

高校家庭经济困难学生“心理贫困”对策研究

陈露露

荆楚理工学院文学与传媒学院

DOI:10.12238/mef.v7i6.8277

[摘要] 高校资助政策体系有效改善了高校家庭经济困难学生的“经济贫困”，但他们仍然存在不同程度的“心理贫困”问题。高校家庭经济困难学生由于家庭环境、社会环境、个体因素等会产生自卑、焦虑、嫉妒、自我封闭、抑郁等心理健康方面的负性变化。辅导员作为大学生成长成才的人生导师和健康生活的知心朋友，在为高校家庭经济困难学生提供物质支持的同时，也要帮助他们提高心理素质，引导他们健康成长。本文通过深入剖析高校家庭经济困难学生的“心理贫困”问题，探索辅导员解决高校家庭经济困难学生“心理贫困”问题的有效策略。

[关键词] 高校家庭经济困难学生；辅导员；心理贫困；对策研究

中图分类号：G625.5 文献标识码：A

Research on the countermeasures of "psychological poverty" for college students from poor families

Lulu Chen

School of Literature and Media, Jingchu Institute of Technology

[Abstract] The financial aid policy system of colleges and universities has effectively improved the "economic poverty" of students from poor families in colleges and universities, but they still have the problem of "psychological poverty" to varying degrees. Due to the family environment, social environment and individual factors, the poor students in colleges and universities will have negative changes in mental health, such as inferiority, anxiety, jealousy, self-closure and depression. As life mentors of college students and bosom friends of healthy life, counselors should not only provide material support for students from poor families in colleges and universities, but also help them improve their psychological quality and guide them to grow up healthily. This paper deeply analyzes the problem of "psychological poverty" of students with poor families in colleges and universities, and explores the effective strategies to solve the problem of "psychological poverty" of students with poor families in colleges and universities.

[Key word] Students from poor families; counselors; psychological poverty; research on countermeasures

引言

国家领导人曾指出：“摆脱贫困首要并不是摆脱物质的贫困，而是摆脱意识和思路的贫困。”国家领导人还强调：“扶贫先扶志，扶志就是扶思想、扶观念、扶信心”。党和政府高度重视高校家庭经济困难学生的资助工作，目前在高等教育阶段已经形成“奖、贷、助、补、免、勤”全方位的资助体系，帮助他们减轻经济负担，改善他们的物质条件。同时，国家也非常重视高等学校学生的心理健康教育，教育部发布并实施《关于加强普通高等学校大学生心理健康教育的意见》。

探索辅导员解决高校家庭经济困难学生“心理贫困”问题的有效策略，是完善高校资助育人工作的必要举措，也是国家实施人才强国战略的重要举措。高校家庭经济困难学生由于“经

济贫困”带来的生活、学业、情感、人际交往等方面的压力，导致他们更容易出现心理问题。高校家庭经济困难学生作为在校大学生中的一类特殊的弱势群体，辅导员应当在帮助他们摆脱“经济贫困”的同时，关注他们的心理状况，及时对他们进行心理疏导，解决他们的“心理贫困”问题，帮助他们在大学校园中健康成长。

1 高校家庭经济困难学生“心理贫困”的表现

高校家庭经济困难学生往往同时面临“经济贫困”和“心理贫困”的双重困境。一方面，高校家庭经济困难学生由于出身贫苦、父母无业或失业、父母离异或去世、突发灾难重病等原因会导致他们出现“经济贫困”。另一方面，高校家庭经济困难学生由于“经济贫困”会导致心理需求无法得到满足，进而产生

心理健康方面的负性变化,即“心理贫困”。这些负性变化具体表现为自卑、焦虑、嫉妒、自我封闭、抑郁等。

1.1 自卑心理

“经济贫困”可能会导致高校家庭经济困难学生产生自我怀疑、自我否定甚至自我轻视。他们对自己往往没有正确的认知、不能够接纳自己,只看到自己的劣势、忽视自己的优势,从而对自己进行消极的评价。与周围同学相比,他们自身经济条件差,在衣食住行方面不如其他人,可能会让他们感到低人一等。高校家庭经济困难学生往往内心敏感多疑,过于在意周围人对自己的看法,害怕被议论。“经济贫困”也可能会导致他们有过的自尊心,不愿意申请助学贷款、勤工助学,害怕因为经济状况被他人同情和怜悯,甚至一些学生会通过买高档消费品来满足自己的虚荣心。

1.2 焦虑心理

高校家庭经济困难学生感到威胁或者不良后果时更容易陷入精神紧张、烦躁不安等消极的情绪体验。高校家庭经济困难学生由于父母过高的期望导致他们强烈渴望通过读书来改变自己和家人的命运。他们往往过度在意自己的成绩,当学业成绩不理想或者面临重要的考试时他们会感到焦虑;当预期的评优评先落空时他们会感到烦躁、失望等情绪,进而产生“挫败感”;学费、生活费也会给他们造成心理负担,他们又害怕勤工助学会耽误学业;当面临就业等方面的压力时,他们也会对未来感到忧虑。

1.3 嫉妒心理

高校家庭经济困难学生往往会因为与周围家境好的同学攀比而产生心理落差和心理不平衡,出现不满、怨恨等消极情绪,进一步可能会导致行为的失范。他们羡慕家庭经济条件好的同学花钱大方,不需要节制。当他们的衣食住行的水平、学业成绩、就业前景等不如其他同学的时候,他们也会心生不满。一些家庭富裕的同学表现出来的优越感也会让他们的自尊心受到刺激。嫉妒心理会让他们不再压抑自己的需求,变得爱慕虚荣,希望通过物质欲望的满足来获得心理补偿,虚荣心满足后带来的罪恶感又会加重他们的心理负担。

1.4 封闭心理

高校家庭经济困难学生在人际交往中往往会表现出自我封闭的倾向,沉默寡言、性格孤僻,害怕被问及家庭。他们往往不愿意与他人交往、排斥他人,甚至会对他保持警惕和戒备,怀疑他人对自己有敌意。当他们有消极情绪时,往往不愿意与老师、同学交流,不愿意袒露心声,遇到困难时也不愿意寻求帮助。由于经济贫困,高校家庭经济困难学生从小缺少对于舞蹈、绘画、书法等特长的专业培养,因而他们不愿意加入相关的社团、参加相关的比赛和文艺演出等,他们也不愿意参加班干部竞选和班级的集体活动。

1.5 抑郁心理

当高校家庭经济困难学生消极、低落的情绪长期积累,得不到排解和释放时,他们会逐渐丧失对生活的信心、对很多事失去

去兴趣,他们会变得悲观消极,心境低落,进而产生抑郁情绪。高校家庭经济困难学生往往是整个家庭的希望,承担着改变家庭命运的重负,他们会因为害怕辜负家庭的希望而陷入自责。“经济贫困”可能会导致高校家庭经济困难学生产生低人一等的感觉,重富轻贫的社会环境也可能导致他们产生过大的心理压力,当他们无法承受心理上的压力时,可能会变得自暴自弃。在这些抑郁情绪的影响下,学生可能会做出危害自己和社会的行为。

2 高校家庭经济困难学生“心理贫困”的成因

2.1 家庭环境

高校家庭经济困难学生的家长由于经济方面的压力往往会拒绝孩子高于当前生活水平的需求,导致这些学生在物质方面的欲望长期得不到满足,从而产生经济上的不安全感。高校家庭经济困难学生的成长环境也会给他们带来心理上的压力,例如家庭关系不和谐导致他们不愿意与家长沟通交流;家长忙于务农或者打工从而忽视他们的情感需求;家庭经济拮据导致他们无法接受课外特长的培养。另外,高校家庭经济困难学生的家长一般受教育水平比较低,家庭教养方式通常简单粗暴;同时,家长对于孩子成长成才的期望过高,也会导致这些学生学业压力大,成绩不理想时容易陷入自责。

2.2 社会环境

当前的社会环境下,人们获得物质满足的欲望比之前更为强烈,人们对物质生活的要求也越来越高,财富积累变得越来越重要。过分沉溺于物质利益的追求与享受以及重富轻贫等不良的社会风气,加剧了高校家庭经济困难学生对于金钱和物质的渴望,当他们的欲望得不到满足时,容易产生心理失衡。随着现代信息技术的发展,外界的诱惑越来越多,人与人之间的关系也越来越冷漠,加剧了高校家庭经济困难学生的“心理贫困”。社会就业形势严峻,就业单位越来越重视学生的综合素质,一些高校家庭经济困难学生不善于表达和交流,在面试中处于劣势。

2.3 自身因素

高校家庭经济困难学生往往存在自我认知偏差,自我认同感低。他们与经济条件好的同龄人进行比较时,容易产生心理落差,高估周围同学的优势,夸大自身的劣势,从而产生自我怀疑、自我否定。他们往往自我调适能力差,无法排解负面情绪,容易感到心里不平衡,进而导致行为失范。他们抗压能力弱,当个人预期或者目标无法实现时,更容易产生“挫败感”,同时,他们过于看重成绩,成绩不理想时可能会承受巨大的心理压力。他们心理承受能力差,周围人无意的玩笑可能会让他们感到被嘲笑和讥讽。

3 辅导员解决高校家庭经济困难学生“心理贫困”问题的对策

3.1 加强资助育人工作

缓解高校家庭经济困难学生的经济压力是解决他们“心理贫困”问题的基础,辅导员应当落实好高校家庭经济困难学生资助政策体系,在物质上给予学生帮助和支持,缓解他们的“经济贫困”。辅导员应当做好出生于农村或者落后地区、父母无业或

失业、单亲或者孤儿、家庭突发重大灾难或者疾病等的学生台账,在高校家庭经济困难学生认定工作、奖励助学金的评定和发放过程中要做到公平公正。辅导员应当引导他们积极争取奖学金,引导他们成为学习成绩优异、道德品质优良、实践能力突出的当代大学生。辅导员要在学生中做好国家助学贷款的政策宣传,鼓励他们通过助学贷款缓解家庭的经济压力。辅导员要帮助高校家庭经济困难学生寻找合适的勤工助学岗位,鼓励他们通过勤工助学获取报酬来补贴生活。辅导员应当积极争取社会资助,联系企业、社会团体、优秀校友等对高校家庭经济困难学生进行资助;应当为突发重病、重灾的学生组织慈善募捐活动。

3.2 加强思想政治教育

辅导员应当加强思想政治教育,改变高校家庭经济困难学生错误的认知,帮助他们树立正确的世界观、人生观、价值观。价值观对个体态度和行为具有预测和导向作用,个体会通过自身的态度决定行为的选择,最终引导实际行为,因而辅导员应当帮助高校家庭经济困难学生树立正确的金钱观和物质主义价值观,引导他们降低对于金钱和物质的欲望,降低经济上的不安全感。辅导员应当在学生中树立勤俭节约的良好风气,引导他们自立自强、艰苦奋斗,通过自己的努力克服当下面临的挫折,摆脱物质上的贫困。同时,辅导员要加强诚信、感恩教育,引导高校家庭经济困难学生回馈社会,通过服务社会奉献自己的价值,增强他们回报社会的使命感和责任感;要加强理想信念教育,帮助他们树立爱党爱国意识,引导他们健康成长。

3.3 加强校园文化建设

辅导员应当加强校园文化建设,在学生中提倡勤俭节约、艰苦朴素、吃苦耐劳的中华民族优良传统,坚决抵制铺张浪费、攀比炫富的不良风气。辅导员应当在高校家庭经济困难学生中树立优秀学生的典型,通过校园报纸、宣传栏、校园广播等宣传他们在贫困环境中通过艰苦奋斗改变命运的优秀事迹、鼓励其他学生学习他们的优秀品质。辅导员应当注重班级和宿舍文化的建设,营造尊重理解、互帮互助、互相关爱的和谐氛围,让高校家庭经济困难学生感受到集体的温暖,与其他学生相互关怀、共同成长;鼓励他们通过担任班委和宿舍长等方式积极参与班级和宿舍的管理,帮助他们提高沟通协调能力;鼓励他们积极参加集体活动、社会实践和各类比赛,积极加入感兴趣的社团,通过参加社团活动来丰富课余生活、增强集体归属感。

3.4 加强心理育人工作

“心理贫困”问题具有一定的隐蔽性,有些大学生可能没有意识到自己由于家庭经济困难产生的心理失衡,有些学生意识到了“经济贫困”带来的心理问题,但是不会主动告知或者寻求

帮助。辅导员应当主动与高校家庭经济困难学生谈心谈话,了解他们在生活、学习等方面的状况,关注他们的言谈举止,经常向班干部、寝室成员等了解这些学生的日常表现,及时发现问题并进行有效干预。辅导员应当建立高校家庭经济困难学生心理健康档案,落实“一人一档”,了解他们的思想状况和成长背景,对每一位有“心理贫困”问题的高校家庭经济困难学生进行重点帮扶,加强对他们的心理疏导。辅导员要积极参加心理健康教育方面的培训,向专业从事心理健康教育的老师学习,提高自己的专业水平。辅导员要增进与高校家庭经济困难学生的情感交流,帮助他们调整心态、提高心理承受能力和抗挫折能力,帮助他们勇敢面对自己的处境、积极接纳自己。

3.5 家校协同

辅导员可以对高校家庭经济困难学生的家庭展开实地走访,了解学生家庭的经济状况,与学生及学生家长进行深入地沟通交流,倾听他们的心声,听取他们的诉求与建议。辅导员可以向学生及学生家长讲解高校的资助政策体系,向他们介绍学校的各项资助政策,建议学生通过办理助学贷款、参加勤工助学等方式来减轻家庭的经济负担。辅导员要及时与高校经济困难学生家长沟通学生的在校表现,让家长感受到学校对其家庭的关怀,让家长了解学校的资助育人工作成效并支持学校的资助育人工作,促进学校与家长达成协同育人共识。辅导员应当让家长理解读书的意义,支持孩子继续深造;让家长认识到经济上的困难只是一时的,建议家长在给予孩子经济支持的同时也要帮助孩子缓解心理压力,家校协同,共同致力于学生的成长成才。

4 结语

辅导员作为大学生成长成才的人生导师和健康生活的知心朋友,在高校解决家庭经济困难学生“经济贫困”和“心理贫困”问题中发挥着至关重要的作用。辅导员应当高度重视并及时解决高校经济困难学生的“心理贫困”问题,帮助他们健康成长,成为中国特色社会主义的合格建设者和可靠接班人。

[参考文献]

- [1]吉艳霞.高校家庭经济困难学生中“心理贫困生”的心理援助探讨[J].课程教育研究,2012(35):23-24.
- [2]李碧静.高校贫困生心理健康教育问题与对策[J].广西教育,2020(43):137-138+158.
- [3]马腾腾.高校家庭经济困难学生“心理贫困”现状与对策研究[J].教书育人(高教论坛)2020(18):30-31.

作者简介:

陈露露(1996--),女,汉族,河南洛阳人,硕士研究生,助教、研究方向:思想政治教育。