

浅谈如何建立大学生心理健康档案

谭军红

(南华大学 继续教育学院,湖南 衡阳 421001)

【摘要】 文章分析了建立大学生心理健康档案的必要性,对大学生心理健康档案的内容、建立的原则、信息采集的要求进行了系统阐述,并提出建议将建立大学生心理健康档案纳入评估指标体系以促进大学生心理健康档案的建立。

【关键词】 大学生; 心理健康; 档案; 信息

【中图分类号】 G44 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1673-0755(2008)01-0080-03

大学生是一个特殊的年青群体,他们处于青年的中、晚期,以旺盛的生理机能为基础,以求知、探索和创新为认知特征,以政治参与为意向特点,以获取通向社会的最后签证为主导活动目的的独特文化群体。这样一个特殊群体,具有其特殊心理特征,也存在着特殊的心理问题。如何正确把握大学生的心理成长规律,及时正确地发现其存在的心理问题,有针对性地开展心理健康教育和危机干预,是高校所面临的一个重要课题。

一 充分认识建立大学生心理健康档案的必要性

大学生作为一个特殊群体,有着其特殊的心理特征,其表现为:自我意识凸现,但往往陷入许多矛盾之中而苦闷;务实观念增强,但却容易滋生功利主义思想;竞争意识增强,但心理承受素质较差;需要复杂,情感丰富,但情绪容易失控;爱情需要与性意识快速发展,但易陷入感情漩涡不能自拔等。在这样的心理特征和大学生活背景下,当代大学生常见的心理问题有适应问题、学业问题、情绪与情感问题、人际关系问题、就业问题等,这些问题成为困扰他们、影响他们成长的主要因素。

大量调查研究表明,大学生已成为心理问题比较集中的群体之一。据一项对全国12.6万大学生的调查显示,其中20.3%有心理问题,单项心理障碍者(如偏执、抑郁、敌对等)则高达78%,因各种心理疾病休退学的大学生已占总体、退学人数的50%,在全国大学生中所发生的许多恶性事件,大都与他们的心理健康问题有关。大学生的心理健康问题已成为严重影响大学生这一群体健康成长的严重因素,这一现象正引起了各方面的高度关注。1999年6月,中共中央国务院在《关于深化改革全面推行素质教育的决定》中就明确指出:学校教育要树立健康第一的指导思想。2001年教育部印发的《关于加强普通高校大学生心理健康教育工作的意见》

中指出:应该在大学生中普及心理健康知识,积极预防学生重大心理问题的发生,全面提升大学生的综合素质。2003年3月在教育部的《普通高校大学生心理健康工作实施纲要(试行)》中更是明确要求各高校加强大学生心理健康教育。

大学生心理健康档案是记录学生个性特征和心理健康状况,反映学生现有心理面貌的材料,建立大学生心理健康档案,对全面客观了解学生的心理健康状况、有的放矢地开展扎实有效心理健康教育工作、切实提高大学生个体与整体的心理素质、预防和减少学生心理健康事故的发生,有着十分重要的意义。

(一)为高校心理健康教育及研究提供素材。大学生心理健康档案是利用科学方法,通过对学生心理的全面普查与诊断建立起来的,从中我们不仅能了解每一个大学生的个体心理特征及心理健康状况,还能总结出大学生群体在心理健康中存在的问题,为学校对学生开展心理健康教育、预防和干预创造条件,并为心理健康研究提供大量客观真实的第一手材料。

(二)为教师了解学生心理特点、因材施教提供依据。通过对学生智力、能力、人格特征、兴趣、爱好和心理健康程度的充分了解,不但能为高校有效地开展心理健康教育提供必要依据,而且对学生的其他教育活动进行因材施教也有积极促进作用。

(三)为高校的学生科学管理提供决策依据。通过为学生建立心理健康档案,及时准确地掌握和了解学生的心理发展规律、特点和现状,为高校的学生科学管理提供心理学依据。

(四)为大学生自我认识、自我完善创造条件。大学生个体心理处于趋于成熟的阶段,但又远未成熟,虽然自我意识迅速发展,但自我认识能力有限,通常很难全面、正确地认识和评价自我。大学生心理健康档案记录了每一个学生心理

【收稿日期】 2007-12-16

【作者简介】 谭军红(1966-),女,湖南祁东人,南华大学继续教育学院助理馆员。

成长的轨迹,可以帮助学生全面、正确地认识自我,进而充分发挥自己的潜能,完善自我个性,预防心理疾病。

(五)为人才选拔提供参考依据。出于不同职业对人的心理素质有不同的要求,在过去的毕业生档案中没有对个体心理素质等各方面情绪的反映,使得用人单位难以根据职业特点选择心理素质相匹配的学生,既影响了人才的选拔,往往也由于被选学生的心理素质不适合所从事职业而影响其自身的发展。

从以上论述可以发现,建立大学生心理健康档案,对当代大学生的教育培养具有十分重要的意义,但大学生心理健康档案的建立工作还有较大的差距,据调查表明尚有20%以上的高校未建立学生心理健康档案,在建立的档案中,也有一部分在质量要求上不能满足,不能真正发挥作用。这可能是由于该项工作尚在推进阶段且又是一项工作量非常大并需要一定专业知识的基础性工作,在这方面既需要进一步提高认识,又存在积累经验,提高水平的问题。为此,建议教育行政主管部门,一是将建立大学生心理健康档案引入教学工作评价指标体系,作为重要的考核指标,以切实推动这项工作的扎实开展;二是制订大学生心理健康档案评价指标体系,对其质量水平进行考核评估,以确保大学生心理健康档案在建立的基础上达到完整规范、能管用的目的。

二 建立大学生心理健康档案的原则

建立大学生心理健康档案是一项专业性、规范性很强的工作,必须严格遵循以下原则:

(一)客观性原则。档案必须客观、真实地反映和记录学生个性心理特点和心理健康状况,不能主观臆测,随意增减或更改某些材料和记录。

(二)发展性原则。要收集学生心理发展变化材料,对学生心理的发展要进行跟踪记录,并根据学生的心理发展动态及时加以补充、修改。

(三)系统性原则。收集学生心理档案材料时要保证档案材料的连续完整,还要注意学生心理活动的整体和全面了解学生的心理健康状况。

(四)保密性原则。学生心理健康档案具有一定的隐私性,在建档和使用中应加强管理,不能任意暴露档案材料和泄漏相关信息。因此,对大学生心理健康档案人员不仅要强调具备一定的信息能力,而且要具备应有的信息道德。

三 明确和规范大学生心理健康档案的内容

心理健康通常是指人们与生活环境之间保持良好的心理平衡和协调状态。心理健康的标准是:智力正常,人格健全;自知自制,自尊自重;正视现实,适应良好;热爱生活,兴趣广泛;平等待人,乐于交往;情绪稳定,心境开朗。

针对大学生而言,判断其是否心理健康,可以从以下10个方面去考查。(1)能进行正常的学习、生活;(2)能与老师、同学或其他人保持良好的人际关系,与人为善,团结互助;(3)情绪基本稳定,对事物反应敏捷,心理持久地处于轻松和愉快状态;(4)行为符合社会群体要求,与学生身份相符;(5)性格完整,能客观地评价个人与外界,意志坚强,言行一致;

(6)与大多数人的心理意向一致,热爱集体,有浓厚的社交欲;(7)有良好的适应能力以及对紧急事件的应变能力;(8)有一定的安全感、信心和自主性;(9)心理符合生理水平,个人理想与实现的可能性之间的距离是可望又可及的;(10)能适应快节奏的时代变化,学习效率高,精力充沛,自我感觉良好。建立大学生心理健康档案应根据心理健康的标准和在教育实践中所发现的大学生普遍存在的心理问题来规划和确定其基本内容,以确保其规范性和完整性。

大学生心理健康档案是学生个体心理发展变化特点、心理咨询记录、心理测试结果、实际观察记录等材料的集中保存。大学生心理健康档案主要应具备以下内容:

(一)个人基本信息。个人基本信息应包括学生姓名、性别、民族、籍贯、出生年月、家庭住址、联系方式、个人爱好、特长、身体健康状况、学业情况、奖惩情况、成长经历、重大病史、重大心理创伤、自我评价等。

(二)社会关系信息。主要家庭成员和亲属及特别亲近的朋友的受教育水平、职业、经济水平、教育态度及与学生的情感状态,直系亲属疾病史。

(三)学生的学习及社会适合情况信息。学习成绩、优劣学科、学习兴趣和爱好、师生关系、同学关系、同学评价、老师评价、价值观、人生观、对社会热点问题的看法。

(四)个性心理特征信息。包括人格特征:合群性、聪慧性、稳定性、恃强性、兴奋性、有恒性、敢为性、敏感性、怀疑性、幻想性、世故性、忧虑性、实验性、独立性、自律性、紧张性等16种人格因数;气质类型;性格特征;心理健康状态(过去的、现在的);职业兴趣。

(五)心理咨询记录。

(六)反映心理问题的一些表现和行为。

(七)心理健康评价。

在上述不同的内容中,有些具有相互补充、支持和相互启发的作用,作为大学生心理健康档案的建立人员,必须要将几方面的内容进行对比分析,发现其中的共同点和矛盾点,对于共同点加以肯定,对于矛盾点和相冲突的,则要进一步进行分析或者取证,不能贸然地作出结论。

四 信息采集和整理生成

要建立有效的大学生心理健康档案,相关信息的采集和整理生成非常重要。只有做好了信息的采集和整理生成,才能避免信息的不完整和不对称。

信息的采集应满足以下要求:(1)全面性:能反映学生心理状况的全貌,不能漏缺;(2)准确性:要准确反映学生心理状态的本质;(3)真实性:要与学生的实际心理状况相一致;(4)次量性:有些信息不仅要有足够的数量,还要有一定的累积次数。

学生心理健康信息的采集可以采用访谈法、问卷调查法、观察法、文献档案资料法、心理测量法和老师同学书面评价等方法。同时,要注重实时采集,实时采集虽然工作难度大,但大都能采集到通过常规办法难以获得的真实信息。在信息的采集,还要注意拓宽信息的获取渠道。除了采取常规的办法获取信息外,还可以通过研究学生言谈、作品、穿

着、交友、消费等获取信息,要将一切可获取学生心理健康信息的内容都作为信息资源予以充分利用。

信息采集的步骤要点是:(1)确定要采集的信息目标,即要采集什么方面的信息。(2)确定信息源,即这些信息可以从哪些信息资源中获取。(3)选取合适的方法采集所需信息。

对于采集的信息,要进行归纳、分类、鉴别、筛选、数学计算和文字加工等处理,后要通过选择、重组、应用已有信息,使之生成合用的、概括性的信息。

在信息生成中,既要注重概括性、结论性,同时要做到明确、唯一,不能模棱两可,也不能使人在使用信息时在理解上出现歧义。如果采集到的信息经过处理后不能生成结论,则要回过去进行补充,直到能生成明确的结论为止。同时,在某次信息生成中,既要充分利用好本次采集的信息,又要很好地利用过去存储的相关信息资料。

由此可以看出,对于从事建立大学生心理健康档案工作的人员,应该具备一定的业务素养、信息素养和心理健康方面的专业知识及分析判断能力。

总之,建立大学生心理健康档案,必须要能准确、真实地记录学生每个阶段的主要状态,掌握学生心理健康状况,为学校开展心理健康教育和心理健康干预提供科学的依据和有力的支持,为大学生的健康成才提供保障。

[参考文献]

- [1] 建立大学生心理健康档案的初步尝试[J]. 辽宁高职学报, 2002, (6).
- [2] 汪光柴. 心理咨询与治疗[M]. 合肥: 安徽人民出版社, 1995.
- [3] 郑日昌. 大学生心理诊断[M]. 济南: 山东教育出版社, 1999.

Brief on Establishment of University Student's Psychological Health Filings

TAN Jun - hong

(University of South China, Hengyang 421001, China)

Abstract: The article systematically expounds the content of university students' psychological health filings, principle of filing and requirement of information collection, with the analysis of the necessity. It was proposed that the filing can be promoted by incorporating the setting up of the students' psychological health filings in the assessment system.

Key words: university student; psychological health filings; information