

英德市精神卫生中心

心理健康诊断测验(MHT-100)

姓名： 包明涵

性别： 男

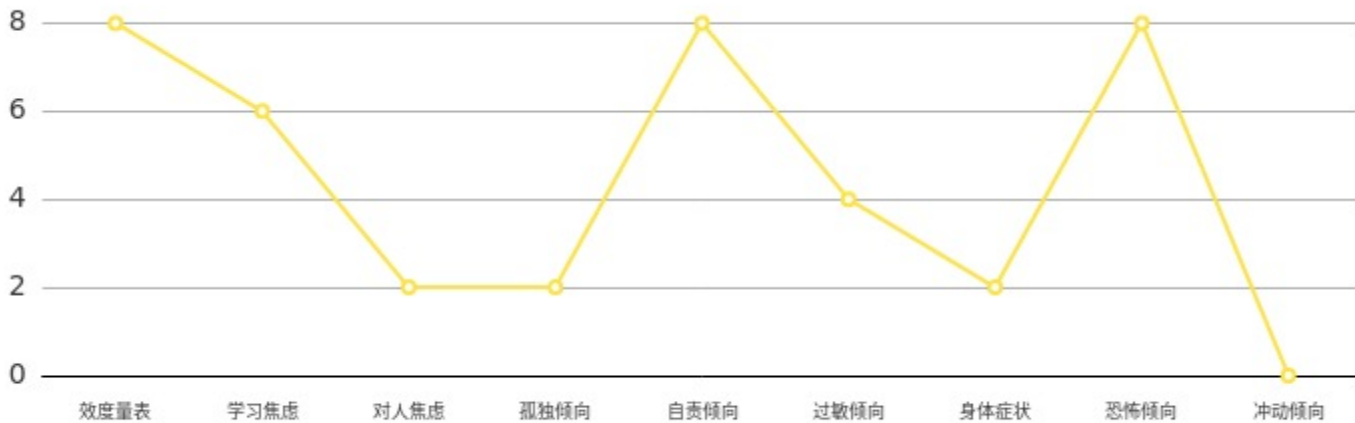
年龄： 10

身份证号： 441881201402200239

开单医生： 测试

开单时间： 2024-09-22 00:13:51

维度	原始分	标准分	参考诊断	均分±标准差
效度量表	8	8	轻度↑	-
学习焦虑	6	6	正常	-
对人焦虑	2	2	正常	-
孤独倾向	2	2	正常	-
自责倾向	8	8	中度↑	-
过敏倾向	4	4	正常	-
身体症状	2	2	正常	-
恐怖倾向	8	8	中度↑	-
冲动倾向	0	0	正常	-



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：在学习焦虑方面的反应与常人一致，没有特别的不适应。

对人焦虑：大方，容易结交朋友。

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：自卑，常怀疑自己的能力，常将失败归咎于自己。常常会陷入强烈自责不良情绪中，从而无法将精力完全投入到学习和娱乐中去。自责倾向的根源来自于对失去别人关爱的不安。独生子女对别人的关爱有着过强的渴求，存在很强的依赖心理，容易形成自责倾向，如果教师、家长对儿童过分严厉，而学生又不能处处满足他们的要求，自责倾向就更容易出现了。

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：身体健康，基本没有异常表现。

恐怖倾向：具有一定的恐怖倾向，对某些事物，如黑暗、旷野、坟场等有较严重的恐怖感。被测试者的心理安全感较低，容易产生恐怖感。

冲动倾向：冲动倾向较低，说明有很好的自制力，凡事三思而后行。

医疗建议：

日常建议：

学习焦虑：

保持以良好的心态面对考试，感受到轻微的紧张有利于考试的发挥。

对人焦虑:

被试大方,容易结交朋友,不会过度在意别人的看法,这点很好,值得赞扬。还有,当被试确实做错事时,容易保持良好的心态,这点很好,但是在保持良好心态的同时,需要注意认真反思,减少下次做出同样错误的几率。

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:

(1) 遇到问题首先自省,这是很多人做不到的,这样的习惯应该说挺好的。但,如果习惯性把所有的事情都归咎为自己的错误就会有很大问题。长此以往对身心健康非常不利。一个人做事情不可能一直犯错,不可能做所有事情都是自己的错误。要学会对失败和挫折进行正确的归因,不要盲目的责怪自己。在任何事情的成败当中都有内部和外部环境两个方面的因素,自身的因素中还存在努力和能力两个方面。因此要学会全面的分析和理解失败、挫折产生的原因,从而调整自己的下一步行动。如果盲目的将错误的原因归结到个人方面,会极大的影响自己的信心和努力的愿望,有百害而无一益。

(2) 将自己的想法告诉周围熟悉、信赖的人,使自己的一些不合理想法及时得到纠正。如果有条件,建议被试做有针对性、系统的心理辅导、心理咨询。

(3) 此外,学会放松,合理宣泄自己的不良情绪,让自己保持愉快的心境。通过体育锻炼、听音乐,让自己的身心得到放松,出门旅游,使自己心情舒畅。

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:

在最近的时期内身体状况很好,希望能够继续保持下去、善待自己的身体。由于身心关系密切,因此另一方面也说明受测者的心态积极健康,心绪平稳。因此被测试者也要注意维持自己的心理健康状态。

恐怖倾向:

(1) 应减少对孩子的过分保护,要有意识地训练孩子独立生活的能力;对于孩子缺乏经历而产生的恐怖倾向,要鼓励孩子去大胆尝试,多参加集体活动,要不断拓展生活的空间,对于孩子勇敢的行为要给予充分的表扬与肯定。

(2) 对应因过去创伤经历所导致的恐怖的倾向,要进行心理分析,帮助孩子找到第一次恐怖的经历与事件,然后进行再分析、确立正确的应对态度与策略。鼓励孩子从创伤中走出来,并勇敢地面对以前所恐怖的对象,超越自我、战胜自我。

(3) 对于因缺乏关爱与自尊而导致的恐怖倾向的孩子,要给予足够的关爱与尊重。要多询问了解他们的需要,对于他们的优点要给予充分的表扬与肯定。

(4) 若被试有恐惧难以消除,并且感到痛苦焦虑,可以尝试系统脱敏疗法。

冲动倾向:

处于这一水平的受测者基本没有冲动性行为,做事沉稳,精确性高,总是把问题考虑周旋以后再做反应,看中解决问题的质量,而不是仅仅追求速度。在情绪方面控制得比较好,善于合理解决自己的不良情绪,因此极少被不良情绪困扰。保持并进一步完善良好的自我评价,定立明确可行的、具体的学习与交往的目标。

本报告仅供参考,具体情况请以医生诊断为准