

# 中医药院校家困生心理健康状况及精准帮扶研究

孙露 唐碧璠 张革放<sup>\*通讯作者\*</sup>

(中医学院湖南中医药大学 湖南长沙 410208)

摘要:本研究依托问卷调查法,对湖南中医药大学的343名家困生进行抽样调查,从自我认知、情绪情感、经济、人际交往等多方面分析学校家困生的心理健康现状、原因,提出精准帮扶策略,具体包括:提高社会经济资助力度、规范家困生认定标准、增加勤工助学机会、完善心理咨询机制、做好家困生就业帮扶工作和加强思想帮扶工作,以期中医药院校家困生的身心健康发展提供借鉴。

关键词:中医药院校、家困生、心理健康问题、精准帮扶

## 一、大学生心理健康现状调查分析

### (一)调查过程

本次调查问卷共有343名中医学专业在校生参与,本次调查以湖南中医药大学家困生为主要调查对象,包含本科学习阶段的在校大学生。

1.城镇人数和农村人数分别为169名和174名,占比为49.27%、50.73%;五年制和八年制的人数分别为184名、159名,占比为53.64%和46.36%。

2.从上述数据可以得出,大部分家困生来自农村的五年制学生,家庭经济情况较为困难。

### (二)调查问卷的结果分析

#### 1.家困生心理表现的总体现状

##### (1)家困生存在较强的心理困惑

在“如有心理困惑,困惑程度怎样?”这一问题上2.04%的学生回答“很强”,17.78%的学生回答“较强”,52.48%的学生回答“一般”;综上所述,心理困惑是绝大多数家困生面临的问题,这说明他们适应环境和调整心态的能力欠缺。在“您是否经常心理困惑?”这一问题上12.83%的学生回答“经常有”,67.06%的学生回答“偶尔有”;综上所述,家困生心理困惑发生频度较高,需要教育者的高度关注和关心。

##### (2)家困生存在较大的心理压力

在“如有心理压力,哪些因素造成您的心理压力?”这一问题上41.98%的学生回答“经济”,20.12%的学生回答“就业”,14.87%的学生回答“人际交往”,9.62%的学生回答“学习”;综上所述,家困生承受着经济、就业、人际交往和学习压力,经济压力是导致家困生心理困惑的主要因素,困惑的加重进一步会影响就业、人际交往和学习。

#### 2.家困生心理表现的具体现状

##### (1)积极心理表现

###### ①自我认知正确

在“您学费和生活费是通过什么途径获得?”这一问题上71.72%的学生回答“全部依靠家庭”,19.24%的学生回答“部分依靠家庭,部分自己兼职收入”;综上所述,家困生对于家庭支持的依赖性较强,是由于医学生的专业特殊性和当代学生年龄特征等原因决定的。在“您如何看待贫困问

题?”这一问题上71.43%的学生回答“不断努力试图改变”;综上所述,大部分家困生心态乐观、积极向上、吃苦耐劳,自我认知正确,希望通过提高学习和临床技能改变自己的现状。

###### ②自尊心强

在“您对就业有什么期望?”这一问题上64.43%的学生回答“依靠个人找到好工作”;综上所述,多数家困生一般都拥有较强的好胜心,希望通过自己的努力顺利就业,并赢得他人的肯定和尊重。

##### (2)消极心理表现

###### ①独立自主能力缺乏

在“您通常怎么解决遇到的困难?”这一问题上10.2%的学生回答“找同学帮忙”,1.75%的学生回答“向亲戚求助”,1.17%的学生回答“向老师求助”,37.9%的学生回答“自己解决”;综上所述,一方面,家困生环境适应能力较差,自我解决困难的能力较弱,会随着环境的变化而变化;另一方面,他们害怕被他人认为不熟悉的人看到自己脆弱的一面,也不愿意给周围人或者老师造成麻烦。

###### ②自卑感强烈

在“您觉得您有心理方面的问题吗?”这一问题上74.64%的学生回答“有”;在“家困生经常碰到什么问题?”这一问题上72.01%的学生回答“经济压力问题”。综上所述,家困生由于家庭经济困难很容易产生自己低人一等的想法,进一步否定自己的能力,而且因为害怕成本过高不敢交朋友,造成情绪不稳定、无法独立思考和解决问题。

###### ③意志消沉,情绪抑郁

在“您现在的身体状况怎么样?”这一问题上24.49%的学生回答“一般”,4.37%的学生回答“比较差”,1.17%的学生回答“非常差”;综上所述,家困生在经济、工作、生活、学习等方面面临很多挑战,导致心理出现抑郁等问题,身体健康也失去保障。

## 二、心理健康问题产生的原因

### (一)社会层面

#### 1.社会经济资助较低

在“社会公益机构和爱心人士的经济资助您是否接受过?”这一问题上79.88%的学生回答“未接受过社会资助”;

综上所述,一是社会层面对家困生的资助力度较小、资助名额有限,不利于开展家困生精准帮扶工作。二是社会资助对象普适性较差,社会资助项目资助的对象一般局限于品学兼优、综合素质高等方面的家困生,导致大部分家困生难以被资助<sup>[1]</sup>。

## 2.家困生识别模糊

现阶段,高校对于家困生的资助力度不断加大,但仍然存在资助对象界定模糊的情况,而且奖助学金申请条件等条例规定不清晰。一方面,虽然对于家困生的概念进行了规定,但是对于家困生的具体标准较为模糊;另外,学生家庭所处地区的经济发展水平不同,界定贫困家庭的标准也应该不同。另一方面,一名高校辅导员往往要负责超过300名的学生,想要全面准确的了解家困生的真实情况难度较大,并且家困生认定评议小组在认定过程中一般是依据学生的经济情况、消费情况和家困生证明等,这种认定方式仍存在问题。

### (二)学校层面

#### 1.勤工助学机会较少

在“面对经济困难的问题,您是否想通过兼职来解决?”这一问题上62.68%的学生回答“想,但没有兼职机会”,17.49%的学生回答“非常渴望”;在“一对一帮扶是否在您学校开展?”这一问题上54.52%的学生回答“没有”,综上所述,学校勤工助学工作开展不到位,导致家困生难以获得兼职机会;勤工助学活动开展过程中“一对一”帮扶不到位,导致对于家困生的思想动态了解不全面深入等;此外,学校虽然实施了减、免、贷、补交学费的政策,但起到的作用较小,特别是对于新疆等地区的学生而言。

#### 2.心理咨询机制不完善

在“您觉得学校心理咨询机构设置的情况怎么样?”这一问题上58.6%的学生回答“建设一般,对学生的心理问题帮助不大”,7.29%的学生回答“建设不好,对学生心理问题根本没帮助”;综上所述,一是学校心理咨询方式较为单一,个体咨询仍然是主要方式,无法达到预期的干预效果;二是负责心理咨询的人员仅为心理学专业教师,心理咨询水平有待提高;三是家困生存在胆怯、顾虑的思想,害怕进行心理咨询,担心受到老师和同学的异样眼光等。

#### 3.就业指导工作不全面

在“您满意现在学校的就业指导工作吗?”这一问题上53.64%的学生回答“一般”,5.25%的学生回答“不满意”,2.92%的学生回答“非常不满意”;综上所述,一是学校虽然开展了线上和线下招聘会,但由于部分招聘信息/招聘条件与学生的就业需求/学生的个体情况不匹配,所以学生对于就业指导工作的认可度不高;二是学校缺失针对就业开展的心理辅导,但是家困生在就业过程中常遇到工作问题和心理问题,所以需要加强对家困生的就业心理辅导。

### (三)家庭层面

#### 1.家庭经济困难

家庭经济困难是导致家困生心理问题出现的主要因素。一是在校期间部分家困生需要申请贷款或者拖欠学费,存在还贷和父母高期待的压力,易出现心理问题;二是社会消费带动学生消费欲望,强烈的消费欲望与家困生的经济情况形成冲突,引发自卑、仇富、逃避现实和自闭等心理情绪;三是一些家困生为了满足自身的需求,通过兼职赚取费用,集体活动难以参加,与同学的交流减少,人际交往能力减弱。

#### 2.家庭教育偏差

大部分家困生家长文化水平不高,生活地区较为落后,以传统的教育方式为主,过度强调孩子的学习成绩,缺失对孩子的心理教育,家长与孩子间缺乏平等的沟通交流<sup>[2]</sup>。此外,家困生家长对孩子的教育容易出现两个教育极端,一是打压式教育,二是宠爱式教育,两种教育方式的后果是引发孩子的心理问题,如抑郁、焦躁、自卑、偏执、敌对、敏感等,严重的还会出现违法犯罪行为<sup>[3]</sup>。

### (四)个体层面

#### 1.家困生行动前后抵触

研究结果显示,一些家困生往往具有相互矛盾的心理特征,强烈的自卑感和强烈的自尊心同时并存,家困生由于家庭经济困难而产生自卑、人际交往能力弱、孤僻等心理问题,但又希望以后通过自己的努力顺利找到工作。当这种强烈的自尊心在得不到满足的情况下,逐渐向自卑感转变,进而出现多种心理问题,如敏感、脆弱、孤独等。

#### 2.家困生不良情绪频发

家困生较非家困生需要承担更多的经济压力,所以时常出现心理压力。通过研究分析,家困生不稳定的心理压力常表现为自卑、抑郁和意志消沉等。虽然一些家困生拥有远大的梦想和目标,但由于中医专业学业繁重、难度大和就业市场竞争激烈等,导致他们容易形成不正确的价值观和消极的心理状态,焦虑抑郁等情绪时常出现<sup>[4]</sup>。

### 三、心理健康问题的精准帮扶策略

#### (一)提高社会经济资助力度

积极吸引社会经济资助纳入资助体系中。一是拓宽家困生社会资助渠道,鼓励更多的社会团体和校友给予家困生资助;二是“扶困”与“扶志”相结合,加强学校与医院、企业的合作,通过官方公众号发布招聘信息,积极推荐与招聘岗位相匹配的家困生,实现精准就业<sup>[5]</sup>,并且鼓励学生主动参加招聘会,实现“自助”;三是优化资助对象的普适性,及时更新家困生信息管理数据系统的个人基本信息,准确了解家困生的个人情况,根据家困生的多样化需求改进资助对象的条件和要求。

#### (二)规范家困生认定标准

家困生资助工作开展过程中严格规范家困生认定的标准。第一,健全家困生认定综合评价体系,从多维度选取评价指标,如当地经济的发展水平、家庭收入、消费水平等,保证全面准确的识别学生的贫困状况;第二,对申报材料以

及学生实际情况进行严格把关,杜绝弄虚作假的行为,一旦发现根据相关规定严肃处理。认定过程中需要抽样调查核实申报材料的真实性,实地调查学生的家庭情况和身体健康情况等情况;第三,完善家困生认定流程,环节包括申请、审核、认定、公示、监督等,其中监督贯穿家困生认定过程,坚决杜绝不符合条件的学生申请资助。

### (三) 增加勤工助学机会

积极扩展勤工助学渠道。第一,增加勤工助学岗位。一方面学校可以为家困生提供校内岗位,如食堂服务员、心理中心服务员等;另一方面可以通过与医院、企业合作为家困生提供校外岗位,不仅有助于缓解家困生的经济压力,而且有利于增强个人社会实践能力、提高自身心理素质、提前为就业做准备<sup>[6]</sup>。第二,主动推荐家困生。辅导员对于所带学生中的家困生数量、姓名、特点和基本情况等方面非常清楚,其中特别困难和新疆等艰苦边远地区的学生需要引起重点关注,一对一进行帮扶,深入了解其思想动态。

### (四) 完善心理咨询机制

加强咨询教师的培训,提高咨询水平。第一,心理健康咨询的内容丰富,包括学习生活辅导、就业辅导、人际关系辅导、情感辅导等,面对的求询者群体特殊,并且其心理状态不是一成不变的,咨询教师需要不断学习、调研、总结和反思提高个人咨询水平。第二,心理健康咨询的形式多样,包括个体咨询、团体辅导、电话咨询、面对面交流、角色扮演等,需要根据求询者的特征和需求采用合适的辅导方式,增强求询者的参与性,在咨询过程中正确认知心理健康状况以及心理健康的重要性,进而积极主动接受心理健康咨询。第三,由于一些家困生存在自闭、孤独等心理,需要咨询教师发挥主观能动性,引导家困生进行沟通交流,走进家困生的内心,帮助他解决心理健康问题。第四,在学校日常生活中,辅导员与学生距离较近、打交道较多,辅导员要切实关注学生的生活状况、思想动态等,并进行实时跟踪<sup>[7]</sup>。

### (五) 做好家困生就业帮扶工作

积极推行“引进来”与“走出去”相结合的就业政策,保质保量完成就业工作。一是基于产教融合、高校+医院、高校+企业合作等一系列模式的支持下,进一步完善对家困生的培养方式,进而保证家困生专业素养与能力符合社会市场发展需求,最终实现就业、专业与脱贫间的协调与统一<sup>[8]</sup>。二是通过对家困生致贫原因的分析,加强教师队伍建设,重视对“一贫困一教师”帮扶制度的建立,保证家困生的素养能力符合就业需求。三是重视就业心理辅导,建立“学校-学院-班级-寝室”四级网络管理制度,学校层面提供需要就业心理辅导的家困生名单给二级学院;学院层面通过开展“内卷化就业时代,如何探索真正的自我”主题班会、“洞见生涯、遇见未来”主题讲座等活动加强家困生心理健康及

就业工作;班级层面是指班主任、辅导员和任课老师及时关注就业困难家困生,通过平时观察、面对面谈心解决就业问题以及改善情绪状态。宿舍层面是指通过班级心理委员、寝室长及时反馈就业心理问题家困生,发挥朋辈辅导的力量。

### (六) 加强思想帮扶工作

开展“党建”+“扶贫”工作,助力家困生思想提升。第一,兼顾党建和精准帮扶相结合。教师和学生党员需要发挥模范带头作用,以党支部为单位,实施“一对一”党员扶贫制度,督促党员履行自身的职责和义务的同时帮扶家困生的学习和生活费用得以落实,心理上给予指导<sup>[8]</sup>;第二,开展“党员扶贫教师标兵”、“党员扶贫学生标兵”等评选活动,为其他党员树立标杆的同时激发党员的帮扶积极性。第三,大力开展党建活动,提升党员的扶贫能力<sup>[8]</sup>。通过红色“1+1”共建活动,与医院、企业等党支部结对共建,探索党建合作新模式,另外,以“不忘初心、牢记使命”为主题,开展家困生志愿扶贫活动;第四,挖掘素质高、思想觉悟高的党员参加脱贫教育等会议活动,落实政策目标和内容,加大培养有思想、有智慧、有技能的中医药人才,增强家困生的市场竞争力。

### 参考文献:

- [1]孙海涛. 高职贫困大学生心理健康状况及精准帮扶研究[D]. 南宁师范大学,2019.DOI:10.27037/d.cnki.ggxsc.2019.000013.
  - [2]谢炳国. 学生挨批跳楼自杀生命教育不容忽视[J]. 天风,2021(05):59.
  - [3]吉冬梅. 高校成教生精神贫困及其教育对策研究[D]. 苏州大学,2010.
  - [4]周丽霞. 休闲教育与高校学生的人格培养——以社会学为视角[J]. 山西高等学校社会科学学报,2018,30(11):62-66. DOI:10.16396/j.cnki.sxgskxb.2018.11.014.
  - [5]王婧. 企业社交网络招聘风险管理研究[D]. 大连海事大学,2020.DOI:10.26989/d.cnki.gdlhu.2020.001159.
  - [6]杜凯华. 高职院校加强“概论”课实践教学研究[J]. 河南农业,2021(06):47-48.DOI:10.15904/j.cnki.hnny.2021.06.018.
  - [7]魏翠. 新形势下高职院校开展“三全育人”思政教育工作的路径研究——以江苏旅游职业学院为例[J]. 现代商贸工业,2021,42(16):105-107.DOI:10.19311/j.cnki.1672-3198.2021.16.052.
  - [8]彭世金. 民办高职院校贫困大学生资助体系现状及优化研究[D]. 华东交通大学,2021.DOI:10.27147/d.cnki.ghdju.2021.000435.
- 课题项目: 2023 年湖南中医药大学思想政治工作质量提升工程项目““三全育人”理念下中医药院校家困生心理健康状况及精准帮扶研究”(项目编号:2022KT07)