青岛农业大学学生心理测评明白纸

提到心理测验，很多人兴趣盎然，什么“从坐姿看性格”、“你是否具备领导力”，甚至想到了“看手相”……五花八门，不一而足。这是不是你对心理测评的认识呢？其实，这些测评只能叫做“趣味测试”。**真正的心理测评是指运用专业心理测验工具来评估一个人的心理状况，包括性格、情绪、人际交往能力等等。比如我们这次要做的问卷，都是经过心理学家们的反复实验，具有最高贵科学血统的测验工具。**

可是，“我心理又没有什么问题，才不要做...” “万一测试出心理有问题可怎么办...”也许你心中还有很多担心~~~亲爱的同学们，不要蓝瘦，也别香菇，**这仅仅是测评而不是考试**。心理测评仅仅是一个参考，可以帮助我们了解性格上的缺点和优点，发现自己在适应大学生活方面存在的不足。**只有全面的了解自己，才能有效的解决问题，使自己成为更好的自己，你说对吗？**

什么什么，担心自己心理状况被坏人知道？放心啦，万能的心理老师们绝对不会泄露我们的测评结果！**只有自己才能看到自己的结果哦！**大家请放心~ OK，听到有人问该怎么做测评了，那就请仔细阅读下面的说明吧！

**一、测评方法和步骤**

**（一）通过校园内网登录心理测评系统**

有两种方式登陆测评系统：

1、通过心理中心网页登陆测评系统

（1）进入我校心理健康教育中心网站[http://xljk.qau.edu.cn](http://xlzx.xauat.edu.cn)  
（2）点击右上角“测评系统”， 进入网测登录界面  
（3）输入用户名和密码，进入测试界面**（用户名和密码均为是本人学号）**

2、通过校园智慧平台进入测评系统

（1）登录智慧校园平台（<http://ehall.qau.edu.cn/>）

（2）点击界面正上方搜索栏输入“心理测评系统” 出现测评系统入口，点击即可进入测评系统。

**（二）完善个人信息**

选择测试界面左侧菜单中的“个人信息”——“基本信息”，分别核对并完善个人信息图标、入学年份图标、基本信息图标 、背景信息图标、机构信息图标等内容，逐一完成后，点保存信息图标。请注意：

★住址指现在所住的宿舍楼及房间号码，如东苑9号楼302，西苑1号楼211。

★机构信息里的学校、学院、专业、班级，一定要看清楚再选。

★**一定要填写联系电话，请填写手机！**

**（三）参与测评**

1.点击左侧“心理测评”，再点击“参与测评”，选择要做的问卷，点击@G0GP6$@M~1V~118LYB]7YK。请注意：**完成问卷用时约40分钟。**

★**大一新生**要完成：“16PF-大学、UPI、大学生适应性量表、防御方式问卷。

★**大二、大四学生**要完成：大学生适应性量表；

★**大三学生**要完成：大学生适应性量表、防御方式问卷。

2.看清测试基本介绍后，点击V9X5SYJ((V5@HCYJ92P2S]9进行测试。

3.答题时做完一题后自动进入下一题，误选时，可选择上一题进行重选。

4.每一套问卷做完后，均出现“您的测试已完成，请提交问卷，谢谢”的对话框。点“确定”后，需点击右下角{WEPRYBJ_2R3KI8I5[ZUQXX，测试方能生效。

**二、修改个人密码及查看测评报告**

1、为了保护个人隐私，在测试全部完成后，可以在“个人信息”栏目“更改密码”。更改密码后，**请妥善保管并牢记，以后测试还要用到。**

2、问卷测试结果将在12月22号之后面向学生开放，届时请点击“测评报告”查看本人测试结果。

最后，还要友情提示：不管是通过测评发现了自己的问题，还是日常生活中需要心理辅导，都可以拨打我们的预约电话：**86080525**，也可以在**教学区C区502预约，**这里有专业的老师帮助你解决问题，so，来找老师们聊聊天吧^\_^

**大学生心理健康教育中心**

**2017年11月8日**