**关于2023年复旦大学教职工心理测评服务的通知**

各位老师：

为全方位加强对教职工的关心关爱，今年开始，学校将心理健康测评纳入教职工健康体检增选项目，引入第三方权威机构向教职工提供心理健康状况测评服务。通过在线心理测评，让广大教职工了解自身心理状态，及时发现自身可能存在的心理问题并引起重视，更好的保持良好的身心状态，测评结果将严格保密。

具体通知如下：

一、测评时间：2023年6月1日—2023年12月31日

二、测评对象：

①在编在职教职工（2023年3月31日前入职人员）；

②重大专任岗位教职工（2023年3月31日前入职人员）；

③离退休教职工；

④人才工程（一期）和担任本科生辅导员的研究生助管（由学工部负责）；

⑤人才工程（二期）队员和担任辅导员的研究生助管（由研工部负责）；

⑥博士后（由博后办负责）。

⑦租赁制职工（由人才交流中心负责）

三、测评方式：请用手机扫描下方二维码进入测评服务



四、测试流程：

1.登陆账号为**工号或学号**，初始密码为**123456a**，初始密码登陆后可修改，扫码后点击下方“我的”，点击头像即可输入账号密码登录。

 

1. 在测试首页选择“复旦大学教职工综合心理测评套餐”，点击进入，“开始测试”，测试时长约20-30分钟。

 

3.完成测试后，点击返回箭头，到图二页面点击“我的”—“我的测试”进行报告查询。 

五、北辰简介

北辰成立于2001年4月，心理学行业第一家上市公司，国内最大的心理软件定制开发企业。公司自建立以来，十分注重自身素质的提高。主要从事产品研发与销售、科研工作、临床心理咨询与治疗、心理咨询师培训、心理健康普测等，行业涉及军队、公安、司法、医疗、教育、企业等。为上海市心理卫生服务行业协会上海高校心理咨询协会、上海市心理学会临床心理与心理咨询督导专业委员会会员单位。近年来，北辰为多家单位提供心理测评服务，行业涉及军队、公安、司法、医疗、教育、企业等。

注：此次心理体检服务仅包括量表自评，结果分析不具有诊断性，如有需要解决的心理问题请及时寻找心理医生。

如在测评过程中，出现流程问题，可以拨打以下热线，我们将为您提供解答服务

热线：02158559439-825

技术联系人：谢陈浩: 18516205881 售后支持电话：18019006081

工作时间：周一至周五9:00—11:30 12:00—17:00

校医院

2023年5月

附“复旦大学教职工综合心理测评套餐”量表简介

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **序号** | **量表** | **量表简介** |
| 1 | 90项症状清单 | 《症状自评量表SCL90》是世界上最著名的心理健康测试量表之一，是当前使用最为广泛的精神障碍和心理疾病门诊检查量表，从感觉、情感、思维、意识、行为直至生活习惯、人际关系、饮食睡眠等，均有涉及，将协助您从十个方面来了解自己的心理健康程度。  [1]金华, 吴文源, 张明园. 中国正常人SCL-90评定结果的初步分析[J]. 中国神经精神疾病杂志, 1986(5).  [2]王金道. SCL-90量表使用的现状及检测心理健康的异议[J]. 中国心理卫生杂志, 2004, 18(1):51-52. |
| 2 | 教师职业倦怠感量表 | 职业倦怠是指对工作提不起兴趣，对职业充满了厌倦情绪，工作绩效明显降低，身体疲惫。教师是职业倦怠的高发人群。教师职业倦怠与年龄和教龄因素、角色定位因素、人格因素、社会支持因素、个人成就感因素等直接相关。此量表共22道题，您可通过测评检测出自己目前的工作压力程度，以及情绪感受状态。  [1] 王国香, 刘长江, 伍新春. 教师职业倦怠量表的修编[J]. 心理发展与教育, 2003, V19(003):82-86.  [2] 刘晓明, 王文增. 中小学教师职业倦怠与心理健康的关系研究[J]. 中国临床心理学杂志, 2004, 12(004):357-358. |
| 3 | 焦虑自评量表 | 焦虑本身是人类一种正常的情感反映，但是过度的焦虑或过弱的焦虑就会形成情感性或生理性疾病。焦虑自评量表由华裔教授Zung编制于1971年，用于测量焦虑状态轻重程度及其在治疗过程中变化情况的量表。  [1]刘贤臣,唐茂芹,彭秀桂,等. 焦虑自评量表SAS的因子分析[J]. 中国神经精神疾病杂志,1995, (6):359-360.  [2]王文菁,许明智. 焦虑自评量表在精神疾病患者中的因子结构研究[J]. 广东医学,2009,30(10):1416-1418.  [3]陶明,高静芳. 修订焦虑自评量表的信度及效度[J]. 中国神经精神疾病杂志,1994,020 (5):301-303.  [4]王征宇,迟玉芬.焦虑自评量表(SAS)[J].上海精神医学,1984(02):73-74. |
| 4 | 抑郁自评量 | 抑郁症是最常见的抑郁障碍，以显著而持久的心境低落为主要临床特征，是心境障碍的主要类型。此量表由美国杜克大学教授庄（William W.K.Zung）于1965-1966年开发。包括20个项目，此量表使用简便，并能相当直观地反映测评者近期的是否存在抑郁情绪，以及其主观感受。  [1]张敬悬,翁正.抑郁自评量表的因子分析[J].山东精神医学,2004(03):131-133.  [2]王征宇,迟玉芬.抑郁自评量表(SDS)[J].上海精神医学,1984(02):71-72. |
| 5 | Locke-Wallace 婚姻调适测定量表 | 婚姻质量与人的心理健康有密切关系，“婚姻调适”是指夫妻之间在一定的时间内在愿望、态度、情操等方面互相磨合，满足彼此在生理、心理、文化、社会等层面需要的过程。《Locke-Wallace 婚姻调适测定量表》选择所有婚姻调试量表中判别水平最好的15个条目，能够从生活情境和主观想法两个角度，客观、定量的对您的婚姻幸福程度进行评估。  [1]马希权,尹飞雁,姚玉红,赵旭东.已婚独生子女的婚姻调适[J].中国心理卫生杂志,2012,26(02):118-119.  [2]李艳兰.自我效能感、婚姻调适、职业压力与中小学班主任主观幸福感的关系[J].中国临床心理学杂志,2010,18(03):363-365+368.DOI:10.16128/j.cnki.1005-3611.2010.03.034. |
| 6 | 匹兹堡睡眠质量指数（PSQI） | 睡眠障碍是指睡眠的量和质的异常，或在睡眠时发生某些临床症状，睡眠质量问题会损害身体健康和认知、记忆、情绪等功能。《匹兹堡睡眠质量指数（PSQI）》分为睡眠质量、入睡时间、睡眠时间、睡眠效率、睡眠障碍、催眠药物、日间功能障碍等7个维度，是目前国内使用最为广泛的睡眠质量量表之一，能够评定您最近一个月的睡眠情况。  [1]郑棒,李曼,王凯路,吕筠.匹兹堡睡眠质量指数在某高校医学生中的信度与效度评价[J].北京大学学报(医学版),2016,48(03):424-428.  [2]路桃影,李艳,夏萍,张广清,吴大嵘.匹兹堡睡眠质量指数的信度及效度分析[J].重庆医学,2014,43(03):260-263. |