

英德市精神卫生中心

心理健康诊断测验(MHT-100)

姓名：邓敏婷

性别：女

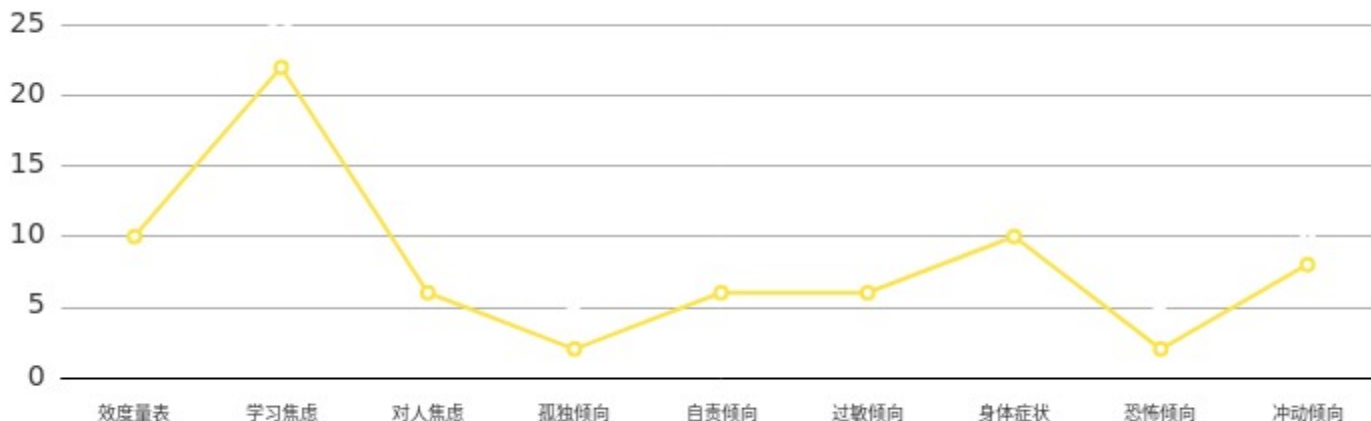
年龄：11

身份证号：441881201305270147

开单医生：测试

开单时间：2024-09-18 22:06:12

维度	原始分	标准分	参考诊断	均分±标准差
效度量表	10	10	轻度↓	-
学习焦虑	22	22	中度↑	-
对人焦虑	6	6	正常	-
孤独倾向	2	2	正常	-
自责倾向	6	6	正常	-
过敏倾向	6	6	正常	-
身体症状	10	10	中度↑	-
恐怖倾向	2	2	正常	-
冲动倾向	8	8	中度↑	-



测评结论：

效度量表：你在回答问题过程中有掩盖自己本身真实想法的行为，因此测量的结果有可能不符合你的实际情况！

学习焦虑：学习焦虑偏高，对考试有恐惧心理，不能安心的专注于学习，十分在乎考试的分。因此不能很好的应对学习和考试压力。学生出现这种情况主要是因为目前学校普遍存在应试教育的大背景，学生的考试成绩常被作为评价学生和学校优劣与否的依据。来自社会的升学压力，父母的高期望值，严厉的管教，让学生对自己的学习成绩表现出过度的焦虑。

对人焦虑：被试具备正常的人际交往能力，但并不十分主动。

孤独倾向：爱好社交，喜欢寻求刺激，喜欢与他人在一起。

自责倾向：在面对挫折和困难时，与常人表现一致，没有明显个体差异。

过敏倾向：属于中等水平，对日常事务一般不会过于敏感。

身体症状：在极度焦虑时，会出现呕吐失眠、头晕头痛等明显的身体症状。身体症状的原因大多是经常受父母打骂训斥、青春期发育及生理缺陷、情绪不稳、意志不坚，父母关心少、管束多。

恐怖倾向：恐怖倾向较弱，处于这一水平的受测者胆量偏大，基本不会对日常生活当中的情景，如黑暗、高地、独自睡觉或者某种特殊事物等感到紧张害怕。被测者的心理安全感较高，不容易产生恐怖感，情绪平稳。

冲动倾向：冲动倾向较高，情绪易摇摆不定，起伏大，易激惹和焦虑。缺乏对挫折的耐受力，遇到挫折时，难以控制愤怒的情绪，缺乏对问题的预见能力以及解决问题的能力，易大发脾气或爆发攻击性行为。甚至可能有自杀自残的想法，需要重点关注！

医疗建议：

日常建议:

学习焦虑:

(1) 首先分析自己出现学习焦虑的原因,是否与具体的时间、地点或场合有关,自己焦虑时的表现是什么,对自己的焦虑程度有所了解。通过对自己焦虑问题的觉察,能够及时、有意识的告诉自己暂时停下来,理智的分析自己所在的环境和所处的情绪状态。

(2) 教给被试放松训练的方法。

(3) 尝试努力让自己放轻松,通过体育运动、与他人讨论自己的焦虑感受,也可学会暂时转移注意力的方法。

对人焦虑:

继续保持人际交往的能力。可以在自己感觉安全的时候,或者在讨论自己擅长话题的时候,大胆的在众人面前发言,渐渐培养自信心。另外,可以在意识到自己过分在意别人的看法时,尝试“我行我素”一下,再看看别人的反应如何。

孤独倾向:

被试爱好社交,喜欢寻求刺激,喜欢与他人在一起。这点很好,值得赞扬。需要注意的是,提高选择良师益友的甄别能力。

自责倾向:

被试疾病能正确面对挫折和困难,这但非常值得赞扬。被试可以适当的进行耐挫力训练,提高耐挫力和自信。此外,当出现失败的事情时,需要及时自省,以积极的态度面对失败和问题,客观分析原因,并将可控的因素做到最好。

过敏倾向:

(1) 过于敏感的人,首先需要通过调整自己的心态加以克服,不要妄加推测别人对自己的评价,学会与人为善。

(2) 其次要有适度的期望值,在做每一件事前,不要把目标、期望值定得过高,要把各种不利因素充分考虑进去,留有一定的余地。

(3) 心胸要宽广,遇事应乐观一些,大度一些,不能对任何事情都过于敏感,过分计较。

身体症状:

(1) 需要及时就诊,做全面的身体检查,找出到底是身体方面的原因还是心理问题导致的身体症状,对症就医。

(2) 如果是心理方面的问题,要找出症状的根源,并及时解决。有些受测者性格较内向,不太善于表达自己的想法和感受,或是害怕表露自己会让家长不开心,因此家长要创造轻松、温馨的家庭环境,让孩子能够说出自己的感受,而不是通过身体症状表现自己的问题。

恐怖倾向:

继续保持。

冲动倾向:

本因子项的结果非常重要,若被试本项分数很高,说明问题是比较严重的。建议先了解被试哪些题目的选项是阳性的(选“是”的)。若被试有伤害自己或他人的倾向,需引起重视并及时心理干预,如85、89、91、97题。

若被试是其他因素自制力较差,则:

(1) 设定清楚的界限:让孩子明确地知道什么样的行为是被允许的,什么样的行为是不被允许的,出现冲动性行为将会受到什么样的惩罚。在设定清楚的界限后,老师和家长要做到“言必行,行必果”,在任何时候都要传递正确的教育信息,绝不姑息“不良行为”的发生,对待良好的行为,要给予充分的肯定与表扬。

(2) 指导孩子与人交往的方法:要指导孩子与人交往的策略,比如,指导孩子如何赞美他人,如何处理与他人的不同意见,如何有礼貌地忍让,如何与他人合作,如何才能赢得他人的帮助等等。还要帮助孩子掌握克服冲动的方法,树立对待冲动的正确态度。例如,学会转移注意、转换心情、控制感情等;

(3) 帮助孩子建立良好的自我评价:要直率地与孩子交流,给予良好的评价,尤其是要看到他表现好的方面,明确告诉孩子:“你是一个好孩子,只要你改变一些不当的行为,你就完全可以成为一个受人欢迎的人。而且,只要你愿意,你就能够做得到”。同时,还要帮助孩子订立明确可行的、具体的学习与交往目标。

本报告仅供参考,具体情况请以医生诊断为准