

电力高职院校学生心理健康评价指标初步探析

靳晓霞,甘 标

(广西电力职业技术学院 心理健康教育与咨询中心,南宁 530299)

摘 要:关于心理健康的评价指标国内外学者从心理卫生、医学和个人成长角度提出了不同的看法,电力高职院校学生的心理健康评价指标和一般大学生的评价指标有异同,可以从其未来所从事职业及岗位的特殊性、职业人格塑造的独特性等因素考虑心理健康评价指标。对国内外不同学者心理健康的研究以及心理健康评价指标实证研究进行总结分析,提炼出评价电力高职院校学生心理健康的 4 个指标:自我认同,即对自我有良好的认知和接纳;环境应对,即对环境具有较强的适应和调节能力;人际关系,即有爱与被爱的能力及懂得与人分工合作;人格品质,即能够保持人格的完整及拥有心理韧性和情绪稳定性。结合电力职业和岗位的特点,具体剖析各指标形成的原因及具体内涵。

关键词:电力类;高职院校;学生;心理健康;评价指标

中图分类号:G711;G444

文献标志码:A

文章编号:1008-6714(2024)04-0091-04

一、引言

近年来,很多学者对大学生心理健康评价指标开展了大量的研究,为大学生心理健康教育提供了理论指导。但是,研究还存在了一些问题,未能提出关于大学生心理健康的统一标准,很多是参照 1946 年国际卫生大会对心理健康提出的标准,即身心协调、情绪稳定、适应环境、人际关系和谐、生活幸福、职业生涯顺利。也有部分研究注重医学标准,即根据个体表现出的异常心理和行为判定心理健康。还有部分研究从个人成长及获得快乐幸福等方面提出心理健康标准。

在心理健康的问题上,本科及以上的大学生和高职大学生有一些共性问题,高职生的特殊性更为突出。而电力类高职生与一般高职生相比,因其未来所从事职业的特殊性,在考虑其心理健康标准时,需要对其所从事职业及岗位的特殊性、职业人格塑

造的独特性等因素加以考虑。电力类高职生除了面临因个人成长、人际交往、恋爱情感、求职就业等一般性心理困扰外,由于需要从事高空、高危险、高标准的技术操作类工作,他们出现心理问题的几率更高,其心理健康标准具有独特性。本文在广泛汲取以往研究经验的基础上,结合电力职业及岗位特点,探讨电力类高职大学生心理健康评价指标。

二、心理健康的内涵

对于心理健康的内涵,学术界还未有统一的定论,国内外学者作了大量阐述。

瑞士心理学家荣格把心理健康定义为健康人格,他称其为个体化的人,个体化的特点是高度的自我认识、自我认可、自我整合、自我表现、自我接纳,认可并容忍他人,有共情能力,有认可未知事物的特质。个体化过程就是实现健康人格的过程,荣格把个体化称为自我实现。美国社会心理学家马斯洛认为心理健康的人是自我实现的人,自我实现的人有两层含义:一是适当的自尊、良好的表达爱的能力及被爱的能力;二是个人自我满足,潜能实现^[1]。美国心理学家贝克认为,心理健康是个体用一种更适应和更现实的方法来评价自己的思维^[2]。

国内学者黄希庭认为,心理健康是中枢神经系统没有疾病、心理功能系统正常、适应社会发展及人际关系协调^[3]。林崇德认为,心理健康是没有心理疾病且具有积极向上的心理状态。张厚粲认为,心

收稿日期:2023-09-18

基金项目:广西教育科学规划教育评价改革专项课题“医校合作背景下电力类高职大学生心理健康评价指标研究”(2022ZJY500)

作者简介:靳晓霞(1983—),女,河南扶沟人,讲师,从事大学生心理健康教育研究;甘标(1982—),男,广西玉林人,副教授,硕士,从事大学生心理健康教育与心理咨询研究。

理健康是一种高效而满意的持续心理状态^[4]。

总之,大多数学者认为心理健康是包括了个体认知、情绪情感、行为、人格健全、社会适应、个人成长等方面协调发展的心理状态,心理健康应该从内和外两个方面去评估,它既是一个状态也是一个过程,它包含着多层次的内容。

三、大学生心理健康评价指标的实证研究

桑志芹对心理健康文献进行回顾和初拟,形成27个条目的大学生心理健康初测问卷,对129名大学生进行初测并对数据进行因素分析,最终确定了24个条目的问卷,抽取1010名大学生进行复测及评定,形成了大学生心理健康的标准,即基本心理能力、内外协调适应、情绪情感稳定、角色与功能协调及良好的学习能力^[5]。基本心理能力指心理安全、抗压、自我认识、人际交往,内外协调适应指适应社会、自我内在协调一致,情绪情感稳定指心境平衡稳定、心态积极、情绪调控,角色与功能协调指扮演的角色和社会期待其发挥角色的功能要具有一致性,良好的学习能力指帮助个体完成学习并取得好结果的能力。

胡萍等人以莱福的关于心理健康的六因素模型为理论构想,抽取10所高校的1000名学生开展问卷调查,对回收数据采用探索性因素分析的方法,得到大学生心理健康一阶16因素和二阶5因素结构,其中二阶5因素包括:自我成长、集体良好合作、独立性、适应能力、改进能力^[6]。自我成长指采用各种方式培养和挖掘自身潜能,并充分发挥自身才能;集体良好合作指能够用温暖、信任和共情等建立互相支持的人际关系;独立性指思想和行为上的独立,不受社会要求束缚,用自己的标准来衡量自己;适应能力指适应社会和环境,并能与之和谐相处的能力;改进能力指面对生活中复杂的问题时,创造条件以满足自我的需要和价值观。二阶5因素与莱福的6因素模型中的“自我接纳”结构不符合,翟宏、林增学、孟庆茂对大学生心理健康评价结构实证研究的结果跟胡萍的研究结果相吻合^[7]。

林正大对青少年健康指标体系的研究是通过横向比较,揭示青少年在成长过程中心理发展成熟的因素。该研究对246名大学生和259名中学生采用Y-G人格测验量表和团体智力测验量表进行施测,发现大学生和中学生在内省情绪体验、社会适应性和个性倾向性维度趋于一致性,由此得出情绪稳定性、社会适应性和个性倾向性是青少年心理健康的评价指标^[8]。情绪稳定性是指个体经常拥有正向积极的情绪状态,且善于管理情绪使之强度和时间保

持相对稳定;社会适应性指个体具有较好的应激水平,能够调整心理和行为适应环境;个性倾向性指青少年具有独特的活动性、乐观性、思维倾向性、支配性和社会倾向性。

王元刚等人在体育课程中探讨心理健康的指标,根据可操作性筛选出心理健康的评价指标,并运用特尔斐法进行重要性评分,计算出评价指标的权重,最终确定了4个一级指标和8个二级指标的心理健康评价指标^[9]。4个一级指标分别是:知识掌握、自尊和自信、情绪调节、意志表现。知识掌握指对身心健康的认识和对心理健康知识的掌握,自尊和自信指通过运动体现出自我的力量感和控制感,情绪调节指通过体育运动缓解和调整情绪状态,意志表现指抗挫能力和挑战困难的勇气。

李秀玲等人以开放式问卷结合访谈和征询专家意见后,编制了一套心理健康评价问卷,对785名本科生施测,采集数据采用探索性因素分析和验证性因素分析,最终确定了1个七维度的心理健康评价问卷,包含学习兴趣、知识水平、责任感、包容性、组织协调力、计划性、应变能力^[10]。学习兴趣指个体在学习过程中积极探索、认识事物的心理倾向,知识水平指个体的生活常识、专业知识和文化知识,责任感指个体履行责任并获得内心体验,包容性指对环境和人际的适应,组织协调力指与团队成员分工协作的能力以及领导团队成员工作的能力,计划性指个体有目标且能按计划达成目标,应变能力指个体适应环境的能力。

综合上述国内关于大学生心理健康评价指标的实证研究发现,自我意识、社会适应、应对能力、情绪调节力是所有研究都有提及的因素,将这些因素作为研究内容编制问卷并开展调查研究。

四、电力高职院校学生心理健康评价指标

为了解电力类高职生的心理健康评价指标,根据大学生心理健康评价指标的实证研究,采用自编的电力高职学生心理健康评价指标调查问卷,共16个条目,抽取132名南方电网员工、5名广西壮族自治区人民医院精神科医生、13名电力专业课教师填写调查问卷,评定电力类高职生的心理健康评价指标。经统计,电力高职院校学生心理健康评价指标频数分布如表1所示。

由表1可以看出,16个心理健康评价指标中,有10个评价指标是在电力专业教师、精神科医生和电力企业员工三个评价维度中都超过50%的人员选择的,提取这10个指标进行分析,归纳电力高职院校学生心理健康的评价指标为:自我认同、环境应

表1 电力高职院校学生心理健康评价指标频数分布表

心理健康评价指标	调 查 结 果					
	电力专业课教师		精神科医生		南方电网员工	
	频数	百分比	频数	百分比	频数	百分比
1. 有适度的安全感,有自尊心,对自我的成就有价值感	12	92.31%	3	60%	92	69.70%
2. 适度地自我批评,不过分夸耀自己也不过分苛责自己	7	53.85%	2	40%	80	60.61%
3. 在日常生活中,具有适度的主动性,不为环境所左右	10	76.92%	3	60%	88	66.67%
4. 理智,现实,客观,与现实有良好的接触,能容忍生活中挫折的打击,无过度的幻想	8	61.54%	4	80%	91	68.94%
5. 适度地接受个人的需要,并具有满足此种需要的能力	7	53.85%	3	60%	66	50.00%
6. 有自知之明,了解自己的动机和目的,能对自己的能力作客观的估计	7	53.85%	3	60%	90	68.18%
7. 能保持人格的完整与和谐,个人的价值观能适应社会的标准,对自己的工作能集中注意力	8	61.54%	4	80%	76	57.58%
8. 有切合实际的生活目标	9	69.23%	3	60%	59	44.70%
9. 具有从经验中学习的能力,能适应环境的需要改变自己	8	61.54%	4	80%	91	68.94%
10. 有良好的人际关系,有爱人的能力和被爱的能力	10	76.92%	5	100%	98	74.24%
11. 有压力调适能力	10	76.92%	3	60%	96	72.72%
12. 胆大心细	7	53.85%	1	20%	72	54.54%
13. 情绪稳定性	9	69.23%	5	100%	95	71.96%
14. 良好的意志品质	11	84.62%	2	40%	92	69.69%
15. 良好的职业道德	7	53.85%	1	20%	59	44.70%
16. 无焦虑症、抑郁症、恐惧症等心理疾病	6	46.15%	2	40%	89	67.40%

对、人际关系和人格品质。

1. 自我认同

即有适度的安全感,有自尊心,对自我的成就有价值感,能适度地接受个人的需要,并具有满足此种需要的能力,有自知之明,了解自己的动机和目的,能对自己的能力作客观的估计。自我认同是国内外很多关于心理健康理论中最常见的标准。电力行业和岗位的特殊性决定了该行业员工要面临高压力、高标准的工作环境和工作要求,势必比其他行业的员工更容易体会到压力和焦虑。研究表明:自我认同的人体验到压力的几率更小,更少感到焦虑;在与人际交往中,当个体不能接纳认同交往对象时,也会感到焦虑。同时,电力企业竞争激烈,在与其他人比较中,当个体因为自己的劣势而“比不上”对方时,也感到焦虑或嫉妒。因此,自我认同可以培养电力高职院校学生的自我价值感和自我满足感,提升自我效能感,有利于促进和维护学生的心理健康。电力高职院校学生因其学历等问题对自我的发展和职业的发展感到迷茫,因此提升其专业认同感有利于促进自我认同。专业认同是指学生对自己所学专业的接受与认可,表现为对专业学习的积极进取,进而实现自我同一性。因此,专业认同和自我认同有助于电力高职院校学生提高学习动力,进行自我定位和制定专业学习规划,以获得学业成就感。

2. 环境应对

即在日常生活中,具有适度的主动性,不为环境所左右;理智,现实,客观,与现实有良好的接触,能

容忍生活中挫折的打击,无过度的幻想;具有从经验中学习的能力,能适应环境的需要改变自己。一方面,电力高职院校毕业生进入电力企业主要从事与电力新技术、企业发展战略等相关的工作,他们对设备维护、电能生产、原料供应等维持日常生产的常规工作还不熟悉,因此不但要积极适应新的工作环境,而且要能够胜任挑战性的工作。另一方面,电力行业员工的作业风险高、工作强度大,经常要登高作业或在高温高压环境下作业,特别是带电作业、严寒酷暑、应急抢险时的工作难度、强度和危险性更大,在这样的艰苦工作环境下体力耐力消耗大,须有敏感的安全意识以快速应对各种突发险情,应该具备较强的环境适应能力。

3. 人际关系

即拥有良好的人际关系,有爱人的能力和被爱的能力,懂得与人分工合作。电力工业是国民经济发展中重要的基础能源产业,是国民经济的支柱产业。作为基础产业,电力工业的技术更新迭代较快,对员工的技术和能力要求较高,但传统电力企业员工的构成多样化,从年龄上看,50岁以上的员工比例较高,且学历偏低,为适应技术更新和时代发展,电力企业近年来不断引进高学历的年轻员工,新老员工在年龄和学历上的差距常常引起各种人际冲突,导致人际关系紧张,团队协作效率低。因此,电力高职院校学生必须具备协调人际关系的能力,并有意识地调整自我行为,和老员工处理好关系,增强组织凝聚力。同时,电力行业的突发事件或异常情

况的工作任务多,要求员工既要能够快速反应,提出切实可行的解决方案,及时处理问题,又要能够理解工作任务,分解细化到每个团队成员,共同完成工作任务。这就要求团队成员发扬团队协作精神,通力合作实现团队目标。

4. 人格品质

即能保持人格的完整与和谐,个人的价值观能适应社会的标准,对自己的工作能集中注意力,有心理韧性和情绪稳定性。电力行业有它独特的优势和特点,同时也对该行业的执业人员的人格素养提出独特要求。电力行业具有技术水准高、作业风险高、工作强度大、服务需求急、团队协作强等行业职业特点,这就要求执业人员具备精益求精、果敢敏捷、勇于担当、乐观奉献、善于协作等人格品质。

五、结论

上述4条标准在一定程度上较好地体现了电力高职院校学生心理健康的水平,契合以往对于心理健康的理论研究,也符合电力行业的岗位特点,不仅为电力类院校提供了评价学生心理健康的标准,而且为电力类院校改进人才培养方案提供了理论依据。

参考文献:

[1]程静.中学生学业压力、心理资本与心理健康的关系研究[D].武汉:华中师范大学,2018.

- [2]贝克(Judith S. Beck). 认知疗法基础与应用[M]. 张怡,孙凌,王辰怡,译. 北京:中国轻工业出版社,2022:3—4.
- [3]黄希庭,郑涌. 心理学十五讲[M]. 北京:北京大学出版社,2014:434.
- [4]买合甫来提·坎吉. 大学生心理健康评价标准的积极模式[J]. 喀什师范学院学报, 2007(4): 98—101.
- [5]桑志芹. 新时期下大学生心理健康标准的研究[J]. 江苏高教,2015(5):27—30.
- [6]胡萍,陈奕玮. 大学生心理健康评价模型理论的构建与实际应用[J]. 黑龙江高教研究, 2015(8):100—103.
- [7]翟宏,林增学,孟庆茂. 大学生心理健康评价结构的实证研究[J]. 赣南师范学院学报, 2002(6):116—118.
- [8]林正大. 青少年心理健康指标体系的初步研究[J]. 湖北大学学报(哲学社会科学版), 1995(4):13—16.
- [9]王元刚,刘俊. 大学生心理健康评价指标体系的构建[J]. 安庆师范学院学报(自然科学版), 2008(2):98—100.
- [10]李秀玲,谢晶. 大学生心理健康评价指标的初步建构[J]. 山西高等学校社会科学学报, 2011,23(8):96—98.

Preliminary Analysis of Psychological Health Evaluation Indicators for Students in Electric Power Vocational Colleges

Jin Xiaoxia, Gan Biao

(Mental Health Education and Consultation Center of Guangxi Electrical Polytechnic Institute, Nanning 530299, China)

Abstract: Scholars at home and abroad have put forward different opinions on the evaluation indicators of mental health from the perspectives of mental health, medicine, and personal growth. There are similarities and differences between the psychological health evaluation indicators of students in power vocational colleges and those of general college students. Psychological health evaluation indicators can be considered from factors such as the particularity of their future careers and positions, and the uniqueness of professional personality shaping. The article summarizes and analyzes the research on the psychological health of different scholars at home and abroad, as well as empirical research on psychological health evaluation indicators. Four indicators are extracted to evaluate the psychological health of students in power vocational colleges: Self-identity, referring to having a good understanding and acceptance of one-self; Environmental response, referring to having a strong ability to adapt and regulate the environment; Interpersonal relationships, referring to the ability to love and be loved, as well as the ability to work and cooperate with others; Personality quality, referring to the ability to maintain the integrity of personality and possess psychological resilience and emotional stability; And based on the characteristics of the power profession and positions, the reasons for the formation of each indicator and its specific connotations were analyzed in detail.

Key words: electric power; vocational colleges; students; psychological health; evaluation indicators

[责任编辑:王照双]