

高职院校乡村贫困学生心理健康教育的实践研究

段圆圆¹, 林传峰², 邱小龙², 喻亮^{3*}

¹江西开放大学智能技术学院, 江西 南昌

²江西工程职业学院智能技术与工程学院, 江西 南昌

³江西开放大学学生工作处, 江西 南昌

收稿日期: 2023年12月27日; 录用日期: 2024年2月12日; 发布日期: 2024年2月19日

摘要

在当前高职院校培养高技能人才的背景下, 学生的身心健康和全面发展成为备受关注的焦点。特别是对于乡村家庭困难学生而言, 他们面临着来自经济方面的巨大压力, 感受到基本生活需求的不确定性和困扰。这种情境往往导致这些学生产生焦虑、担忧和沮丧等心理问题。通过整合心理健康教育和资助育人的实践, 有望为学生在高职院校阶段的学业和生活带来更为积极的影响。

关键词

心理育人, 贫困生, 资助育人, 全面发展

Practical Research on the Mental Health Education of Rural Poor Students in Higher Vocational Colleges

Yuanyuan Duan¹, Chuanfeng Lin², Xiaolong Qiu², Liang Yu^{3*}

¹School of Intelligent Technology, Jiangxi Open University, Nanchang Jiangxi

²School of Intelligent Technology, Jiangxi Engineering Vocational College, Nanchang Jiangxi

³Student Affairs Department, Jiangxi Open University, Nanchang Jiangxi

Received: Dec. 27th, 2023; accepted: Feb. 12th, 2024; published: Feb. 19th, 2024

Abstract

Under the background of cultivating highly skilled talents in higher vocational colleges, students'

*通讯作者。

文章引用: 段圆圆, 林传峰, 邱小龙, 喻亮. 高职院校乡村贫困学生心理健康教育的实践研究[J]. 创新教育研究, 2024, 12(2): 562-565. DOI: 10.12677/ces.2024.122088

physical and mental health and all-round development have become the focus of much attention. Especially for the students from poor families, they are facing the great pressure from the economic aspects, and feel the uncertainty and confusion of the basic life needs. This situation often leads to psychological problems such as anxiety, worry and depression among these students. By integrating the attention and support of mental health education and financial aid for education, it is expected to bring a more positive impact on students' study and life in higher vocational colleges.

Keywords

Psychological Education, Poor Students, Financial Education, All-Round Development

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

高职院校作为培养高技能人才的重要教育平台，对学生的身心健康和全面发展起着十分重要的引导作用。随着社会变革和教育需求的提升，在当今的高职院校中，家庭困难学生通常面临较大的经济压力，感受到基本生活需求的不确定性和困扰，进而导致学生产生焦虑、担忧和沮丧等心理问题，对学生的身心健康和学业造成一定的消极影响，依托心理健康教育和资助育人教育之间的紧密联系，以及二者的相互促进作用，为学生的健康成长提供了良好的解决方法。

2. 高职院校乡村贫困学生常见的心理问题

(1) 自卑和文饰心理[1]。乡村贫困学生由于经济条件的限制，感受到与相对富裕同学的差异，对自身价值产生怀疑，觉得自己由于家庭经济原因而处于劣势地位。同辈之间的攀比心理和对自身能力与价值的负面评价往往会加剧他们的自卑感。与之相反，文饰心理指的是乡村贫困学生为了掩饰自身困境而表现出的一种外在的积极、乐观的心理状态。乡村贫困学生通过文饰手段在外表、言行上表现得比实际情况更好来掩饰自身的经济困境，以获取他人的认可和尊重。

(2) 缺失自我意识。乡村贫困学生对自己的兴趣、优点和缺点认识不足，无法主动寻找机会并克服困难也难以控制自己的情绪和行为，容易受到外界干扰和诱惑，不能及时反思自我做出正确的抉择，也无法从中吸取经验和教训，导致学习和生活上的混乱和无序。

(3) 人际交往问题。由于应试教育的影响，许多学生在高中阶段缺乏人际交往的经验和能力。步入大学后他们需要进入新的社会圈与不同文化背景的学生进行交际，此外集体生活也会带来一些新的挑战和压力。当无法融入集体时，孤独感也是经济困难学生容易面临的问题，不敢尝试新事物，不愿意表达自己的想法，害怕自身家境困苦的现状被同学所知而避免交际，独来独往[2]。

3. 高职院校乡村贫困学生心理健康教育的意义

(1) 高职院校乡村贫困学生心理健康教育有助于帮助他们建立积极的自我形象，增强自信心。由于家庭经济条件的限制，乡村贫困学生可能会在物质生活方面面临一定的压力，这种压力可能会影响他们的自我认知和自信心。通过心理健康教育，我们可以帮助他们理解贫困并不是一种缺陷，而是一种可以通过自身努力改变的现实。同时，通过心理健康教育引导他们正确的面对和克服生活中的困难和挑战，从

而激发他们的自信心，培养积极的生活态度。

(2) 高职院校乡村贫困学生心理健康教育有助于培养他们良好的心理素质和适应能力。资助育人工作包括“资助”和“育人”两个方面，既要满足经济困难学生的物质需求，更要从心理层面帮助学生形成独立自主的人格[3]，丰富他们的精神需求。学习和生活中的压力、人际关系的处理、未来职业的规划等问题，都可能给他们带来心理压力。通过心理健康教育，可以帮助他们学会如何处理这些问题，提高他们的心理适应能力，培养他们积极向上的心态。

(3) 高职院校乡村贫困学生心理健康教育有助于推动高职院校的整体发展。一方面，通过心理健康教育，我们可以提高乡村贫困学生的综合素质，为他们未来的职业发展打下坚实的基础。另一方面，通过关注和解决乡村贫困学生的心理问题，我们也可以维护校园的稳定和和谐，提高整个学校的办学质量。

4. 高职院校资助育人过程中乡村学生心理健康教育的对策

心理育人是指通过心理学的原理和方法，关注学生的心理状态和成长过程，解决他们在心理层面上的问题，提升他们的心理素质，从而促进其全面发展。在快节奏、高压力的现代社会，学生的心理健康问题日益突出。心理育人旨在帮助学生建立健康的心态，提高抗压能力，培养积极的人生态度，增强自我认知和情感管理能力。这不仅有助于提高学生的学习效率，更对其人格发展和未来生活具有深远的影响。资助育人，则更侧重于通过提供经济支持，缓解学生的经济压力，提高学业完成率，促进其全面发展。对于许多家庭经济困难的学生来说，经济压力是他们面临的最大问题。资助育人不仅能解决他们的实际问题，更能让他们无后顾之忧地专注于学业，实现自己的梦想。经济上的支持可以帮助学生减轻生活压力，让他们有更多的资源和时间去追求兴趣、提升能力、参与社会实践，从而获得更全面的发展。心理育人和资助育人相互补充，共同构成促进学生全面发展的双翼。经济上的支持为学生提供了前行的动力，而心理上的关爱则提供了稳定的精神支撑。

(1) 优化心理健康中心和资助管理中心结构，提供心理咨询服务，开展心理健康知识教育。心理健康中心致力于提高学生的心理健康水平，创造一个快乐、健康的学习环境。而资助管理中心专注于提供优质、高效的资助服务，帮助学生解决经济上的后顾之忧。两个中心之间需要密切的合作关系，以期更好地为学生提供全方位的服务。心理健康中心的教师与资助管理中心的教师密切合作，共同关注那些需要心理支持的学生，确保他们能够获得适当的经济援助。积极开展乡村贫困学生的心理健康和咨询工作，利用线上与线下相结合，团体心理辅导和个体心理咨询相结合的心理帮扶工作[4]。

高职院校应建立完善的心理咨询体系，为乡村贫困学生提供个人和群体心理咨询服务。通过专业心理咨询师的帮助，及时引导学生解决自身心理问题，提高自身心理素质和抗压能力。充分利用大学生心理健康课作为必修课的重要性，向乡村贫困学生普及心理健康知识，提高他们的心理健康素养。心理健康教育课程通过传授心理压力管理、情绪调节、人际关系处理等方面的知识，帮助他们更好地适应学习和生活。

(2) 强化辅导员育人实效，提供政策性经济援助，鼓励参与家、校、社等实践活动。高校辅导员是大学生进入高校所接触的第一人[5]，他们不仅负责传授知识，还要关注学生的身心健康和成长。强化辅导员的育人作用，融合心理和资助效果，是提高学生综合素质、促进学生全面发展的重要途径。在快节奏的社会中，学生面临着来自学习、生活、就业等多方面的压力，容易出现焦虑、抑郁等心理问题。辅导员第一时间积极关注，通过召开主题班会、谈心谈话等方式帮助学生建立正确的心理观念和应对策略，引导学生掌握自我调节和缓解压力的方法。对于存在心理问题和家庭经济困难的学生，要及时进行个体辅导和帮扶，积极宣传和落实国家资助政策，为学生提供多渠道的资助。同时，为了更好地融合心理和资助效果，辅导员需要建立全面的学生信息库。通过了解学生的家庭情况、学习情况、心理健康状况等

信息,可以更好地判断哪些学生需要心理或资助方面的帮助。

学生因经济压力而产生的心理问题可以通过提供学费减免、奖学金、助学贷款、助学金等国家、学校的政策性帮扶减轻他们的经济负担,从而缓解学生的压力、减少学生的焦虑感。高职院校通过开设劳动类教育课程,帮助乡村贫困学生在家庭、校园、社会发挥自身价值,让他们感受到参与活动能够扩展人际关系,增强自信心和适应能力。此外,通过组织各种形式的活动,如志愿服务、社团活动等,为乡村贫困学生提供展示自己能力的机会。

(3) 开展心理讲座和培训,实施个性化资助方案,提供发展性心理辅导。高职院校定期开展心理讲座和培训,帮助学生了解心理学知识,掌握心理调适方法,提高心理素质。同时,也可以通过讲座和培训,让学生了解国家资助政策,鼓励学生积极申请资助,解决经济困难。高职院校根据学生的实际情况,实施个性化的资助方案。对于家庭经济困难的学生,可以采取“奖、贷、助、勤、补、减”等多种方式相结合的资助方案,帮助学生解决经济问题,根据学生的心理特点和学习需求,用欣赏的眼光看待学生,引导学生提升心理资本,做自立自强的大学生[6]。

良好的校园文化可以促进乡村贫困学生的心理健康。高职院校可以积极营造关爱、互助、平等的校园氛围,让乡村贫困学生感受到来自他人的关爱和支持。鼓励学生注重健康心理的培养和建立合理的心理疏导渠道,通过专业的心理咨询师进行评估,制定针对性的辅导计划,以帮助他们更好地应对心理问题。

基金项目

江西开放大学 2023 年度校级重大科研项目(JKZD2302)。

参考文献

- [1] 李晓伟, 王晓英, 王磊. 新时期高职院校贫困生常见心理健康问题分析与自我调适[J]. 中国科技信息, 2007(19): 221-222.
- [2] 余美芳. 高职院校乡村贫困学生心理问题的应对措施[J]. 考试周刊, 2009(47): 198-200.
- [3] 侯昀晨. 高校资助育人体系的现状、问题及对策研究[J]. 教育理论与实践, 2019, 39(33): 3-5.
- [4] 李义波. 新时代高校发展型资助育人工作体系探析[J]. 学校党建与思想教育, 2019(4): 68-70.
- [5] 董晓蕾, 刘冀萍, 王瑞敏, 等. 基于心理资本视角的高校家庭经济困难学生心理健康状况调查与对策研究[J]. 思想教育研究, 2016(10): 122-126.
- [6] 曲绍卫, 汪英晖. 高校大学生资助政策成效、问题及精准资助建议[J]. 当代教育科学, 2017(7): 89-92.