

高职院校贫困学生心理问题分析及思考

陈希慧

(衢州职业技术学院 浙江 衢州 324000)

【摘要】 贫困学生在进入高职院校就读后,因环境等各方面的变化,心理问题逐渐凸显,产生自卑、自闭心理以及悲观情绪等心理问题。本文根据贫困学生的心理问题的特点分析其产生的原因个人认知存在偏差,家庭支持力度薄弱,社会不良风气影响,提出了高职院校贫困学生应完善资助工作体系,开展心理教育帮扶,转变贫困学生的观念,培养积极的人格特质,帮助贫困学生克服心理问题,实现健康成长。

【关键词】 高职; 贫困学生; 心理

Analysis and Reflection on Psychological Problems of Poor Students in Higher Vocational Colleges

Xihui Chen

(Quzhou Vocational and Technical College, Quzhou, Zhejiang, 324000)

[Abstract] After entering higher vocational colleges, poor students gradually become prominent due to changes in the environment and other aspects, resulting in psychological problems such as inferiority, autism and pessimism. According to the characteristics of poor students' psychological problems, this paper analyzes the reasons for the deviation of personal cognition, weak family support, and the impact of bad social atmosphere, and proposes that poor students in vocational colleges and universities should improve the funding work system, carry out psychological education and support, change the concept of poor students, cultivate positive personality traits, and help poor students overcome psychological problems and achieve healthy growth.

[Key words] Higher vocational education; Poor students; Psychology

近年来,高职院校扩招成为新趋势,高等教育迈入普及化时代,伴随着学生基数的增多,贫困生在高校中的占比也越来越大。经济发展社会的进步,贫困生通过国家助学金等经济帮扶措施在一定程度上解决了贫困生的物质需求,但尚未能满足贫困生的精神需求。因此,从学生全面发展的角度而言,关注贫困生的心理健康,有助于其健康成长。

1 高职院校贫困学生心理问题表现

1.1 自卑心理

一方面经济上的差距使得贫困学生形成自卑的心理。进入大学后,生活费一般由学生个人保管,学生的自主性和独立性增加。加之校园中部分学生存在攀比心理,学生贫富差距对比显而易见,经济上的差距使得贫困学生觉得自己低人一等,易形成自卑的心理。另一方面,贫困学生初入大城市对环境不适应产生的自卑心理。由于各大高校的选址一般是在大城市,贫困学生来自农村,从小几乎没出过远门,因此对于大城市的新鲜事物是陌生的,而身边的其他同学对此熟视无睹,贫困学生由于强烈的自尊心而产生的自卑情绪。

1.2 悲观情绪

因家庭经济原因,学生自卑、被动,导致贫困学

生在处理事件时,时刻会有一种不安全感,甚至会产生焦虑和恐惧,继而出现极端情绪。贫困生在升学、毕业、就业等种种压力下,情绪波动大,贫困生的焦虑情绪会愈发明显,同时伴有不可抑制的冲动,难以控制自己的脾气,否定自我,猜疑外界的一切,从而产生悲观情绪,伴有抑郁苦闷的心境。

1.3 自闭心理

贫困学生在与人交往上往往表现得不主动,胆怯,存在严重的自闭现象。人际交往是大学生身心健康发展和自我完善的需要,通过交往认识自己、认识他人、认识社会以及社会规范,以此满足自身的精神需求。高职院学生正值青春期,渴望交往,融入集体,寻求情感,建立友谊,人际关系对于大学生的成长和发展意义重大,非良好的人际关系滋生不良情绪,影响食欲及身体健康,甚至可能会导致发生惨案,如“马加爵事件”等骇人听闻的事件。由于贫困学生的生活条件、价值观等差异,与非贫困学生相比,贫困学生敏感、脆弱、封闭,害怕被人瞧不起,被孤立,不愿与他人交往,认为自己和其他同学有区别,封闭自己喜欢独处,表现为拒绝参加集体活动,减少金钱支出,减少与他人接触,难以融入校园生活。

2 高职院校贫困生心理问题原因分析

高职院校贫困学生因受到个人、家庭、社会等多种环境因素影响下,存在着自卑、等心理问题,对自我持怀疑、否定的态度。高职院校贫困生产生心理的原因包括以下几个方面。

2.1 个人认知存在偏差

个体的认知与其对环境的认知、水平息息相关。少数贫困学生秉持以金钱至上,以贫困为耻的错误观念,把追求物质财富作为人生的奋斗目标,埋怨自身家庭不能给与物质支出,怨天尤人,抱怨命运不公。贫困学生在错误的价值观念的主导下渐渐产生心理问题。社会标签“贫困生”在某种程度上也触碰了其内心深处敏感而脆弱的神经,部分贫困学生把金钱等物质条件视为影响自身发展的最大阻碍,把自己视为低等人,不如他人,否定自我,由此在当下社会转型期的主流意识形态产生偏差的自我认知。

2.2 家庭支持力度薄弱

由于家庭收入有限,贫困学生家庭能承受的消费受限,而在校园生活中,与同学的交往不可避免地会产生物质上的支出,比如同学聚餐、舍友生日等各种支出。而贫困学生生活费有限,生活费只够承担自己个人的日常花销。另外造成贫困家庭的原因一般多是劳动力丧失,家庭人口多负担重,如家庭成员患有疾病,家庭所需赡养的长辈及子女多,家庭压力。贫困家庭的劳动力由于缺乏文化知识,多从事于体力劳动,每天的工作压得喘不过气,与缺乏子女交流,无心关心子女的教育成长问题。

2.3 社会不良风气影响

当前,我国正处在经济社会快速转型期,生活节奏快,竞争压力大,价值观多元化,社会阶级分化明显,拜金主义等社会不良风气盛行。陶惠敏学者认为,我国的现实环境下明显的阶级分化以及功利主义使得人际关系交往变得越加功利化,从而加强了贫困生自卑心理。^[1]我国仍处于社会主义初级发展阶段,城乡发展存在差异,拜金主义等不良风气对校园环境的冲击,影响了部分学生产生攀比心理。学生群体中有部分存在不比学习,比穿着的错误心态,拿着家里给的生活费甚至通过网贷满足自己的虚荣心重金购买奢侈品,像电视剧中饰演的富家生活一样过着纸醉金迷的生活,沉醉其中,无法自拔,荒废学业。

3 高职院校贫困生心理问题的克服与解决策略

根据高职院校贫困生心理问题的具体表现以及产生的原因,本文提出以下解决策略。

3.1 转变观念,培养贫困生积极的人格特质

贫困学生是高职院校中的弱势群体之一,他们对自己缺乏自信心、前途缺乏期望,意志消沉,在成长

过程中受到政府、学校的物质帮扶逐渐形成了等、靠、要的意识。引起贫困学生各类心理问题的根源在于其自我认知。贫寒的家境给贫困学生带来挫折感、挫败感、差距感等消极情绪,只有改变他们不合理的认知,帮助他们培养积极的人格品质,才能激发他们前行的动力。

改变不合理的认知,正确认识自我。引导贫困生正确对待贫困,贫困是暂时的,不可能是永久的,努力奋斗会改变贫穷的命运。贫困学生既需要面对生活的压力,又不愿在贫穷面前放下自尊。因此,一方面,充分利用我国传统文化的力量,学习榜样人物,提升学生的内在涵养。转变贫困生的认知,让学生在当今浮躁的社会中正确地对待物质,积极地面对生活中的困境,树立正确的价值观,让他们明白知识改变命运,想要改变贫穷的命运需要艰苦奋斗,而不是想着不劳而获。暂时的贫困有助于他们的成长,将阻力变成前行的动力。另一方面,高校教师应当帮助贫困学生在课堂上或校园活动中进行积极的自我探索,发现自我优势,将内心的自卑转化为自信。

丰富积极情绪的体验,学会情绪管理。增强个体的积极情绪体验是培养其人格的最有效途径,能够最大限度地调动学生的主动性和积极性,促进其形成良好的自我认知。一方面可以通过丰厚的校园文化活动增进贫困生的积极情绪体验;另一方面,可以选拔一批优秀的贫困生进行朋辈心理辅导员培训,作为与贫困生进行心理互动。通过心理辅导员,在贫困生中设立心理自信心成长小组,开展心理团辅活动,让他们学会积极主动关注自身的心理发展、情感体验。心理团辅活动可以为贫困学生提供社会支持,通过团体心理辅导能够为贫困学生提供信任、接纳、和谐的环境气氛,让其感受到自在、安全以及温暖的环境,并且在这样团体氛围当中,个体可以体验到真诚、同感以及尊重与理解。贫困学生也可以敞开心扉,向他人主动倾诉日常生活当中面临的困扰,从而从团体中获得良好支持。在为小组成员提供安全、私密的环境,让贫困学生在小组中充分认识和了解自己,调整处理好与其他组员之间的关系,并且可以把这种成功的经验和良好的情绪反应迁移到自己的现实生活中去。^[2]此外,还可组建朋辈心理指导员,其与贫困生有着相仿的背景、相同的年龄,更容易走进贫困生的心理,用自己的亲身体会去感染贫困生,为他们带去积极的情绪体验。

塑造贫困生积极的人格特质,提高耐挫力。由于自我认知失调,贫困生容易自卑,忽略自己的优点,对自己一味否定。因此,需要针对贫困生开展专题团

体心理辅导，为他们搭建锻炼平台，有助于帮助他们挖掘自身潜力。

3.2 完善资助工作体系，构建新时代发展型资助育人体系

资助育人是高校思想政治工作的重要组成部分，也是高职院校的重点任务之一。党的十九大报告强调要“健全学生资助制度”，教育部等八部门《关于加快构建高校思想政治工作体系的意见》中明确要求，“建设发展型资助体系，加大家庭经济困难学生能力素养培育力度”。^[3]要加大力度推进高职院校贫困学生的关注力度，不仅要加大对贫困学生的资助扶持力度，而且也要加强对贫困学生的社会关怀力度。发挥企业的作用，多渠道拓宽资助渠道，完善现有的资助工作体系，以此满足贫困学生基本的生活需求。

第一，政策层面要保障贫困学生权益，全面、科学、人性化地制定各项帮扶政策，确保不让每一位学生因贫困而失学，因地制宜、精准帮扶，制定贫困学生的个性化帮扶方案，保障其合法权益。充分发挥主流媒体的责任与担当，积极关注困难学生的学习与生活状态，对内加强政策宣传与普及，对外树立先进典型，宣传寒门出贵子的事迹，呼吁社会各界人士多关心爱护贫困学生，保护好贫困学生的脆弱而又敏感的心灵。

第二，高职院要主动作为，发挥主观能动性，积极调动社会力量，加强与社会各界人士、企业等联系交流，积极为贫困学生争取社会帮扶，充实资助资金，扩大资助覆盖面，为贫困学生资助工作的开展增添多渠道。

第三，资助工作实施过程中，教师要针对高职院校学生的特殊性开展工作注意工作的方式方法。通过榜样学习、志愿服务等活动引导贫困学生树立正确的人生观、世界观和价值观，培养其自强自立、艰苦奋斗的意识，理解“吃得苦中苦，方为人上人”的意义。

3.3 开展心理教育帮扶，体现人文关怀

高职院校中贫困学生是心理疾病的高发人群，学校层面应从专业的心理健康教育的角度加强学生的心理教育工作，通过开展心理健康知识讲座，为学生科普心理健康知识；组织开展形式有趣、内容丰富的团体活动或心理剧表演等活动；开通个性化的电话网络或现场心理预约咨询；组建朋辈帮扶团队，由热心的学生干部组成，帮助贫困学生淡化家庭经济困难带来的消极心理。高校教师应增加与贫困学生的接触机会，全面地了解贫困学生的心理状态，对心理问题的贫困学生进行相应的跟踪随访，及时地帮助学生排解内心的痛苦，同时也要对贫困学生进行人格辅导，增强其

面对现实困难的应变解决能力，提高其人际交往能力，构建平等和谐的人际关系，树立自信心，减轻心理矛盾和冲突，减少贫困生心理问题的发生。

各二级学院可以建立健全一个特殊关爱学生的动态信息档案，其涵盖家庭情况、成长经历、学习情况、未来规划、心理健康状况等多方面的信息，定期跟踪贫困学生的情况，及时发现贫困学生的问题提前进行干预。安排学生干部关注心理问题的贫困学生，定期从侧面了解学生情况，及时帮助解决，避免危机事件的发生。每学期组织召开贫困生座谈会时学院领导、辅导员可以与贫困生进行平等、细致的交流。辅导员定期走进宿舍、食堂、课堂，倾听他们的心声，解决诉求。

综上所述，当代大学生心理问题频发，而贫困学生作为弱势群体，贫困学生的心理问题已经成为各个高职院校关注的重点问题，需根据高职院校贫困学生的心理特点进一步探索更合适的资助体系及育人措施，以此促进贫困学生的健康成长。

参考文献：

- [1] 陶惠敏. 社会工作视角下高校贫困生心理问题及对策研究 [D]. 湖南科技大学 .2012
- [2] 葛伟丽. 团体心理辅导在高校资助育人中的作用 [J]. 教育心理 .2016
- [3] 程静. 新时代背景下高职院校发展型资助育人模式的探讨与构建 [J]. 现代职业教育 .2020
- [4] 朱湘虹. 贫困生的心理特点分析及教育管理对策 [J]. 山西财经大学学报 (高等教育版), 2002,(2)
- [5] 陈立春. 论高校贫困生的心理贫困与心理援助 [J]. 教育与职业, 2009,(24)
- [6] 汪粤. 关于高校贫困新生心理贫困的几点思考 [J]. 太原大学教育学院学报, 2010(2)
- [7] 秦永超. 当前高校贫困生心理问题分析及对策研究 [J]. 中国成人教育, 2009(13)
- [8] 金秀舫, 李春莉. 高校贫困生心理特点分析及教育管理对策 [J]. 中国成人教育, 2010,(7)
- [9] 周艳荣. 高职大学生心理健康问题及教育对策分析 [J]. 教育与职业, 2010(12):84-85
- [10] 夏昌祥, 张红武, 李志宏, 鲁克成. 全国高职院校心理健康教育工作开展情况调研报告 [J]. 昆明冶金高等专科学校学报, 2010,26(2):49-52
- [11] 郭瑶. 《贫困大学生心理健康问题文献综述》. 《高等教育》, 2012年3月

作者简介：

陈希慧，研究方向：心理健康教育。