

# 高职院校贫困生的心理问题现状及对策 \*

王玫武 李海洋 章颖 钟华华 潘伟彬 李志文

(闽西职业技术学院, 福建 龙岩 364021)

【摘 要】高职院校对贫困生进行心理健康教育有助于促进贫困生的人格发展,有助于构建和谐校园环境。本文列举了当前高职院校贫困生心理问题的普遍表现,并分析了形成心理问题的成因和解决对策。

【关键词】高职院校 贫困生 心理问题 团体心理辅导 帮扶机制 校园文化

中图分类号: G448

文献标识码: A

文章编号: 1674-3083(2011)02-0049-05

## The Situation and Countermeasures of Poor Student's Mental Problems in Higher Vocational Colleges

Wang Meiwu Li Haiyang Zhang Ying Zhong Huahua Pan Weibin Li Zhiwen

(Minxi Vocational and Technical College Longyan Fujian 364021)

【Abstract】In higher vocational colleges psychological education to the poor students is helpful to promote their personality development and construct harmonious campus environment. The typical mental problems of the poor students are massive inferiority mentality, confused mood, sensitive interpersonal relationship, intense employment competition and so on. Aiming at the reasons, some suggestions are presented in this article, such as enhancing group psychological guidance, helping the poor students to keep good mood, improving supporting mechanism, solving the mental problems, constructing harmonious campus and creating excellent developing environment.

【Key Words】higher vocational college poor student mental problems group psychological guidance supporting mechanism campus culture

贫困生是指国家招收的普通高校本专科学生在校期间基本生活费用难以达到学校所在地最低伙食标准,且无力缴纳学费及购置必要的学习用品,日常生活没有经济保障的大学生。<sup>[1]</sup>据中国基金会统计,目前中国1300多万在校学生中,贫困生的

比例约占20%,其中特困生占8%。在关注大学生经济贫困并努力帮助他们解困的同时,却较少关注他们的心理状况和心理需要,忽视了大学生中出现的另一种贫困——心理的脆弱与贫困。物质和心理的双重贫困已成为高校有效开展思政工作的双重壁垒。较之一般高校,高职院校中的贫困生约占学生总数的25%,他们更是存在着家境困窘、学历劣势、社会资源相对贫乏等问题,普遍缺乏科学合理的职业生涯规划指导,存在自我职业能力评估上的偏差,对职业信息的了解尤为缺乏,职业准备的投入严重不足,他们对今后的职业生涯发展方向感到

收稿日期: 2011-03-13

\* 基金项目: 闽西职业技术学院教育教学研究课题“基于团体心理辅导的高职贫困生职业生涯规划的探索”(课题编号: MYLJ2009-004)

作者简介: 王玫武(1972-)女,福建永定人,助理研究员,主要从事高校教育管理工作。

非常的迷茫。高职院校贫困生的心理问题已经成为一个社会忧心、学校担心、家长揪心的不可忽视的问题,也成了高职院校加强和改进学生思想政治教育的关键与瓶颈;了解和掌握贫困生的心理及其人格发展,已经成为高职院校育人和管理工作的重要环节。<sup>[1-2]</sup>笔者就高职院校贫困生的心理问题现状及对策进行探讨。

## 1 高职院校贫困生心理健康教育的意义

### 1.1 有助于进一步改善社会的人口素质

中国心理学会最近的一项调查显示,中国3.4亿17岁以下未成年人中,有约3000万处于心理亚健康状态。其中,中学生心理障碍患病率为21.6%~32.0%,大学生心理和行为障碍率占16.0%~25.4%,且近年来有逐渐上升趋势。此外,青少年及儿童因心理问题影响学业、就业与发展,甚至走上犯罪道路的报道也频频见诸电视、报刊等媒体。由此可见,加强青少年特别是学生的心理健康教育已经迫在眉睫。贫困生在艰苦的生活、学习条件下顽强拼搏,很大一部分是想通过求学来改变命运的,如果不能及时解决各种压力产生的心理问题,就会影响到其综合能力和整体素质的提高。综合素质的提高,在很大程度上要受到心理素质的影响,比如创新意识、竞争能力、适应能力等综合素质的形成和发展,都要以心理素质为先导。贫困生最终要走上社会,良好的心理素质是前提条件,高职院校应在贫困生中发掘和培养优秀人才,要对贫困生进行心理健康教育,使之成为中华民族的脊梁,有助于进一步改善社会的人口素质。<sup>[2-3]</sup>

### 1.2 有助于促进贫困生的人格发展

《中共中央 国务院关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》和《教育部 卫生部 共青团中央关于进一步加强和改进大学生心理健康教育的意见》,就加强和改进大学生心理健康教育提出了明确要求和具体指导。大学时代既是学习掌握知识的黄金时代,也是人格发展的重要阶段。高职院校要关注贫困生的人格发展,要提高贫困生在校学习与生活的适应能力,克服种种心理障碍。根据当代贫困生面临的学习和就业压力以及所产生的心理问题,向他们传授如何缓解心理压力、提高心理素质的方法和途径。贫困生的人格发展正处于

一种自尊型人格时期,从现实层面来分析,由于他们所处的年龄阶段和社会环境的局限,他们在价值观念的认知水平和行为上尚有一定的距离,在自我评价和社会定位中有一定的冲突,因此贫困生的人格发展仍存在不足,具有很强的可塑性。高职院校对贫困生进行心理健康教育,使贫困生的潜能得到充分发展,有助于培养他们全面发展的健康人格。<sup>[3]</sup>

### 1.3 有助于构建和谐校园环境

建设和培育高标准、高品位、高水平的校园文化,对于传承中华民族优秀的传统文化和美德,吸收世界一切文明成果,培养有文化的高素质劳动者,具有十分重要的意义。高职院校作为直接培养高素质应用型人才的基地和社会的重要组成部分,担负着培养人才、研究科学和服务社会的重要责任。当前中国提出要建立和谐社会,对于高职院校来说就是要建立和谐校园,其中有一个不容忽视的问题,就是如何促进贫困生群体与整个学校、整个社会的融合和谐。为此,构建和谐校园是构建社会主义和谐社会的必然要求,是构建和谐社会的重要组成部分,也是高职院校自身改革发展稳定的内在需要。高职院校的校园文化是以具有校园特色的人际关系、生活方式和各类文化设施为表现的精神环境和文化氛围,也是以学生特有的心理素质、价值取向、思维方式等为核心的校园文化。高职院校对贫困生进行心理健康教育,这关系到学校的稳定与和谐社会发展的大局,在帮助贫困生解决学习、生活、就业等方面的同时,更要加强心理健康教育,为贫困生的全面和谐发展创造条件,这有助于构建和谐校园环境。<sup>[4]</sup>

## 2 高职院校贫困生的心理问题现状

### 2.1 强烈的自卑心理,导致失落感严重

美国心理学家埃里克森认为,人的终身发展分为相对独立的不同阶段,每一阶段都有其不同的矛盾和危机,合理地解决矛盾和避免危机是顺利进入下一阶段的起点条件。<sup>[5]</sup>认知的不合理是形成贫困生的心理隐患,造成自卑心理的关键原因。贫困生的自卑心理主要源于经济贫困,经济上的拮据使贫困生非常节俭,更多考虑生活和学习的成本。贫困生的独立意识也较强,往往想依靠自身的力量,通过自己的努力来解决学费、生活费等各种开销。然

而,学校里勤工助学的岗位毕竟有限,社会上供贫困生勤工助学的工作又不是很多,这样形成了贫困生独立性与依赖性之间的矛盾,导致失落感严重。

## 2.2 迷茫的情绪情感,导致苦闷抑郁

现代心理学研究表明,积极的情绪可使神经调节和内分泌平衡,免疫力增强,各器官的活动适度、协调,增强健康水平。适度的情绪兴奋可使人思维敏捷,行动迅速,消极悲观的心境,会降低人的活动效率,使人丧失信心和希望,有害于心身健康。这种情绪情感的不稳定是形成贫困生的心理隐患,造成苦闷、抑郁的重要原因。<sup>[5]</sup>贫困生在人生规划中不但要考虑自己的发展,还要更多顾及家庭的经济问题。随着社会竞争的日趋激烈,贫困生倍感现实的压力,心理困扰得不到释放,进一步加剧了心理负担,出现高焦虑和抑郁等情绪障碍,严重影响了他们的学习、生活等。比如老师、同学平时不经意的一句话、一个眼神都很可能对贫困生产生影响,造成贫困生对人对事的极度敏感性,形成孤僻、抑郁的性格。

## 2.3 敏感的人际关系,导致孤僻自闭

贫困生往往不能正确地看待自我,以偏概全,否定自我,对自己认知不当,自我评价过高或过低。自我意识的不明确是形成贫困生的心理隐患,造成孤僻、自闭的主要原因。自我意识是一个人对自己的认识,包括自我认知、自我体验和自我控制。<sup>[1-5]</sup>贫困生过分看重自身弱点和不足,通常不想让别人知道经济情况,不愿轻易求助;在与人交往和参加集体活动时顾虑过多,常常表现为敏感多疑、沉默寡言、自我封闭、痛苦孤独,不愿与别人接触,同时又害怕独处。这样贫困生在矛盾的心理刺激下,对他人产生戒备、怀疑、偏见,致使人际关系紧张,产生自闭心理障碍。

## 2.4 激烈的就业竞争,导致无望悲观

就业是个人融入社会获得自我实现和社会尊重的途径,贫困生一旦找不到理想的工作,对社会产生不满情绪,甚至产生对社会的报复心理,严重影响社会稳定。就业竞争的压力是形成贫困生的心理隐患,造成无望悲观的重要原因。<sup>[1-6]</sup>随着高等职业教育的蓬勃发展,高职院校的普遍扩招和劳动力市场竞争的日益激烈,贫困生的就业问题已显得非常突出。2005年11月国务院提出了“以服务为宗

旨,以就业为导向”的职业教育方针,要求“积极推动职业教育从计划培养向市场驱动转变,从政府直接管理向宏观引导转变,从传统的升学导向向就业导向转变”。大多数高职贫困生都渴望毕业后有一份好的工作,缓解家庭的经济困难以回报父母,同时也让自己生活安定、实现人生价值。

## 3 高职院校贫困生的心理问题成因

### 3.1 文化因素

贫困生父母多数文化程度相对不高,对子女的教育往往仅限于考上好学校,出人头地,而对于子女的人文教育,往往忽略。贫困生长期处于一种弱势群体的氛围之中,形成了他们特有的生活方式、行为规范和价值观念,表现为思维方式的封闭性、对社会不公平现象的敏感和绝望、对社会主流文化导向的集体无意识等。贫困生在进入高职院校后,仍带有自己家庭所属的社会身份特征,对于除了学习以外的人文知识的了解,相对于普通学生要少得多,在对待同一事物的看法上,分歧也会很大,日常交往中,容易形成自卑感,有些甚至恐惧与他人来往,思想逐渐变得偏激。这样,贫困生由于个性和综合素质差异与心理上追求尽快融入校园主流文化生活的欲望形成矛盾,使他们感到力不从心,时常会陷入自卑和迷茫之中。<sup>[7]</sup>

### 3.2 经济因素

贫困生多数来自小城镇、农村或城市中下岗职工家庭,家庭收入极其有限,往往不能供给贫困生在大城市的基本消费。虽然高职院校现在有多种政策减免学费,但是每年几千元的生活费,就足以使一个贫困生的心理焦虑。为了完成学业,几乎所有的贫困生在学校都从事家教等兼职赚钱,以供自己在学校的基本生活费用。这也就决定了贫困生的课余生活大部分都是在为生活奔波。无暇更多地接触城市的节奏,从农村到城市,自身家庭与学校环境的巨大落差使他们本来憧憬的美好学习生活,变得那么遥不可及,自己的经济原因可能导致他们在恋爱、交友、聚会上都变得小心翼翼,过度敏感。<sup>[7-8]</sup>

### 3.3 环境因素

环境因素包括家庭环境、社会环境、学习环境,其中社会环境是产生贫困生心理问题的重要因素。伴随着中国的改革开放,中国的经济实力得到了很



大的提高,但是与此时也出现了区域经济发展不均衡等问题。由于城乡差别和贫富差距较大,使得大学生之间的日常消费水平也出现明显差别。贫困生大部分来自偏远山区,见识不广,而不公平的社会现象和冷漠的人际关系、激烈的择业竞争以及社会上一些善意的动机因实施不当等,都会加重贫困生的心理压力,导致贫困生中最为普遍的自卑和封闭心理。<sup>[7]</sup>

### 3.4 就业因素

就业一直是贫困生们普遍关注的话题,特别是学校的逐年扩招,学校的门槛降低了,就业的门槛却升高了。就业单位对于人才的要求越来越高,对学生的综合素质越来越重视,这就加重了贫困生的就业竞争力。大部分贫困生是满载着全家甚至全村的希望来读书的,他们十多年苦读,寒窗萤火,希望知识改变命运,靠自己的努力获得社会的尊重和认可。但是,严峻的就业形势,对于这些没背景,没实力,综合素质又不高,自我表达又不是那么好的贫困生来说无疑是雪上加霜。贫困生往往不善于表达,不主动与他人交流,面临就业的压力较大,容易产生焦虑、自卑的心理问题。<sup>[8-9]</sup>

## 4 高职院校贫困生心理问题的对策

### 4.1 加强团体心理辅导,帮助贫困生保持良好的心境

高职院校应开设心理健康教育课,建立一个专业性较强的心理咨询队伍,配备优秀的心理咨询师、心理医师。通过对学生进行心理辅导,帮助贫困生实现正确的自我认识,使之对自己有一个客观的评价,能够调节自我情绪,保持良好的心境,增强对环境的适应能力,遇到心理问题能够坦然地主动寻找心理老师进行咨询。组织贫困生进行团体心理辅导是一种效果良好的心理健康援助途径。团体心理辅导因其高效性、长效性、受益面广、影响力大的特点而为众多研究者在实践中应用。团体心理辅导是与个体心理辅导相并列的一种心理辅导形式。它是通过团体内人际交互作用,促使个体在交往中通过观察、学习、体验等,从而认识自我、探讨自我、接纳自我,积极调整、改善与他人的关系,学习新的态度与行为方式,以发展良好的、适应的助人过程。其特色在于培养出团体成员的信任感和归属感,即由对

团体的信任感扩展到信任周围的人,由对团体的归属感扩大到对学校、社会、国家的认同与归属。高职院校要对贫困生进行团体心理辅导,其目的是希望通过团体参与,帮助学生摆脱因家境贫困而带来的困扰,从而顺利学习、生活和成长。团体辅导者作为团体策划人,应精心选择团体成员,努力创造适当气氛和环境,使成员感到安全、自在和温暖。根据团体成员的特征,确定适宜的团体活动的名称和内容。预期要达到的效果就是希望贫困生能正确认识贫困问题,并期望他们能全面了解自己,客观评价、欣赏自己,自尊、自信、自强,成员们在团体活动结束后还能继续相互帮助。<sup>[7-9]</sup>同时,团体心理辅导的最大优势在于把有相同或相似经历和心理体验的贫困生组织在一起,在轻松和谐的团体氛围中拉近成员间的心理距离,促进彼此信任和相互了解,这样团体成员很容易获得一种归属感和安全感,从而为他们创建一个非常安全的空间。在这里他们能够得到认识和理解、爱和包容,从而懂得了珍惜,学会了关爱;在这里能够消除平日的紧张与不安,使他们身心得以放松,压力得到舒缓,进而更容易释放出郁积在他们内心的情感,打开尘封已久的心门。<sup>[10-11]</sup>

### 4.2 完善帮扶机制,及时排解贫困生的心理问题

贫困生问题是目前学校发展中较为突出的焦点问题之一,也是社会广泛关注的焦点和热点问题之一。国家从奖学金、助学金、勤工助学基金、困难补助和学杂费减免等方面出台了一系列的政策措施,确保贫困生安心学业,顺利成长。高职院校在认真落实这些政策措施的过程中,要坚持以人为本精神,全面贯彻落实完善以“奖、贷、助、补、减”为主要内容的贫困生经济资助运行机制,构建经济资助与精神激励,进行思想引导主要是心理疏导,真情关注与实际锻炼相结合的贫困生自主体系。高职院校要通过改革和完善贷学金制度、拓宽勤工助学渠道、争取社会资助、设立爱心基金、深化奖学金制度改革、减免学杂费等途径,逐步建立助学贷款和勤工助学为主,其他资助为辅的经济援助体系,基本保证贫困生不因经济困难而辍学。在帮助贫困生经济解困的同时,还要注重培养他们自尊、自信、自立、自强的精神,要使勤工助学与成才有效结合,帮助贫困生树立正确的人生观和价值观,培养他们以

顽强的意志去战胜困难,加强帮扶力度,及时排解贫困生的心理问题。<sup>[12-14]</sup>

#### 4.3 构建和谐校园,为贫困生营造良好的成长环境

健康、和谐的校园风气对于在其中生活的贫困生形成积极的健康的人生观、价值观、审美观等都具有重要的现实意义。高职院校要建设和谐校园,一要大力弘扬中华民族的传统美德,大力提倡勤俭节约,反对铺张浪费,营造勤奋学习、积极向上的校园氛围;二要充分发挥团委、学生会和社团的主观能动性作用,积极开展心理互助活动,培养贫困生积极、主动地利用社会支持意识和行为习惯,最大限度地消除经济贫困所带来的消极影响;三要十分注意加强学校、班级、宿舍等育人环境的建设,注意加强班级、宿舍的管理工作,倡导同学之间要形成一种相互关怀、共同成长、共同进步的理念,为贫困生营造良好的成长环境。<sup>[3 8]</sup>

另外,要树立符合时代发展和社会进步的科学的教學觀和人生觀,可以建立良好的師生關係。教師要增強與貧困生的交往意識,主動與貧困生交往;豐富交往的內容和形式,加強與貧困生的交流與合作。教師的素質是影響師生關係的重要因素,為此教師要通過淵博的知識、嚴謹的治學態度、多方面的愛好與興趣來吸引貧困生,促進師生和諧關係的形成和發展。同時,教師無論在課內或課外,對每位學生的關心都要一視同仁,微笑地去接納每一位學生,讓貧困生感受到平等與和諧。<sup>[4 7]</sup>

#### 参考文献:

[1]王会明.影响高职贫困生心理隐患的因素及对策[J].井冈山医学专学报,2008,15(7):26-27,30

[2]王刚.关注高校贫困生的心理问题[J].宜春学院学报,2009,31(2):172-175

[3]邓建安.浅析高校贫困生心理状态及解决对策[J].湘潮,2010(5):65-66

[4]姚建辉,郑印乐.浅谈高职院校如何构建和谐校园[J].科技信息,2010(20):396

[5]郭昕.高校贫困生的发展性心理辅导探析[J].河南职业技术师范学院学报,2009(1):93-94

[6]王维新,柴文英.就业压力下高职贫困生心理障碍的形成及矫正研究[J].职业教育研究,2007(10):147-148

[7]陈华莲.宁波高校贫困生心理问题特点及救助对策[J].浙江万里学院学报,2010,23(3):108-112

[8]李琳,李艳.高校贫困生心理问题成因与对策分析[J].职业时空,2010,6(6):87-88

[9]吴难,张勇,徐赫童.浅谈高校贫困生学生心理障碍原因及解决方法[J].2010(14):249-247

[10]蓝琼丽,赵世英,唐峥华,等.高校贫困生团体心理辅导方案的设计与实施[J].柳州职业技术学院学报,2009,9(3):20-23

[11]刘明广.加强对贫困生的心理健康教育[J].新长征,2009(4):59-60

[12]刘蓉洁,石磊.团体心理咨询对贫困生研究生心理的支持作用[J].社会工作,2010(7):56-58

[13]黄泉星.高校贫困生的心理援助工作初探[J].高等职业教育:天津职业大学学报,2002,11(5):60-61

[14]吴文群.贫困大学生心理疏导与自动能力提升研究[J].经济与社会发展,2007,5(5):209-211