

艺术类大一新生心理问题研究及对策

——以天津传媒学院为例

王迪 赵立 高涓源

天津传媒学院，天津

摘要 | 目的：了解天津传媒学院艺术类大一新生的心理测评情况，并对于艺术类大一新生的心理测评情况提供针对性的建议。方法：我们采用中国大学生心理健康筛查量表，对2023级的天津传媒学院艺术类大一新生进行了心理健康状态的评估和访谈。我们对调查问卷的数据进行了描述性统计，并进行了独立样本 t 检验和方差分析。结果：2023级艺术类大一新生心理状况如下：严重心理危机学生占总体13.9%，一般心理问题的学生人数占总体比例24.99%，潜在心理困扰学生占总人数的14.25%。不同性别艺术类大一新生在总分中存在明显差异，男生的心理状态明显优于女生（ $t = -5.018, p < 0.001$ ）。艺术类大一新生的家庭成分在总分中存在明显差异，独生子女的心理健康水平明显优于非独生子女（ $t = -3.717, p < 0.001$ ）。艺术类大一新生的心理健康水平在生源地方面存在显著差异，来自大城市的艺术类大一新生的心理状况明显相对于其他生源地的学生心理状况良好（ $F = 15.717, p < 0.001$ ）。结论：艺术类大一新生与普通高校大一新生的情况不同，心理问题的检出率高于普通院校，且通过访谈发现艺术类大一新生的心理问题严重程度相对较高，我们需要引起对艺术类大一新生的心理健康状况的高度重视，可结合艺术类大一新生的实际情况和心理特点采取针对性的措施，提高其心理健康水平。

关键词 | 艺术类；大一新生；心理健康状况

Copyright © 2024 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 引言

人们的心理问题在这样一个飞速发展的时代日益趋于严重，大学生这一群体的心理问题备受关注，是高校工作重点之一^[1]。有研究表明，存在心理健康问题的大学生超过30%^[2]，并且大学生各方面的心理健康问题呈现多样化、个性化和复杂化的发展趋势^[3]。但目前已有的大学生心理健康状况研究结

通讯作者：王迪，天津传媒学院助教，研究方向：应用心理。

文章引用：王迪，赵立，高涓源. 艺术类大一新生心理问题研究及对策——以天津传媒学院为例 [J]. 中国心理学前沿, 2024, 6 (10): 1999-2008.

<https://doi.org/10.35534/pc.0610219>

果存在明显的差异，给学术研究和教育决策造成了一定困惑^[4]。并且笔者在工作中发现，艺术类大一新生的心理健康状况具有一定的特殊性，因此，本研究旨在了解天津传媒学院艺术类大一新生的心理测评情况，并针对艺术类大一新生的心理测评情况提供针对性的建议。

2 研究对象与方法

2.1 研究对象

在心理教师的统一指导下，采用中国大学生心理测评系统对天津传媒学院2023级艺术类大一新生进行了心理测评，测评人数共3707人，刨除作答不一致问卷，有效问卷共3698人，问卷有效率为99.76%。其中，男生共1029人，占总体27.83%，女生共2669人，占总体72.17%；独生子女共1291（34.91%），非独生子女共2407人（65.09%）；在大城市生活的学生共946人，占比25.6%，在中小城市居住的学生共1155人，占比31.2%，在城镇居住的学生共745人，占比20.1%，在农村居住的学生共851人，占比23.0%。详情如表1所示。

表 1 被试的人口学特征

Table 1 Demographic characteristics of the subjects

项目	性别		生源地				是否独生	
	男	女	大城市	中小城市	城镇	农村	独生	非独生
频数 (n)	1029	2669	946	1155	745	851	1291	2407
占比 (%)	27.8	72.2	25.6	31.2	20.1	23	34.9	65

2.2 研究方法

本研究使用的问卷是由方晓义^[5]等人开发的中国大学生心理健康筛查量表，简称CCSMHS。CCSMHS量表共包含96道题目，其中包括5道用于检测回答一致性，91道用于各个维度的评分。该问卷筛查分为三个层级——严重心理问题症状筛查、一般心理问题症状筛查，以及发展性困扰筛查（在使用量表时亦称为潜在心理问题）。严重心理问题的筛查指标包括幻觉等严重精神病症状以及自杀行为与意图。一般心理问题的筛查则分为两个维度：内化心理问题症状（该维度涵盖七个测量指标），包括焦虑、抑郁、偏执、自卑、敏感、社交恐惧和躯体化等内化心理问题的症状；以及外化心理问题的表现（这一维度涵盖了八个测量指标），包括进食问题、睡眠困扰、自伤行为、敌对攻击、冲动、强迫、依赖、网络成瘾等。发展性困扰筛查的测量指标共有五项，分别是学校适应困难、人际关系困扰、学业压力、就业压力和恋爱困扰。本研究中，该量表的 α 系数为0.973，KMO值为0.975，信效度良好。

2.3 统计方法

采用统计软件SPSS 23.0对该问卷的数据进行处理，对于艺术类大一新生的心理问题层级以及各维度得分进行了描述性统计，比较性别、是否独生的差异时采取了独立样本T检验，比较不同生源地的差异

时，采用了单因素方差分析和事后检验（LSD）的统计学方法。

3 结果

3.1 艺术类大一新生的心理状况的描述性统计

根据CCSMHS量表的评分标准，2023级艺术类大一新生的心理状况如表2所示。

严重心理危机学生514人，占总体13.9%，一般心理问题的学生人数为942人，占总体比例24.99%，潜在心理困扰学生人数为527，占总人数的14.25%，1733名学生无心理困扰，占总体的46.86%。38.89%的艺术类大一新生可能有心理问题，即心理问题的检出率为38.89%；此外，14.25%的艺术类大一新生存在潜在的心理困扰。

表2 艺术类大一新生的心理问题层级的频数分析结果

Table 2 Results of frequency analysis on the hierarchy of psychological problems of freshmen majoring in arts

名称	严重心理危机	一般心理问题	潜在心理困扰	无心理困扰
人数	514	924	527	1733
百分比 (%)	13.9	24.99	14.25	46.86

艺术类大一新生在22个心理健康筛查维度的描述性统计如表3所示。

表3 艺术类大一新生的各维度的均值 ± 标准差 (M ± SD, N=3698)

Table 3 The mean ± standard deviation of each dimension for freshmen majoring in arts (M ± SD, N=3698)

名称	M ± SD	名称	M ± SD	名称	M ± SD	名称	M ± SD
幻觉、妄想症状	5.845 ± 2.260	强迫	7.182 ± 2.741	自卑	8.631 ± 3.299	就业压力	9.226 ± 3.352
自杀意图	5.621 ± 2.413	自伤行为	5.587 ± 2.085	依赖	6.933 ± 2.596	学业压力	8.723 ± 2.917
敏感	7.559 ± 2.860	抑郁	8.830 ± 3.282	焦虑	6.916 ± 2.740	恋爱困扰	6.506 ± 2.440
进食问题	6.169 ± 2.106	社交恐惧	7.081 ± 2.725	睡眠困扰	7.429 ± 2.955	人际关系困扰	6.783 ± 2.420
偏执	6.867 ± 2.515	敌对攻击	6.271 ± 2.335	网络成瘾	9.459 ± 3.640		
冲动	7.231 ± 2.652	躯体化	6.297 ± 2.591	学校适应困难	7.565 ± 2.525		

3.2 艺术类大一新生的总分及各项目得分在性别水平上的差异情况

对数据进行统计处理后发现，不同性别艺术类大一新生在总分中存在明显差异，男生的心理状态明显优于女生 ($t=-5.018, p<0.001$)。对不同性别艺术类大一新生的22个心理健康筛查维度进行了独立样本t检验，从表4可以看出：不同性别样本对于自杀意图，自伤行为，进食问题，恋爱困扰共4项不会表现出显著性 ($p>0.05$)，意味着不同性别艺术类大一新生对于自伤行为，自杀意图均表现出一致

性,无明显差异性。性别对于除了以上4项以外的剩余18个维度呈现出显著差异($p<0.05$),其中,女生在内化心理问题的7个测量指标(焦虑、抑郁、偏执、自卑、敏感、社交恐惧、躯体化)以及外化心理问题的6个测量指标(依赖、敌对攻击、冲动、强迫、网络成瘾、睡眠困扰)的得分明显高于男生,说明男生的整体心理状况优于女生。

表4 艺术类大一新生在性别方面独立样本 t 检验分析结果

Table 4 Results of the independent samples t -test analysis on freshmen majoring in arts in terms of gender

	性别 ($M \pm SD$)		t	p
	女 (N=2669)	男 (N=1029)		
总分	170.13 ± 49.46	160.79 ± 53.84	-5.018	0.001**
自杀意图	5.61 ± 2.41	5.64 ± 2.41	-0.317	0.751
幻觉、妄想症状	5.79 ± 2.19	5.99 ± 2.42	-2.266	0.024*
敏感	7.73 ± 2.85	7.10 ± 2.83	6.031	0.000***
进食问题	6.19 ± 2.05	6.12 ± 2.25	0.881	0.379
偏执	6.96 ± 2.47	6.62 ± 2.60	3.612	0.000***
冲动	7.38 ± 2.62	6.84 ± 2.70	5.51	0.000***
强迫	7.31 ± 2.73	6.86 ± 2.74	4.472	0.000***
自伤行为	5.56 ± 2.03	5.66 ± 2.22	-1.335	0.182
抑郁	8.96 ± 3.24	8.49 ± 3.37	3.818	0.000***
社交恐惧	7.21 ± 2.71	6.73 ± 2.72	4.821	0.000***
敌对攻击	6.32 ± 2.30	6.14 ± 2.41	2.12	0.034*
躯体化	6.38 ± 2.61	6.08 ± 2.52	3.151	0.002**
睡眠困扰	7.57 ± 2.93	7.06 ± 2.98	4.675	0.000***
网络成瘾	9.66 ± 3.58	8.95 ± 3.76	5.175	0.000***
自卑	8.73 ± 3.26	8.38 ± 3.39	2.855	0.004**
焦虑	7.04 ± 2.74	6.59 ± 2.71	4.579	0.000***
依赖	7.05 ± 2.58	6.62 ± 2.61	4.586	0.000***
学校适应困难	7.76 ± 2.48	7.07 ± 2.59	7.31	0.000***
就业压力	9.56 ± 3.26	8.36 ± 3.44	9.617	0.000***
学业压力	9.03 ± 2.83	7.91 ± 2.98	10.412	0.000***
恋爱困扰	6.46 ± 2.39	6.63 ± 2.57	-1.813	0.07
人际关系困扰	6.86 ± 2.36	6.58 ± 2.55	3.074	0.002**

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

3.3 艺术类大一新生的总分及各项目得分在独生子女水平上的差异情况

结果表明,艺术类大一新生在独生子女水平上的问卷总分中存在明显差异,独生子女的整体心理健康水平明显优于非独生子女。在是否独生方面,对艺术类大一新生的22个心理健康筛查维度进行了独立样本 t 检验,如表5所示,是否独生这一方面对于幻觉、妄想症状,自杀意图,进食问题,偏执,自伤行为,敌对攻击,躯体化共7项不会表现出显著性($p>0.05$),意味着的艺术类大一新生在是否独生方面对于幻觉、妄想症状,自杀意图,进食问题,偏执,自伤行为,敌对攻击,躯体化全部均表现出一致性,无明显差异性。另外,是否独生对敏感,冲动,强迫,抑郁,社交恐惧,睡眠困扰,网络成瘾,自

卑, 焦虑, 依赖, 学校适应困难, 就业压力, 学业压力, 恋爱困扰, 人际关系困扰共15项呈现出显著性 ($p < 0.05$), 独生子女在一般心理问题症状筛查中的敏感, 冲动, 强迫, 抑郁, 社交恐惧, 睡眠困扰, 网络成瘾, 自卑, 焦虑, 依赖的得分均低于非独生子女, 且独生子女的发展性困扰筛查的5个指标得分 (学校适应困难、人际关系困扰、学业压力、就业压力、恋爱困扰) 均低于非独生子女。

表5 艺术类大一新生在是否独生方面的独立样本t检验分析结果

Table 5 Results of the independent samples t-test analysis on freshmen majoring in arts regarding whether they are the only child or not

	是否独生 ($M \pm SD$)		<i>t</i>	<i>p</i>
	不是 ($n=2407$)	是 ($n=1291$)		
总分	169.81 ± 49.76	163.30 ± 52.67	-3.717	0.003**
自杀意图	5.59 ± 2.37	5.68 ± 2.49	-1.072	0.284
幻觉、妄想症状	5.86 ± 2.20	5.81 ± 2.37	0.606	0.545
敏感	7.66 ± 2.81	7.38 ± 2.94	2.815	0.005**
进食问题	6.20 ± 2.06	6.11 ± 2.19	1.242	0.214
偏执	6.92 ± 2.45	6.77 ± 2.63	1.623	0.105
冲动	7.36 ± 2.62	6.98 ± 2.70	4.108	0.000***
强迫	7.31 ± 2.72	6.95 ± 2.76	3.769	0.000***
自伤行为	5.61 ± 2.06	5.55 ± 2.13	0.826	0.409
抑郁	8.95 ± 3.25	8.60 ± 3.34	3.082	0.002**
社交恐惧	7.19 ± 2.70	6.87 ± 2.77	3.462	0.001**
敌对攻击	6.27 ± 2.28	6.27 ± 2.44	0.093	0.926
躯体化	6.35 ± 2.58	6.20 ± 2.61	1.651	0.099
睡眠困扰	7.56 ± 2.93	7.19 ± 2.99	3.598	0.000***
网络成瘾	9.59 ± 3.54	9.22 ± 3.81	2.904	0.004**
自卑	8.77 ± 3.27	8.37 ± 3.34	3.545	0.000***
焦虑	7.03 ± 2.74	6.70 ± 2.73	3.481	0.001**
依赖	7.04 ± 2.56	6.74 ± 2.65	3.362	0.001**
学校适应困难	7.74 ± 2.49	7.24 ± 2.56	5.69	0.000***
就业压力	9.49 ± 3.29	8.73 ± 3.41	6.637	0.000***
学业压力	8.95 ± 2.88	8.30 ± 2.94	6.527	0.000***
恋爱困扰	6.56 ± 2.42	6.40 ± 2.48	2.006	0.045*
人际关系困扰	6.86 ± 2.39	6.64 ± 2.47	2.715	0.007**

3.4 艺术类大一新生的总分及各项目得分在生源地水平上的差异情况

为探究生源地差异对艺术类大一新生的中国大学生心理健康筛查量表的总分的影响, 进行了单因素方差分析, 结果表明, 艺术类大一新生的生源地方面在总分中存在明显差异, 来自大城市的艺术类大一新生的心理状况明显相对于其他生源地的学生心理状况良好 ($F=15.717, p < 0.001$)。在生源地方面, 对艺术类大一新生的22个心理健康筛查维度进行了单因素方差分析, 如表6所示。在生源地方面, 严重心理问题症状筛查的两项指标 (幻觉、妄想症状, 自杀意图) 未表现出显著性 ($p > 0.05$), 说明无论来自哪里的艺术类大一新生都会有出现严重心理问题的可能。另外, 生源地对一般心理问题症状筛查的15项指标, 以及发展性困扰筛查的5项指标的得分均呈现出显著性 ($p < 0.05$), 其中, 通过事后检验 (LSD)

结果表明,大城市的学生在敏感,冲动,强迫,社交恐惧,睡眠困扰,抑郁,网络成瘾,学校适应困难,就业压力,学业压力,人际关系困扰的项目得分明显低于来自中小城市,小城镇以及农村(依次,农村得分最高)的学生。

表6 艺术类大一新生在生源地方面的方差分析结果

Table 6 Results of the analysis of variance on freshmen majoring in arts in terms of place of origin

	生源地 ($M \pm SD$)				<i>F</i>	<i>p</i>
	大城市 ($n=946$)	中小城市 ($N=1155$)	小城镇 ($N=745$)	农村 ($N=851$)		
总分	158.56 ± 52.75	168.40 ± 50.94	169.82 ± 49.60	174.36 ± 48.45	15.717	0.000***
幻觉、妄想症状	5.76 ± 2.35	5.93 ± 2.31	5.76 ± 2.22	5.90 ± 2.12	1.494	0.214
自杀意图	5.56 ± 2.49	5.76 ± 2.46	5.59 ± 2.40	5.53 ± 2.26	1.857	0.135
敏感	7.10 ± 2.95	7.59 ± 2.84	7.63 ± 2.79	7.97 ± 2.78	14.339	0.000***
进食问题	5.90 ± 2.19	6.31 ± 2.10	6.23 ± 2.08	6.23 ± 2.02	7.388	0.000***
偏执	6.61 ± 2.64	6.93 ± 2.50	6.93 ± 2.46	7.01 ± 2.43	4.636	0.003**
冲动	6.81 ± 2.73	7.19 ± 2.62	7.42 ± 2.62	7.59 ± 2.57	14.603	0.000***
强迫	6.79 ± 2.78	7.18 ± 2.71	7.29 ± 2.71	7.52 ± 2.72	11.085	0.000***
自伤行为	5.42 ± 2.09	5.73 ± 2.13	5.61 ± 2.09	5.55 ± 2.00	3.906	0.008**
社交恐惧	6.62 ± 2.68	7.09 ± 2.75	7.13 ± 2.70	7.53 ± 2.69	17.052	0.000***
睡眠困扰	7.02 ± 2.97	7.44 ± 2.94	7.54 ± 3.00	7.78 ± 2.87	10.492	0.000***
焦虑	6.55 ± 2.74	6.99 ± 2.82	6.94 ± 2.66	7.20 ± 2.66	8.972	0.000***
依赖	6.51 ± 2.57	6.94 ± 2.57	7.04 ± 2.59	7.30 ± 2.60	14.993	0.000***
自卑	8.10 ± 3.24	8.65 ± 3.33	8.70 ± 3.20	9.14 ± 3.32	15.32	0.000***
网络成瘾	9.01 ± 3.74	9.44 ± 3.59	9.60 ± 3.69	9.86 ± 3.50	8.721	0.000***
躯体化	6.03 ± 2.61	6.44 ± 2.64	6.33 ± 2.56	6.36 ± 2.51	4.723	0.003**
敌对攻击	6.12 ± 2.42	6.43 ± 2.40	6.29 ± 2.29	6.21 ± 2.18	3.281	0.020 [†]
抑郁	8.31 ± 3.28	8.86 ± 3.29	8.99 ± 3.24	9.24 ± 3.24	13.258	0.000***
学校适应困难	7.08 ± 2.62	7.57 ± 2.48	7.73 ± 2.46	7.95 ± 2.45	19.716	0.000***
就业压力	8.35 ± 3.36	9.15 ± 3.30	9.55 ± 3.29	10.02 ± 3.24	41.149	0.000***
学业压力	7.97 ± 2.90	8.58 ± 2.82	9.06 ± 2.88	9.46 ± 2.88	44.932	0.000***
恋爱困扰	6.21 ± 2.44	6.55 ± 2.39	6.63 ± 2.48	6.65 ± 2.45	6.487	0.000***
人际关系困扰	6.44 ± 2.47	6.78 ± 2.40	6.88 ± 2.35	7.09 ± 2.40	11.372	0.000***

4 分析与讨论

4.1 艺术类大一新生的心理问题总体情况

通过问卷以及数据分析发现,2023级艺术类大一新生的心理健康状况并不乐观,其中,严重心理危机学生占总体13.9%,无心理问题的学生仅仅占46.86%,也就是说,有50%以上的学生被检出存在心理问题,这远远高于全国常模^[6]。这可能是由于学生情况的特殊性,该校绝大多数学生为艺术类专业。第一,这类学生通常会在情绪情感方面尤为敏感,这可以帮助他们进行艺术创作,但这也使得他们更容易受到外界的影响,从而产生心理波动;第二,艺术生在上大学之前,通常需要参加专业方面的集中培训,他们在学校期间的人际关系不具有连续性,这可能会使得很多学生在人际交往过程中产生很多负面的体验,并且可能缺乏持续性的同辈的社会支持;第三,艺术生在求学期间,经常要求在艺术创作方面

要做到极致，这致使很多学生可能会产生过度的自我压力和焦虑，甚至有些学生会因此出现很多躯体化的症状，并且很多学生无法意识到专业 and 自我的边界，从而在自我发展的过程中，出现很多发展性问题；第四，通过访谈发现，相比于普通高校的学生，艺术类大一新生在过去的经历中遭遇了更多的创伤经历，如来自原生家庭的创伤，学校霸凌或孤立的创伤等，甚至其中很多人都曾经历过复杂性创伤，这些经历导致其产生心理问题或心理障碍。

4.2 艺术类大一新生在性别，是否独生，生源地方面的总分及各维度分析

不同性别艺术类大一新生在总分中存在明显差异，男生的心理状态明显优于女生 ($t=-5.018$, $p<0.001$)。女生在偏执，冲动，自伤行为，抑郁，敌对攻击，网络成瘾，学校适应困难，就业压力，学业压力，人际关系困扰，敏感，强迫，社交恐惧，躯体化，依赖，焦虑，睡眠困扰这些维度的得分明显高于男生，这与以往的研究一致^[7]。女生的心理状况比男生的状况更为突出，有以下几点原因：第一，从生理和心理特点来看，女性产生负面情绪的阈限比男性低，更具有负面情绪识别的优势^[8]，因此，女性比男性更容易在情绪情感上受到影响，更容易感受到压力进而影响心理状态，并且女生之间的人际关系较为复杂，这也使得女性不得不面对更多的负性事件。第二，从社会文化因素、性别角色期待以及社会经济压力来看，女性在心理层面上要面对诸多挑战，例如，因社会文化因素，部分女性在家庭中受到“重男轻女”的不公平对待，女性在职场也处于不利地位，这些不平等的社会环境都会对女性的心理状态造成影响。

艺术类大一新生的家庭成分在总分中存在明显差异，独生子女的心理健康水平明显优于非独生子女 ($t=-3.717$, $p<0.001$)，这与以往的研究一致。独生子女在敏感，冲动，强迫，抑郁，社交恐惧，睡眠困扰，网络成瘾，自卑，焦虑，依赖，学校适应困难，就业压力，学业压力，恋爱困扰，人际关系困扰这15项的得分均低于非独生子女。陈芸^[9]的研究表明，独生子女的主观幸福感高于非独生子女，这是因为独生子女不用通过同胞竞争就可以在家中获得全部的爱与关注以及物质，并且也有更多的机会拥有更加密切的亲子关系和足够多的社会支持，这会使得其负性情绪更少，因此可以保持更加良好的心理状态。通过和艺术类大一新生访谈得知，不少学生曾因家中弟弟或妹妹的出生而感到备受冷落，甚至有些家庭会出现重男轻女的行为，失去父母的关心、关爱，从成绩优秀到一落千丈，在学校的人际关系也出现问题，进而出现心理问题或躯体症状。

艺术类大一新生的生源地方面在总分中存在明显差异，大城市的学生心理健康水平明显优于来自中小城市，小城镇以及农村的学生 ($F=15.717$, $p<0.001$)。首先，大城市的学生在敏感，冲动，强迫，社交恐惧，睡眠困扰，抑郁，网络成瘾，学校适应困难，就业压力，学业压力，人际关系困扰的项目得分明显低于来自小城镇以及农村的学生。这与詹启生等人(2009)的研究结果具有一定的一致性^[10]，即大城市的大学生心理健康水平较高。这可能是因为大城市的学生获得了相对好的教育资源，在心理健康问题方面接受过一定的科普教育，即使出现问题，父母也可能有及时咨询或者就医的意识。其次，由于艺术类专业学生具有一定的专业特殊性，相对于普通院校的学生来说，一直以来需要有较高的经济投入，因此，来自农村以及小城镇的部分学生需要面对沉重的经济负担，进而影响心理健康水平。另外，大城市和中小城市的学生在就业方面可能有更多的选择，而农村以及小城镇的学生需要面对更多的就业

压力, 远离家乡等情况, 从而影响其心理状态。

5 建议与措施

5.1 进一步完善心理健康监测与预警机制

在新生访谈过程中发现, 有部分学生隐瞒其真实心理状况, 未被问卷筛查出来, 通过访谈才发现其心理问题的严重程度高于其作答结果的范畴, 因此, 需进一步完善心理健康监测, 如可以使用组合心理问卷筛查的办法, 在测评中至少包括一种症状类量表(含自杀风险评估)和一种风险因素类量表(如EPQ等); 此外, 还需进一步完善四级预警机制, 加大相关人员(如宿舍长, 宿管人员)的培训, 确保可以及时发现并处理学生的心理问题。

建立支持系统对于艺术高校新生的心理健康也起着关键作用。对严重心理问题学生建立一生一册, 定期谈心谈话, 更新档案, 及时提供关心和帮助, 使得学生可以更好地学习和生活; 同学之间可以相互支持、相互鼓励, 共同营造良好的心理氛围。例如, 在班级内成立心理互助小组, 让学生在小组中分享自己的心理困惑和成长经历, 互相提供支持和建议。

5.2 提供个性化心理支持方案

针对不同类型的心理问题和学生需求, 提供个性化的心理支持方案。比如, 因艺术类大一新生在过去的学业生涯中, 人际关系具有不连续性和不稳定性, 因此, 很多学生并不能很好的处理人际关系, 可以招募同质性团体, 通过表达性艺术治疗的方法, 帮助学生更好地学习和生活。

根据性别差异, 可针对女生更多的开展提高情绪调节能力的讲座、活动, 以及女性心理成长课程, 帮助女生可以更好地面对负面情绪和负面事件带来的影响。对于男生, 进而针对其身心特点着重培养其沟通能力和情感表达能力, 通过情景模拟、角色扮演等活动帮助男生学习如何倾听别人以及如何表达自己的情感和需求。

根据家庭成分的差异, 除了加强家校共育——定期为家长科普心理健康知识外, 可针对独生子女开展户外心理拓展活动帮助其训练独立生活的能力, 提高其换位思考的能力, 降低其自我中心化的特点; 针对非独生子女, 需帮助其树立正确认知, 鼓励其表达情绪, 以及自己的想法, 给予他们更多的无条件积极关注, 鼓励其正视自己的需求, 接纳自己。

在生源地方面, 可以针对大城市的学生开展支教、社区服务等事件活动, 帮助其提高社会责任感, 以及了解不同人的生活方式; 对于那些来自农村或小城镇的有经济困难的学生, 及时提供经济支持, 如助学金、增设勤工助学岗位等, 必要时提供个体心理咨询服务, 帮助学生合理的看待自己的自卑情绪, 化自卑为超越的力量, 提高其心理韧性, 进而提高心理健康水平。

5.3 提高心理健康意识及加强理解和支持

提高心理健康意识是预防和解决心理问题的重要基础。通过访谈发现, 艺术类大一新生在初高中时, 上过心理健康教育课程的人数寥寥无几, 对心理健康教育知识缺乏一定的了解, 学校应通过多种渠

道,如校园广播、宣传栏、微信公众号等,广泛宣传心理健康知识,提高学生对心理健康的认识以及重视程度。同时,鼓励学生主动关注自己的心理状态,及时发现问题并寻求帮助。例如,定期推送心理健康小贴士,提醒学生注意调节情绪、保持良好的心态。另一方面,加强对艺术类大学生的理解和支持,尊重他们的职业选择和创作成果。提供更多的就业机会和创业支持,减轻学生的就业压力和焦虑感。

6 结论

总之,艺术类大一新生与普通高校大一新生的情况不同,心理问题的检出率高于普通院校,且通过访谈发现艺术类大一新生的心理问题严重程度相对较高,我们需要引起对艺术类大一新生的心理健康状况的高度重视,可结合艺术类大一新生的实际情况和心理特点采取针对性的措施,从而帮助其适应大学生活,提高其心理健康水平。此外,本次研究发现,问卷调查与访谈的心理普查方法具有一定的局限性,因此,希望未来可结合艺术类学科的特点,展开跨专业的研究,如尝试将心理学和戏剧专业相结合,更好地提升艺术类大一新生的心理健康水平。

参考文献

- [1] 王耀,陈雷,狄欣. 大学新生心理健康状况研究——基于河北某高校调查问卷数据实证分析[J]. 邯郸学院学报, 2023, 33(1): 100-106.
- [2] Bruffaerts R, Mortier P, Kiekens G, et al. Mental health —problems in college freshmen: prevalence and academic functioning [J]. *Journal affective disorders*, 2018 (225): 97-103.
- [3] 徐红彦. 大学生心理健康状况调查及其影响因素分析[J]. 西部素质教育, 2024, 10(15): 106-109.
- [4] 俞国良. 中国学生心理健康问题的检出率及其教育启示[J]. 清华大学教育研究, 2022, 43(4): 20-32.
- [5] 方晓义,袁晓娇,胡伟,等. 中国大学生心理健康筛查量表的编制[J]. 心理与行为研究, 2018, 16(1): 111-118.
- [6] 龙细连,陈顺森,欧琪雯,等. SCL-90与《中国大学生心理健康筛查量表》在高校新生心理普查中的应用比较研究[J]. 中医药管理杂志, 2024, 32(10): 193-195.
- [7] 娜地热·艾力,彭向君,李家新,等. 大学新生心理健康状况调查——以新疆某高校2022级新生为例[J]. 心理月刊, 2023, 18(8): 211-214.
- [8] 袁加锦,李红. 人类对情绪事件效价强度的易感性及神经机制[J]. 心理科学进展, 2012, 20(1): 10-18.
- [9] 陈芸. 大学新生主观幸福感与特质抑郁、特质焦虑的关系[J]. 心理学进展, 2019, 9(8): 1377-1383.
- [10] 詹启生,苏慧丽,刘亚菲. 不同成长环境大学生心理健康状况研究[J]. 中国学校卫生, 2009, 30(5): 436-437.

Research on Psychological Problems of Art Freshmen and Countermeasures

—Taking Tianjin College of Media & Arts as an Example

Wang Di Zhao Li Gao Juanyuan

Tianjin College of Media & Arts, Tianjin

Abstract: Objective: To understand the psychological assessment situation of freshmen majoring in arts in Tianjin University of Media Arts, and provide targeted suggestions based on the psychological assessment situation of freshmen majoring in arts. Methods: We adopted the Chinese College Student Mental Health Screening Scale to conduct an assessment and interviews on the mental health status of the freshmen majoring in arts of the 2023 grade in Tianjin University of Media Arts. We carried out descriptive statistics on the data of the questionnaires and also conducted independent sample t-tests and variance analyses. Results: The mental status of the freshmen majoring in arts of the 2023 grade is as follows: Students with severe psychological crises account for 13.9% of the total; the number of students with general psychological problems accounts for 24.99% of the total; students with potential psychological distress account for 14.25% of the total number. There are significant differences in the total scores between freshmen majoring in arts of different genders. The mental state of male students is significantly better than that of female students ($t = -5.018, p < 0.001$). There are significant differences in the total scores regarding the family composition of freshmen majoring in arts. The mental health level of only children is significantly better than that of non-only children ($t = -3.717, p < 0.001$). There are significant differences in the mental health level of freshmen majoring in arts in terms of their places of origin. The mental status of freshmen majoring in arts from big cities is significantly better than that of students from other places of origin ($F = 15.717, p < 0.001$). Conclusion: The situation of freshmen majoring in arts is different from that of freshmen in ordinary colleges and universities. The detection rate of psychological problems is higher than that of ordinary colleges and universities. Moreover, it is found through interviews that the severity of psychological problems of freshmen majoring in arts is relatively high. We need to attach great importance to the mental health status of freshmen majoring in arts and can take targeted measures according to the actual situation and psychological characteristics of freshmen majoring in arts to improve their mental health level.

Key words: Arts; Freshmen; Mental health status