

心理健康教育对医学院新生自我和谐水平的影响

吕乐^{1,2}, 龚建南^{*}, 罗大华², 陈琳², 张霖²

(1.中南大学湘雅二医院, 湖南 长沙 410011; 2.长沙医学院, 湖南 长沙 410219)

【摘要】 目的: 了解心理健康教育对医学院新生自我和谐水平的影响。方法: 采用自我和谐量表对 470 名医学院一年级学生心理健康教育课前后进行测评并设立对照组。结果: 课前两组自我和谐水平一致, 课后观察组学生的自我和谐总分及自我不和谐得分明显低于对照组。观察组自身比较, 课后自我和谐总分较课前有明显下降, 自我与经验的不和谐分数明显降低。对照组课后的自我和谐总分和自我的刻板性较课前有上升。结论: 心理健康教育对提高大学新生的自我和谐水平有一定效果。

【关键词】 心理健康教育; 自我和谐

中图分类号: R395.5

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2008)02-0208-02

Effect of Mental Health Education on Self-consistency and Congruence of Junior University Students

LV Le

Changsha Medical College, Changsha 410219, China

【Abstract】 Objective: To investigate the effect of mental health education on self-consistency and congruence of medical college students. Methods: Measuring some of medical college students with Self Consistency and Congruence Scale (SCCS) and compare with students without mental health education. Results: Before the mental health education, the level of self-consistency and congruence of medical college students are consistent. After the education, the total scores of SCCS obviously decreased. The total scores of self-consistency and self-inconsistency of observation group decreased after education, self-flexibility and self-stiffness slightly increased. The scores and self-stiffness of control group increased after the education. Conclusion: Mental health education can influence SCCS scores especially the self-consistency of medical college students.

【Key words】 Mental health education; Self-consistency and congruence

近年来, 大学生的心理问题越来越引起人们的关注。国内外研究报告显示, 10%-30%左右的大学生存在各种各样的心理问题^[1]。医学生的心理健康不仅关系到自己的和谐人生, 还对从医行为有很大影响。为了提高医学生的心理健康水平, 使他们顺利地度过大学生活, 为职业生涯打好基础, 根据 2001 年教育部引发的《关于加强普通高等学校大学生心理健康教育工作的意见》要求, 我们在全校开展讲座、影视作品、心理咨询门诊个别咨询等多种形式的心理健康教育的基础上, 重点对大学一年级新生开设心理卫生课, 有计划、全面、系统的进行心理卫生知识教育。为了观察心理健康教育效果, 为探索有效的教学内容和教育方式提供依据, 我们在 2006 年部分大学新生心理健康教育开课前后用“自我和谐量表”进行调查, 以自我和谐水平作为心理健康水平的主要评价指标。

1 对象与方法

1.1 对象

采用总群抽样方法, 抽取长沙医学院 2006 级一年级学生 10 个班共 1042 人, 其中开设心理健康教育课 5 个班(以下称观察组), 未开课 5 个班(以下称对照组)。课程从开学第 1 周开始, 第 20 周结束。听完全部课程, 参加了开课前后两次测试且填写资料完整者为有效问卷, 反之视为不合格问卷。共获得有效问卷 924 人份, 其中观察组 470 人, 对照组 454 人。男 468 人, 女 456 人。平均年龄 18.93 ± 0.94 岁。

1.2 材料和方法

1.2.1 研究工具 采用《自我和谐量表》^[2]测试大学生自我和谐水平。SCCS 由自我与经验的不和谐、自我的灵活性、自我的刻板性 3 个分量表组成, 共含有 35 个项目, 总分越高, 自我和谐程度越低, 也就是越不和谐。

1.2.2 调查方法 调查前由专业心理老师对调查人员进行培训, 统一表格、统一指导语。分别于 2006 年 9 月、2007 年 1 月在开展心理健康教育课前后各进行一次问卷调查。

1.2.3 统计方法 采用 SPSS 13.0 进行统计分析。

2 结果

* 长沙市疾病预防控制中心

2.1 观察组与对照组在心理健康教育前的比较

心理健康教育前观察组与对照组的 SCCS 总分及三个维度得分无差异 ($P>0.05$), 男女生总分及各维度分无差异, t 值分别为: 1.36、0.68、1.82、0.10 ($P>0.05$), 故男女生合并计算。

2.2 观察组与对照组在心理健康教育后的比较

心理健康教育后观察组的 SCCS 总分、自我与经验的不和谐维度明显低于对照组, 而自我的灵活性、自我的刻板性与对照组差异无显著性。见附表。

附表 心理健康教育前后两组 SCCS 测验结果比较

	人数	总分	教育前			教育后			
			不和谐	灵活性	刻板性	总分	不和谐	灵活性	刻板性
观察组	470	81.25 ± 10.94	41.26 ± 7.75	23.91 ± 4.58	16.07 ± 3.75	78.52 ± 12.40	35.86 ± 7.60	25.19 ± 6.42	17.46 ± 4.57
对照组	454	82.33 ± 11.23	40.86 ± 8.85	24.65 ± 6.72	16.72 ± 3.65	84.38 ± 12.14	41.72 ± 6.58	25.12 ± 6.14	17.54 ± 4.87
t		-1.48	0.73	-1.94	-0.08	-7.26***	-12.54***	0.17	-0.26

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

2.3 观察组在心理健康教育前后的自身比较

SCCS 总分、自我与经验的不和谐、自我的灵活性、自我的刻板性维度 t 值分别为: 3.73、11.23、3.48、5.10。总分、自我与经验的不和谐维度比健康教育前降低, 自我的灵活性、自我的刻板性维度分增高。见附表。

2.4 对照组在心理健康教育前后的自身比较

总分、自我的刻板性比健康教育前有提高, 自我与经验的不和谐、自我的灵活性差异没有显著性意义。见附表。

3 讨 论

观察组和对照组在开课前测试结果无差异, 说明两组学生来自于同质总体, 开课后测试结果的差异主要是由于健康教育课引起的对自我认知的变化。自我和谐程度的提高以自我与经验的不和谐分数降低为主, 自我的灵活性、自我的刻板性分数变化不明显。从观察组在心理健康教育前后的自身比较看, 心理健康教育课后自我和谐程度也有明显提高, 其中以自我与经验的不和谐分数降低为主, 自我的灵活性、自我的刻板性分数虽有提高, 但提高的幅度较小, 故自我和谐总分仍有明显降低。

资料表明, 自我与经验的不和谐与各种精神症状和 SCL-90 总分均呈极其显著的正相关。自我的

灵活性与躯体化和 SCL-90 总分呈极其显著的负相关, 与强迫症状、抑郁呈非常显著的负相关, 与敌对呈显著负相关^[3]。医学生的自我和谐与人际关系敏感呈显著的正相关^[4]。自我和谐总分、自我的刻板性、自我与经验的不和谐与总体幸福感显著负相关, 而自我灵活性与总体幸福感具有显著正相关^[5]。这些研究表明, 自我和谐是心理健康的一个有效指标。

通过本次心理健康教育前后的对比研究, 我们认为在一年级医学生中开展心理健康教育是有效的。另外, 提高学生的心理健康水平除集中进行心理卫生知识的课程教育外, 还应该把专业教育、思想品德教育和学生日常管理工作以及心理咨询有机结合起来, 从而使学生心理和综合素质全面提高。

参 考 文 献

- 1 黄光扬. 高等师范学校学生心理健康及人格特征测试. 中国心理卫生杂志, 1994, 8(3): 135-136
- 2 王登峰. 自我和谐量表的编制. 中国临床心理学杂志, 1994, 2(1): 19-22
- 3 赵冰洁, 陈幼贞. 大学生心理健康与自我和谐的关系研究. 健康心理学杂志, 2003, 11(6): 479
- 4 杜天骄, 于娜, 郭淑英. 医学大学生自我和谐、人际关系与心理健康关系研究. 中国高等医学教育, 2007, 1: 33
- 5 王儒芳, 阴山燕, 李红. 军人自我和谐、总体幸福感及其关系的研究. 中国临床心理学杂志, 2005, 13(1): 64-65

(收稿日期: 2007-10-24)

(上接第 153 页)

- 12 Lelong B, Thomas Q, Fabien M, et al. Interactions of buprenorphine and dipotassium clonazepam on anxiety and memory functions in the mouse. Drug and Alcohol Dependence, 2006, 85:103-113
- 13 周晓林, 张进, 王丹. 东莨菪碱与氯胺酮合用对小鼠学习记忆的影响. 徐州医学院学报, 2006, 26(2): 137-139
- 14 Khateb A, Fort P, Pegna A, et al. Cholinergic nucleus

basalis neurons are excited by histamine in vitro. Neuroscience, 1995, 69:495-506

- 15 Gorelova N, Reiner PB. Histamine depolarizes cholinergic septal neurons. J Neurophysiol, 1996, 75:707-714
- 16 Chen Z, Zhao QE, Sugimoto Y, et al. Effects of histamine on MK-801-induced memory deficits in radial maze performance in rats. Brain Res, 1999, 839:186-189

(收稿日期: 2007-12-20)