**中国大学生心理健康测评系统全国均分**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **幻觉、妄想症状** | **4.88** | **自杀意图** | **4.6** | **焦虑** | **5.78** | **抑郁** | **7.45** | **偏执** | **5.84** |
| **自卑** | **7.41** | **敏感** | **6.49** | **社交恐惧** | **5.84** | **躯体化** | **5.27** | **依赖** | **6.05** |
| **敌对攻击** | **5.34** | **冲动** | **6.47** | **强迫** | **6.19** | **网络成瘾** | **7.91** | **自伤行为** | **4.77** |
| **进食问题** | **5.39** | **睡眠困扰** | **6.26** | **学校适应困难** | **6.6** | **人际关系困扰** | **6.02** | **学业压力** | **7.43** |
| **就业压力** | **7.99** | **恋爱困扰** | **6.02** |  |  |  |  |  |  |

辅导员可将学生各项得分与全国均分作比较，有针对性的对学生的问题进行了解、分析、判断。分数越高，说明问题越严重。

**中国大学生心理健康测评筛查量表因子标准解释**

大学生心理健康筛查量表（College Students Mental Health Screening Scale）共96个项目，分为三级筛查，共22个筛查指标。一级筛查为严重心理问题筛查，包括幻觉等严重精神病性症状、自杀行为与意向两个指标；二级筛查为一般心理问题筛查，分为内化心理问题和外化心理问题两类，其中内化心理问题包括了焦虑、抑郁、偏执、自卑、敏感、社交恐惧、躯体化七个指标，外化心理问题包括了依赖、敌对攻击、冲动、强迫、网络成瘾、自伤行为、进食问题、睡眠困扰八个指标；三级筛查为发展性困扰筛查，包括了学校适应困难、人际关系困扰、学业压力、就业压力、恋爱困扰五个指标。其中一级和二级筛查为学生心理健康问题筛查的核心，而三级筛查主要反映学生心理困扰的来源以及提示可能的潜在心理问题，可供各高校自愿选用。具体如下：

## 1 一级筛查

（1）幻觉等严重精神病性症状：主要评估个体是否存在幻听、幻视、被害妄想等大学生群体中常见的精神分裂症状。

（2）自杀行为与意向：主要评估个体是否有过结束自己生命的行为、准备或想法。

## 2 二级筛查

### 2.1 内化心理问题

（1）焦虑：主要评估个体是否存在烦躁，坐立不安，神经过敏，紧张以及由此产生的躯体征象。

（2）抑郁：主要评估个体是否存在以苦闷的情感与心境为代表性症状，以生活兴趣的减退、动力缺乏、活力丧失等为特征，以反映失望、悲观以及与抑郁相联系的认知和躯体方面的感受。

（3）偏执：主要评估个体是否存在过敏多疑、固执己见和极易记恨，常处于戒备和紧张状态之中的不良个性特征。

（4）自卑：主要评估个体是否缺乏客观的自我认识，不能悦纳自我，自我拒绝、自我否定等。

（5）敏感：主要评估个体是否存在猜疑心重，过分在意他人不关注的小事，过分受他人评价和看法的影响等不良个性特征。

（6）社交恐惧：主要评估个体是否存在以害怕与人交往或当众说话，担心在别人面前出丑或处于难堪的境况，因而尽力回避为特征的一种恐怖障碍，主要表现为害怕与人交往，在不得不与他人交往时，常常有紧张、焦虑、不安、恐怖等情绪体验。

（7）躯体化：主要评估个体是否存在心理障碍的躯体表现，包括心血管系统、呼吸系统、消化系统和运动系统等方面的主观不适体验。

### 2.2 外化心理问题

（1）依赖：主要评估个体是否存在一种过分顺从别人的意志、严重缺乏独立性的不良个性特征，主要表现为自感无能、极端顺从和缺乏活力。

（2）敌对攻击：主要评估个体是否在思想、感情及行为上存在敌对表现，主要表现为厌烦的感觉，摔物，争论直到不可控制的脾气暴发等各方面。

（3）冲动：主要评估个体是否存在以情绪不稳定和缺乏控制为特点的一种不良个性倾向，主要表现为易因微小刺激而突然爆发强烈的愤怒和冲动，甚至是暴力或威胁性行为，自己完全不能控制，发作后又会懊悔但却不能防止再发。

（4）强迫：主要评估个体是否存在指一种墨守陈规、过分疑虑、过分追求完美的性格特征，突出表现为明知没有必要，但又无法摆脱的无意义的思想、冲动和行为。

（5）网络成瘾：主要评估个体是否存在网络过度使用或病理性网络使用，主要表现为由于过度使用网络而导致明显的社会、心理功能损害。

（6）自伤行为：主要评估个体是否在没有明确自杀意图的情况下，存在故意、重复地改变或伤害自己的身体组织的行为。

（7）进食问题：主要评估个体是否存在以进食行为异常为显著特征的一组综合征。

（8）睡眠困扰：主要评估个体是否存在睡眠过多、睡眠过少或和睡眠相关的问题症状。

## 3 三级筛查

（1）学校适应困难：主要评估个体对大学校园生活方式、班集体生活、食宿条件等的总体适应情况。

（2）人际关系困扰：主要评估个体在与他人相处过程中的和谐融洽程度。

（3）学业压力：主要评估个体在大学学习过程中的适应水平。

（4）就业压力：主要评估个体是否存在就业或准备就业相关的困扰。

（5）恋爱困扰：主要评估个体在恋爱过程中的困扰或未能恋爱的困扰。