

# 英德市精神卫生中心

## 心理健康诊断测验(MHT-100)

姓名： 陈德晴

性别： 女

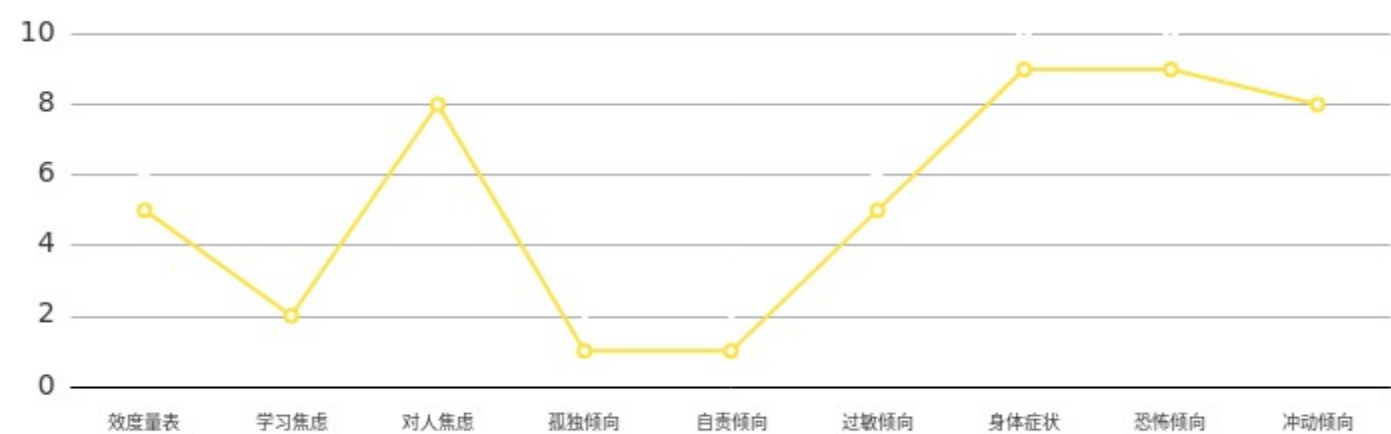
年龄： 16

身份证号： 44188120071027776X

开单医生： 测试

开单时间： 2024-09-29 19:48:58

| 维度   | 原始分 | 标准分 | 参考诊断 | 均分±标准差 |
|------|-----|-----|------|--------|
| 效度量表 | 5   | 5   | 正常   | -      |
| 学习焦虑 | 2   | 2   | 正常   | -      |
| 对人焦虑 | 8   | 8   | 中度↑  | -      |
| 孤独倾向 | 1   | 1   | 正常   | -      |
| 自责倾向 | 1   | 1   | 正常   | -      |
| 过敏倾向 | 5   | 5   | 正常   | -      |
| 身体症状 | 9   | 9   | 中度↑  | -      |
| 恐怖倾向 | 9   | 9   | 中度↑  | -      |
| 冲动倾向 | 8   | 8   | 中度↑  | -      |



### 测评结论：

效度量表：被测试者基本上是按照自己的真实情况对问题进行回答的，因此测验比较准确可靠。

学习焦虑：学习焦虑低，在学习过程中不会受到困扰，能正确的对待考试成绩。

对人焦虑：过分注重自己的形象，害怕与人交往，退缩。对人焦虑通常表现为过度关注自我，一切以自我为中心，怕见生人，在众人面前感到不安，不会与人交往，难以与同学、伙伴合作。独生子女，享受父母的娇惯和迁就，养成较强的自我中心意识，在人际交往方面的能力较弱，易产生对人焦虑的倾向；有的学生从小受到父母的严厉管教，形成了看大人脸色行事的软弱性格，这也是造成学生对人焦虑的另一原因。

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：自信，能正确看待失败。

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：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：

请保存轻松、良好的心态面对考试。请注意：当本项得分很低，但被试者成绩也很低时，请查阅被试在量表中，第9题的选项：你是否希望考试能顺利通过。A.是 B.不是 若选B，可能表示被试自暴自弃，或存在掩饰和胡乱答题的可能。此时需建议被试找到生活、学习的目标，找到自己擅长的领域，可给予适当的压力，转换为动力。

#### 对人焦虑：

(1) 首先希望受测这能够敞开心扉，和希望交往的朋友坦然而真诚的交流，不需要过于担心别人可能对自己做出的评价，完全可以自然、大方的呈现出自己的特点。

(2) 其次要相信自己的交往能力，相信自己可以与他人相处融洽。自信是交往开始的基础。有的时候，不是自己没有吸引对方的能力，而是在交往之前，就打了退堂鼓，没有勇气和人交往。那么现在，不要怀疑自己的能力，至少在与人交流之前，不要左思右想，而是怀着自信，勇敢而友善的与他人打交道，朋友们会越来越来多的。不要因为不自信，放弃了与人交流的机会。

(3) 应当尝试多学习一些人际交往的技巧，提高自己人际交往的能力。通过观察你身边社交能力强的同伴的做法，比如如何找到双方均感兴趣的话题、如何倾听等等，必定有助于进一步改善受测者的社交状况，降低对人焦虑。

#### 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：

被试自信，能正确看待成功与失败，这点非常值得赞扬。此外，过分的自信会变成自大，需要了解自己擅长的领域在哪里，能力高低。还有，被试可能属于外归因者，这样的情况同样需要自省，如果确实是自己的问题，可以及时修正，以免一直认为失败是外界原因。

#### 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：

(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) 若被试者有恐惧难以消除，并且感到痛苦焦虑，可以尝试系统脱敏疗法。

#### 冲动倾向：

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

本报告仅供参考，具体情况请以医生诊断为准