

高等教育制度改革后贫困大学生心理健康问题浅析

廖克莉

(四川教育学院 教育系, 四川 成都 610041)

【摘要】本文阐述了高等教育制度改革后贫困大学生的心理健康问题,分析了贫困大学生心理健康问题的原因,并提出了化解贫困大学生心理健康问题的对策。

【关键词】高等教育制度改革; 贫困大学生; 心理健康问题

【中图分类号】G444 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1673-1883(2007)04-0106-03

随着我国经济体制的转型和高等教育制度改革不断深化,高校收费制度开始实施并不断改革,高校的收费也日趋攀高,部分来自农村或城市贫困家庭的大学生面临着更大的经济压力。随着高校的不断扩招,贫困生群体日趋扩大。虽然国家相继出台了一系列资助政策和措施,一定程度上缓解了少数贫困生的学习、生活问题,但对大多数贫困学生来说,由于比例大,解决难度也大。他们面对竞争和经济贫困的心理压力,成为产生心理问题的高发群体。因此,有必要在这一群体中深入、全面地去了解他们可能出现的心理问题及成因,以制定相应的对策。

一 贫困学生心理问题的表现

心理问题的表现因个体的具体情况而不同,主要表现为:

1. **自卑**。它是对自我认识的一种消极的情绪体验,表现为对自己能力评价过低,怀疑自己,害怕别人瞧不起自己,担心得不到别人的尊重的心理状态。例如:有些同学在宿舍里,常常因满口的家乡话,穿着打扮、行为举止土里土气,惹得同学们哄堂大笑,被认为没见过世面。因此感到自己处处不如人,心里很不是滋味,经常为了一点小事有意跟同学争执不休。由于经济窘迫,也很少参加同学之间的聚会,就很可能又被其他同学讥讽为“小家子气”、“不够潇洒”。他们情绪低落,对前途感到渺茫,严重的意志消沉、

无所追求。

2. **焦虑**。他们常常为昂贵的学杂费担忧,同时又担心生活费用、学习用品没着落;还有的为家庭焦虑,有的对父母有一种负疚感;还有的担心工作难找。所有这些都使贫困生处于紧张忧虑的消极情绪体验中。

3. **抑郁**。它是一种自我封闭、内心苦闷的状态。表现为情绪低落,做什么事情也不感兴趣,打不起精神,更不愿意与他人交往。

4. **孤僻**。由于自卑,缺乏自信心,在人际交往中心灵闭锁,表现为孤僻、不合群。尽管他们内心十分渴望与人交往,但由于经济上的原因,为了不在众人面前暴露弱点,不愿坦诚地与他人交往,把自己游离于集体之外,独来独往。这样,大家不了解他,也就不敢和他交往,结果变得越来越孤僻。

5. **依赖心理或过度自尊**。有些贫困学生总认为自己是最不幸的人,觉得社会不公平,于是认为自己受帮助是天经地义的事,一切依赖别人。相反,有的学生表现出过度自尊,对外界援助产生抗拒心理。在这种心态下,一些贫困学生既不向学校反映家庭经济困难状况,也不申请特困补助,内心总处于戒备心理状态。他们往往对学校和同学隐瞒实情,将自己的生活需要降到极点,认为求助别人或接受别人资助会使自己的人格受到伤害。

二 贫困学生产生心理问题的原因

产生上述心理问题的原因是多方面的:

收稿日期 2007-09-16

作者简介:廖克莉(1968-),女,江西萍乡人,讲师,学士,主要从事学生工作和生理学的教学等研究。

1. **自身心理素质的影响。**贫困大学生的心理障碍大都与人格缺陷有关。他们中有相当一部分人本身就存在不同程度的人格发展缺陷，他们敏感多疑、易受暗示、沉默寡言、自我封闭等。

2. **家庭教育的影响。**由于贫困生的父母大多文化程度较低，有的甚至是几代文盲，在学习上无法帮助自己的子女，对子女的教育方法简单、粗暴，很难使子女养成良好的个性品格。

3. **学校因素的影响。**他们大多来自偏远地区，文化环境和教育条件比较落后，基础知识较薄弱，知识面较窄，学习成绩较差，因此学习压力更大，另外，素质教育在这些学校中往往只是一句空话，甚至由于农村生活的贫穷，为了生计，很多孩子实际处于边做农活边读书的境地。因而导致学生综合素质较差，个性更加缺乏充分发展，容易导致心理贫困。

4. **社会因素的影响。**社会高速发展，竞争加剧，而处于弱势的他们，比一般人更容易产生心理问题。社会文化的不良因素也加剧了贫困生的心理困扰。在市场经济大潮的冲击下，社会文化在一些人的心目中被演化成一种以金钱和名气为惟一目标的“亚文化”，人际关系变得势利和冷漠，加剧了贫困生对金钱的渴望，更加看重物质利益的作用，导致心理失衡。一旦别人讥笑自己穿戴不时髦、经济不宽裕，贫困生就很容易产生自卑感和焦虑感。

三 解决贫困大学生心理健康问题对策

1. **加强思想政治教育，提高大学生综合素质。**随着高校扩招和社会主义市场经济体制的建立，高校部分学生对社会中存在的一些现象没有清醒的认识，思想上存在模糊的认识，在心理上就产生了不必要的心理负担。在经济体制转轨阶段，社会主义市场经济可以激励大学生的进取精神，提高他们的学习积极性。但市场经济也会带来负面影响，如果放松思想政治工作，社会上的不良思想意识，如拜金主义、享乐主义、个人主义将会乘虚而入，如果他们忽视学习和道德修养，将会严重影响他们的心理素质、人格培养，他们不能正确地面对各种现实的问题，崇尚自我、鼠目寸光，对心理造成严重的障碍。为此，高校应该加强政治思想教育，要不断优化德育工

作队伍，健全各种管理制度，在高校扩招的情况下，及时配备、补充管理队伍，发现学生中存在的问题，及时弥补他们在做人、做事方面存在的不足。

2. **教育贫困生自尊、自强、自信、自立，自觉克服自卑意识。**贫困生因为经济困难带来的压力而感到失落，缺乏自信，甚至痛苦和自卑，这是正常的。但贫困生绝不能因此而沉沦，首先是要帮助他们正确地看待贫困，改变他们对贫困的态度，贫困是一柄双刃剑，确实有人在贫困中一蹶不振，一事无成，但贫困作为人生经历过程中的一种挫折更应成为他们前进的动力。阿德勒认为“我们当下的困难并不意味着一生的艰辛”。同样当下的贫困也不意味着一生的贫穷。我们在帮助贫困大学生的时候，应该抱着以人为本的理念，强调“理解”先行。其次，要教育他们应该充分发挥自身所特有的吃苦耐劳的精神、坚强的毅力，善良质朴的品格以及对自己家庭特有的使命感、责任感的优势，克服自我的不足，不断地发展和完善自己。学校要树立贫困生自强不息，努力成才的典型，引导贫困生从这些人的经历中找到自信，树立成才的奋斗目标，让贫困生明白，不能让贫困的压力压垮了自己，扭曲了自己。对于承受着经济困难压力的学生来说，应该做到人穷志不短，要在艰难困苦中磨炼自己的品格，激励自己的斗志，清醒地认识到自己面临的困难是暂时的。

3. **培养学生的健全人格，加强对大学生能力的培养。**高校可以通过很多具体的形式帮助贫困学生克服各种适应困难的问题。比如针对贫困大学生的心理状况，建立心理咨询机构，有针对性地开展心理咨询活动，为他们提供必要的咨询、指导和调节。心理咨询活动的主要方式有两种：一方面通过开设心理讲座，帮助他们更新健康观念、人格观念和素质观念，帮助他们形成对贫困的正确认识和健康心态，培养学生的健康人格，增强他们的参与意识，自尊、自爱、自律、自重、自强不息，提高调整情绪的能力。另一方面通过个别辅导，采用情绪疏导、认知调整和行为指导等基本辅导步骤和方法，分析无助、困惑、自卑的原因和后果；帮助学生直面环境和压力，进行自我意识的调整，支撑起他们的心理世界和精神世界；帮助他们正确认识自己，摆正自己与他人的位置，学会善待自己，宽容别人，认识到一个人在一生中，总有欢乐，也有悲

哀。悲欢离合、酸甜苦辣的情绪体验是每个人一生中不可缺少的内容，一个人要面对人生诸多的挑战，最重要的是要调整自己的情绪，争做自己情绪的主人。同时，高校可以通过课程调整，增加各种技能培训的内容，使学生在学好专业知识的同时，学会多种技能，增强学生的适应能力，为贫困生减轻经济压力提供必要的帮助。

4. 开展心理健康调查与研究工作。要对学生心理状况有一个全面的了解，必须针对年级、性别和学生来源进行分类，有意识地开展学生心理问题研究，进行归纳、整理，采取积极、主动的办法和措施，预防可能出现的情况，如：对新生进行生活、学习环境适应方面的调查；要关心二、三年级的学生在适应环境后学习和交往中可

能出现的问题；对大四学生则应重点放在适应社会、加强对未来职业适应方面的问题。要加强高校与高校之间、系与系之间的信息交流，预防学生中可能出现的问题，交流在处理心理问题方面采取的措施和经验。同时，还应加强问题发现的途径和处理问题的方法的研究，并形成以心理咨询中心为核心，系管理干部队伍为枢纽、学生骨干为信息源的信息网络体系。

5. 树立牢固的劳动观念，鼓励和发展勤工俭学。变无偿的困难补助为学生力所能及的服务，再获取报酬。贫困生通过自己的劳动获取报酬，既缓解了经济压力，又可以培养贫困生自主自强的意识，变“输血”为“造血”，这是资助贫困生的长远之计。

注释及参考文献：

[1]张信军. 加强心理健康教育, 提高大学生综合素质[J]. 教书育人, 2003, (6): 23.

Simple Discussion on Impoverished College Students' Psychological Health Problem in the Higher Education System Reform

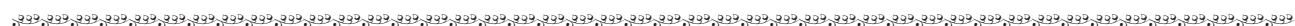
LIAO Ke - li

(Sichuan Educational Insitution, Chengdu, Sichuan 610041)

Abstract: This article explains impoverished college students' psychological health problem in the higher education system reform, analyses the factors of impoverished college students' psychological health question, and brings forward some measures to deal with the problem.

Key words: Higher Education System Reform; Impoverished College Students; Psychological Health Problem

(责任编辑:周锦鹤)



(上接 105 页)

CHEN Huai - zhi ,WANG La - sha

(English Department, Xichang College, Xichang, Sichuan 615022)

Abstract: In order to innovate the college English education conception in China, several points should be emphasized and stressed, namely, making the students be the main body of the teaching activities and promoting the overall development of their linguistic knowledge and applying ability, harmonizing the relationship between the students and the teachers and the teaching contents, transferring their aggressiveness and activeness, and increasing the level of their participation in the teaching activities. It is not until the traditional educational conception is innovated that the college English educational teaching models and teaching ways can be changed substantially and Chinese college education and teaching quality can be improved.

Key words: Educational Conception; Teaching Model; Tradition; Innovation

(责任编辑:周锦鹤)