.2. 做好课程建设,增强课程质量

发挥课堂教学的主渠道作用。首先,要建立适应不同层次的学生心理健康教育课程体系,开设心理健康教育必修课和选修课,确保学生在校普遍接受心理健康教育。其次,要充分发挥学生的主体作用,调动大学生的主观能动性、创造力,在建立和谐的师生关系的基础上,在民主平等的氛围中开展教学活动。再次,建立集体备课制度、跟踪反馈制度和教学效果调查评估制度,采用案例教学、澄清引导、对话交流、情感体验、团体学习、咨询辅导、情景模拟等教育方法,不断提高心理健康教育课程的趣味性[4]。

4.3. 充分利用新媒体,进行科普教育

当前的大学生是伴随着网络长大的一代,随着 4G 网络的发展,微信、微博成为当下最有影响力的新媒体。调查中也显示新媒体已经是学生获取心理健康知识的主要渠道,高校应重视新媒体的建设,增

加在新媒体上的投入,为大学生提供便利的心理健康教育平台。一方面可以开设微信公众号、微博账号进行心理健康科普宣传;另一方面加强线上咨询辅导建设,为学生心理咨询提供多种选择。此外学校应定期开展全校性心理健康校园活动,举办心理健康教育专题讲座,开展团体辅导,支持社团开展心理健康知识普及活动,充分发挥学校、学部(学院)两级团学骨干作用,实现心理健康知识教育全覆盖。

基金项目

教育部高校思想政治工作精品项目“思想政治素养与心理健康协同发展的‘365’育人模式构建、教育部高校思想政治工作精品项目”;国家社会科学基金“新时代大学生生命价值目标影响自杀意念的‘拐点’研究”(18BSH131);大连理工大学三全育人综合改理论专项课题研究“心理育人中的德育元素挖掘与实践研究”(SQYR201914);大连理工大学研究生教改基金立项“研究生人格发展与情绪管理课程建设”(JG_2019102)。

参考文献

- [1] 彭聃龄. 普通心理学[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2004.
- [2] 肖潇. 我国高校大学生心理健康教育需求研究综述[J]. 赤峰学院学报(自然科学版), 2017, 33(20): 63-65.
- [3] 黄萍. 大学生心理需求结构、自我管理能力与学业成绩的相关分析[J]. 高校辅导员, 2016(2): 76-79.
- [4] 黄云清. 高校心理健康服务体系构建研究[D]. [硕士学位论文]. 桂林: 广西师范大学, 2019.