

doi:10.3969/j.issn.1672-4348.2021.05.015

农村生源大学新生心理健康状况及其应对

——以福建省某本科高校近五届新生研究为例

张师辉,何仕

(福建工程学院 办公室,福建 福州 350118)

摘要:采用 SCL-90 对福建省某高校 2015~2019 年连续 5 届共 9238 名农村生源大学新生心理健康状况进行测查与分析。结果表明,农村生源大学新生心理健康总体状况并不比城镇生源差,但强迫症状和恐惧两个因子得分较高;女生心理健康水平总体低于男生,在强迫症状、焦虑、恐惧、精神病性因子方面较为突出;来自独生子女家庭的学生有更高焦虑、偏执倾向,且焦虑水平高于全国青年均值;来自非完整家庭的学生有更高抑郁、焦虑倾向,且焦虑水平也高于全国青年均值。基于研究结果,建议要将积极心理学的理念融入到农村大学生心理健康教育中,以生为本提升学生心理健康自助能力,不断健全和完善心理健康教育工作体系,深化“学校—家庭—社会”三方联动,以进一步提升农村生源大学生心理健康教育工作质效。

关键词:农村生源;大学新生;心理健康;症状自评量表;教育对策

中图分类号: B844.2;R395 **文献标志码:** A **文章编号:** 1672-4348(2021)05-0492-08

Analysis of mental health status of freshmen from rural areas and educational countermeasures: a case study of freshmen of the recent five years in a university in Fujian Province

ZHANG Shihui, HE Shi

(University Administrative Office, Fujian University of Technology, Fuzhou 350118, China)

Abstract: SCL-90 was used to measure and analyze the mental health status of 9238 freshmen from rural areas in a university in Fujian Province from 2015 to 2019. Results show that the overall mental health of freshmen from rural areas is not worse than those from urban areas, but their obsessive-compulsive symptoms and fear are significantly higher. The mental health level of girls from rural areas, whose symptoms are more prominent in obsessive-compulsive disorder, anxiety, fear, and psychiatric factors, is lower than that of boys. Students from only-child families have greater anxiety and paranoia tendencies, and their anxiety level is higher than the national youth average; students from incomplete families have greater depression and anxiety tendencies, and their anxiety level is also higher than the national youth average. Based on the research results, it is suggested that the concept of positive psychology should be integrated into the mental health education of rural college students, so as to promote students' self-help ability in mental health on the basis of student participation, continuously improve and perfect the work system of mental health education, and deepen the “school-family-society” tripartite joint efforts to improve the quality and effectiveness of mental health education.

Keywords: rural students; freshmen; mental health; SCL-90; education countermeasures

党的十八大以来,以习近平同志为核心的党中央把脱贫攻坚摆在治国理政的突出位置,作为实现第一个百年奋斗目标的重点任务,纳入“五位一体”总体布局和“四个全面”战略布局,作出了一系列重大决策部署,我国脱贫攻坚战取得了全面胜利,城乡一体化进程加快推进,城乡教育资源得到了优化调节,农村教育质量不断提升,更多的农村学生获得了接受高等教育的机会。党的十九届五中全会指出,要优先发展农业农村,全面推进乡村振兴,实现巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接。乡村振兴,教育先行。农村大学生的成长成才寄托着社会发展的希望,促进农村大学生德智体美劳全面发展是全面实施乡村振兴战略应有之义,而拥有健康的心理品质是个体实现全面发展的基础,也因此,农村大学生心理健康状况备受社会关注^[1-3]。为此,本研究希望通过对农村生源大学新生心理健康现状进行测查,来比较分析其心理健康状况,以为更好地适应和满足不同学生群体心理健康服务需求、更有效地应对农村生源大学生的心理和行为问题、更有针对性地做好高校心理健康教育与管理工提供参考对策。

一、对象与研究方法

(一) 研究对象

采用整群取样法,以福建省某本科高校某校区2015~2019年连续5届农村生源大学本科新生为研究对象。从新生心理普测档案中抽取数据,剔除缺失数据等无效答卷56份,有效答卷总计份数9 238份,总体有效问卷率99.40%。研究样本中,2015级1 993名,2016级1 806名,2017级1 520名,2018级1 970名,2019级1 949名;平均年龄 (18.62 ± 0.83) 岁,1995年(含)后出生人数占98.6%。同时,以同级入学的13 031名城镇生源本科新生为对照组,平均年龄 (18.63 ± 0.92) 岁。

(二) 研究方法

1. 测量工具

采用L.R. Derogatis等编制的症状自评量表(Self-reporting Inventory)(SCL-90)^[4],该量表由90个项目组成,共有10个因子,分别反映10个方面的心理症状情况:躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐惧、偏执、精神病性等9个症状因子和1个主要反映睡眠及饮食情况的

“其他”因子。SCL-90采用1~5级的李克特量表评分方法,从1到5分别代表“无症状”“很轻”“中等”“偏重”“严重”。测查指标包括总分、总均分、因子均分、阳性项目数等。测试者得分越低,表明个体的心理健康水平越高。

此外,本研究还添加了一般人口学问卷,主要收集被试的人口学信息,如性别、年龄、生源、是否为独生子女、父母婚姻状况等。其中,“生源”的判断以学生入学前户口性质的分类为参考,把属于“农业户口”归为“农村生源”,“非农业户口”归为“城镇生源”;父母婚姻状况仅分为“完整家庭”“单亲或离异家庭”两类。

2. 测量过程

调查时间均在每年新生入学后2个月前后,由学校心理健康教育与发展中心组织专业人员进行测查。参与测查工作的主试均接受过标准化的操作培训。正式施测时,学生以专业班级为单位分批集中到学校机房,使用统一的指导语指引学生在电脑上答题自测。

3. 统计分析

SCL-90量表原始数据通过瑞格心理教育信息化管理系统进行收集、导出后,使用SPSS 23.0统计软件进行整理和分析,主要方法有描述统计、卡方检验、 t 检验、方差分析等。

二、结果

(一) 基本人口学资料

调查学生数据中,农村生源9 238人,同级入学的城镇生源13 031人,其基本人口学资料见表1。

(二) SCL-90量表得分及比较

1. 农村生源大学新生心理问题筛查总体状况

按照全国常模标准,当SCL-90总分大于等于160分,或任一因子大于等于2,或阳性项目数超过43项,可考虑筛选为阳性,需进一步检查;本研究参照以“考虑筛选为阳性的情况下,任一因子分或总均分 ≥ 3 分”作为检出标准,表示可能存在中等程度以上的心理问题^[5-7]。按照检出标准,统计出2015年至2019年农村生源和城镇生源大学新生总人数和中重度心理问题检出人数,并计算检出率,见表2。进一步对中等程度以上心理问题的检出率进行卡方(χ^2)检验可知:(1)农村生源总检出率为5.52%,与城镇生源无显著

差异 ($P > 0.05$)。(2) 农村生源和城镇生源总检出率在不同年份上的差异都不显著($P > 0.05$)。

表 1 研究对象基本人口学资料
Tab.1 Subjects' basic demographic data

组别	年份	性别		独生子女		父母婚姻状况		合计
		男	女	独生	非独生	完整	离异或单亲	
农村生源	2015	1 290	703	399	1 594	1 963	30	1 993
	2016	1 106	700	354	1 452	1 780	26	1 806
	2017	900	620	283	1 237	1 500	20	1 520
	2018	1 055	915	320	1 650	1 937	33	1 970
	2019	1 070	879	313	1 636	1 918	31	1 949
	合 计	5 421	3 817	1 669	7 569	9 098	140	9 238
城镇生源	2015~2019	7 506	5 525	8 275	4 756	12 851	180	13 031

表 2 农村和城镇生源大学新生 2015~2019 中重度心理问题检出率对比
Tab.2 Comparison of the detection rates of moderate and severe mental problems among freshmen from rural and urban areas from 2015 to 2019

年份	农村生源		城镇生源		χ ² 值
	总人数	检出人数(检出率)	总人数	检出人数(检出率)	
2015	1 993	108(5.42%)	2 411	137(5.68%)	0.144
2016	1 806	109(6.04%)	2 352	139(5.91%)	0.029
2017	1 520	83(5.46%)	2 325	129(5.55%)	0.014
2018	1 970	104(5.28%)	2 931	175(5.97%)	1.049
2019	1 949	106(5.44%)	3 012	169(5.61%)	0.067
合计	9 238	3 510(5.52%)	13 031	749(5.75%)	0.523
χ ² 值	1.213		0.677		

2.农村生源大学新生心理健康状况纵横对比

纵向上,将 2015~2019 年农村生源大学新生 SCL-90 各因子得分进行单因素方差分析,见表 3。可知,年份在 SCL-90 的 10 个因子上均存在主效应($P < 0.05$),且经 Scheff'e 事后检验显示各因子得分在多数年份存在显著差异,其中 2016 年各因子均值略高其他年份。

横向上,统计农村生源与城镇生源大学新生、全国青年常模(18~29 岁)^[8]在各因子上得分,见表 4。进一步通过 t 检验可知:(1)农村生源大学新生在焦虑、偏执、其他因子上得分均显著低于城镇生源,而在强迫症状、恐惧因子上显著高于城镇生源。(2)农村生源大学新生在躯体化、抑郁、敌对、偏执、其他因子上得分均显著低于全国青年常模,而在强迫症状、

恐惧因子上显著高于全国青年常模。

3.农村生源新生 SCL-90 各因子得分在性别变量上差异比较

统计不同性别的农村生源大学新生在 SCL-90 各因子上得分,见表 5。进一步通过 t 检验可知:(1)女生在躯体化、强迫症状、抑郁、焦虑、恐惧、其他因子上得分均显著高于男生,而在偏执因子上显著低于男生。(2)与成人常模^[8]相比,农村生源男生在躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、敌对、恐惧、其他因子上均显著低于成人男性常模,而在偏执因子上高于成人男性常模;农村生源女生在躯体化、抑郁、敌对、偏执、其他因子上均显著低于成人女性常模,而在强迫症状、焦虑、恐惧、精神病性因子上显著高于成人女性常模。

表 3 2015~2019 年农村生源大学新生 SCL-90 各因子得分对比 (x±s)

Tab.3 Comparison of the mean scores and total mean scores of the SCL-90 factors of freshmen from rural areas from 2015 to 2019 (x±s)

年份	躯体化	强迫 症状	人际关系 敏感	抑郁	焦虑	敌对	恐惧	偏执	精神病 性	其他
2015	1.21±0.31	1.74±0.48	1.56±0.50	1.39±0.43	1.39±0.42	1.35±0.43	1.29±0.39	1.39±0.42	1.35±0.37	1.33±0.39
2016	1.25±0.33	1.81±0.49	1.64±0.52	1.44±0.46	1.44±0.45	1.39±0.46	1.32±0.43	1.45±0.44	1.41±0.40	1.37±0.41
2017	1.22±0.35	1.69±0.57	1.50±0.54	1.37±0.49	1.38±0.48	1.28±0.43	1.31±0.45	1.31±0.44	1.34±0.43	1.30±0.45
2018	1.20±0.33	1.72±0.52	1.50±0.53	1.40±0.48	1.40±0.46	1.27±0.40	1.30±0.43	1.29±0.41	1.33±0.42	1.31±0.42
2019	1.24±0.35	1.73±0.53	1.50±0.53	1.40±0.48	1.39±0.45	1.34±0.44	1.27±0.41	1.33±0.42	1.33±0.40	1.35±0.44
F	7.928 ***	12.920 ***	24.884 ***	5.028 ***	4.636 **	25.505 ***	3.303 *	46.087 ***	13.712 ***	8.384 ***

注: * 表示 $P < 0.05$, ** 表示 $P < 0.01$, *** 表示 $P < 0.001$ (下同)。

表 4 农村生源与城镇生源、全国青年常模 SCL-90 各因子均分差异比较 (x±s)

Tab.4 Comparison of the mean scores and total mean scores of the SCL-90 factors among freshmen from rural and urban areas, and the national youth norms (x±s)

因 子	农村(1) (n=9238)	城镇(2) (n=13031)	全国 18~29 岁人群 常模(3) (n=5146)	(1)(2) <i>t</i> 检验	(1)(3) <i>t</i> 检验
躯体化	1.23±0.33	1.23±0.34	1.32±0.41	-1.594	-14.346 ***
强迫症状	1.74±0.52	1.66±0.56	1.68±0.57	11.110 ***	6.406 ***
人际关系敏感	1.54±0.53	1.53±0.55	1.53±0.56	1.517	1.063
抑郁	1.40±0.46	1.41±0.49	1.43±0.52	-0.712	-3.576 **
焦虑	1.40±0.45	1.41±0.47	1.40±0.47	-2.679 **	0.000
敌对	1.33±0.43	1.33±0.45	1.47±0.57	0.052	-16.603 ***
恐惧	1.30±0.42	1.29±0.42	1.25±0.39	1.983 *	7.019 ***
偏执	1.35±0.43	1.37±0.46	1.41±0.50	-3.007 **	-7.560 ***
精神病性	1.35±0.40	1.36±0.42	1.35±0.44	-1.709	0.000
其他	1.34±0.42	1.35±0.45	1.48±0.55	-2.588 *	-17.101 ***

表 5 在性别变量上农村生源大学新生 SCL-90 各因子均分差异比较 (x±s)

Tab.5 Comparison of the mean scores and total mean scores of the SCL-90 factors among freshmen of different genders from rural areas (x±s)

因子	男生		女生		(1)(3) <i>t</i> 检验	(1)(2) <i>t</i> 检验	(3)(4) <i>t</i> 检验
	本研究样本 (n=5421)(1)	成人男性常模 (n=4885)(2)	本研究样本 (n=3817)(3)	成人女性常模 (n=7275)(4)			
躯体化	1.21±0.31	1.34±0.47	1.25±0.36	1.39±0.45	-5.732 ***	-16.894 ***	-16.799 ***
强迫症状	1.72±0.53	1.62±0.59	1.77±0.50	1.68±0.58	-4.405 ***	-8.901 ***	7.771 ***
人际关系敏感	1.53±0.51	1.49±0.56	1.55±0.55	1.52±0.55	-1.378	-3.879 ***	2.462 *
抑郁	1.37±0.43	1.42±0.52	1.45±0.50	1.47±0.54	-8.042 ***	-5.430 ***	-2.089 *
焦虑	1.37±0.42	1.37±0.49	1.44±0.48	1.41±0.48	-6.874 ***	0.000	2.597 **
敌对	1.32±0.43	1.46±0.58	1.34±0.45	1.50±0.57	-1.88	-14.261 ***	-15.567 ***
恐惧	1.24±0.38	1.20±0.39	1.37±0.47	1.24±0.39	-14.38 ***	-5.305 ***	15.515 ***
偏执	1.36±0.43	1.42±0.54	1.34±0.43	1.40±0.48	3.198 **	5.861 ***	-7.032 ***
精神病性	1.35±0.40	1.34±0.46	1.36±0.41	1.34±0.43	-1.578	-0.591	2.242 *
其他	1.32±0.42	1.50±0.59	1.35±0.43	1.52±0.57	-3.033 ***	-17.641 ***	-16.111 ***

4.农村生源新生 SCL-90 各因子得分在家庭组成变量上差异比较

通过对独生和非独生农村生源大学新生在 SCL-90 各因子上得分的 *t* 检验可知(见表 6): (1)独生子女在焦虑、偏执因子上显著高于非独生子女,而在恐惧因子上显著低于非独生子女。(2)与全国青年常模相比,独生子女在躯体化、敌对、偏执、其他因子上显著低于全国青年常模,而在强迫症状、焦虑因子上显著高于全国青年常模;非独生子女在躯体化、抑郁、敌对、偏执、其他因子上显著低于全国青年常模,而在强迫症状、恐惧因子上显著高于全国青年常模。

5.农村生源新生 SCL-90 各因子得分在父母婚姻变量上差异比较

通过对单亲或离异与完整家庭子女农村生源大学新生在 SCL-90 各因子上得分的 *t* 检验可知(见表 7): (1)单亲或离异家庭子女在抑郁、焦虑因子上得分显著高于完整家庭子女。(2)与全国青年常模相比,单亲或离异家庭子女在强迫症状、焦虑因子上显著高于全国青年常模,而在敌对因子上则相反;完整家庭子女在躯体化、抑郁、敌对、偏执、其他因子上显著低于全国青年常模,而在强迫症状、恐惧因子上显著高于全国青年常模。

表 6 独生和非独生农村生源大学新生 SCL-90 各因子均分差异比较 ($\bar{x}\pm s$)
Tab.6 Comparison of the mean scores and total mean scores of the SCL-90 factors among freshmen from single-child and non-single child families from rural areas($\bar{x}\pm s$)

因 子	独生(1) (n=1669)	非独生(2) (n=7569)	全国 18~29 岁人群 常模(3)(n=5146)	(1)(2) <i>t</i> 检验	(1)(3) <i>t</i> 检验	(2)(3) <i>t</i> 检验
躯体化	1.22±0.32	1.23±0.34	1.32±0.41	-0.769	-9.210***	-14.139***
强迫症状	1.72±0.53	1.74±0.51	1.68±0.57	-1.499	2.596**	6.388***
人际关系敏感	1.54±0.52	1.54±0.53	1.53±0.56	0.401	0.774	0.715
抑郁	1.40±0.45	1.40±0.47	1.43±0.52	0.217	-1.830	-3.284**
焦虑	1.44±0.43	1.39±0.45	1.40±0.47	4.081***	2.936**	-1.443
敌对	1.34±0.43	1.32±0.43	1.47±0.57	1.271	-8.745***	-16.600***
恐惧	1.26±0.40	1.30±0.43	1.25±0.39	-3.431**	0.907	6.710***
偏执	1.38±0.44	1.35±0.43	1.41±0.50	2.46*	-2.557*	-7.631***
精神病性	1.34±0.40	1.35±0.41	1.35±0.44	-1.06	-0.743	0.395
其他	1.34±0.42	1.33±0.42	1.48±0.55	0.898	-9.319***	-17.077***

表 7 在父母婚姻变量上农村生源大学新生 SCL-90 各因子均分差异比较 ($\bar{x}\pm s$)
Tab.7 Comparison of the mean scores and total mean scores of the SCL-90 factors among freshmen from rural areas with parents of different marital status($\bar{x}\pm s$)

因 子	单亲或离异 (1)(n=140)	完整(2) (n=9098)	全国 18~29 岁人群 常模(3)(n=5146)	(1)(2) <i>t</i> 检验	(1)(3) <i>t</i> 检验	(2)(3) <i>t</i> 检验
躯体化	1.25±0.36	1.23±0.33	1.32±0.41	1.022	-1.885	-15.026***
强迫症状	1.82±0.52	1.74±0.52	1.68±0.57	1.872	2.853**	6.090***
人际关系敏感	1.57±0.58	1.54±0.53	1.53±0.56	0.714	0.812	0.745
抑郁	1.54±0.53	1.40±0.46	1.43±0.52	3.571***	2.491*	-3.553***
焦虑	1.55±0.42	1.40±0.45	1.40±0.47	3.946***	3.636***	0.628
敌对	1.34±0.48	1.33±0.43	1.47±0.57	0.373	-2.693**	-17.069***
恐惧	1.30±0.39	1.30±0.42	1.25±0.39	-0.027	1.497	6.979***
偏执	1.42±0.48	1.35±0.43	1.41±0.50	1.777	0.140	-7.439***
精神病性	1.41±0.42	1.35±0.40	1.35±0.44	1.647	1.488	0.000
其他	1.37±0.41	1.33±0.42	1.48±0.55	0.900	-2.434*	-17.767***

三、讨论与分析

(一)农村生源大学新生心理健康总体水平在同龄群体中并不差

结果显示,农村生源大学新生的中等程度以上心理问题检出率与同届入学的城镇生源无显著差异,且在年份上趋于稳定,这表明农村生源大学新生在中重度心理问题的发生率并不高于城镇生源。之前有研究得出大学新生心理普测总体筛查率在3.38%~5.72%之间^[9],本研究中农村生源学生中重度心理问题发生率也在该区间范围内,可见农村生源大学新生心理健康总体状况并不像一些研究^[2]那样悲观。农村与城镇生源中重度心理问题发生率间差距的缩小,可能是由于我国农村经济社会持续发展,特别是在城乡一体化协调发展的框架下,社会资源得到了进一步优化配置,农村生活质量不断提升,而这些农村生源学生又属于国家时代政策的得益者,从而为他们心理健康稳定向好奠定了良好的物质基础^[3]。同时,党和国家越来越重视学生心理健康,教育部于1999年和2002年先后颁布了《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》《中小学心理健康教育指导纲要》两个重要文件,使得农村中小学阶段的心理健康教育质量不断提升,这也促进了农村生源学生心理健康水平的提升。

(二)农村生源大学新生在强迫症状和恐惧问题上较为突出

与城镇生源及全国青年常模比较,农村生源学生在8个因子上得分较低或无显著差异,仅2个因子得分较高,这也能佐证农村生源学生心理健康水平并不低的判断。但保持乐观的同时,也必须谨慎,从调查结果可以看出,农村生源大学新生在“强迫症状”和“恐惧”等方面相对城镇生源及全国青年常模都表现欠佳,这与一些研究结论相一致^[1,3]。此结果可能是由于农村学生所处的竞争环境所致,农村学生在考入优质高校的竞争中还处于劣势地位^[10],他们升学压力更大,中小学阶段通常需要更加努力,对自我要求也会更高,在成长过程中更容易形成完美化倾向,表现出强迫性人格的特点,在面对不可操控的情景时,更易出现恐惧、恐慌等情绪困扰。

(三)农村生源大学新生心理健康状况在性别上差异较为鲜明

青年男性与女性在心理健康状况上存在显著

差异性,这已被相当多的研究所支持^[1,8,11]。本研究测量结果与已有研究基本一致,农村生源女生的心理健康状况总体上要弱于男生。同时,结果还显示,农村生源学生心理健康状况总体好于全国成人平均水平,但农村生源女生在强迫症状、焦虑、恐惧、精神病性因子上表现欠佳,而男生仅在偏执方面表现比较明显。女生心理健康水平低于男生,可能由于两者之间在生理结构、心理需求和社会期待等方面存在明显差异,女生内心较为细腻、敏感,且对焦虑、抑郁等心理症状具有生物学上的易感性^[12]。另外,尽管重男轻女现象在我国有所改善,但农村地区重男轻女的思想固化还比较严重,男尊女卑思想一定程度还存在,这与现代女性地位提升相冲突,传统角色定位与社会期待、理想自我的矛盾,使得农村生源女生比男生更易诱发心理问题症状。

(四)家庭因素对农村生源大学新生心理健康状况影响较为显著

数据分析显示,不同的家庭构成对于农村生源大学新生心理健康的影响存在显著差异。一方面,表现为独生子女家庭的农村生源学生有更高的焦虑、偏执倾向,且焦虑水平也高于全国青年均值;而非独生子女家庭的农村生源学生仅在恐惧倾向上更为明显。上述结果支持了农村独生子女在焦虑等负性情绪困扰更为多见的研究结果^[13]。其原因可能是农村留守儿童中独生子女占有比例较大^[14],由于缺乏亲子陪伴,缺少兄弟姐妹情感交流,导致安全感不足,极易出现焦虑心理。另一方面,表现为单亲或离异家庭的农村生源学生有更高的抑郁、焦虑倾向,且焦虑水平也高于全国青年均值;而完整家庭学生心理健康状况总体优于单亲或离异家庭学生。与一些已有研究相一致,非完整家庭学生的心理问题更为多发,其中抑郁、焦虑等问题最为多见^[15]。单亲或离异家庭的农村生源学生在焦虑问题上更为突出,可能还是与父母的陪伴和关爱有关^[16],因此需要特别关注这类群体。

四、结论与对策建议

总之,农村生源大学新生中重度心理问题的发生率与城镇学生无显著差异,其总体心理健康水平并不堪忧,但仍需保持谨慎乐观。具体来说,农村生源学生在“强迫症状”和“恐惧”方面问题

较为常见,其中女生心理健康水平低于男生,独生子女家庭比多子女家庭更易焦虑,不完整家庭比完整家庭学生更易抑郁、焦虑。针对以上问题,建议从以下四个方面做好大学阶段农村生源大学生心理健康教育工作。

(一) 树立农村生源大学生心理健康教育的积极心理学观

长期以来,高校心理健康教育更多关注解决少数大学生的心理问题,而忽视多数学生潜质开发和心理素质培养。对农村生源大学生群体也是如此,更多关注少数有心理问题的农村学生,而忽视了多数学生的积极心理品质关注与培养,如多数农村大学生有着勤奋上进、吃苦耐劳的品质。基于积极心理学视角,心理健康教育不仅仅要致力解决学生心理问题或困扰,还要以发展的观点关注到学生成长性目标,充分理解学生成长过程中的心理需求和认知特点,用积极的理念优化学生心理素质,因此对农村生源大学生开展心理健康教育不能仅局限于少数学生心理问题的咨询与辅导,而也要关注多数人的心理发展需求,强化心理健康教育的积极情绪体验,要通过心理健康教育,培养学生的积极心理品质,要善于发现学生的闪光点和特长,给予更多的更多的信任和激励,做到预防、矫正心理问题和关注学生发展与幸福体验并重。

(二) 以生为本提升农村生源大学生心理健康的自助能力

大学阶段促进农村生源大学生心理健康成长,既要解决共性问题,也要化解个性问题。和城镇生源新生一样,在入学阶段,农村生源大学生常因角色和生活环境的转换,容易在自我认知与发展、学业适应、人际交往、恋爱情感等方面出现心理问题或困扰,这些问题是大学生自我心理调整的必然过程,解决这些共性问题,首要关键是引导学生树立正确的认知。在个性问题上,针对农村生源大学生“强迫症状”“恐惧”的表现、女生的差异性以及独生子女“焦虑”、来自不完整家庭学生“抑郁”“焦虑”倾向,学校心理健康教育要坚持主导性与主体性相结合的原则,在尊重学生主体地位的前提下,充分发挥心理咨询师、专业教师、辅导员、班导师等育人主体的主导作用,采取必要的干预对策,提升学生自主自助维护心理健康的意识和能力,即心理咨询的“助人自助”。如对“强

迫症状”和“恐惧”表现,首先要认识到每个学生都是独立个体,尊重学生对内心世界真实感受的描述,建立起同理心,对学生心理和行为表示理解,用心用情帮助学生自己选择目标和寻找解决方案,使之积极、愉悦地学会成长过程中的自我调适。

(三) 健全和完善农村生源大学生心理健康教育工作体系

心理健康教育遵循差异性原则,因此要在全面把握农村生源大学新生身心发展特点的基础上,健全和完善心理健康教育工作体系。一要强化体制机制建设,把心理育人融入思想政治教育的“三全育人”综合改革中,健全“学校—学院—班级—宿舍”四级心理健康教育工作网络,建立农村生源大学生心理互助机制,形成学校统筹、分级管理、专业引领、行政保证的领导体制;二要强化教学体系建设,充分发挥课堂教学的主渠道、主阵地作用,在开好《大学生心理健康教育》课程的同时,主动将心理健康教育元素融入到“课程思政”教学改革中,达到润物无声、育人育心的效果。如开展课程调研,更新课程内容和形式,增设素质拓展训练课和线上课堂,及早帮助农村生源大学新生开展职业生涯规划教育,消除学业恐慌等;三要强化咨询服务体系建设,针对性地开展心理健康问题排查,动态更新农村生源学生心理健康档案,构建和完善心理危机预防预警机制;四要针对农村大学生突出的心理问题,有效开展心理健康宣传教育活动,在朋辈团体中组织学习经验交流会,提供更多高质量社会实践锻炼机会,培育学生自尊自信、理性平和、积极向上的健康心态。

(四) 深化三方联动合力推进农村生源学生心理健康教育

根据美国心理学家布朗芬布伦纳的发展心理学生态系统理论^[17],家庭因素与社会环境对大学生健康成长也至关重要。做好农村生源大学生心理健康教育工作需要社会、学校、学生家庭及学生自身的共同努力,因此要树立整体教育观念,构建好“学校—家庭—社会”心理健康支持系统,将家庭教育和社会影响纳入到农村学生的培养计划中,主动加强家校联系,通过家长见面会、给家长一封信、日常信息发送等方式让他们了解孩子在校学习生活情况,指导家长掌握心理健康知识和科学教育方式,督促家长充分尊重、关爱孩子,营

造和谐的家庭关系。此外,促进农村生源大学生心理健康成长,不仅需要家校协同,也还需要整个社会的共同关注,合力为学生营造一个健康的成长氛围,如政府和社会组织可以将解决心理问题

与解决实际问题相结合,加大对贫困农村学生进行物质资助和就业创业扶持等,为学生减轻心理负担,消除孤立无援感,使焦虑、抑郁等不良情绪得到松弛。

参考文献:

- [1] 辛自强,张梅,何琳.大学生心理健康变迁的横断历史研究[J].心理学报,2012,44(5):664-679.
- [2] 张迪.不同生源地大学新生心理健康状况的变迁(2006~2013年)[J].心理学探新,2015,35(6):561-566.
- [3] 丁武,郭执玺.我国农村大学生心理健康变迁(2000-2015):一项横断历史研究[J].思想政治教育研究,2017,33(2):156-160.
- [4] DEROGATIS L R, LIPMAN R S, COVI L. SCL-90: an outpatient psychiatric rating scale-preliminary report[J]. Psychopharmacology Bulletin, 1973, 9: 13-28.
- [5] 童辉杰. SCL-90 量表及其常模 20 年变迁之研究[J]. 心理科学, 2010(4): 928-930.
- [6] 杨海波. 近 10 年中国大学新生 SCL-90 调查结果元分析及其常模确定[J]. 中国学校卫生, 2010(1): 90.
- [7] 施玲燕,黄水平,卓朗,等.大学生应用 SCL-90 量表的参考值及信效度评价[J].中国学校卫生,2013,34(2):223-224.
- [8] 刘媛媛,武圣君,李永奇,等.基于 SCL-90 的中国人心理症状现状调查[J].中国心理卫生杂志,2018,32(5):437-441.
- [9] 袁克俭,张英,李美英,等.近五年大学新生心理健康状况调查及分析[J].当代教育理论与实践,2012,4(2):54-56.
- [10] 吴克明,卢同庆.农村籍大学生比例下降现象探究:城乡比较的视角[J].现代大学教育,2013(1):22-27.
- [11] 耿艳,李梅.大学生心理健康状况述评:江苏师范大学新生心理普测数据分析[J].江苏师范大学学报(哲学社会科学版),2016,42(6):134-136,160.
- [12] NOLEN-HOEKSEMA, S. Gender differences in depression[J]. Current Directions in Psychology Science, 2001(5):173-176.
- [13] 刘小庆,周全丽,李越.大一新生中农村独生子女的心理健康状况调查[J].中国健康心理学杂志,2016,24(12):1872-1876.
- [14] 徐丽华,陈登峰,傅文青,等.留守环境对农村独生子女心理健康状况的影响[J].中国临床心理学杂志,2011,19(5):663-665.
- [15] 曾美英,晏宁,于红军,等.家庭因素对大学生心理健康的影响研究[J].心理科学,2008(3):597-601.
- [16] 孟祥辉,周申之,周超.家庭因素对大学生心理健康的影响研究[J].宁波工程学院学报,2018,30(1):100-104.
- [17] 朱丽.近50年来发展心理学生态化研究的回顾与前瞻[J].心理科学,2005(4):922-925.

(责任编辑:王圆圆)