

增强大学生心理健康测评实效性的思考

苏晓奇

(咸阳职业技术学院, 陕西 咸阳 712046)

摘要:当前,大学生心理健康测评工作存在测评过程不够严谨、工作开展不力、薄弱环节明显以及测评后针对性的干预和教育等工作开展较为缺乏等问题,笔者认为通过加强心理健康测评工作管理、夯实测评工作的各个环节、重点加强约谈和干预两个薄弱环节、重视专业人才培养和作用的发挥、强化研究意识等措施,有利于增强测评工作的实效性。

关键词:大学生;心理健康;测评

中图分类号:G444

文献标识码:A

文章编号:94047-(2016)03-055-04

大学生心理健康测评是指在大学生心理健康教育工作中运用心理测量学的原理和方法,采用心理健康及其相关量表,对大学生的心理健康状况及心理特质进行测试,以评定其心理健康水平和有关心理特征的一种举措。目前,随着高等教育对于心理健康工作重视程度不断加大,以及心理健康教育科学化水平的不断提高,针对大学生开展心理健康测评已经成为高校心理健康教育的常规工作之一。据了解,国内各高校普遍性地开展心理健康测评工作已有十多年,测评对象一般为大学新生。

通过测评,一是能够达到宣传心理健康教育工作的目的,使每个参评学生对心理健康相关问题建立初步的认识,可增强其重视心理健康的意识;二是能够达到筛查心理危机学生的目的,及时发现存在心理问题的学生,有利于及时采取干预措施,排除心理危机隐患;三是能够达到获取学生心理健康状况信息的目的,以便随后开展针对性的心理健康教育工作。

笔者通过反思和总结近五年心理健康测评工作的实践经验,并与省内十余所高校负责该项工作的同行进行交流和探讨,认为当前的测评工作虽然在心理危机预警等方面发挥了一定的作用,但也仍然存在一些问题,致使测评结果不够客观准确,测评应有的价值功能发挥得不够充分,实效性不强。以下就以陕西省

高校心理健康测评工作为例进行剖析。

一、测评工作的现状与存在的问题

(一)测评工作的现状

陕西省各高校按照省高教工委的统一安排,每年针对全体新生进行一次心理健康测评,时间安排在10、11月份,约在新生入校后的2-3个月内。实施过程一般分为准备、测试、统计、筛查、约谈、干预等环节^[1]。各高校在具体实施测评时的工作环节基本相同,但因为条件不同,在测试和统计环节上存在差别。从测试工具来看,一半以上高校使用教育部研制的《中国大学生心理测评量表》进行测试,而其他高校大部分使用UPI和SCL-90进行测试。一些高校测试时借助计算机网络、使用心理健康测评软件进行,一些高校则用填涂答题卡的形式进行。测试结束后,各高校均能够根据测试结果,筛查出可能存在心理问题的学生,进一步进行约谈,评估是否具有心理问题以及问题程度,最后对问题学生实施心理危机干预。

总体而言,各高校都能按照要求、较为规范及时地完成心理健康测评,工作开展中规中矩,似乎没有什么问题。但是,从心理健康测评的科学性和严肃性出发,围绕测评的准确性和目标的实现效果,笔者认为,问题不但存在,且不容小觑。

收稿日期:2016-04-13

基金项目:咸阳职业技术学院科研基金项目“高职大学生心理危机预防及干预研究”(项目编号2014KYB020)

作者简介:苏晓奇(1974—),男,硕士,讲师,应用心理学专业,主要研究方向为高职大学生心理健康教育、发展心理学等。

（二）存在的问题

通过探讨，笔者认为当前的心理健康测评主要存在以下问题：

1.测评的严谨性不够充分，致使测评不够客观准确。首先表现为测试量表的选取不够严谨，一些高校仍在使用常模过于陈旧的量表（如SCL-90的常模是上个世纪80年代的）施测^[2]，还有一些学校选择临床测查精神症状的量表施测，这些都必然导致测试结果出现偏误。其次是结果处理的正确性不能令人完全放心。尤其是处理过程有人工操作时，由于工作量很大，且比较单调，工作人员很容易产生疲劳，就会形成操作失误，影响结果的正确性。笔者所在学校就有结果反馈后的参评学生数量与实际参评人数严重不符的情况。另外，约谈环节由于主观性较强，不够科学严谨的问题尤为突出。约谈时问题范围不够集中、随意性较大或问题过于宽泛、针对性不强，另外约谈人在对问题评估时尺度把握不一，存在评估结果很不一致的现象。

2.多个重要环节工作开展不力，有些环节尤其薄弱。在施测中，我们不难看出：准备不足、组织不到位导致测评现场环境较为混乱的现象经常发生；宣传不力，学生不能对测评建立正确认识，把测评像考试一样对待，情绪紧张，如临大敌，这种情况屡见不鲜；主试不能按照测评要求施测的情况也常有所闻。这些现象说明，测评工作的一些重要环节还存在较多问题。

笔者发现，测评实践中存在两个薄弱环节，一是约谈，二是干预。约谈是测评过程非常重要的一个环节，是评定学生心理健康状况的有效手段。但由于约谈不仅费时费力，而且需要进行心理健康评估，这是一个工作难点，对约谈人的要求较高，既要具备良好的心理学专业知识，还要有较为丰富的专业工作经验。受专业人员数量和水平等因素的制约，约谈往往难以取得令人满意的效果，约谈结果让人感觉心里没底。据悉，某些高校由正在学习阶段的心理学专业研究生进行约谈，虽然客观上达到了省时省力的目的，但研究生的专业经验或许是约谈的“短板”，不可避免地会对最终的评定结果造成偏误，这种做法值得商榷。干预是测评的最后一个环节，是测评目标实现的集中体现。实践中受专业人员缺乏等因

素影响，良好的干预效果很难实现。

3.测评后针对性的心理健康教育工作开展较为缺乏，致使测评目的缺失。测评结束后，一般都是把心理危机预警工作放在首位，建立心理问题学生档案，向二级学院反馈心理危机学生情况，而较少针对心理问题学生实际情况开展个体咨询、团体辅导等不同形式的专业干预，另外，也缺乏对测评数据的深入分析和探讨，针对学生总体心理健康水平开展的专门化心理健康教育活动更是为之甚少。

二、心理健康测评存在问题的原因探析

以上问题除较少部分受客观因素的影响难以避免外，其余则主要与以下三方面紧密相关：

（一）对心理健康测评的认识水平和重视程度。

认识水平和重视程度对测评的影响非常明显，会对准备、施测、约谈、干预等各个环节产生影响。工作中发现，如果学校从上到下重视程度高，就能够在人力、物力、财力等方面提供有力的支持，周密部署、合理安排，使各方面配合通畅，充分调动测评相关人员开展工作的积极性，有利于扎实做好宣传、培训、施测等环节的相关工作，尽可能减少无关因素对测评的影响，使测试过程顺利进行。相反，学校重视不够，则会对测评产生负面影响，表现为测评前宣传不到位，准备不充分，专门的测评培训可有可无，施测过程也不够严谨，场面较为混乱，学生对测评也一无所知，测评态度不够端正，敷衍了事，从而导致测试结果出现较大的偏差。

（二）测评人员的工作责任心和敬业精神。

认真负责的工作责任心和求实进取的敬业精神是做好测评工作的内在动力和必要条件，对整个测评过程产生重要影响。测评人员如果具有较强工作责任心和敬业精神，就会激发其积极行为，扎扎实实把每个环节的工作尽力做好，遇到问题时也会以较为严谨的态度处理。反之，责任心不强，缺乏敬业精神，就会出现惰性思想，以应付的态度对待测评，遇到问题时草率处理，无视测评的要求和规范。比如有的测评人员可能为了尽快结束测试，随意缩短测试时间；有的约谈人员约谈工作量较大时，怕麻烦图省事，每个学生仅用三言两语便结束。因此测评人员的工作责任心和敬业精神对测评

的影响非常重要。

（三）测评人员的专业能力和研究意识。

专业能力是制约测评结果的关键因素，体现在测评工作的各个环节。较强的专业能力使测评人员在测试时能考虑到各种可能造成测试误差的因素，从而加以规避，能够对测试结果做出准确合理的解释，约谈时能提出针对性较强的问题，对心理问题的鉴别、判断和评估也相对准确，心理问题的干预则更需要扎实的专业能力。测评工作不够严谨既有重视程度不足、工作责任心不强的原因，也与专业人员的能力不足有绝大关系。约谈和干预工作薄弱很大程度上是由于当前高校的心理健康专业人员数量偏少、且整体水平普遍不高的原因导致。

做好测评工作需要具有研究意识。由于测评本身就是一项研究性的工作，且测评过程受主客观多方面因素的影响，可能造成测评误差之处较多，需要测评人员善于反思，探索更为科学有效的方法和手段，不断提高测评效果。测评人员缺乏研究意识，就会使测评工作止步不前，不能提高。当前测评问题的各种表现，均与测评人员研究意识不强存在一定的关系。

三、增强测评工作实效性的措施

（一）加强心理健康测评工作的管理。

各高校应按照测评工作的有关要求，充分重视此项工作。成立心理健康测评领导小组，各司其职，充分协调，落实好人员、场地、经费等。同时要扎实开展测评工作培训，使全体参评人员深刻理解测评的目的和意义，明确自身的工作职责和具体要求，尤其要加强主试培训，使其能够做到熟练施测。要重点强调可能直接影响测评结果的注意事项，要求务必遵守，尽可能减少测试误差。

（二）夯实测评工作的各个环节。

宣传环节重点要营造良好的测评氛围，通过各种宣传途径使学生对心理测评建立正确的认识，防止产生担心、焦虑、排斥等不良反应，从心理上接纳测评，使其能以正确的态度对待测评。

准备环节的重点工作一是提前做好测试安排，从人员、时间、场地、工具等方面分别落实到位；二是做好主试培训；三是务必让新生提前做好测试准备，如明确自己的学号、查找好姓名区位码，如

果是纸笔测验则需准备好2B铅笔和橡皮等。

测试环节的重点工作一是规范有序地组织学生参与测试，准确核对参评新生及人数，避免学生主观故意逃避测试的行为；二是主试严格按照要求施测，指导学生填涂好基本信息，使学生明确量表指导语并按照要求作答，维持好测试现场的秩序，并不得有影响学生答题的行为；三是准确发放和收回量表和答题卡，分类整理，确保无误。

测试结果评定和筛查阶段重点是防止粗心大意和疲劳导致出现人为因素导致的误差。约谈时应注意：一是尽量避免对约谈学生造成压力，使其产生紧张、焦虑等不良情绪反应，甚至排斥、反感的态度；二是约谈问题要和量表测试结果结合起来，使约谈问题具有针对性，如躯体化明显，约谈时就要涉及身体状态方面的问题；三是要审慎地进行心理评估，防止轻率地做出结论。

测评结果的分析尽量做到客观、全面、准确，能够结合实际情况进行理性分析，对学生的心理健康状况做出合乎情理的解释。心理干预要注重效果，针对心理问题采用适当的专业方法进行干预，并对干预结果进行评估反馈。

（三）重点加强薄弱环节。

约谈工作可考虑从以下方面加强：一是制定约谈工作基本规范。按照约谈的目的和要求，制定内容明确、重点突出、针对性强、便于操作的工作规范，作为约谈工作指南。二是建立相对稳定的约谈工作队伍。除从事心理健康教育工作的专业人员外，可从校内吸纳具有心理咨询师资质或心理学专业背景的辅导员、教师等，构建本校约谈工作团队。三是做好约谈培训。通过专门的培训，使约谈人员掌握具体的约谈方法和技术，如约谈内容和范围的确定、问题设置的基本要求、如何做好约谈记录等，以保证约谈效果。四是注重约谈后的学习交流，丰富约谈经验，增强约谈能力，不断提高约谈水平。

干预工作宜从以下方面加强：一是针对新生开展心理健康教育讲座，如果具备条件还可以开设有利于新生心理健康维护的课程，尽可能让每位新生都能有机会接受到教育。二是面对新生开展以适应、人际交往、自我意识等为主题的团体辅导、团体训练等活动。三是对重点学生开展个体咨询。四

是要求辅导员做好新生的谈心交流工作,协助专业人员开展危机学生心理干预的相关工作。另外,还可以发挥心理社团和班级心理委员的朋辈心理互助作用。

(四) 重视专业人才培养和作用的发挥。

专业人才是做好工作的核心要素,要做好心理健康测评工作,增强测评的实效性,必须重视心理专业人才的培养。心理专业人才的培养应从工作能力和敬业精神两个方面着手。通过重视其工作、肯定成绩等激励手段,增加其自我价值感和工作成就感,有利于增强信心,激发其工作的积极性和主动性,同时对于其专业成长给予充分的支持和鼓励,创造平台,提供较多的学习和交流的机会及自我展示的舞台,无疑会对心理专业人才的培养及其作用

发挥大有益处。

(五) 强化研究意识。

心理健康测评人员要重视对测评工作的研究,经常性地反思测评工作实践,查找测评过程中出现问题的可能原因,寻求科学合理地解决方法和途径,增强心理健康测评科学性,不断提高心理健康测评工作的实效性。

参考文献

- [1]赵霞.对高校学生心理健康测评工作的反思[J].理工高教研究,2008,10(27):105—107.
- [2]马建青,王东莉.大学生心理健康测评和建档工作的理性思考[J].应用心理学,2009,15(1):78—83.

[编辑、校对:全玉琴]

Reflections on Enhancing the Effectiveness of College Students' Psychological Health Assessment

SU Xiao-qi

(Xianyang Vocational and Technical College, 712046)

Abstract: As college students' psychological health evaluation work is not rigorous and targeted intervention and education work lacks, the author thinks that we must enhance the effectiveness of the evaluation work by strengthening psychological health assessment and research consciousness and other measures and reinforcing the evaluation work of the various links role.

Key Words: college students; mental health; evaluation