

高职院校少数民族学生心理健康状况及教育对策研究

李清 向民 苟忠义

(巴中职业技术学院, 四川 巴中 636000)

摘要: 针对高职院校少数民族学生面临的心理健康问题, 本研究旨在揭示当前状况并提出切实可行的教育对策。通过问卷调查、深入访谈及文献分析, 综合运用定性与定量研究方法, 分析了这一群体在学习、社交和文化适应等方面存在的具体难题。研究表明, 少数民族学生普遍存在心理应激、跨文化适应等问题, 且受多重因素影响。基于以上发现, 本文构建了一套涵盖心理辅导、文化教育和社交支持的多维教育对策框架, 以提高学生的心理韧性和文化适应能力。总结来看, 本研究的发现与提出的对策不仅有助于推动高职教育领域的多元文化融合, 还为实现少数民族学生的心理健康发展提供了科学依据。

关键词: 高职院校; 少数民族学生; 心理健康; 跨文化适应; 教育对策

一、引言

随着多元文化背景下教育的持续发展, 高职院校少数民族学生的心理健康问题日益受到社会各界的广泛关注。少数民族学生在追求职业教育的过程中, 不仅需要适应专业知识和技能的学习, 还面临语言、文化等多重适应难题。研究表明, 这些困难可能对学生的心理健康造成影响, 甚至影响其学业成绩和未来职业发展。因此, 对高职院校少数民族学生心理健康状况及教育干预对策进行深入研究, 不仅有助于提升学生的个人发展和社会融合, 也是实现教育公平和促进社会和谐的重要举措。

本研究提出的教育对策为高职院校搭建促进少数民族学生心理健康的支持体系, 优化多元文化教育环境提供了切实可行的指导建议, 对提升教育质量、推动全社会心理健康教育具有重要指导意义。

二、少数民族学生心理健康现状评估

在进行心理健康状况的调查与分析时, 本研究采用问卷调查与深入访谈的方式, 对高职院校少数民族学生的心理健康状况进行了系统的梳理和评估。问卷设计参照了国际通用的心理健康评估量表, 结合少数民族学生的实际情况进行了适当的调整和优化, 以保证调查结果的科学性和准确性。

通过对收集到的问卷数据进行统计分析, 发现少数民族学生在学习、社交和文化适应方面存在不同程度的心理健康问题。具体来说, 在学习方面, 约有30%的受访学生表示感受到较大的学习压力, 其中, 学业成绩不理想和对未来就业前景的担忧是引起压力的主要原因。在社交方面, 大约40%的学生反映在与同学交往中感到困难, 尤其是与非本民族同学的交流互动中, 感到难以融入或理解对方的文化习俗。此外, 文化适应问题也是造成心理压力的重要因素, 一些学生表示, 由于语言和生活习惯的差异, 他们在校园文化环境中经历了身份认同的困惑和跨文化适应的挑战。

本研究通过对高职院校少数民族学生心理健康状况的调查与分析, 揭示了他们在学习、社交和文化适应等方面遇到的心理健康问题, 并通过深入访谈探讨了这些问题背后的复杂因素。研究结果不仅为学校提供了改善少数民族学生心理健康状况的参考依据, 也为未来的教育政策制定提供了科学数据支持。

研究还发现, 少数民族学生面临的心理健康问题并非孤立存在, 而是一个动态发展的过程。学生在不同的时间点, 因应不同的压力和挑战, 其心理健康状况也会随之波动。因此, 提供及时有效的心理支持和干预措施, 对于促进少数民族学生的心理健康

至关重要。

三、影响因素与挑战

(一) 文化背景差异与适应问题

在当今多元文化的高职业院校环境中, 少数民族学生在文化背景差异方面遭遇的适应问题不容忽视。本研究通过实地调研与问卷方式收集了数据, 发现文化背景的差异对少数民族学生的心理健康产生了显著影响。

一是语言沟通障碍。由于少数民族学生的母语与汉语存在差异, 他们在与教师及同学的交流中常常感到困难。这种语言障碍不仅影响了他们的学习效率, 还在一定程度上限制了他们的社交领域, 增加了他们的心理应激。据调查显示, 约有60%的少数民族学生认为语言是他们最大的适应挑战之一。二是文化认同感的缺失。多数少数民族学生在进入高职院校后, 往往会遭遇主流文化的冲击和挑战。他们面临着如何融入新文化环境的压力, 同时又担心丢失自己的文化特性。这种文化夹缝中的身份认同问题, 导致部分学生出现了心理上的迷茫和焦虑。研究中有30%的受访学生表达了对自身文化认同的困惑。三是生活习惯的差异。由于生长环境和民族习俗的不同, 少数民族学生在饮食、生活习惯等方面与汉族学生存在明显差异。这些差异在日常生活中可能导致摩擦和误解, 从而增加心理压力。四是社交支持的不足。在高职院校中, 少数民族学生往往因为种种原因而难以融入汉族学生群体, 社交圈子有限。这种社交的局限性使得他们在遇到问题时缺乏足够的社交支持。研究表明, 拥有广泛社交网络的学生, 其心理健康水平普遍较好。

基于以上所述问题, 本研究提出了以下针对性的教育对策。首先, 学校应建立针对少数民族学生的汉语言培训项目, 以降低语言障碍对学习和交流的影响。其次, 学校应组织多元文化教育活动, 促进不同文化背景学生之间的理解和尊重, 帮助少数民族学生建立积极的文化认同感。此外, 学校餐饮服务应充分考虑到少数民族学生的饮食习惯, 提供多样化的餐饮选择。最后, 学校应积极创建包容性的社交环境, 鼓励少数民族学生与其他学生交流互动, 建立健全的社交支持系统。

(二) 教育资源与社会支持不足

高职院校少数民族学生在学习专业知识的同时, 面临着教育资源不足和缺乏社会支持的双重困境。这些问题在一定程度上影响了他们的心理健康状况, 成为亟待解决的重大问题。

首先, 教育资源的不足表现在教学设施、师资力量、教学内容和教育方法等多个方面。在硬件设施方面, 部分高职院校由于

地理位置偏远和经费不足,图书馆、实验室以及信息技术资源等均不能满足少数民族学生的学习需求。其次,少数民族学生在学习生活中缺乏必要的社会支持。家庭方面,部分学生来自经济条件较差的家庭,父母可能因为自身文化水平有限,无法为孩子提供学业上的指导和心理上的支持。学校方面,由于心理辅导资源不足,学校往往难以及时发现和干预学生的心理问题。例如,高职院校中虽然设立了专门的心理咨询室,但配备的心理咨询师缺乏经验,难以提供针对性的帮助和服务。

另外,受传统文化影响,部分少数民族学生在面对心理困扰时,更多地选择内化问题而不是寻求外部帮助。这种文化心理特点使得他们在遭遇心理压力时更容易产生孤立感和无助感。在此背景下,缺乏社会支持的问题尤为突出,对少数民族学生的心理健康造成了进一步的损害。

针对这些问题,必须采取有力的措施来加强教育资源的投入和社会支持网络的建设。一方面,应加大对高职院校的投资,改善教学设施,增加图书和信息技术资源,尤其是与少数民族文化相关的教育资源。同时,需要加强师资队伍的建设,引进和培养了解和尊重少数民族文化的教师,设计更加贴合少数民族学生需求的教学内容和方法,提高教育的针对性和有效性。

另一方面,应构建完善的社会支持体系,提升家庭、学校和社会三方面对少数民族学生的支持能力。家庭层面,可以通过社区教育、家长培训等方式,提高家长的教育参与度和支持能力。学校层面,应增设心理咨询室,配备专业心理咨询师,开展定期的心理健康教育和干预活动,帮助学生及时发现和解决心理问题。社会层面,应通过政策引导和社会组织的参与,为少数民族学生提供更多融入主流社会的渠道和机会,打造包容性强、互助友善的社区环境。

教育资源的不足和社会支持的缺乏是影响高职院校少数民族学生心理健康的重要因素。只有通过多方面的努力优化教育资源配置,构建全面的社会支持网络,才能有效提升少数民族学生的心理健康水平,促进他们的全面发展。

四、教育干预对策与实践建议

(一) 心理健康促进计划构建

在高职院校中,少数民族学生的心理健康日益受到社会的关注。本文在深入分析这一群体面临的心理健康挑战的基础上,构建了心理健康促进计划,旨在通过多元化的教育对策,提高学生的心理韧性和文化适应能力。

心理健康促进计划的构建首先以心理辅导为切入点。心理辅导的核心目标在于为学生提供的一个宣泄情感、分享经验、解决心理困扰的平台。为此,高职院校应当建立专门的心理咨询中心,配备有专业的心理咨询师,开展个体咨询、团体辅导及心理健康教育等活动。此外,心理咨询中心还应当针对少数民族学生的特点,开发具有文化敏感性的辅导方案,以满足他们的特殊需求。

文化教育在心理健康促进计划中占据重要位置。对于少数民族学生而言,文化冲突和认同困惑是导致心理压力的重要因素。因此,高职院校应当加强文化多样性教育,通过开设少数民族文化课程、举办多元文化节日等活动等形式,增强学生对自身文化的认同感,同时促进不同文化背景学生之间的交流与理解,帮助他们建立跨文化交际能力。

社交支持是心理健康促进计划不可忽视的一环。研究表明,

良好的社交关系对于个体的心理健康具有积极影响。对于少数民族学生来说,由于语言和文化差异,他们往往在社交过程中遇到更多挑战。因此,学校应当通过组织多样化的社交活动,如社团活动、团队建设和社区参与项目,来促进学生之间的互动,帮助少数民族学生拓宽社交圈,提升他们的社交技能和自信心。

为了保证心理健康促进计划的有效实施,高职院校还需建立一个科学的评估与反馈机制。通过定期的心理健康评估,可以及时了解学生的心理状态,监测教育对策的实施效果,从而进行及时调整。同时,应鼓励学生、教师和家长之间的沟通,形成社区支持网络,为学生提供更为全面的心理健康保障。

心理健康促进计划的构建是一个系统工程,需要高职院校从心理辅导、文化教育和社交支持等多方面着手,形成一个互相支持、相互促进的综合体系。通过实施这一计划,不仅能够有效应对少数民族学生当前面临的心理健康问题,而且能够为其未来的成长和发展奠定坚实的基础。

(二) 多元文化教育环境优化策略

在高职院校中,多元文化教育环境的优化是实现少数民族学生心理健康的重要途径。为了有效促进少数民族学生的心理适应与成长,本研究提出以下多元文化教育环境优化策略。

首先,需要加强高职院校内的文化包容性教育。高校应当建立一个全面的多元文化价值观教育体系,通过课程设置、师资培训和校园文化活动等方式,培养学生对不同文化的认知、尊重和包容。课程内容应涵盖中国各民族的历史、文化、艺术等方面,使学生能够在学习过程中增进对本民族和其他民族文化的了解和认同。此外,通过邀请少数民族文化代表进入课堂,组织多元文化节等活动,让学生亲身体验和参与,从而增进对多元文化的理解和欣赏。其次,要优化校园心理辅导服务。学校应建立专业化的心理辅导中心,配置有经验丰富的心理辅导师,为少数民族学生提供个体化的心理咨询和心理健康教育。通过开展心理健康讲座、工作坊和团体辅导,帮助学生认识 and 应对心理困扰,提高他们的心理韧性。再者,高校可以通过组织多样化的社团活动、团队建设项目和文化交流活动,搭建不同背景学生之间沟通的桥梁。此外,家庭与社区的支持同样不可忽视。高职院校应当与学生家庭、社区建立联系,共同关注并支持少数民族学生的发展。

通过以上多元文化教育环境优化策略的实施,可以有效提升少数民族学生的心理健康水平,促进其顺利融入校园生活并实现个人成长。高职院校必须认识到构建和谐多元的教育环境是一项长期而系统的工程,需要持续地努力和创新,以实现教育的公平性和有效性,促进校园文化的多样性和包容性。

五、结语

本研究以高职院校少数民族学生为对象,对其心理健康状况进行了系统的评估与分析,并基于实际调研数据,构建了一系列教育对策。研究结果揭示了该群体普遍面临的心理应激和跨文化适应问题,同时指出了文化差异、教育资源匮乏和社会支持不足等影响因素。为响应这些挑战,提出了包括心理辅导增强、多元文化环境建设及社交支持网络完善等多维教育干预措施,以促进少数民族学生的心理健康和文化适应。

参考文献:

[1] 蔡胜男. 探析高职院校少数民族学生心理健康状况及其影响因素[J]. 中外企业家, 2018.