

# 民族高校辅导员心理健康状况调查与研究

## ——以某民族高校为例

高虹 许风顺 徐华

(西藏民族大学, 陕西 咸阳 712000)

**【摘要】**目的: 调查研究某民族高校辅导员的心理健康状况, 为今后其他民族高校辅导员心理健康水平的提升提供实证研究依据和实践参考价值。方法: 本研究以某民族高校辅导员作为研究对象, 以精神卫生症状自评量表(SCL-90)为测试量表, 通过确定样本主体、发放问卷、问卷回收、结果分析这些步骤来讨论民族高校辅导员的心理健康状况。结果: 受测辅导员SCL-90总均分及躯体化、强迫、焦虑、抑郁、恐怖、敌意、精神病性7个因子得分均高于全国常模, 差异有显著性, 表明受测辅导员总体心理健康水平低于全国常模。结论: 民族高校辅导员的心理健康状况不佳, 民族高校应该有针对性地采取措施提升辅导员心理健康水平。

**【关键词】**民族高校辅导员; 心理健康; 调查研究

随着心理问题频发, 心理健康教育已经引起社会的普遍关注。高校辅导员, 作为高校思想政治教育体系中的一支重要队伍, 他们的心理健康直接影响到大学生是否能够健康地成长成才。尤其对于民族高校的大学生, 面对社会、经济的快速发展, 文化的融合, 民族的团结, 国家统一等问题, 民族院校的大学生会产生系列心理问题, 这就需要辅导员具备情绪稳定、积极乐观的心理素质, 能够及时有效地帮助大学生去除心理障碍, 拥有健康快乐的大学生活。

### 一、研究对象、方法、过程

#### (一) 研究对象

本次施测对象为该校辅导员, 发放问卷46份, 回收有效问卷46份, 有效率100%。

#### (二) 研究方法

采用症状自评量表(SCL-90), 此量表共有90道题, 包含躯体化、强迫、人际敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性和其他10个因子, 本次筛查按任一因子分 $\geq 2$ , 或者总分 $\geq 160$ 分的标准诊断为阳性, 分值越高, 表明心理健康水平越低。

#### (三) 研究过程

采取集中指导、测试, 保证测试的客观性和科学性, 对于测试结果, 采用SPSS16.0 for windows进行数据统计与分析。

### 二、测试结果分析

#### (一) 一般情况

本次调查的46名辅导员中, 21名辅导员小于30岁(即1990年及以后出生), 25名辅导员30岁及30岁以上; 39名汉族辅导员, 7名藏族辅导员; 0名无职称辅导员, 16名初级职称辅导员, 30名中级职称辅导员。

#### (二) 症状自评量表(SCL-90)的总体结果分析

##### 1. SCL-90总测试结果与全国常模比较

根据表1, 辅导员总均分高于全国常模, 差异具有显著性( $P < 0.05$ ); 躯体化、强迫、抑郁、焦虑、敌意、恐怖、精神病性7个因子得分均高于全国常模, 差异有显著性( $P \leq 0.001$ 或 $P < 0.05$ ); 人际敏感、偏执2个因子得分均略高于全国常模, 差异不显著( $P > 0.05$ )。说明该校辅导员心理健康水平比全国整体水平要低。

按全国常模结果, 任一因子分大于等于2分, 可考虑筛选为阳性, 根据这个标准, 本次研究任一因子分大于等于2分的辅导员人数有22人, 占总数的47.83%。任一因子分大于或等于3分的辅导员人数有10人, 占总人数的21.74%; 其中女辅导员7人, 占总人数的15.22%; 男辅导员3人, 占总人数的6.52%; 藏族辅导员1人, 占总人数的2.17%; 汉族辅导员9人, 占总人数的19.57%。这说明该校辅导员的心理健康状况值得重视, 疑似阳性症状总检出率接近一半, 存在着各种不同程度不良心理反应的辅导员占总人数的1/5多一些。

##### 2. SCL-90得分的民族差异比较

表 1 研究对象与全国常模在 SCL-90 各因子上得分比较

| 变量   | 调查组 (n=46) | 全国常模 (n=1388) | t    | P     |
|------|------------|---------------|------|-------|
| 躯体化  | 1.66±0.623 | 1.37±0.48     | 3.14 | 0.003 |
| 强迫   | 2.05±0.64  | 1.62±0.58     | 4.62 | 0.000 |
| 人际敏感 | 1.75±0.62  | 1.65±0.61     | 1.08 | 0.286 |
| 抑郁   | 1.79±0.69  | 1.50±0.59     | 2.83 | 0.007 |
| 焦虑   | 1.75±0.71  | 1.39±0.43     | 3.41 | 0.001 |
| 敌意   | 1.71±0.73  | 1.46±0.55     | 2.36 | 0.023 |
| 恐怖   | 1.43±0.50  | 1.23±0.41     | 2.72 | 0.009 |
| 偏执   | 1.57±0.49  | 1.43±0.57     | 1.87 | 0.068 |
| 精神病性 | 1.53±0.51  | 1.29±0.42     | 3.20 | 0.003 |
| 总均分  | 1.71±0.57  | 1.44±0.43     | 3.24 | 0.002 |

表 2 研究对象 SCL-90 各因子得分的民族差异比较

| 变量   | 汉族辅导员调查组 (n=39) | 藏族辅导员调查组 (n=7) | t     | p     |
|------|-----------------|----------------|-------|-------|
| 躯体化  | 1.66±0.65       | 1.68±0.53      | -0.08 | 0.937 |
| 强迫   | 2.07±0.65       | 1.97±0.41      | 0.37  | 0.713 |
| 人际敏感 | 1.75±0.66       | 1.73±0.38      | 0.09  | 0.932 |
| 抑郁   | 1.83±0.72       | 1.56±0.44      | 0.94  | 0.351 |
| 焦虑   | 1.76±0.74       | 1.69±0.55      | 0.25  | 0.805 |
| 敌意   | 1.73±0.74       | 1.60±0.69      | 0.46  | 0.647 |
| 恐怖   | 1.44±0.52       | 1.39±0.42      | 0.25  | 0.804 |
| 偏执   | 1.58±0.52       | 1.48±0.31      | 0.51  | 0.611 |
| 精神病性 | 1.54±0.54       | 1.49±0.35      | 0.25  | 0.804 |
| 总均分  | 1.73±0.60       | 1.64±0.40      | 0.37  | 0.715 |

表 3 研究对象 SCL-90 各因子得分的年龄差异比较

| 变量   | 30 岁以下辅导员调查组 (n=21) | 30 及 30 岁以上辅导员调查组 (n=25) | t     | p     |
|------|---------------------|--------------------------|-------|-------|
| 躯体化  | 1.45±0.44           | 1.84±0.71                | -2.20 | 0.033 |
| 强迫   | 1.83±0.45           | 2.24±0.72                | -2.34 | 0.024 |
| 人际敏感 | 1.59±0.52           | 1.88±0.67                | -1.65 | 0.106 |
| 抑郁   | 1.55±0.51           | 1.99±0.76                | -2.37 | 0.023 |
| 焦虑   | 1.52±0.46           | 1.94±0.83                | -2.17 | 0.036 |
| 敌意   | 1.52±0.52           | 1.88±0.84                | -1.80 | 0.080 |
| 恐怖   | 1.37±0.51           | 1.48±0.50                | -0.71 | 0.480 |
| 偏执   | 1.44±0.35           | 1.67±0.57                | -1.65 | 0.105 |
| 精神病性 | 1.36±0.35           | 1.68±0.58                | -2.29 | 0.027 |
| 总均分  | 1.52±0.40           | 1.87±0.65                | -2.21 | 0.033 |

对辅导员的 SCL-90 得分进行民族差异性检验结果如下,汉族辅导员在总均分和强迫、人际敏感、抑郁、焦虑、敌意、恐怖、偏执、精神病性 8 个因子得分略高于藏族辅导员,差异不显著( $P > 0.05$ )。汉族辅导员在躯体化因子得分略低于藏族辅导员,差异不显著( $P > 0.05$ )。

3. SCL-90 各因子得分的年龄差异比较

对西藏民族大学 46 名辅导员 SCL-90 得分进行年龄差异性检验结果如下,从表 3-5 可以看出,30 岁及 30 岁以上辅导员的总均分高于 30 岁以下辅导员的总均分,差异具有显著性( $P < 0.05$ );30 岁及 30 岁以上辅导员的躯体化、强迫、抑郁、焦虑、精神病性 5 个因子得分均高于 30 岁以下辅导员,差异有显著性( $P < 0.05$ );30 岁及 30 岁以上辅导员的人际敏感、敌意、恐怖、偏执 4 个因子得分均略高于 30 岁以下辅导员,差异不显著( $P > 0.05$ )。

4. SCL-90 各因子得分的职称差异比较

对辅导员的 SCL-90 得分进行职称差异性检验结果如下,中级职称辅导员在总均分和躯体化、强

迫、人际敏感、焦虑、敌意、恐怖 6 个因子得分略高于初级职称辅导员,差异不显著( $P > 0.05$ );中级职称辅导员在抑郁、偏执、精神病性 3 个因子得分高于初级职称辅导员,差异边缘显著( $0.05 < P < 0.1$ )。

三、讨论

(一) 对比全国常模,辅导员心理健康水平偏低  
该校辅导员心理健康水平比全国整体水平要低,因为辅导员身兼多重身份,工作任务繁杂,且外界也存在对辅导员工作评价不高的情况,尤其民族院校的辅导员,学生群体为多民族融合群体,学生事务充满复杂性,独特性,辅导员的压力势必更大。加上辅导员履行家庭职责的压力,如果这些压力不能得到及时缓解,会使辅导员产生严重心理问题。

(二) 辅导员心理健康水平有年龄差异

30 岁及 30 岁以上辅导员的心理健康水平普遍低于 30 岁以下辅导员。首先,30 岁及以上辅导员,社会给予的期望更大,辅导员面临的职业竞争更激烈;其次,30 岁及以上辅导员大多结婚生子,需要

表 4 研究对象 SCL-90 各因子得分的职称差异比较

| 变量   | 初级职称辅导员调查组 (n=16) | 中级职称辅导员调查组 (n=30) | t     | p     |
|------|-------------------|-------------------|-------|-------|
| 躯体化  | 1.53±0.65         | 1.73±0.61         | -1.06 | 0.294 |
| 强迫   | 1.86±0.60         | 2.16±0.64         | -1.51 | 0.138 |
| 人际敏感 | 1.58±0.61         | 1.84±0.62         | -1.40 | 0.170 |
| 抑郁   | 1.55±0.63         | 1.91±0.70         | -1.72 | 0.093 |
| 焦虑   | 1.56±0.73         | 1.85±0.69         | -1.30 | 0.200 |
| 敌意   | 1.56±0.73         | 1.79±0.73         | -1.03 | 0.310 |
| 恐怖   | 1.30±0.55         | 1.50±0.47         | -1.28 | 0.207 |
| 偏执   | 1.39±0.41         | 1.66±0.52         | -1.85 | 0.071 |
| 精神病性 | 1.36±0.37         | 1.62±0.55         | -1.94 | 0.059 |
| 总均分  | 1.54±0.55         | 1.80±0.57         | -1.53 | 0.134 |

承担更多家庭责任，尤其是年龄大的辅导员，自身的身体状况也会走下坡路，这些多重压力会影响辅导员的心理健康状况。

（三）辅导员心理健康水平有职称差异

中级职称辅导员的心理健康水平略低于初级职称辅导员。由于中级职称辅导员面对更多职业挑战，且大多中级职称辅导员还担任一定的行政岗位职责和教学任务，责任更大、压力也更大，更容易出现抑郁等不良情绪反应。

四、结语

综上，作为多民族大学生健康成长的指导者和引路人——民族高校辅导员群体的心理健康状况不得不引起我们的重视。因此，民族高校应该在思想上、制度上、各项建设上，积极采取措施提升民族高校辅导员的心理健康水平。

参考文献：

[1] 殷子钰，新时代高校辅导员职业心理素质提升策略研究[J]，北京经济管理职业学院学报，

2021(04)

[2] 肖祯雁，高校辅导员心理健康问题探讨[J]，文学教育（下），2019(05)；

[3] 汪玉兰，高校辅导员心理健康问题方面的探究综述[J]，心理月刊，2019(01)；

[4] 张洋，高职院校辅导员心理健康问题与对策研究[J]，产业与科技论坛，2018(09)；

[5] 尹美恒，高校辅导员职业压力、自悯与职业倦怠的关系研究[D]，河北师范大学，2017年；

[6] 史京艳，高校辅导员心理健康问题与对策研究--基于山西部分高校的调查[D]，山西农业大学，2016年；

基金项目：2021年西藏自治区高等教育教学改革研究项目“精准育人”视角下《大学生心理健康教育》教学研究与实践（项目编号：JG2021-77）。

作者简介：高虹，1979.12-，女，汉，陕西三原人，硕士研究生，助教，大学生心理健康教育。