

表 5 1997~1999 年南汇县中小學生意外死亡原因构成

学年	溺水		车祸		自杀		其他		总计	
	意外死亡人数	构成比/%								
1997	4	36.4	1	9.1	4	36.4	2	18.2	11	100.0
1998	4	25.0	7	43.8	3	18.8	2	12.5	16	100.0
1999	4	26.7	9	60.0	0	0.0	2	13.3	15	100.0
合计	12	28.6	17	40.5	7	16.7	6	14.3	42	100.0

3 讨论

为减少体育性伤害事故,首先体育课应选在较平坦的操场上,操场不宜有碎石等;其次应作好运动前的准备活动,作好运动的保护工作。对有较强技术难度和强对抗性的运动,如足球、篮球等,一定要循序渐进,量力而行;再次要加强安全教育,加强学生体育课的组织纪律性。

对于非体育性伤害事故,主要靠宣传教育,减少由于不慎导致的意外伤害,同时要加强监护。

伤害事故中外伤、骨折较多,所以建议学校卫生室应配备必要的外伤处理药品,并有担架、夹板等骨折处理常用工具,并要求学校卫生老师掌握伤口处理及骨折固定等常用技巧和知识。

意外死亡对个人、社会、家庭等造成很大损失,应引起重

视。溺水易发生在暑假,以七八月份为多,应加强学生暑期游泳的管理,游泳时应有成人监护;随着社会车辆的增加,交通事故逐年增多,所以不可忽视交通法规的教育;为降低自杀现象,家长不能只重视应试教育 and 对学生智力因素的培养,而忽视对子女的心理素质的培养,从而导致学生心理素质差,稍有逆境,便无法承受。

4 参考文献

- [1] 王声湧.我国伤害流行病学研究亟待开展.中华流行病学杂志, 1997, 18(3):131-133
- [2] 王声湧.伤害流行病学研究的内容与方法.预防医学文献信息, 1998, 15(4):299-303

(收稿日期 2001-12-10)

【高校保健】

有助于解决大学生心理问题的书刊类别调查

宫梅玲 丛中 王连云

【文献标识码】 A

【中图分类号】 R 395.6

【文章编号】 1000-9817(2002)05-0470-02

【关键词】 书刊 心理学 学生

阅读疗法能治疗由精神和情绪引发的疾病,如抑郁、焦虑、紧张、恐惧、偏执症等,国外已有报道^[1]。我国对阅读疗法的研究尚在起步阶段。关于读书能解决大学生的心理困扰笔者曾作过调查^[2],为了进一步了解何种书刊有助于解决大学生的何种心理问题,以便图书馆能有针对性地提供心理咨询专题书目、刊目和专题文章,指导大学生“阅读”,我们进行了本调查。

1 对象与方法

本次调查的对象为 250 名在阅览室阅读的大学生读者,其中临床医学本科生 76 人,放射本科生 36 人,护理本科生 62 人,医电专科生 23 人,计生专科生 23 人,医学工程专科生 30 人,女生 147 人,男生 103 人。年龄在 17~24 岁。

采用自行设计调查表,选取大学生普遍存在的交际困难、恋爱苦恼、就业压力、自卑、孤独、焦虑等 14 种心理困扰因素,每

项困扰因素对应着小说、诗歌、心理咨询、人生哲理、休闲读物等 12 个类目的常见书刊,进行现场问卷调查。采取无记名方式填写,共发放问卷 250 份,收回有效问卷 216 份,回收率为 87.4%。

2 结果

14 种心理困扰因素,求助人次由高到低的书刊依次为:心理咨询类 506 人次,人生哲理类 469 人次,小说 457 人次,休闲读物类 380 人次,传记文学类 328 人次,科普读物类 234 人次,医学知识类 197 人次,军事体育类 128 人次,神话传说类 118 人次,戏剧类 112 人次。同一种心理困扰,阅读前 4 位书刊人数比例差异有显著性的是:交际困难、就业压力、恋爱苦恼、心烦焦虑、缺乏自信、厌学、性困惑、当众讲话紧张、人生目标不明确($P < 0.01$)。忧郁悲伤、身患疾病、孤独、怕不及格、遭受挫折 5 种心理困扰,阅读前 4 位书刊人数比例差异无显著性($P > 0.01$)。而 14 种心理困扰读同一类书刊时,其人数比例差异都有显著性, χ^2 值分别是心理咨询 87.17、人生哲理 154.96、小说 84.94%、休闲读者 45.88, P 值均为 0.000。有心理问题时,经常阅读的前 4 位书刊见表 1。

3 讨论

本文的调查显示,几乎任何书刊对解决大学生的心理问题都能起到某种作用。而心理咨询、人生哲理、小说、休闲读物等书刊作用较大,求助的人次较多。

3.1 心理咨询类书刊 心理咨询类书刊有助于解决的前 6 项大学生存在的心理问题是:当众讲话紧张、性困惑、自卑、焦虑、

交际困难、恋爱苦恼。大学生是一个文化层次高、自制力强、善于独立思考、有较强的自我解决问题的能力群体。因此,他们能带着心理问题自觉地、主动地到图书馆查阅心理咨询类书刊。图书馆是“一座心智的药房,存储着为各类情绪失常病人治病的‘药物’^[1]”。我们通过与大学生的个别交谈了解到,凡是大学生常见的心理问题一般都能从书刊中找到解决的办法。

表 1 216 名医学生面对心理问题阅读书刊类别前 4 位分布情况

心理问题	心理咨询	人生哲理	小说	休闲读物	χ^2 值	P 值
交际困难	49(22.65)	66(30.55)	37(17.20)	16(7.40)	39.19	0.000
就业压力	15(6.94)	69(31.94)	17(7.80)	26(12.03)	70.85	0.000
恋爱苦恼	42(19.44)	31(14.35)	62(28.70)	31(14.35)	19.12	0.000
心烦焦虑	53(24.53)	14(6.48)	43(19.90)	42(19.44)	26.89	0.000
缺乏自信	53(24.53)	18(8.33)	15(6.90)	20(9.25)	40.82	0.000
忧郁悲伤	34(15.74)	33(15.27)	28(12.96)	23(10.64)	3.02	0.388
身患疾病	22(10.18)	22(10.18)	35(16.20)	30(13.88)	5.16	0.161
厌学	30(13.88)	20(9.25)	44(20.37)	22(10.18)	14.18	0.003
孤独	29(13.42)	19(8.79)	65(30.09)	39(18.05)	7.06	0.070
性困惑	55(25.46)	18(8.33)	21(9.72)	13(6.01)	46.80	0.000
怕不及格	28(12.96)	23(10.64)	16(7.40)	33(15.27)	7.15	0.067
当众讲话紧张	57(26.38)	29(13.42)	20(9.25)	34(15.74)	25.44	0.000
遭受挫折	21(9.72)	45(20.83)	30(13.88)	35(16.20)	10.82	0.013
人生目标不明确	18(8.33)	62(28.70)	24(11.11)	16(7.40)	54.19	0.000
总计人次	506	469	457	380		

注:调查采用多项选择()内为百分率/%。

3.2 人生哲理类书刊 此类书刊所帮助解决的前 4 项主要心理困扰是就业压力、交际困难、人生目标不明确、遭受挫折。大学时期是世界观、人生观形成的关键时期,社会上的不正之风、腐败现象,不可避免地影响着他们。生活中的真与假、美与丑、善与恶、理想与现实的矛盾,交际中的挫折、就业压力,使他们感到迷茫、彷徨、痛苦、沮丧,因而产生困惑。为了摆脱痛苦,古今中外有关人生哲理方面的书刊,便成了他们汲取精神力量,寻求人生指南的良师益友。图书馆中的《名人名言》、《卡耐基交际大全》、《世界的智慧》丛书、《名人传记》等许多人生哲理方面的书刊,深受大学生喜欢。

3.3 小说 求助小说解决心理问题前 4 位的是孤独、恋爱苦恼、厌学、焦虑。孤独、恋爱苦恼、厌学、焦虑所造成的困扰往往是弥散而持久的。读小说所起的作用除娱乐、驱赶无聊、忘记痛苦和烦恼外,更重要的是读者在阅读的过程中会不由自主地与作品的感情内涵发生程度不同的共鸣,从而或产生美的享受,或激起某种崇高的感情,或改变处世态度。而丰富的阅读心理体验还可以使读者逐步建立起健康平和的心态,克服心理障碍,松弛情绪,排遣烦恼,增强自信,提高学习兴趣,树立正确的恋爱观等。

3.4 休闲读物 它所帮助解决的前 4 项主要心理问题是焦虑、孤独、遭受挫折、当众讲话紧张。休闲读物在《中国图书分类法》中,类属“Z 综合类”,它不属于任何一类,但它却包罗万象,融古铸今。它是集知识性、趣味性、哲理性、轻松性于一体的综合类书刊。往往是一篇小文章,就能形象地道出一条哲理,令人豁然开朗;一个小小幽默,就会令你在莞尔一笑之间或开怀舒心,或领悟世情,排解忧愤,起到解除紧张、放松愉悦的作用。

由于中国与外国的国情不同,文化背景不同,大学生群体与其他群体不同,因此,解决同一种心理问题选择阅读的书刊也不尽相同。国外的研究调查认为,诗歌小说是最有力的治疗工具。而我们所调查的大学生则认为,心理咨询和人生哲理方面的书刊是最有力的治疗工具。在发达国家,几乎每个家庭都有自己的心理医生,有了心理问题,找心理医生解决是件很平常的事,而在中国由于受世俗观念的影响,人们看心理医生总是顾虑重重,怕伤自尊、怕被当成精神病患者而受歧视,加之高校心理医生太少,设施不够健全,宣传力度不够,大部分学生有了心理问题不愿找心理医生,即使找到心理医生时间安排也不方便,治疗费用也是一笔不小的开支。而阅读疗法以其不伤自尊、不泄露隐私、经济简便及时等优点,被大学生所接受。因此,高校图书馆要积极主动地为大学生提供有针对性的心理咨询专题书目、刊目和专题文章,指导学生“阅读”,并要与心理医生携手探讨阅读治疗研究的新领域,以科学务实的精神,加强“阅读”机制和疗效的研究,为大学生心理健康教育开辟一条新思路,拓展图书馆服务和图书馆研究的新领域。

4 参考文献

- [1] 赵丰丰. 对阅读疗法的调查及建议. 大学图书馆学报, 2000(1): 38-39
- [2] 宫梅玲. 谈“阅读疗法”在排除大学生心理困扰中的作用. 中国高等医学教育, 2001(2): 27-29
- [3] 沈固朝. 图书治疗——拓展我国图书馆服务和图书馆学研究新领域. 图书情报工作, 1998(4): 13

(收稿日期 2001-11-30)

有助于解决大学生心理问题的书刊类别调查

作者: 宫梅玲, 丛中, 王连云
作者单位: 泰山医学院, 山东泰安, 271000
刊名: 中国学校卫生 ISTIC PKU
英文刊名: CHINESE JOURNAL OF SCHOOL HEALTH
年, 卷(期): 2002, 23(5)
被引用次数: 16次

参考文献(3条)

1. 赵丰丰 对“阅读疗法”的调查及建议[期刊论文]-大学图书馆学报 2000(01)
2. 宫梅玲 谈“阅读疗法”在排除大学生心理困扰中的作用[期刊论文]-中国高等医学教育 2001(02)
3. 沈固朝 图书治疗--拓展我国图书馆服务和图书馆学研究新领域[期刊论文]-图书情报工作 1998(04)

引证文献(17条)

1. 段金伟, 李兆健 阅读疗法的研究进展[期刊论文]-上海中医药杂志 2009(8)
2. 杨邓红, 王鑫强 论阅读疗法在中学生非正式群体教育中的作用及实施[期刊论文]-继续教育研究 2009(4)
3. 宫梅玲 泰山医学院的阅读疗法研究与实践[期刊论文]-图书与情报 2009(2)
4. 王鑫强 阅读疗法在中学生心理健康教育中的应用[期刊论文]-赣南师范学院学报 2009(1)
5. 刘梅芬, 晋卫真 高校图书馆的医学科普教育[期刊论文]-科技情报开发与经济 2008(27)
6. 张红, 张勇, 严建雯, 宋洪波 阅读与大学生心理自助研究综述[期刊论文]-宁波教育学院学报 2008(2)
7. 刘富霞 创新高校图书馆服务模式——阅读治疗服务[期刊论文]-科学咨询 2007(18)
8. 卢胜利, 睢密太 我国15年来心理障碍阅读干预研究述评[期刊论文]-大学图书馆学报 2007(2)
9. 赵美珍 图书馆为学生心理健康提供服务的探讨[期刊论文]-图书馆工作与研究 2006(5)
10. 余鸿璋 阅读疗法与大学生心理健康教育[期刊论文]-校园心理 2010(6)
11. 范文田, 王旻 心理干预之阅读疗法研究进展[期刊论文]-山东图书馆季刊 2006(3)
12. 张淑萍 图书治疗在大学生心理保健中的作用[期刊论文]-中国学校卫生 2005(1)
13. 宫梅玲, 王连云, 亓高生, 丛中, 孙燕, 刘春 大学生心理问题阅读治疗前后SCL-90评定分析[期刊论文]-泰山医学院学报 2005(2)
14. 高文凤, 宫梅玲, 王连云, 刘云, 姜倩, 郑澄碧, 孙爱玲 50名大学生阅读治疗前后SCL-90评定初步分析[期刊论文]-中国心理卫生杂志 2004(6)
15. 宫梅玲, 丛中 大学生心理问题阅读疗法研究[期刊论文]-中国图书馆学报 2004(2)
16. 魏彦平, 王亮, 姜倩 质量—没有止境的生命线—教学机制改革和评价的探讨与研究[期刊论文]-卫生职业教育 2003(5)
17. 李爱华 关于选择性阅读与初中生心理调谐相关性的实验报告[期刊论文]-湖南科技学院学报 2010(8)

本文链接: http://d.g.wanfangdata.com.cn/Periodical_zgxxws200205074.aspx