

某高校 2013 年心理咨询来访情况分析

李美英

(湖南科技大学 马克思主义学院, 湖南 湘潭 411201)

摘要:目的:了解咨询中心来访者的一般情况、来访缘由、来访人次、性别差异等,为中心日后工作的有效开展提供参考性建议。方法:对2013年来访者情况进行统计分析。结果:一年来的咨询情况显示,女性来访者占多数,多为常见心理问题,神经症、精神障碍所占比率不大。结论:加强心理咨询宣传,提高来访者的求助意识与行为;提高咨询师的业务能力,为来访者提供切实有效的心理服务;进一步普及心理健康常识,发动社会力量促进大学生的心理健康发展与成才。

关键词:来访者;咨询师;心理服务

中图分类号:G64

文献标志码:A

文章编号:1674-5884(2014)05-0089-02

1 研究对象与方法

2013年1~12月湖南某高校心理咨询中心个别咨询情况,寒暑假除外。来访者求助的问题类型为:一般心理问题(人际关系、学习、情绪、自我意识、情感、择业、适应问题等)、神经症(强迫症、恐惧症、焦虑症、神经衰弱、躯体化障碍等)、精神障碍(癔症、精神分裂症、应激障碍、心境障碍、人格障碍、性心理障碍、脑器质性精神障碍、咨询鉴定及危机干预等)、其他(身心疾病等)。咨询人员为中心专兼职咨询师,为在校大学生提供免费心理援助。

使用SPSS15.0处理数据,采用频数分析、性别比较、卡方检验等。

2 结果

2.1 咨询时间分布情况

总体而言,上半年多于下半年,春季是心理问题与心理疾病的高发季节^[1];学期时段显示,学期中来访者较多(占52.8%),大致为学期之初各种潜藏的心理困扰已浮出水面,而期末多为紧张迎考之际,无暇顾及心理困惑。

2.2 来访者性别、年级、学科及学院分布情况

2.2.1 来访者性别分布

来访者人次中,59.7%为女性,40.3%为男性。性别特征明显:女性喜欢交流、主动求助意识较强;男性在处理问题时,首先寻求自我解决方式,在无法解决时才会求助。

2.2.2 来访者年级分布

来访者中,大一为32.9%,大二为27.2%,大三为

25.8%,大四为12.8%。随着年级上升,来访者人次呈递减的趋势。大一来访人次最多,大四则最少。大一学生处于心理断乳期^[2],在新环境中还需经历迷茫、探索和适应的阶段;大二学生已然适应了大学生活,但仍面临着学习、生活等方面的困惑;大三学生处于个人抉择关键阶段,考研、就业等出路让部分大学生茫然无措;大四学生心理比较成熟,并已步入为个人出路奔走、忙碌的阶段。

2.2.3 来访者学科分布

来访者中,文科生占55.8%,理工科生占42.2%。总体显示,文科生比理工科生来访行为更频繁,这与专业特征相匹配,文科生情感相对充沛、细腻且多愁善感^[3],理工科生注重理性思维,心理问题敏锐度不高。

2.3 来访者问题分布

来访者的问题,25.7%为人际关系问题,24.8%为学习问题,18.8%为自我意识问题,18.3%为情感问题,15.4%为情绪问题,13.8%为精神障碍,11.3%为择业问题,9.9%为神经症,3.5%为适应问题,1.1%为其他问题(如身心疾病)。问题分布显示,一般心理问题占多数,神经症、精神障碍比率不高。

2.3.1 来访者一般心理问题求助种类分布

来访者问题多为一般心理问题,而一般心理问题往往相互交织在一起,近三成来访者求助问题为两种以上,57.3%为单一问题,21.6%为两种问题,5.2%为三种问题以上。

2.3.2 咨询问题及年级分布

表1显示,学习问题、适应问题、强迫症、恐惧症、心境障碍年级差异显著;精神分裂症年级差异异常显著。

表1 咨询问题及年级比较

项目	大一		大二		大三		大四		χ^2
	N	P	N	P	N	P	N	P	
学习问题	55	23.8	50	30.4	49	26.9	12	13.3	13.07*
适应问题	17	7.4	3	1.6	4	2.2	1	1.1	14.82*
强迫症	3	1.3	3	1.6	1	0.5	3	3.3	14.25*
恐惧症	2	0.9	4	2.1	8	4.4	3	3.3	18.54*
精神分裂症	1	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	70.02***
心境障碍	12	5.2	0	0.0	4	2.2	4	4.4	11.58*

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$,下同

2.3.3 咨询问题及学科分布

表2显示,学习问题、情感问题、适应问题、恐惧症学科差异显著,应激障碍、身心疾病、器质性精神障碍学科差异异常显著。

表2 咨询问题及学科比较

项目	文科		理科		χ^2
	N	P	N	P	
学习问题	61	15.6	107	36.4	40.12*
情感问题	83	21.2	46	15.6	6.64*
适应问题	10	2.6	12	4.1	14.37**
恐惧症	17	4.3	1	0.3	11.91*
应激障碍	1	0.3	35	11.9	47.39***
身心疾病	2	0.5	2	0.7	31.15***
器质性精神障碍	0	0.0	2	0.7	16.89***

2.3.4 咨询问题及性别分布

表3显示,自我意识问题性别差异显著,学习问题、应激障碍性别差异异常显著。

表3 咨询问题及性别比较

项目	男性		女性		χ^2
	N	P	N	P	
自我意识问题	42	14.8	91	21.5	6.34*
学习问题	101	35.7	74	17.5	30.11***
应激障碍	30	10.6	6	1.4	29.45***

3 讨论

来访者中,除精神障碍者是他人强制性陪同而来外,其余均为自愿来访,反映求助者的心理健康意识良好,进一步显示学校自2005年成立中心以来心理健康宣传工作取得了一定的效果。然而,总体看来,来访者人次在全校大学生中比率偏低,咨询中心周报表的心理排查结果显示,共计2130人次,即6.97%的大学生存有类型、程度不一的心理困扰。

3.1 加强心理健康知识宣传,普及心理健康常识

心理问题属于个人隐私,长期以来,人们都习惯于将心理苦恼隐藏,不愿意向他人倾诉或求助。社会常见错

误观念将心理问题与心理疾病混为一谈,使得心理困扰者深受其苦,又羞于向他人求助,从而贻误最佳交流时机,最终发展为心理疾患^[4]。因而,应破除陈旧观念,大力普及心理健康知识,使心理健康理念深入人心,使大学生树立良好的心理健康观念。

3.2 树立行业规范,提高咨询师的业务水平

心理咨询在我国起步较晚,人们从认识、了解到接受它还需要一定的时间。心理咨询行业已在我国蓬勃发展,但由于处于起步阶段,发展还不完善,从而使得心理咨询从业人员素质参差不齐,影响心理咨询效果的发挥。相关教育部门有必要加强心理咨询师队伍建设,培养合格的心理咨询从业人员,从而有能力为来访者提供切实有效的心理服务,为社会提供有效的精神按摩,实现心理咨询助人自助效能。

3.3 加强家庭、学校、社区及社会的联系与互动

针对来访者的需求,提供形式多样的心理援助:个别咨询与团体辅导相结合,直接面谈与心理热线、网络咨询相结合。加强部门间的协助:如与就业指导中心、学生资助中心、学工、保卫、医院等部门的信息沟通与协作,为大学生的健康成长营造良好的心理氛围。人的价值观念及行为模式受所处环境的影响。在来访接待中,很多大学生心理问题的根子就在家庭,与父母的养育方式有着直接的关联。因此,在全社会普及心理健康常识、大力倡导心理健康理念势在必行。

参考文献:

- [1] 宋志英. 高校心理咨询本土化的探索[J]. 江苏高教, 2011(3):140-141.
- [2] 金玲华. 论高校心理健康教育教师的专业发展[J]. 山西财经大学学报, 2011(5):79-81.
- [3] 杨芷英. 对北京高校心理健康教育的调查与研究[J]. 思想教育研究, 2011(6):93-96.
- [4] 廖全明. 我国中小学生学习心理健康服务从业人员及工作状况调查[J]. 心理学探新, 2009(3):77-81.

(责任校对 晏小敏)