

王聪<sup>1</sup>

## 摘要

相较于国外作业治疗服务在大学校园心理健康服务的成熟发展，国内高校心理健康工作中作业治疗服务确是空白。从2108年我国内地作业治疗人员从业现状的调查与分析的结果来看，作业治疗师主要工作领域为神经系统疾病；工作在精神心理领域中仅为6.47%<sup>2</sup>，而这些人当中在高校中从事心理健康作业治疗工作的人更是为零。因此这块领域更值得我们去探究作业治疗服务在国内大学校园里心理健康工作中的角色及其可行性。为之后切实在大学校园里开展作业治疗服务及构建更完善的心理健康服务体系提供有力依据。本文通过问卷调查，使用问卷星生成数据进行了解、分析研究大学生心理健康问题的特点及普遍性，结合作业治疗服务的内容及特色，为重新构建大学生心理健康工作服务模式提出新的方法和举措。

**关键词：**大学生心理健康，作业治疗服务，PEO模型

## 壹、国内外作业治疗服务在高校开展的现状

### 1. 国外作业治疗服务在高校开展的情况

西方国家，早在18世纪就有精神科医生运用作业活动的技术对患者进行治疗，第二次世界大战后，由于康复医学的兴起，尤其是全面康复观念的提出，作业治疗的工作重点由对精神病的治疗发展到对残疾的康复治疗上，着眼于身体功能的恢复及职业和劳动能力的恢复，而作业治疗师在医院、学校、小区等都有分配。近年来作业治疗发展很快，在基础理论、作业的分析 and 选择、新技术的开拓、新的治疗性作业理论研究、作业疗法的纵向分科发展、作业治疗与各学科配合以及作业疗法在保健和康复中的应用等许多方面都有了显著的进步。除了一些普遍的领域，很多OT都走进了校园，通过早期宣教、设计作业活动以及环境改造等方式减低了心理疾病发生率。例如加拿大英属哥伦比亚大学作业治疗系的师生很早开始将作业治疗服务同大学生心理健康工作相结合，在校园内开展作业治疗在心理健康领域中的服务，并取得很好的效果。

### 2. 国内作业治疗服务在高校开展的情况

近几年来，大学生出现心理问题的情况越来越多，各高校学生工作处也越来越重视学生心理健康情况。教育部印发《高等学校学生心理健康教育指导纲要》（以下简称《纲要》），要求健全心理危机预防和快速反应机制，建立学校、院系、班级、宿舍“四级”预警防控体系，

1. 昆明医科大学康复学院 云南 昆明 650500。

2. 闫彦宁, 杨永红, 芦剑峰, 李奎成, 胡军, 刘璇, 林国徽, 陈少贞, 胡岱. 我国内地作业治疗人员从业现状的调查与分析[J]. 中国康复医学杂志, 2018, 33(07):833-836.



完善心理危机干预工作预案。主要任务包括：把心理健康教育课程纳入学校整体教学计划，对新生开设心理健康教育公共必修课；通过举办心理健康教育月、“5·25”大学生心理健康节等形式多样的主题教育活动，增强心理健康教育吸引力和感染力；设立心理发展辅导室、心理测评室、积极心理体验中心、团体活动室、综合素质训练室等，积极构建教育与指导、咨询与自助、自助与他助紧密结合的心理健康教育与咨询服务体系；建立心理危机转介诊疗机制，畅通从学校心理健康教育与咨询机构到校医院、精神卫生专业机构的心理危机转介绿色通道，及时转介疑似患有严重心理或精神疾病的学生到专业机构接受诊断和治疗<sup>3</sup>。国内高校各自建立了心理咨询平台并开展一些心理教育活动，但成效不明显。在这些咨询团队中，主要是由心理专业或非专业人士进行管理。国内的作业治疗未受到社会足够重视，不仅仅是思想意识的问题还有各学科之间的合作问题，但是随着国际趋势的发展，近几年我国的作业治疗也发展迅速，但学校学生心理健康工作从未涉及。现在的教育团队模式依然老化陈旧，心理治疗团队更是单一。因此，相比较国内外作业治疗的发展现状，从国外成功的案例中借鉴经验寻找适合我国高校心理健康教育团队的模式和方法，调整心理健康工作团队人员和完善工作团队模式是十分必要且重要的事情。

### 3. 作业治疗在心理健康领域中的服务模式及内容

作业治疗服务建立在以服务对象为中心的模式以及基于作业治疗的模式上,为心理健康的个案提供生物-心理-社会范畴的全面康复评估及训练。其内容包括为个案提供团体治疗、单独治疗。团体治疗:包括社会功能训练、心理健康教育、情绪压力管理、兴趣爱好培养、认知功能锻炼和体能训练等<sup>45</sup>。

## 贰、对象与方法

### 1. 对象

以某医科大学2017级基础医学专业及康复专业 1000名学生为研究对象，网络回收问卷155份，有效问卷155份，回收率为15.5%；155名调查对象中，男性54名，占34.8%，女性101名，占65.2%。

### 2. 方法

采用自制大学生心理健康及作业治疗服务内容问卷，利用问卷星在线问卷调查平台，进行在线调查。

### 3. 统计分析

问卷星在线问卷调查平台直接生成百分比进行分析。

3. 吕汶聪 林蓓蕾. 大学生常见心理问题及干预对策,《全科护理》2018.8(16):24-2

4. 钱维, 陆江波, 苏彬, 李达. 无锡同仁国际康复医院精神科作业治疗服务模式介绍[J]. 中国康复, 2015, 30(06):435-436

5. 马亮. 作业疗法在精神疾病康复治疗中的应用效果评价,《基层医学论坛》2018.5(22):14



#### 4. 调查结果

调查结果显示：大学生的心理压力主要来源包括就业问题（32.26%）、学业压力（26.45%）及人际交往困难造成的心理压力（15.48%），见表1；调查中只有12.26%的学生表示自己现在的心理状态良好，未有任何压力和不适。同时在调查中发现如果在校园里开展康复作业治疗服务，67.7%的同学愿意参加社交技巧训练的小组活动，60.7%的同学愿意参加压力管理的小组活动，也有65.81%的同学提出希望在校园内设立压力减压室，可以供同学们使用，见表2。

表1 心理压力主要来源

选项	小计	比例
人际交往困难	24	15.48%
角色转换与适应问题	11	7.1%
学业压力	41	26.45%
就业压力	50	32.26%
家庭经济压力	10	6.45%
无压力，心理状态良好	19	12.26%



表2 同学愿意参加的康复作业治疗服务活动

选项	小计	比例
精神心理问题知识的培训	81	52.26%
精神心理问题的急救方法培训	81	52.26%
个人一对一治疗	83	53.55%
压力管理的小组活动	94	60.65%
社交技巧训练的小组活动	105	67.74%
自我效能感提升的小组活动	78	50.32%
压力减压室的使用	102	65.81%

### 三、对策及建议

结合调查结果、作业治疗服务内容、特色及教育部提出的四级心理健康防控体系，提出以下对策及建议：

3.1在宿舍及班级层面，在原来的基础上加入作业治疗的服务，包括：1、学生信息管理员和心理委员的精神心理疾病的普及及精神疾病的急救方法的培训2、通过小组活动、角色扮演、真实案例分享等活动进行精神心理疾病的宣传及倡导，改变学生对有精神心理问题的学生的态度，营造更具包容性的、和谐的校园环境。

3.2在院系层面，作业治疗的服务主要提供：1、对部分老师的精神心理疾病知识的普及。2、通过小组教育的方式，让学生找到压力管理、时间管理、社交技巧训练等方法。而社交技巧的训练也是同学们需求最大，最愿意参加的小组训练活动。

3.3 在学校层面，作业治疗的服务与大学心理健康服务站一同合作，处理解决学生的心理健康问题。主要包括：对学生进行面谈、评估及干预。值得一提的是，在面谈、评估和干预的过程中与心理治疗或心理咨询大有不同的是，



心理治疗和心理咨询主要注重解决学生的情绪心理问题。而作业治疗则关注学生生理、情绪、认知及精神等方面以及非常重要是关注他的作业活动表现，发现影响其作业表现的主要问题，通过使用CBT、社会学习理论、行为治疗、意象训练等方法解决问题，从而促进学生在某些受影响的作业领域的表现。

### 肆、限制

4.1 上述的对策及建议在现阶段还停留在理论阶段，还需要切实在高校中开展其服务内容，通过实践检验该对策是否可行有效及困难和阻力。

4.2 由于高校中心理健康服务中心尚未聘用作业治疗专业人员，对该对策及建议的实施有一定的局限性及困难。对作业治疗服务在高校中开展是一个巨大的挑战。

### 伍、参考文献

2. 闫彦宁, 杨永红, 芦剑峰, 李奎成, 胡军, 刘璇, 林国徽, 陈少贞, 胡岱. 我国内地作业治疗人员从业现状的调查与分析[J]. 中国康复医学杂志, 2018, 33(07):833-836.
3. 钱维, 陆江波, 苏彬, 李达. 无锡同仁国际康复医院精神科作业治疗服务模式介绍[J]. 中国康复, 2015, 30(06):435-436
4. 马亮. 作业疗法在精神疾病康复治疗中的应用效果评价, 《基层医学论坛》2018.5(22):14
5. 吕汶聪 林蓓蕾. 大学生常见心理问题及干预对策, 《全科护理》2018.8(16):24·2