

高校资助社团在困难生心理建设中的作用研究

孔飞 赵阳

(西安理工大学 陕西西安 710048)

摘要:大学生心理健康教育是高校学生工作的重点内容之一,对高校人才培养,促进学生全面发展、健康成长成才具有重要意义。利用高校资助社团,从实践育人、情感育人、激励育人三方面探索困难生心理健康教育的实施路径,解决困难生心理问题,有助于进一步提升高校资助育人质量,也是拓宽大学生心理健康教育途径的有效实践。

关键词:资助社团;心理健康教育;资助育人

一、高校家庭经济困难学生存在的心理健康问题

(一)自我认知不足,自卑心理严重

高校家庭经济困难学生大多因为经济压力,在物质生活方面体验感低,受周围人和社会风气、环境的影响,在不自觉的比较中容易产生内心自卑。二是在进入高校前家庭经济困难学生所接受的教育资源,体验的教学模式相比于城市学生而言会有差距,学生在学习方法、资源获取渠道方面存在短板,学习效率低,容易出现付出和回报不对等的现象,诱发学生产生自我否定,表现为自卑,继续发展下去将会出现抑郁的症状。

(二)内心活动复杂,焦虑情绪严重

家庭经济困难学生进入高校学习一方面是实现个人理想抱负,通过学习文化知识、获取技能、塑造品格实现全面的发展,毕业后获得一份满意的工作,满足个人的物质需求和精神追求。另外一方面还担负着整个家族的希望,对“知识改变命运”的言论理解片面,认为只有学习文化知识才能解决问题,存在“学习唯一论”错误思想。因此一旦学生的学习中稍有挫折,很容易造成过度化概括,强化不良后果,产生相比于普通学生更深的内疚感,进而诱发严重的焦虑情绪。如果得不到良好疏导缓和,进而引发更大的心理问题。

(三)心理防卫过度,人际交往障碍

家庭经济困难学生因为自卑心理的影响,怯于与人沟通交流,一方面是因为恐惧,与人交往时,不由自主地感到紧张、害怕,以致手足无措,语无伦次。另一方面是过于敏感,常对他人的言行敏感、多疑、不信任,容易引起心理隔阂,拒绝与人交往,遇到问题不愿意找人倾诉,将困惑封闭在内心。更有甚者是因为嫉妒,常对他人的长处、成绩心怀不满,乃至在行为上冷嘲热讽,产生仇视心理,甚至采取不道德行为。

(四)自尊心太强烈,存在抵制思想

在日常的学习生活中,部分学生因自身存在不足之处,会刻意回避一些有益于自身的事情。比如在家庭经济困难学生认定的过程中,学生因为自尊心强不愿意让人知道实际情况而不申请参与认定,无法获得国家和学校的资助。学校为了帮助其更好生活学习而发放的困难补助被错误认为是一种“施舍”。宿舍或者班级的活动,因为经济、才艺方面的欠缺,刻意回避集体活动,避免尴尬、“出丑”,从而逐渐会被团体孤立,冷落,无法很好的融入集体,封闭了与人交流沟通的渠道。

(五)抗挫折能力差,应对方式消极

困难生因为自卑心理会对自己不自信,强烈的自尊心驱使下,抗挫折能力比较低,在学习、生活中遇见不如意的时候会进行自我否定,并且诱发焦虑,进而加深对自己的不自信,形成恶性循环。困难生在面对应激事件时,容易采取自责、逃避等消极的应对方式,缺少寻求解决问题的积极性,缺乏有效的人际沟通,较少向他人求助或自己解决问题。现在有些学生依然存在“等、靠、要”校级思想,弱化自我发展的、自我创造的作用。

二、高校家庭经济困难学生心理建设的意义

(一)与高校人才培养办学宗旨相契合

国家的发展需要人才,家庭经济困难学生也是人才的一个重要部分,关心家庭经济困难学生的成长成才,开展家庭经济困难学

生的心理教育是学校的责任和义务。《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》指出高校应坚持育心与育德相结合,加强人文关怀和心理疏导,深入构建心理健康教育工作格局,着力培养学生理性平和、积极向上的健康心态,促进学生心理健康素质与思想道德素质、科学文化素质协调发展。

(二)与学生自我发展基本需求相吻合

高校家庭经济困难学生渴望成才的愿望更为强烈,想通过学习和实践不断提升自我,实现全面发展,由于客观条件以及主观因素诱发的心理问题成为学生全面发展之路上的“绊脚石”“拦路虎”,必须有扫清路障的致胜之道和有力武器,大学生心理健康教育可以通过科学化、系统化的教学改变学生对于心理问题的“病态想法”和错误认知,帮助学生掌握自我调节、自我减压的方法,培养学生自我发展的进取意识,实现自我救赎。

(三)与心理健康教育工作目标相重合

大学生心理健康教育是高校一项重要工作,其工作总目标是提高全体学生的心理素质,充分开发他们的潜能,使学生不断正确认识自我,增强调控自我、承受挫折、适应环境的能力;培养学生乐观、向上的心理品质,提高心理健康水平,增强自我教育能力,促进学生人格的健全发展。高校已将大学生心理健康课程作为学生的必修课程,建立心理教育专门机构,积极构建学校、二级学院心理咨询室,加大心理健康教育的力度,帮助学生了解基本的心理常识,掌握基础的解决心理问题的渠道和途径,促进学生心理健康发展,成长成才。

三、利用资助社团促进困难生心理建设的实践路径与作用

(一)实践育人机制

所谓纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行。要充分依据教育学原理,把握学生成长规律,以学生为中心,充分发挥学生的主观能动性,帮助学生实现自我发展。以社团为育人载体,制定具体的心理帮扶计划,分阶段、分目标、多层面、多形式开展工作,帮助学生在实践中不断改变认知,强化自身,增强信心,积极进取。

(1)注重思想引领,加强思想教育与主题活动的深度融合

思想教育在学生的教育中处于先导地位,思想上有保证,行动上才有力量。困难生解决心理问题的首要内容就是从思想上引领,筑牢“自助者、天助之;自助者,人助之”的自我发展意识。资助社团本身具有公益属性,建设的目的也是通过社团帮助家庭经济困难学生实现自我教育、自我管理、自我服务、自我提升。通过开展励志类、关爱类、公益服务类的社团活动,针对性开展思想教育,帮助学生树立正确的人生观、价值观、成才观,纠正“学习唯一论”的错误思想,正确全面理解“知识改变命运”的内涵,帮助学生树立信心,增强学生的积极性,逐渐走出自卑的阴影,转变消极应对的态度,通过行动改变自己。

(2)坚持需求为导向,针对性开展技能培训活动

困难生的自卑、焦虑心理有很大程度上是本领恐慌、能力恐慌造成的,因此要立足实际,坚持需求为导向,通过问卷调查、谈心谈话、跟踪调研等方式了解并发现困扰困难生的关键所在,从而分阶段、分内容、分类别制定针对性的能力帮扶计划。社团的优势在

于可以广泛吸纳不同学院、不同学科、不同年级、不同阶段的学生，为社团开展活动提供了人才保障。加强社团管理和指导，充分发挥学生的主体性作用，开展内容丰富的活动，如因难生“一对一”学业帮扶，提升学业水平，舒缓并解决学业压力诱发的心理问题；“学长领航”计划，帮助学生快速了解专业学习，获取高效学习方法；“办公技能培训”让学生掌握办公软件的操作，提升工作效率；“简历制作培训”帮助学生制作能全面表现自己的简历，提升就业招聘的成功率。类似的活动和技能培训都是结合学生在不同阶段的需求，帮助学生增加技能，实现从“青铜”到“王者”的升级，进而弱化甚至避免因能力和本领恐慌造成焦虑、自卑心理。

（3）巧用借力打力，充分利用好校内有效资源

大学生暑期“三下乡”社会实践是高校的常规工作，也是学生培养的重要环节，有组织保障和经费保障的优势，还有荣誉奖励作为激励。草船借箭的道理不言而喻，社团内的人员多元性可以保证实践团队的组建，结合学生的专业特色与优势，积极组织、引导社团成员利用课余时间从事各类社会实践，通过“暑期三下乡”开展社会调研、社会公益活动、勤工助学等活动，在实践的过程中学会与人交往，解决人际交往障碍；了解社会现状，增强社会适应能力，实现知识、技能的转化，提高自助助人能力，提升自我认可程度，增强自信心。

（二）情感育人机制

心理学知识指出情感是人格发展的诱因，是人追求美好生活的动力。因此，在情感育人机制的实施过程中，侧重于“扶心”，注重对困难生的情感关爱，将关心隐于行动，降低学生的敏感性，弱化学生的抵触心理，增加学生的信任度，提升育人的“温度”，让学生在体验中成长，在成长中进化。

（1）加强交流沟通，营造情感关爱的良好氛围

家庭经济困难学生往往会因为自卑心理和强烈的自尊心减少人际交往，缺乏情感沟通，产生孤独感，难以融入校园和集体，有被抛弃的错觉。沟通是思想交流与情感分享的工具，也是满足需求、维持心理平衡的重要因素。社团的成员基本上全是学生，大家基本上处于同龄阶段，因此思想上较为同步，兴趣爱好和关注焦点相近或相同，面临的问题也存在共性，具有共同话题，交流比较畅通。通过不同的方式和形式积极营造安全、舒适、充满亲情的氛围，通过直接交流与间接沟通的结合，加强老师-学生、学生-学生间的沟通，了解学生思想、学习和生活动态，增强其归属感与认同感。

（2）强化科学指导，开展心理健康教育和心理辅导

困难生心理问题是高校的关注重点，大学生心理健康教育课程已逐步作为必修课纳入学生的教学计划中，通过学习专业的理论和知识，引导学生树立科学对待心理问题的意识，掌握基础的解决方法。结合社团学生的共性需求，依托院校两级心理健康服务机构，通过知识分享、健康讲座等活动普及基础的心理健康知识，开展集中心理辅导，培养学生克服困难的决心与勇气，帮助他们树立正确的贫困观和挫折观，促进身心的和谐发展。

（3）优化情感体验，引导学生正确对待受助

人可以控制行为，却不能约束感情，因为感情是变化无常的，对于情感的理解愈多，则愈能控制情感，心灵感受情感的痛苦也愈少。在对困难生“施助”的时候需要注重受助学生的积极、正向的情感体验，对于受助学生的心理起到调试作用。通过开展爱心助人活动，让学生主动参与，亲身体验，实现他助、自助到助人的

转变，帮助受助生领悟“关爱与回报”的深刻内涵，正确认识受助的目的是帮助自己更好的发展，从而引导学生正确做到自尊自爱。

（三）激励育人机制

激励是指激发人的行为的心理过程，使的外部的刺激转化为内在动力，调动人的积极性和创造性，保持上进的状态。由于客观条件和主观因素的共同作用诱发困难产生多种心理问题，但是困难生也有实现人生理想的渴望，虽然自卑、不善于交际，却也有渴望表现和展示的机会，也希望获得外界的认可和肯定。激励就是让学生树立“天生我才必有用”的观念，增强信心，提升抗挫折能力，开发潜在能力，促进学生充分的发挥其才能和智慧，实现个人成长与发展。

（1）树立模范典型，发挥朋辈榜样引领作用

一个人成长过程中，往往会受到来自同辈群体的影响。同辈群体因在年龄、兴趣爱好、价值观念上具有更多的相似性，影响力甚至可能超过其他人。社团的成员均属同辈，充分发挥“同辈影响效应”有助于困难生的成长。每一个群体都有优秀的人物，学生社团里面的优秀人物更贴近困难生，符合困难生面临的实际境遇，通过加强社团管理，建立考核机制，开展榜样评选活动，树立典型，用身边人讲好身边事，身边事教育身边人，形成鲜明的激励导向，彰显自强奋进的典范和先进，有利于激励学生的成长和发展。

（2）引导学生参与，提升学生自我价值认同

所谓巧妇难为无米之炊，人的才能的发挥也需要有展示的平台，社团承担着载体的作用，通过开展形式多样，内容丰富的实践活动，引导学生积极参与，在参与中学生不断展示自己的能力和，同时在实践中不断进步提升，为集体做出贡献，取得良好成效，增强学生的获得感和自我价值认同。价值的认同还可以由外部获得，社团的指导教师可以增加自己的参与度，依照按需激励原则，在活动的过程中观察学生的综合表现，不断了解学生的心理上的需要层次和需要结构的变化趋势，在指导的过程中加强对学生行为的评价，有针对性地采取激励措施，发挥激励的实效作用。

四、结语

大学生心理健康教育是一项长期工程，随着时代环境变化，大学生心理问题将会呈现新的趋势。利用大学生资助社团开展大学生心理健康教育，是有益的尝试和探索，有助于解决困难生心理问题，提升心理健康水平，促进学生人格的健全发展。

基金项目：西安理工大学人文社会科学研究专项项目“探索构建经济困难学生发展型资助体系研究”（2019FZ009）。

参考文献

- [1]王秋艳.高校学生资助社团育人功能研究[J].亚太教育,2016(07):174+149.
- [2]李正关,顾莹,季婕颖.基于社团化视角的高校资助育人工作研究[J].南京医科大学学报(社会科学版),2016,16(03):243-245.
- [3]蔡颖.高校家庭经济困难学生社团育人新机制研究——以新长城华南师范大学自强社为例[J].青年探索,2011(02):32-36.
- [4]熊玫.大学生心理健康教育与思想政治教育的协同路径分析[J].黑龙江教师发展学院学报,2020,39(03):102-104.
- [5]梁杰华.探讨大学生心理健康问题及其路径研究[J].赤峰学院学报(汉文哲学社会科学版),2019,40(11):162-164.