

# 江东一份面向学生的心理测评得出这样的结果 人际关系焦虑超越学习压力 成为少年“头号心事”

□记者 徐叶 通讯员 庄承婷 陈家晶

困扰初中生最多的,是学习压力吗?昨天,江东四眼碶中学对初二学生进行了心理测评,检测结果显示:人际关系焦虑已成为少年们的“头号心事”。

## 心理测评:一个班有6名学生数据“亮灯”

学生们在计算机房要在线完成三份心理方面的测评,内容分别是中小学心理健康、师生关系以及学生之间的关系。题目都是简单的是非题,比如,“你夜里睡觉时,是否总是想着明天的功课?”、“你的手心是否经常出汗?”

大部分学生在20分钟内就能完成测评,但个别学生会

被系统反复要求重做。原来测试题中穿插了“测谎题”,以确保答题的有效性,尽量真实地反映出学生的心理状况。

记者在学校心理健康中心的后台系统看到,一些完成测评的学生已有了测评报告。以中小学心理健康测评为例,一共有100题,分学习焦虑、对人焦虑、孤独、自责、过敏、身

体症状、恐怖、冲动等8个子项目,单项或总得分如果超过了标准分值,报告中就会有红色箭头标记。据统计,30多人的一个班级中,有6名学生的数据“亮灯”,其中,对人焦虑这一项单独超标的占多数。

据了解,每年9-10月,江东区各所中小学都会对学生进行心理测评,今年全区5所

初中完成的测评报告显示,人际关系焦虑成为少年们的“头号心事”。

“很多老师以为,初中生来自学习方面的压力最大。”四眼碶中学心理辅导专职教师陈建波说,事实上,人际关系焦虑才是阻碍孩子们健康成长最大的“拦路虎”,学习好坏可能只是一个表象。

## 学生厌学,有的就是人际关系焦虑导致的

据了解,2014年江东区在全市率先为每所中小学配备专业的心理测评软件,并逐批为每个学生建立个人心理档案。当然,由心理测评生成的报告,只是学生心理档案的一部分,另外内容还来自于教师平日与学生沟通、专职心理教师咨询及个案追踪等。出于对学生隐私的保护,心理档案属于“加密文档”。

一份心理测评报告并不能代表全部,但对每一个生成“红色标记”的学生,老师们会给予一些“特殊照顾”。

有时候,老师也要作为“当事人”接受心理疏导,为了学生调整自己的教学方式。

“与老师关系不佳,很容易导致学生某一科目成绩不佳或者厌学。”陈建波说,2014年首批参加心理测评的一名男生,被测出人际关系焦虑,经沟通是与班主任老师关系比较紧张。心理教师了解后发现,学生是非常叛逆的,班主任也是过分严厉。为此,心理教师作为第三方进行调解,班主任及时作出让步,学生也逐渐感受到了老师的真心。很

快,这名男生成绩提高了,性格也开朗了不少。

陈老师发现,一些学生性格孤僻,对很多事情(包括学习)提不起兴趣,与不融洽的亲子关系有着密切的关联。比如,某个长假过后,一名男生以身体不适为由待在家中,连续一周都不想上学。结合心理测评记录,陈老师了解到,这孩子的父母常年忙碌,很少有时间关心孩子,孩子的“异常”很可能是另一种方式的表达。经过两个月时间的调整,通过家长、老师、学生的共同

努力,这名男生才恢复了对上学的兴趣。

“心理辅导虽是一项教学辅助工作,但对学生而言是必需的。”初三班主任马益维称,学生出现小问题的背后往往有复杂的综合因素。有时候学生上课心不在焉,也可能是家中有了突发情况,也可能是同学之间有了矛盾。治标又治本,才能有利于学生各方面的良性发展。

据记者了解,大部分教师对心理测评这项工作的认可度较高。

## 对心理教育,仍有学生和家存在误区

据了解,上世纪90年代,江东区就开始了心理健康教育工作的探索。但至今,学生、家长对心理教育仍然存在误区。

昨天下午,记者随机询问了四眼碶中学几名学生,问他们是怎么看心理测评

的?有同学就回答说:“我怎么会出问题?”

一些学校的心理辅导教师告诉记者,部分学生确实对心理测评存有“芥蒂”,尤其是测评后“被沟通”的学生,会带有一种情绪,比如在走进辅导教室时会问:“我为

什么要来这种地方?”

一所学校负责心理辅导工作的徐老师说,很少有学生愿意主动找心理老师,意识到自己“有点问题”可能会让他们感受到很大压力。同时,个别家长也特别反感心理疏导,认为心理上的状况

是“一种病”,而“我的孩子没病”。当然,随着心理健康教育的不断深入,家长对心理健康教育的接纳程度也有所提高。“老师、家长意识的更新,有助于学生更好地接纳自己。”徐老师说。

●●● 链接

## 师生关系测验问卷

本测验共有18个陈述句项目。请仔细阅读每个项目,并对照自己的实际情况,作为“是”与“否”的判断。

- 1.你经常不能明白老师的讲解。是 否
- 2.某位老师对你感到讨厌或你讨厌某位老师。是 否
- 3.老师常以纪律压制你。是 否
- 4.老师上课不能吸引你。是 否
- 5.老师不了解你的忧虑与不安。是 否
- 6.你的意见常被老师不加考虑地反对。是 否
- 7.老师把考试成绩的高低作为衡量学生的优劣与奖惩学生的尺度。是 否
- 8.你找不到一位能倾诉内心隐秘的老师。是 否
- 9.老师常体罚或变相体罚你。是 否
- 10.老师常给你增加学习负担。是 否
- 11.某位老师对你有点冷漠。是 否
- 12.你的思想常被老师支配。是 否
- 13.你在学习上的创造性见解常得不到老师的肯定。是 否
- 14.老师常让你感到紧张与不安。是 否
- 15.老师常误解你的行为而责怪你。是 否
- 16.老师无法帮助你改进学习方法。是 否
- 17.老师很少与你倾心相谈。是 否
- 18.你常屈服于老师的命令与权威。是 否

宁波茂昌眼镜有限公司——宁波市《诚信企业》

茂昌眼镜承诺:谁价比我低差价马上还

欢度国庆  
HAPPY NATION DAY

配镜惊爆价 买一送一

活动时间:见报起至10月9日

六大特惠:全场配镜4.5折起 满388元就送174元非球面镜片一副

名牌镜架降价才是硬道理

全场镜架 4.5-7.8折  
2015新款时尚名品镜架  
全新上市

满再送 机会不容错过

配框架眼镜满388元  
再送价值174元加膜超薄非球面  
抗辐射树脂片一副(赠送镜片度数联合  
光度800以内,散光200度以内)

名牌镜片降价才是硬道理

全场镜片 4.5-7.8折  
特殊光度需定制镜片不参加此活动  
个别进口品牌不参加此活动

太阳镜全场清仓优惠

全场太阳镜 4.5-6折  
2015新款时尚太阳镜  
年度最低价清仓大优惠

套餐组合茂昌省钱更多

500款镜架+  
加膜超薄抗辐射树脂片组合  
=99元/套、248元/套、

隐形眼镜价比淘宝低

隐形眼镜出厂价直销  
部分商品再送礼  
护理液降价低无可低

地址:开明街400号  
地址:南苑粮丰街121号

(平安大厦一楼西侧)  
(段塘社区医院对面)

电话:87345808

电话:87462658