

心理健康档案建设与管理研究

郭丹

(炮兵防空兵学院士官学校,辽宁 沈阳 110867)

摘要:心理健康档案是做好心理问题预防和干预工作的重要依据。目前部分单位心理健康档案存在专业水平不高、信息更新不及时、管理不规范等问题。完善档案中的个人背景资料、心理测评结论、在校(职)期间适应性分析和咨询记录,及时更新、科学规范地应用心理健康档案信息,提高心理健康档案的质量和利用率,才能更好地为心理工作和管理工作服务。

关键词:心理健康;档案;信息

[DOI]10.12231/j.issn.1000-8772.2021.18.166

2021年3月,中国科学院心理研究所科研团队发布《中国国民心理健康发展报告(2019~2020)》。报告提示:我国青年期的心理健康问题较为多发,其中,18至34岁青年的焦虑平均水平高于成人期的其他年龄段。青年期正是个体的认知能力发展和人格形成完善的关键期,重视青年心理健康问题,做好预防与干预工作,尤为重要。

建立心理健康档案是顺利开展心理工作的重要环节。心理健康档案是对个人心理健康相关信息的集中保存,这些资料按照一定的程序排列,组成一个有内在联系的体系,能够如实反映本人的心理健康状态。但是,实践表明,大部分单位在心理健康档案建设和应用过程中还存在薄弱环节,这严重制约了心理档案作用的发挥。

1 心理健康档案建设和管理中存在的问题

1.1 心理健康档案内容专业化水平不高

心理健康档案的建设与维护是一项专业性很强的工作,但是目前部分单位的心理健康档案管理者缺乏足够的心理学和档案学相关知识与技能,造成对档案信息的误读或漏记。而且,大部分单位建立的心理健康档案内容简单,且测验结论依靠计算机辅助系统自动生成,忽视了后续的追踪观察、信息分析和访谈记录等内容,导致档案信息的可信度和可利用度降低。

1.2 心理健康档案信息更新不及时

人的心理健康状态是人与环境相互作用的结果,是一个不断变化的过程。因此,心理健康档案信息需要不断更新和完善。只有这样,该档案才具有时效性,才能最大限度地发挥其服务和参考作用。但是,目前大部分单位由于缺乏专业力量,一般只在入学、入伍或入职时进行一次心理测试,筛查出此时、此地的“重点人”。此后,其他人的心理健康档案便被束之高阁,无人问津,造成人力和物力的浪费。

1.3 心理健康档案管理不够规范

目前,我国部分单位开始采用心理咨询信息系统建立和管理心理健康档案。信息化手段的运用无疑会提高信息管理效率和利用率,但是,也随之产生了很多问题。比如,在信息采集过程中一般采用团体测试,个别被试会借此机会“随意”答题或者代替他人答题,导致测试结论失真;个别组织者指导测试不够规范,导致采集到的信息误差偏大;系统信息更新不及时,导致档案信息不全;个人档案信息被恶意盗取、无意泄露,或者随意扩大知情范围,对本人造成心理打击或者利益受损。

2 心理健康档案内容的完善

目前,大部分单位的心理健康档案实现来信息化管理。但是,形式不能代替内容。实践证明,各单位建设的心理健康档案至少应该包含四大部分内容,即个人背景资料、心理测评结论、在校(职)期间适应性分析和咨询记录。

2.1 背景资料

背景资料一般包括本人情况和家庭背景情况。

本人情况主要包括姓名、性别、出生日期、政治面貌、宗教信仰、教育背景、婚恋状态、爱好特长、身体健康状况、重要病史、睡眠状况、心理健康水平自评、生命中的重要他人、成长过程中的重大生活事件、是否有过自杀意念或行为等。其中,婚恋状态应重点关注婚姻满意度;心理健康水平自评可要求本人在1-10分之间自我评定,这一得分能够反映其当下的主观感受,具有重要的参考价值。

家庭背景主要收集以下内容:主要家庭成员、原生家庭经济状况、父母(主要养育者)的职业及身体健康状况、父母关系和谐度、本人对原生家庭的描述。其中,要重点关注父母是否有精神疾病史或者是否可能携带精神疾病遗传基因。对于原生家庭的描述可以要求本人用5至10个词语,或者用不少于100字的一段文字来描述。

2.2 心理测评结论

标准化的量表是心理测评的重要工具,也是心理测评的重要依据。但是,随着心理测验量表的广泛应用,很多被试在接受测验前已经“研究”过相关量表,容易在测试过程中出现一定的“示好”或者“掩饰”行为,导致测试误差加大。为了尽量避免这一问题,可以采用一人一树、房绘画、雨中人、自画像、自编问卷等测验手段,进一步印证量表测试结论,并补充、丰富测评结论。

2.3 在校(职)期间适应性分析

这一部分主要收集两个方面的内容,一是学业(工作)成绩和突出贡献,二是行为表现。行为表现包括出勤情况、参与集体活动的情况、团队内人际关系、外显情绪表现、工作中的明显失误等。收集和更新上述信息需要广泛听取其家人、朋友、领导、同事、同学等周边人群反馈的信息,并与心理测试的结果进行印证和对照,在结合两方面资料的基础上对其心理健康状况进行综合评定。为了能够比较清晰地反映本人在一段时间内的发展变化,可以考虑以月或季度为时间单位更新记录信息,通过对比分析更为客观地观察其心理动态。

2.4 心理咨询(辅导)记录

目前,按照相关规定,各高校开始按照1:4000的比例配备专职心理咨询师,军警部队、政府机构和部分企事业单位也配备专职或者兼职心理咨询师承担心理咨询或者团体心理辅导任务。及时更新心理健康档案,记录心理咨询或者团体心理辅导过程中获取的重要信息,不仅能够为近期的心理工作提供依据,也可以为后续的心理危机干预或心理咨询辅导提供参考。心理咨询(辅导)信息应该由心理咨询师亲自填写,确保真实可靠。

3 心理健康档案的更新与应用

建立心理健康档案是做好心理工作的重要手段,而不是最终目的。档案建立后要科学、规范、充分地维护和应用,提高心理档案的利用率,更好地为心理工作和管理工作服务。

3.1 心理健康档案要对本人适度开放

针对某部队的一项调查显示,92%的被试十分关注自己的测试结论,希望能够全面了解自我。档案管理者可以对本人开放部分档案内容,在专业人员的指导下解读相关信息。这样既可以保护本人的“知情权”,又可以帮助其了解自己的能力和性格短板,引导其在工作和学习中扬长补短,完善心理品质,保持良好的工作状态和心理平衡。

3.2 心理健康档案管理要严格规范

保护隐私是心理工作的基本工作原则,只有让本人切实感受到个人的信息被尊重、被保护,他们才会诚实地回答、如实地填写。因此,心理健康档案管理要遵循保密原则(不排除保密例外),要有专人管理,并科学制定,严格落实心理健康档案查阅规范,确保在信息获取、整合、处理、传输中操作的安全性和规范性。