

附件 1：大三学生心理普查操作指南

1. 登录“昆明医科大学心理档案系统”

(1) 呈贡校区登陆内网 121.49.185.106

进入“昆明医科大学心理档案系统”登陆页面 → 方式：选择“学生”，用户名：学号，密码：111 → 点击“登录”

(2) 呈贡校区以外登录外网 <http://xinli.kmmu.edu.cn>

浏览器输入网址，选择 CAS 登录。选择 CAS 登录之后，会跳转到统一身份认证登录平台，输入账号、密码、算数答案信息，点击登录；账号为学号，初始密码为身份证后 6 位加@kmmu。首次登陆，需要手机验证绑定，输入手机号，点击发送验证码，进行校验。校验成功后系统跳转到“昆明医科大学心理档案系统”登陆页面 → 方式：选择“学生”，用户名：学号，密码：111 → 点击“登录”

(在“昆明医科大学心理档案系统”登陆页面，凡有学号密码不能登录者，点击密码栏下方“我要注册”填写注册信息后请联系心理委员，姓名、学号、年级必须填写真实，密码可自行设定。)

2. 进入心理档案系统

(1) 修改登陆用户名和密码（自选，也可不修改，建议只修改密码）

点击左侧“个人信息中心”栏目 → 点击“登录信息修改”，用户名不建议修改，原密码为 111，新密码自行设定，点击“提交”，

页面上方出现红字“密码修改完成，下次登陆请用新密码”表示修改成功。

(2) 填写个人资料（首次测试必须填写，大一心理普查填写过的同学须根据目前自己的实际情况进行修改）

点击左侧“个人信息中心”栏目 → 点击“个人资料修改”，修改你的姓名（系统默认为学号）、出生日期（系统默认普查当天的日期，点击日期即可重新选择年、月，须点击到具体日期才能完成最终修改），院系只选择到学院即可（系统默认，可改选）。其他题目据实填写或选择即可（注意：圆圈是单选，方框为多选），不可漏题，否则无法进入后面的问卷环节 → 点击“填好了”，系统提示“您的个人资料已经更新成功！” → 点击“确定”，仍回到该页面，即使部分信息显示的仍是未修改状态也不必进行任何操作，系统已记录。

(3) 点击左侧“心理评测中心”栏目 → 点击“心理自测”（如果系统提示“请您填写完整个人资料后再进行心理测试”则点击“填写”返回“个人资料修改”页面检查有无漏题或姓名、生日未修改或格式不正确，重新提交后再开始此步骤） → 点击“症状自评量表（SCL-90）”，先认真阅读上面的指导语再开始答题，注意该量表是根据“最近一星期内的状况”，回答的时候不要想太多凭第一感觉会更准确一些，量表共 90 个题目，注意时间 → 点击“开始”进行答题，点选后题目会自动跳到下一题，不必再点击“下一题”，否则会漏题 → 当系统提示“这已经是最后一道题目了，你想现在就保存结果并结束测试吗？”，点击“确定”（如果系统提示有题目未选答案，点击“确

定”，在题目下方的下拉框里找到该题目进行选择，都选完后点击“做完了”) → 系统提示“您的测验结果已经记录，谢谢您的合作!”，点击“确定” → 系统提示“您查看的网页正在试图关闭窗口，是否关闭此窗口? ”，点击“是”。测试结束后该量表依然会显示在自测界面，系统已记录结果，不要重复测试。

(4) 点击“自评抑郁量表”(SDS)，以及“焦虑自评量表”(SAS)并根据“最近一星期内的状况”完成。

(5) 点击左侧“心理评测中心”栏目 → 点击“我的测评记录”可查看结果。

(6) 点击页面右上方“退出系统”，系统提示“您要退出心海软件系统吗? ”，点击“确定”。

每个量表均有其适用性和局限性,加之施测过程受多种复杂因素影响,因此测量结果只能用于参考,不能作为判别心理健康状况的标准。

附件 2：大三自测指南（图片）

1. 登录界面，用户名：学号，密码：111。忘记密码的同学请及时联系心理健康中心和瑾老师（电话：18623343660）重置密码。



2. 修改更新个人信息。



更新完个人资料后点击“填好了”。

有 无
 有 无
 有 无
 有 无

填好了

3. 点击“心理自测”。

短消息
 心理咨询中心
 心理评测中心
 心理自测
 我的评测记录
 自由心理测试

其它情况

- 民族
 - 汉族 少数民族
- 家庭住址
 - 省会城市 州市 县城 乡镇 农村
- 家庭经济状况
 - 富裕 一般 贫困 特别贫困
- 家中排行
 - 大子女 中间子女 最小子女 独生子女

4. 完成三个量表。

公共信息中心

个人信息中心

心理咨询中心

心理评测中心

- 心理普查
- 心理自测
- 我的评测记录
- 自由心理测试

症状自评量表(SCL-90)
 简介：症状自评量表由L.R.Derogatis于1975年编制,含有90个项目,每项5级评分,测量较广泛的精神症状学内容,从感觉、情感、思维、意识、行为指导生活习惯、人际关系、饮食睡眠等,要求被试者根据自己的实际情况来做评定。测得的是一个人某段时间里(通常是一周)的症状水平。本...

自评抑郁量表(SDS)
 简介：自评抑郁量表是W.K.Zung于1965年编制,用于衡量抑郁状态的轻重程度及其在治疗中的变化。该量表的评定时间跨度为最近一周,评分不受年龄、性别、经济状况等因素影响,但如受试者文化程度较低或智力水平较差不能进行自评。

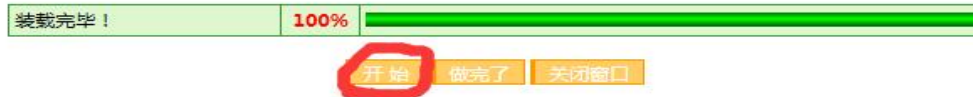
焦虑自评量表(SAS)
 简介：焦虑自评量表(Self-Rating Anxiety Scale, SAS)是W.K.Zung于1971年编制,用于评出有焦虑症状的个体的主观感受,作为衡量焦虑状态的轻重程度及其在治疗中的变化的依据。SAS是一种分析病人主观症状的临床工具,用于评出有焦虑症状的个体的主观感受,作为衡量焦虑状态的轻重...

如图，点击“开始”。

症状自评量表(SCL-90)

以下表格中列出了有些人可能有的病痛或问题，请你仔细阅读每一道试题，然后根据最近一星期内的状况，回答下列问题，请在最合适的圆格内单击鼠标左键。为了保证检测结果的准确性，请不过要漏掉其中的任何一题。

1. 从无：自觉无该项症状问题。
2. 轻度：自觉有该项问题，但发生得并不频繁、严重。
3. 中度：自觉有该项症状，其严重程度为轻到中度。
4. 偏重：自觉常有该项症状，其程度为中到严重。
5. 严重：自觉常有该项症状，频度和程度都十分严重



5. 三个量表操作完后关闭系统。

6. 需要注册的同学注意：

(1) 点击我要注册



(2) 完善注册信息，注意年级一定不能错!!!

姓名:

性别: 男 女

院系: 根据实际情况选择

年级: 2019级

出生日期:

成长环境: 城市 农村

邮箱:

手机:

(3) 注册完成后告知心理委员，由心理委员以“学号+我要注册”的格式发至 QQ 群，等待审核完成方可测试，完成步骤 1-5。