

转设背景下学生心理健康现状调查与分析——以独立学院大学生为例

陈玥 农湘霜*

广西中医药大学赛恩斯新医药学院

DOI:10.12238/er.v7i5.5115

摘要：本研究旨在针对独立学院转设背景下大学生心理健康问题展开调查与分析。通过深入研究学生心理健康现状，发现存在的问题及其根源，并提出相应的解决方案，为独立学院制定有效的心理健康管理策略，以促进学生心理健康水平的提升和全面发展。

关键词：转设；独立学院；大学生；心理健康

中图分类号：G44 **文献标识码：**A

Investigation and Analysis of the Current Situation of Mental Health under the Background of Transfer—Taking the College Students in Independent Colleges as an Example

Yue Chen, Xiangshuang Nong*

Faculty of Chinese Medicine Science Guangxi University of Chinese Medicine

Abstract: The purpose of this study is to investigate and analyze the mental health problems of college students in the context of the transfer of independent colleges. Through in-depth research on the current situation of students' mental health, this paper analyzes the existing problems and their root causes, and proposes corresponding solutions, so as to develop effective mental health management strategies for independent colleges to promote the improvement and all-round development of students' mental health.

Keywords: Transfer; Independent colleges; College students; Mental health

引言

随着高等教育体制改革的深化，独立学院的转设成为一个重要议题。独立学院大学生的心理健康问题日益受到关注，心理健康不仅影响学生的学业表现和生活质量，更关系到其未来的发展和社会的稳定。因此需要分析大学生心理问题存在的问题和原因，为独立学院制定有效的心理健康管理策略提供科学依据，促进学生的心理健康和全面发展。

一、文献综述

（一）后疫情时期独立学院医学生心理健康调查：探索、干预与成长

宋昕等为更好地了解疫情期间山东中医药高等专科学校实习生的心理健康状况，他们设计了问卷星心理健康调查问卷，以便及时了解实习生的心理状态。针对发现有心理问题的学生，将采取合理的远程干预方法，帮助他们解决困扰，促进医学生的健康成长。顾浩然等通过研究调查新冠疫情期间大学生心理健康情况，探索其影响因素，调查了解被试者的焦虑、抑郁症状以及情绪调节能力，并为科学干预提供依据。刘金杭等人研究调查了新冠肺炎疫情常态化防控期间在

校医学生的心理健康状况，并分析了影响因素，得出学生在线学习效率及对线上线下交替授课的适应能力与心理健康呈正相关。

（二）独立学院就业压力与困难学生心理健康：高校关注与支持

张晓霞针对独立学院家庭经济困难学生，提出“物质资助”和“精神激励”并举、营造友善环境、加强心理健康教育等措施，以促进心理健康，改善困难学生状况。邹嫦仙和刘钱凤认为：近年来随着国家对经济困难学生资助力度的增加，其心理健康教育成为政府和高校高度重视的问题，贯穿于高等教育全过程。

（三）独立学院教师流失与大学生心理品质：问题与启示

杨燕认为独立学院转设后教师流失问题涉及教师个体需求、学校内外部环境等多方面因素。教师薪资、人际关系等需求未得到满足，教学任务过重、人力资本管理不足等内部环境困境，都对教师流失形成影响。董青松等通过研究发现，独立学院大学生的积极心理品质整体水平较高，优于全

国常态，心理健康教育和思想政治教育内容对其积极心理品质具有显著影响。

二、调查研究

（一）研究对象与范围

本研究旨在调查A独立学院在校学生的心理健康情况。研究范围包括所有在校学生，并采用随机抽样原则确保样本的代表性和可靠性。调查内容涵盖学生的心理健康现状、心理压力源以及心理健康问题等方面。数据收集将采用问卷调查和个别访谈等方法。通过这些方式，我们将全面了解学生的心理健康状况，为学校提供针对性的心理健康服务和支持措施。

（二）研究设计与方法

本研究采用横断面调查设计，结合定量和定性研究方法，旨在全面了解A独立学院在校学生的心理健康状况。定量部分将通过问卷调查收集数据，涵盖标准化量表和开放性问题，以量化分析学生的心理健康水平和存在的问题。定性部分则通过个别访谈深入了解学生的心理压力源、心理健康问题的具体表现，以及他们对心理健康服务的需求。这种混合研究方法能够综合考虑学生的主观感受和客观数据，提供更为全面深入的研究结果，为学校提供更有针对性的心理健康服务和支持措施。

（三）样本选取与数据收集

样本选取采用分层随机抽样的方法，根据学院、年级和专业等因素进行分层，然后从每个层级中随机选取样本。A学院总共有四个年级，分别为大一至大三在校生的大四的实习生。每个年级抽取100人进行调查，并考虑男女、专业等因素，具备代表性。数据收集阶段，采用在线问卷调查的方式，同时安排个别访谈，确保数据的全面性和深度性。问卷调查内容涵盖了学生的基本信息、心理健康水平、心理压力源、心理健康问题等方面，个别访谈则侧重于学生心理健康问题的深入探讨。

三、存在问题

（一）心理健康问题日益突出

在转设过程中，学生面临着学业压力增大和生活适应困难等问题，从而导致焦虑、抑郁等心理问题的增加。学校管理机制、教学资源配置等方面的变化可能会带来不确定性和挑战，使学生面临更大的学习压力和生活压力。部分学生由于缺乏有效的应对方法和心理调适能力，往往难以应对这些挑战，导致心理健康问题逐渐加重。为解决这一问题，学校应该重视学生心理健康问题，提供及时有效的心理支持和指导。

（二）心理服务体系不健全

独立学院的心理服务体系存在不健全等问题，这直接影响了学生的心理健康。学校对学生心理健康服务的投入不足，

缺乏专业化、系统化的心理咨询和治疗资源。学校的心理服务机构可能存在规模不足、师资力量不足、服务覆盖面不广等问题，导致学生在面临心理困扰时无法及时获得有效的帮助和支持。为了解决这一问题，学校应该增加对心理服务的投入，提升心理服务机构的规模和师资力量，扩大服务覆盖面，确保学生在面临心理困扰时能够及时获得专业的心理咨询和治疗。

（三）学生心理调适能力不足

学生需要适应新的学习环境、应对新的学习任务，但缺乏有效的心理调适和应对策略。他们可能面临着从高中到大学的转变、从家庭到独立生活的转变等多重适应压力，但由于缺乏相关的心理辅导和培训，他们往往难以有效应对，心理健康问题因此得不到有效的预防和处理。为了解决这一问题，学校应该加强学生心理调适能力的培养。这可以通过开展心理健康教育活动，教授学生应对压力和情绪管理的技巧，引导他们建立积极健康的心态和应对困难的能力。

四、问题原因

（一）转设背景下的不稳定性

学校转设过程中的不稳定性直接影响了学生的心理健康。在独立学院转设过程中，学校管理机制和教学体系的变化给学生带来了不确定性和压力。学生需要适应新的学习环境和教学方式，同时应对新的管理体系，这种变化可能会增加他们的焦虑和不安感，影响其心理健康状态。学生可能会感到失去了对未来的掌控感，担心自己无法适应新的学习模式或者无法达到新的学习要求，从而产生焦虑、紧张和抑郁等不良情绪。因此，学校在转设过程中应该重视学生的心理健康问题，提供及时的心理支持和指导，帮助他们顺利度过这一转变期。

（二）心理健康教育不足

学校在转设过程中对学生心理健康教育的不足是一个值得关注的问题。独立学院对学生心理健康教育的投入不够，缺乏系统性和针对性。通常，学校在转设过程中更倾向于将重点放在课程设置和教学改革上，而忽视了学生心理健康教育的重要性。缺乏有效的心理健康教育可能会导致学生对心理问题的认识不足，缺乏应对心理困扰的能力。学生可能会在面对学业压力和生活挑战时感到无助和焦虑，因为他们缺乏处理这些问题的有效工具和技巧。

（三）学校资源配置不均

学校资源配置不均是影响学生心理健康的重要因素之一。在转设后，一些独立学院可能会面临教学资源短缺的问题，这会直接影响到学生的学习和生活环境。教学设施不完善、师资力量不足以及课程资源匮乏等问题可能会降低学生的学习体验和生活质量，进而对其心理健康产生负面影响。学生可能会感到学习压力过大，情绪波动较大，甚至出现焦

虑和抑郁等心理问题。为了解决这一问题，学校可以通过增加教学资源投入、提升师资队伍质量、完善课程设置等措施，改善学校资源配置不均的情况。

五、解决方案

（一）建立完善心理健康服务体系

建立完善心理健康服务体系对于社会的健康发展至关重要。学校在此方面的投入尤为重要，可以通过建立健全的心理咨询中心来提供多样化的心理支持服务。这个中心应该配备专业的心理咨询师和心理医生，他们可以为学生提供心理咨询、心理治疗和心理健康教育等服务，帮助他们解决心理问题，提升心理健康水平。这种举措不仅有助于个体的心理健康，也有助于学校的整体氛围和教学质量的提升。通过这样的服务体系，学生们能够更好地面对压力，建立积极的心态，更好地投入学习和生活。

（二）加强心理健康教育

加强心理健康教育是不可或缺的一步。学校可以通过举办各种形式的心理健康教育活动来实现这一目标，如心理健康讲座、心理健康知识竞赛和心理辅导等。这些活动旨在提高学生的心理健康意识和自我调适能力，帮助他们更好地应对学习和生活中的压力和困扰。通过这些活动，学生可以学习如何有效地管理情绪、应对挑战，并学会寻求帮助和支持。这种针对性的心理健康教育不仅有助于预防心理问题的发生，还能够促进学生的全面发展和健康成长。同时，学校还可以培养学生对心理健康的正确认识，消除心理健康问题的社会歧视，营造一个关爱、包容的校园氛围。

（三）提升学校资源配置

另外，提升学校资源配置也是解决学生心理健康问题的关键。学校应合理配置教学资源，改善学习和生活环境，为学生提供良好的成长条件。骥慧和夏卫东（2023）认为：独立学院师资队伍存在数量和结构短板。转设为独立学院的专任教师面临发展机遇和人才竞争挑战，需要提升个人素养。推进教师发展对于实现教师成长与学校高质量发展至关重要。通过优化教学设施、加强师资队伍建设、改善校园文化建设等措施，营造积极向上的学习氛围，提升学生的学习动力和幸福感。

（四）建立心理健康档案

最后，建立心理健康档案是有效管理学生心理健康的重要手段。学校可以建立学生心理健康档案，定期进行心理健康评估，及时发现和干预心理问题。王涛和李妮娜（2023）认为：在独立院校转设后，我们面临着学生心理危机排查工作中专业水平低、连续性不足、了解程度有限等问题。我们应创新心理危机排查工作模式，推行常态化心理普测、系统

化心理健康教育、自查机制制度化等措施，提升工作效能，引领独立院校学生心理危机排查工作迈向新阶段。制定个性化的心理健康管理方案，帮助学生提升心理健康水平，全面发展个人潜能。

因此，学校在解决学生心理健康问题上扮演着至关重要的角色。通过建立完善心理健康服务体系、加强心理健康教育、优化学校管理机制、提升学校资源配置以及建立心理健康档案等综合措施，学校能够更有效地帮助学生应对心理压力，促进其心理健康水平的提升。这不仅有助于个体学生的健康成长，也有利于学校整体氛围的改善和教学质量的提升。

参考文献：

- [1]宋昕,相昆,崔华良,等.中医院校实习生疫情期间心理状况调查及远程干预研究[J].中国中医药现代远程教育,2024,22(10):112-114.
 - [2]顾浩然,胡先山,杨宇琪,等.新冠疫情下大学生心理健康水平情况及其影响因素研究[J].临床精神医学杂志,2024,34(01):67.
 - [3]刘金杭,马琳权,张广平,等.新型冠状病毒肺炎疫情常态化防控时期在校医学生心理状况及其影响因素[J].预防医学,2024,30(01):37-41+60.DOI:10.16406/j.pmt.issn.1672-9153.2024.1.08.
 - [4]张晓霞.独立学院家庭经济困难学生的心理健康状况研究[J].现代职业教育,2023,(31):81-84.
 - [5]邹嫦仙,刘钱凤.独立学院经济困难学生心理健康问题与其策略探究[J].公关世界,2023,(11):127-129.
 - [6]杨燕.独立学院转设后教师流失问题及对策研究[D].西南大学,2023.DOI:10.27684/d.cnki.gxndx.2023.000441.
 - [7]董青松,张祥丽,孔维静,等.独立学院大学生积极心理品质培育的创新路径和机制探索[C]//外语教育与翻译发展创新研究(13).绵阳城市学院;攀枝花学院,2023:4.DOI:10.26914/c.cnkihy.2023.008851.
 - [8]王涛,李妮娜.独立院校转设后学生心理危机排查模式与路径探索[J].教书育人(高教论坛),2023,(09):38-41.
 - [9]费骥慧,夏卫东.转设背景下推进独立学院教师发展的理论逻辑与实践路径[J].教育探索,2023,(02):64-68.
- ## 作者简介：
- 陈玥，女（1991.07-），汉族，广西贺州人，学士，讲师，研究方向：公共管理；
通讯作者：农湘霜，女（1995.09-），壮族，广西大化人，学士，助教，研究方向：政治学与行政学。
- ## 基金项目：
- 2023年度广西高校中青年教师基础能力提升项目“转设背景下独立学院大学生心理健康状态及对策研究”（编号：2023KY1742）