

上海学校德育重大决策咨询课题



上海高校学生 心理健康与发展研究报告

Shanghai Gaoxiao Xuesheng

Xinli Jiankang yu Fazhan Yanjiu Baogao

张海燕 主编

 上海人民出版社

上海高校学生 心理健康与发展研究报告

Shanghai Gaoxiao Xuesheng

Xinli Jiankang yu Fazhan Yanjiu Baogao

张海燕 主编

图书在版编目 (CIP) 数据

上海高校学生心理健康与发展研究报告/张海燕主编.
上海:上海人民出版社,2008
ISBN 978-7-208-07794-2

I. 上... II. 张... III. 大学生-心理卫生-健康教育-
研究报告-上海市 IV. B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 035302 号

责任编辑 时海玲

封面装帧 储 平

上海高校学生心理健康与发展研究报告

张海燕 主编

世纪出版集团

上海人民出版社出版

(200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.cc)

世纪出版集团发行中心发行

上海商务联西印刷有限公司印刷

开本 720 × 1000 1/16 印张 18 插页 3 字数 305,000

2008 年 4 月第 1 版 2008 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-208-07794-2/B · 644

定价 32.00 元

编委会

编委会主任 翁铁慧

编委会副主任 赵扬 张海燕

编委会其他成员
(按姓氏笔画排序)

王群 李晓文 吴能武
陈增堂 吴增强 吴德葵

序 言

翁铁慧

改革开放以来,尤其是进入新世纪,我国的经济、政治和文化快速发展,社会生活的物质内容和思想内容都发生了深刻的变化,多元经济并存、多种社会矛盾交织、多种思想文化碰撞,这些因素都深刻影响着当代大学生的心理发展。面临着越来越大的升学、就业、人际交往、经济生活等压力,大学生中心理不适现象日趋增多,有的已表现为严重心理问题和精神疾病,引起整个社会的关注。另一方面,现代社会人才的培养对加强大学生心理健康教育提出了迫切要求。美国教育家戴尔·卡耐基调查了各界许多名人之后认为,一个人事业上的成功,只有15%是由于他们的学识和专业技术,而85%是靠良好的心理素质和善于处理人际关系。合格的人才不仅要有良好的思想道德、文化素养、专业水平和身体条件,更要有良好的心理素质,能够适应现代社会不断变化的环境,保持健康心态,具备较强的人际交往与团队合作能力。因此,加强高校心理健康教育是时代和社会发展的迫切要求,是引导学生人格成长全面健康发展的重要保证。

长期以来,上海高度重视大学生的心理健康教育,将心理健康教育作为加强和改进大学生思想政治教育的重要举措,按照干预性与发展性心理健康教育相结合的原则,建立学校、院系、班级三级危机干预预警系统,不断完善制度保障,切实提升队伍专业水平,初步构建了具有上海特色、契合大学生需求的发展性心理健康教育和服务体系,引导大学生人格全面健康发展。

“育人为本”、“加强和改进思想政治工作,注重人文关怀和心理疏导”已经写入了十七大,进一步凸显了大学生心理健康教育工作的重要性,进一步明确了大学生心理健康教育工作的方向。贯彻落实党的十七大精神,加强大学生心理健康教育,就是要遵循学生成长成才和心理健康教育规律,契合大学生的接受意趣和认知水平,开展有针对性的教育,不能搞教条主义、简单化操作。我们要本着水滴石穿、潜移默化的原则,使心理健康教育真正做到教育对象全覆盖和教育过程全渗透,杜绝那种“单线作战”或“乱贴标签”的做法。我们应努力激发大学生的参与热情,学生

是心理健康教育的主体,并把教师在心理健康教育中的科学辅导与学生对心理健康教育的主动参与有机结合起来,充分调动学生的积极性,促进学生自我教育、自我成长。我们还应把人文关怀与心理健康教育紧密结合起来,把心理健康教育作为和谐校园建设的重要内容,融入日常教育教学过程,营造有利于学生身心发展的校园环境。

没有调查就没有发言权。把握当代大学生的心理发展现状,研究当代大学生的心理发展轨迹,是增强心理健康教育针对性、提高心理健康教育有效性的重要前提。从1998年起,上海坚持开展两年一度的“上海大学生发展报告”研究,为我们呈现了大学生的心智、人格、价值等各项发展的真实轨迹。大学生发展状况是一个宏大的命题,大学生心理发展状况是其中不可或缺的重要内容。全面调研当然能够提供一些相关信息,但是,心理健康教育工作的专业性和系统性,更需要我们像解剖麻雀一样,对教育对象心理发展状况做更加系统、更加深入的研究。

正是基于心理健康教育对于加强大学生思想政治工作的重要性,正是为了回应党的十七大对心理健康教育工作提出的新要求,上海市科教党委、上海市教委委托专家开展上海大学生心理发展状况调研。经过大量艰苦的工作,现在研究成果以发展报告的方式呈现在我们面前。这份报告以系统的构架、翔实的数据、独到的分析、可行的建议、前瞻的预测,不仅延展和深化了上海学生发展状况研究,成为上海大学生发展状况系列报告的重要组成部分,而且也为上海即将制定的《大学生心理健康教育三年规划》提供决策依据,使规划的目标、举措更具针对性和科学性。

我们期待这样的研究能继续和深化下去,通过定期开展大学生心理发展状况的专题调研,时时把握大学生的思想脉动,不断研究新情况,解决新问题,推出新举措,进一步提高上海高校心理健康教育水平,促进大学生身心健康成长。

2008年4月

目 录

序 言	翁铁慧	1
第一章 综述		1
第二章 个人、家庭基本状况与生活现况		47
第三章 高校学生的认知发展		71
第四章 高校学生的自我发展水平与抱负水平		98
第五章 高校学生的情绪发展		125
第六章 高校学生的人际交往		168
第七章 高校学生性心理健康与发展		205
第八章 高校学生的心理健康		239
后 记		278

第一章

综 述

1. 关于上海高校学生心理健康与发展研究

上海高校学生心理健康与发展研究报告,是由上海市科教党委、上海市教委委托华东政法大学张海燕教授主持实施的 2007 年度上海市学校德育重大决策咨询课题。

21 世纪科技高度发达,社会瞬息万变,高变化频率、短变化周期、大变化幅度和持续变化的趋势,足以告诉我们,要应对现实及未来的挑战,高等教育的使命不仅在于创设卓越的学术环境,鼓励学生积极学习,进行知识与技能上的武装,以增强其竞争能力;更重要的是要提升学生的学习能力,培养他们的道德判断力,帮助他们追寻正确的人生观和价值观,塑造健全的人格。这就是全人发展的理念。

要实现这样的发展目标,需要心理的健康与成熟;而心理的健康与成熟,又是和上述发展进程相联系的。有心理健康奠基,人们就能够学习正确认识自己、接纳和管理自己;就能够努力认识了解周围环境并与之保持适应;就能够有效应对问题、应对危机并增强能力与勇气;就能够改善行为、化解负向或冲突的想法与情感;就能够学习做出成熟的、负责任的决定并付诸行动;就能够有愿望通过探索去追寻积极的人生意义。

基于上述对于大学生心理健康教育工作意义的认识,上海市将心理健康教育的基本方针确定为发展性和预防性心理健康教育相结合,以正面教

育为主,采取课内课外、校内校外结合,学校、家庭、社会结合,创造性地运用各种教育资源,采取多种富有实效的教育方式。同时,还关注对个别有情绪障碍和心理困扰的学生的心理咨询与辅导,以及前瞻性地心理危机的防御和科学有效的干预。

然而,上述工作的开展需要一个重要的前提,即对高校学生心理健康与发展状况及其特点要有清晰准确的把握。否则,工作目标的设置、工作重点的把握、工作难点的关注、工作效果的追求都将无从谈起。近年来,各地、各校乃至各个方面都对青年人尤其是高校学生的心理健康状况十分关注,但是总体而言,对此还是缺乏全面、准确、深刻的认识、评价与研究。因此,本研究课题关注科学、准确、全面、及时地了解、认识、评估高校学生心理发展状况,发现其中的规律,进而在政府宏观层面上,可以为决策提供参考,并通过制定相关的政策、设计相关的制度或运作机制、协调有关的资源去拓展、推进工作;还可以在学校乃至业务部门的中观、微观层面上,面对学生的发展现状、缺失与需求,以及对未来的前瞻性研判,更加富有针对性地设计和展开工作。因此,我们在上海市科教党委的领导下开展的本课题研究,不仅是在理论上更突出的是在实践方面具有重要的指导意义。

2. 促进高校学生心理健康发展是当今高等教育需要直面的课题

当代大学生富有朝气,健康向上,有着良好的身心与人格基础,普遍关注自身的全面发展,希望发掘自我潜能,早日成才。但是,面临着升学、就业、人际交往、经济生活等压力,青年学生中心理不适现象日趋增多,且已引起整个社会的关注。

首先,高选择性社会给学生带来了自我选择的困惑。有别于以往的计划经济模式,在当今的高选择性的年代里,青年大学生在自己的成长过程中需要充分发挥主体作用,学习形成健全的人格,学会做成熟的、负责任的决定。但是现实中,由于存在较多过度保护的的家庭教养模式,事实上尚未得到根本扭转的应试教育的模式,以及大学教育在关注全人发展上存在一定程度的缺失等原因,部分学生自我意识的发展水平不够高,存在着“对自我感到困惑”,“对未来感到迷惘”等问题,甚至有的产生了比较严重的“无意义感”。虽然自我意识从混乱走向同一是一个人成熟的必由之路,但是缺乏必要的正确引导,就有可能陷入角色的混乱,就有可能在多样的价值体系中难以找到自己的人生目标,甚至可能陷入苦闷、绝望的状态,对个人

和社会造成危害。

其次,社会转型过程中,大学生的过度承载力与其本身具备的心理素质形成反差。市场经济中的激烈竞争在促进社会各方面飞速发展的同时,也带来高速度、快节奏的生活方式。社会要求日益提高,课题全面增加的学习压力、不定的未来给就业带来的压力、经济上的压力以及对自身经济贫困等状况的不正确的看法而产生的心理压力等,成为大学生面对的主要压力源。与此同时,大学生承载了过高的期望。这种期望既来自于学生家庭,也来自于社会。家庭、社会对人才的高期待、高要求,现实中优秀人才需求的紧迫性以及竞争的激烈,使得原本满怀壮志的学子在这些高期望面前感觉压抑。并且,学生自身成才、取得成就的强烈愿望与其在生活现实中的种种不尽如人意也容易导致大学生的心理失衡。

还有,特殊的生存状况以及由于差别带来的冲击,亦容易引发高校学生的心理问题。比如,经济困难学生的生活境况相对艰难,他们对家庭经济状况的无助感以及家人的高期望都会在其心理上产生较大的压力,使他们的内心产生冲突、矛盾乃至自责。他们所特有的价值观念、认知结构和情感体验容易使他们产生较深的焦虑。而在学校的学习、生活适应中,特别是在差别明显的对比中,这种焦虑可能不仅得不到缓解,反而增加或强化,进而对其身心发展带来不利影响。学习困难学生带着较大的心理压力学习,在不相信自己的努力会有效时容易陷入自暴自弃;即便是高校中的优秀生,在学习与参与社会工作的同时,也常常会交织处在付出与索取、老师信任与同学认可、功利目的与平常心态等的矛盾冲突之中,一旦期望与现实发生碰撞,也容易出现一些倾向性的应激问题。因此,对不同的特殊群体也需要特殊的心理关怀和服务。

当前,我国正在大力进行和谐社会的建设。和谐社会是由和谐的人群组成,而人的和谐首先就是人的心灵和谐。无论是从学生的个人生活、事业顺利、成就、幸福,还是从其为民族、国家、世界的未来发展所承担的重要使命来说,促进高校学生心理健康水平提高、促进他们形成健全的人格,都具有重要的奠基意义。

3. 关于高校学生心理健康与发展研究中的整体观、系统观

自二十世纪九十年代以来,承载着国家、社会与家庭也包括其自身高期待的高校学生的心理健康问题,一直备受社会关注,而且被关注的程度日益提升。近些年

来,关于青年心理健康的各种调查数据发布很多,有权威、专业机构的专门研究,也有心理健康教育与咨询工作者的各项有关调查,其中不乏有一些令人不安的结果。处在青年中晚期、成人初期的高校学生确有其独特的心理发展特点,但是他们就一定比一般成人更加不健康吗?人们通常使用的评价、比较高校学生心理健康的问卷的常模,一般并非取自于同时期的同龄人或成人样本,这样的比较就不一定科学和有普遍意义。况且,国家、社会和家庭给予高校学生更多的关注、关怀,使得他们的心理健康得到更好的维护,使他们拥有一个更加丰富的有利成长的环境。而且,高校学生毕竟仍是一个“准社会成员”的身份,尽管同样遭遇来自于各方面的诸多压力,但他们应对压力的能力相对于应激源而言,所产生的心理应激很难说一定严重于直面社会激烈竞争的社会成人。这些都提示我们,青年心理发展和心理健康状况确实需要唤起社会公众重视,但需要严谨科学的态度,需要客观、真实、全面的评价。

高校学生的心理发展,是在今天独特的大时代背景之下展开的。由于营养水平提高、性信息刺激加大等原因,使得人的生物性成熟在不断前倾,而高学历追求、高竞争、高压力、过度保护等因素使得人的社会性成熟在逐渐后倾,青年时代在不断延长。因此,甚至有人将二十至三十岁堪称成人的阶段仍视为青年晚期。这一年龄段就是我们要研究的高校学生所处的年龄阶段。高校学生无论在生理、智力、情绪、社会及人格发展上,都较其生命历程以前的阶段和较以往时代的同龄人有着极大差异。他们面临快速的高新技术以及社会的变迁,面临和以往传统家庭不同的家庭形态,他们比以往社会中的同龄人更多意识到自己个人的权利,他们还对社会对于自身的态度、价值、期望有所了解,他们面临物质主义的挑战,他们在相对更多竞争和相对较少资源的挑战中,较容易产生缺乏确定的挫败感,特别是当今时代的不再唯一同质的价值观,更使他们面临严峻挑战。因此,我们在研究高校学生心理健康与发展的课题时,绝对不能脱离这样的大背景。

而且,每个人独特的遗传基因,虽然带有一定共性的社会文化和历史背景,但各自独特的生活经历、相同的或不同的家庭环境会分别交织在一起,影响着并造就了一个个独特的个体。所以,生理基础以及认知、社会性和文化之间的相互作用,决定了人的发展全貌。那么,我们在研究时也必须关注这些作用与影响。因此,以发展心理学作为理论依据,我们在进行调查分析时关注了学生的认知发展,其中更多聚焦的是高校学生的创造能力和发展,以及对于自我个性、自我发展、价值取向、社会等的认知。我们还关注了学生社会性和人格发展的部分,其中包括自我水平、

情绪发展、人际交往、性心理健康与发展等方面。还有,为了研究上述部分,我们特别关注学生心理发展的社会生活条件和教育条件,关注他们发展的环境或背景,诸如家庭的影响,以及家庭以外的传媒、学校、同龄人等的影响关系。

4. 研究内容与方法

本课题的研究对象涉及上海高校的专科生、本科生、研究生、博士生,研究内容为他们的心理发展状况和心理健康状况。因为,心理既有质的规定性,又有量的规定性,心理的质与量是统一的。因此,研究过程中我们将定性分析与定量分析相结合。首先针对选题,为研究范围划定一定的边界范围,并根据已有的科学知识体系对其提出假设;再根据假设,设计研究方案。我们主要采用横向设计、多段分层、随机抽样调查的方式;施测方式为调研员指导之下学生进行自填。自编问卷的过程中,我们参阅了有关文献和前人的调查研究,而且,所设计的问卷的功能主要用于描述而非预测。研究过程中,我们还结合进行了质性研究中的结构式或者开放式的深度访谈。

本研究的主要方法为问卷调查,内容涉及高校大学生和研究生的作为心理发展重要生态背景的家庭的基本情况、个人生活现况、认知发展、社会性和人格发展以及心理健康等方面。主要测量指标为:1)调查对象的个人及家庭基本情况,包括性别、专业、学历、生源地、政治面貌、婚姻状况、工作经历等,以及父母职业和学历水平、家庭经济状况、家庭或个人的宗教信仰、家庭类型和家庭教养模式等原生家庭情况。2)涉及学生学习、休闲、校园活动和社会参与等方面的生活现况,包括在校专业学习情况、学习动机和希望接受的教育的最最后程度、课外其他学习培训的情况、休闲娱乐活动情况、参与学校活动和社团活动的情况、参与社会服务或勤工助学情况等。3)学生的认知发展状况,包括创造能力的发展、对于自我个性、自我发展、价值取向、社会等的认知。4)高校学生的自我发展水平,包括一般自我概念、自尊、自我价值感、自信心、自我效能感、抱负水平等维度。5)学生的情绪发展,包括正负情绪平衡、情绪的特点、情绪的控制、影响情绪的主要因素等。6)学生的人际交往,包括交往现状与人际困扰、社会支持系统状况、人际问题归因分析以及求助模式等。7)学生的性心理健康与发展,包括性知识的需求与来源状况、异性交往状况、恋爱与择偶、性观念与性行为、性烦恼、性别角色的发展等。8)学生的心理健康

状况,以及对学校心理健康教育工作的评价和资源需求状况等。

本次调查按照分段、分层抽样方式进行,抽取上海 17 所高校、接近上海全体高校学生人数 1%比例的样本。抽取学校、问卷分布和回收情况如表 1-4-1 所示。调查时间为 2007 年 9 月。

表 1-4-1 抽取学校、问卷分布和回收情况

学校名称	计划调查人数	实际回收 问卷份数	回收率(%)
复旦大学	500	460	92
华东师范大学	400	375	93.75
同济大学	450	414	92
华东理工大学	330	325	98.48
上海外国语大学	200	195	97.5
东华大学	350	343	98
上海大学	400	375	93.75
上海海事大学	300	294	98
华东政法大学	300	293	97.67
上海师范大学	200	196	98
上海对外贸易学院	200	199	99.5
上海立信会计学院	300	264	88
复旦大学上海视觉艺术学院	100	100	100
上海建桥职业学院	350	350	100
上海理工大学	200	186	93
上海东海职业学院	260	254	97.69
上海中侨职业学院	260	251	96.54
合计	5 100	4 874	95.57

实际回收的 4 874 份问卷中,有效问卷 4 848 份,占回收问卷总数的 99.47%。其中,男生 2 119 名,占受调查总数的 43.7%;女生 2 729 人,占受调查总数的 56.3%,男女比例基本相同。

5. 上海高校学生心理健康与发展研究的主要发现与讨论

5.1 个人、家庭基本状况与生活现况

5.1.1 被试个人基本情况

本调查所抽取的样本女生稍多于男生,男女生的比例基本平衡;不同学历层次中,本科生是最主要的调查对象,专科生和硕士研究生也占有一定的比例;在年级分布上,一、二、三年级为主,且分布比例比较均衡,四年级较少,五年级更少,这是因为专科和硕士、博士生只有三个年级,所以这三个年级占的比例就比较大,而五年级只有少数专业如医学、建筑等专业才有,所以五年级占的比例就极低;专业分布上,文科学生为最多,其次是工科生、商科生,由于医学学科在大学招生总数的比例很低,因而在本课题调查中抽样数最少;城镇学生比例为 77.6%,农村学生比例为 22.4%。

5.1.2 被试原生家庭情况

个体的家庭情况对个体的心理发展和心理健康水平有着极其显著的影响,诸如家庭教养方式、家庭类型、出生顺序等因素对个体的人格发展的影响已为很多心理学家的研究结果所证实;父母亲的职业、文化程度、家庭经济情况、宗教信仰等直接影响到家庭条件、家庭气氛和家庭文化环境,从而可能影响到子女的心理发展和健康水平。

● 父母职业

受调查对象父亲的职业层次较高的比例较大,国家与社会管理者、专业技术人员都比较多,而一些社会文化层次和收入水平相对较低的职业如农民工、农业劳动者比例比较小,这相对于全国总体的职业水平要高出不少,这似乎说明,父亲的职业层次比较高,能够为孩子提供更好的学习环境,以及对孩子有更好的教养方式,使孩子能够考上大学;与父亲的职业相比,受调查对象母亲的职业层次相对要低,退休或失业或半失业的人占了相当的比例。这些数据显示出来的情况,也符合中国社会文化对婚姻中丈夫与妻子的不同期待。

● 父母文化程度

相对于全国同龄人的受教育程度,受调查对象的父母文化程度的总体水平比较高。尽管如此,父母亲大专以上文化程度所占的比例分别只有 34.9% 和 26.7%,因此父母与子女在受教育程度上仍有较大的差异,这提示在家庭教育中,亲子之间还是存在代际差异,可能会造成亲子间的沟通和理解的不够。

● 家庭经济状况及其影响

受调查学生的总体家庭经济情况一般,而家庭经济困难的学生也占了较大的比例,家庭月收入在 499 元以下的有 16.5%,500—999 元之间的有 11.1%,不过家庭月收入在 5 000 元以上的也只有 19.0%。

在 3% 的选择“自己解决上大学经济负担”的学生中,接受国家的助学贷款、补贴和奖助学金的同学占了自己解决经济负担的困难同学的大部分,说明国家对困难同学的奖贷勤补免政策和学校执行政策的力度都比较好。

家庭经济收入状况对学生的学习和校园生活的影响主要表现在对大学生生活的适应、学习动机和上网状态上,因此,在对大学贫困生进行关心和辅导时,除了要帮助他们适当解决实际的经济困难外,还应关注他们在大学生活的适应情况等问题。

● 学生及其家庭的宗教信仰情况

调查学生及其家庭的宗教信仰情况,不信教的比例相对最高。调查还显示,家庭宗教信仰与学生的宗教信仰相关很高,这可能更多的是家庭宗教信仰对子女产生潜移默化的影响。

● 家庭类型和家庭教养情况

高校学生们的家庭生活、家庭教养情况总体比较好,生活于由父母与孩子组成的核心家庭的家庭类型占了绝对高的比例,而生活于单亲或重组家庭的比例很低;在家庭教养方式方面,以尊重、民主、合理方式教育孩子的家庭也占了绝对优势的比例,专断型和未参与型的家庭教养方式的比较低;而父母对孩子的期望,能够尊重孩子,顺应该孩子的特长爱好发展的比例接近总数的一半,但期望很高的父母也很多,比例接近尊重孩子顺应发展的类型。父母对孩子的期望值高固然能够促进孩子努力前进,但如果较高的期望值并不适合孩子的能力,那么就会给孩子带来较大的压力,结果甚至适得其反。

5.1.3 学习情况

学习是学生在的最主要的任务,高校学生的学习情况也是影响其心理发展

与健康的极为重要的因素。

上海的高校学生对学校和专业的满意度还是比较高的,不满意的只占总人数的16.6%;在对专业学习的兴趣上,也显示出较好的状态,很感兴趣和比较感兴趣的共有59.7%,而兴趣不大或者没有兴趣的同学的为9.4%,有专业兴趣的同学要比无专业兴趣的同学的比例要大得多,但是感到兴趣一般的同学仍有30.9%,可见提高大学生的专业学习兴趣,仍然是大学领导和大学教师们需要积极关注和努力的重要工作。在学习负担上,感觉负担一般的同学占了总人数的一半多,而感觉负担很重和很轻松的学生的比例很低,说明大学的学业要求与学生的实际学习能力是相协调的。在对自己的学习效果方面的主观评价显示,大学生对自己满意和比较满意的比不满意和不太满意的要多。而在录取专业与本人愿望的吻合度上,非常吻合的所占百分比为32.6%,而偏向于不太吻合和不吻合的只占18.5%。所以,总体来说,调查数据显示,学生在校专业学习情况良好。

由此可见,女生、硕士博士研究生、一年级学生、文科商科和艺术类学生、中共党员的学习效果的主观评价比较好,相对于上海生源,外地生源学生的学习效果呈两极分化的趋势;父亲的职业与文化程度对大学生的学习效果有一定的影响,而权威型教养方式的孩子学习效果相对较好,父母对孩子低期望的,也会影响到孩子对自己的期望,使自己的学习效果相对较差;对学生的学习效果影响最大的是对学习的兴趣和录取专业与自己愿望的吻合度;而学生是否参与校园活动和校外活动,对学生的学习效果并无显著的影响。

考察学生的入学动机发现,由于社会文化价值观的多元化趋势,当代高校学生的入学动机也呈现出多元化的态势,表现在有为了求学、工作、今后生活、自由、家庭和高抱负等多种不同的选择上。将学生的入学动机从高到低排序,第一位的是为了有利于今后就职,其次是掌握一门专业知识技能,再次是提高自己的修养水平。可见,当代上海高校学生的求学动机比较现实,主要是为了将来的职业发展和专业发展考虑,同时兼顾个人的生活需要和家庭需要,在这个基础上,考虑对国家和社会作出贡献,并通过求学来对自己、对家庭、对社会负责。

另外,一半以上的学生能主动拓宽自己的知识面,以适应将来社会和职业的需要。他们课外学习的主要是第二外语和利用图书馆和网络自学。参加课外学习培训的主要原因,排在第一位的为“求职需要”,而“求职需要”与“深化专业学习”、“扩大知识面”和“出于兴趣”四方面的原因均占有较大的、接近的百分比,可见,当代上海高校学生在参加课外学习时,既考虑到求职需要的现实原因,也能兼顾自己的发

展、提升和兴趣爱好。

5.1.4 对大学生活的适应状况

学生对大学生活的适应情况总体是良好的,绝大部分学生半年之内就适应了大学生活,但至今仍不适应大学生生活的学生也有少数,这些学生是大学心理教师和辅导员应及时给予关心或辅导的对象。与很多调查研究所显示的学生不适应大学生生活的比例和有心理问题的比例不同,本课题调查的结果显得更为乐观,这有可能是学生对自身适应大学生生活的主观评价,与通过测量大学生的情绪、精神状态等其他相关指标来评价其对大学生生活的适应情况会有所不同。

对大学生生活的适应主要与家庭教养方式、父母的期望、家庭经济收入和生源地有一定的关系,而权威式教养方式、尊重孩子顺应能力发展、家庭经济收入较高和原本就是上海生源的学生,对上海的大学生生活的适应更快。

“大学生生活的适应”与学生在校的学习情况紧密联系,对学校和专业越满意,对专业学习越感兴趣,学习负担相对越轻的,效果就越好,大学生活也就越适应。因此,对学生进行专业兴趣、学习兴趣的引导,对他们进行学习方法的指导使他们提高学习效率,与对学生进行适应大学生生活的教育、辅导是相辅相成的。

5.1.5 校园生活情况

高校学生的校园活动情况显示了他们在校的生活状态,而学生的这些外显的生活状态隐含着与之相连的内在动机,而学生的动机系统与他们的心理健康与发展是紧密相连的。

学生的休闲活动比较丰富多彩,有了解资讯的活动类型,也有休闲娱乐的活动类型,还有通过体育锻炼增强身体素质的活动类型,陶冶情操、拓宽兴趣爱好的艺术欣赏和艺术表演等活动类型。其中,上网、看电视或影碟、阅读书籍杂志以超过半数的比例,被列为学生们最常进行的休闲活动。

调查结果显示,58.9%的学生选择参与学校组织的社团活动,其余的学生不参加社团活动。主动选择参与学校社团活动组织的学生,其主要目的是为了满足不同兴趣、增加经验和结识朋友;而选择不参加社团活动的学生,认为对于社团活动自己没有兴趣、自己没有时间或者学不到东西。

68.9%的学生选择参与过社会服务工作,31.1%的没有参与社会服务工作。学生参与社会服务工作的种类,以志愿者活动为最多,占了68.4%;其次就是结合