

## 高校心理咨询：“曲高和寡”为哪般？

双击自动滚屏

发布者：信息中心 出版日期：2006-6-12 期数：480 阅读：107次

## 高校心理咨询：“曲高和寡”为哪般？

□ 何星辉 李娜 文

一个信箱落寞地挂在贵州民族学院心理咨询室的外墙上，箱锁锈迹斑斑。

“心理咨询？我们学校好像有，但我从来不去。”一名大学生告诉笔者，他并不是没有出现过心理问题，但总感觉学校提供的心理咨询“面孔有点生硬”，让人感觉不好接近。

据笔者调查发现，目前很多高校的心理咨询现状不尽如人意，有点“曲高和寡”的味道。

### 大学生心理问题不容忽视

“风华正茂的大学生，其生理、心理均趋向成熟，但由于受人际关系不良、经济困难、失恋、学业受挫等影响，常产生心理障碍。”贵州师范大学心理学教授何克说，在大学阶段绝大多数学生碰到的只是些寻常心理问题，对这些问题应该及时给予疏导，做到防患于未然，否则就可能造成抑郁症，影响身心健康。

贵州某高校曾对在校各系各专业的大学生进行心理健康抽样问卷调查，通过调查发现：该校有12.5%的大学生存在不同程度的心理障碍，其中女大学生心理健康水平低于男性大学生，少数民族大学生心理健康水平低于汉族大学生。

贵州民族学院福特基金心理咨询中心的杨胜勇老师说，现在大学生的心理问题主要表现为理想与现实的落差形成的失落心理、人际关系难以适应新环境产生的抑郁心理、自我评价失调导致的自卑心理、失去奋斗目标引起的迷茫心理等，而女性大学生在这方面较男性大学生更为敏感，

更容易产生心理问题。“人在心理出现障碍的时候，往往比较无助，有时候单靠自身的力量很难排解，这时候就特别需要心理上的疏导。”

“大学生的挫折适应能力并不随经济条件的改善而提高，在全国近几年所发生的学生违纪甚至违法事件中有相当部分是由于学生长期存在的心理问题而导致的，因而高校心理咨询工作不容忽视。”一位长期在高校从事学生工作的老师说。

## 高校心理咨询有点冷

笔者了解到，目前贵州各高校提供给学生的心理咨询服务主要有写信、面谈和电话3种方式。很多学生在与笔者交谈时表示，这些传统的心理咨询方式过于程序化，显得不够灵活，对大学生缺乏吸引力。

笔者从贵州民族学院福特基金心理咨询中心获悉，该中心从2003年创办至今，总共只接待了200余名前来咨询的大学生，这对于一个万人大学的客观实际来说，显然是不吻合的。令人忧虑的是，其他各高校的心理咨询也无一例外地出现类似的情况。

“从目前我们学校心理咨询工作的开展情况来看，景况是不容乐观的，一个拥有上万人的大学负责心理咨询工作的教师仅有3名，并且这3位教师在心理学研究方面也属于‘半路出家’。而同时，由于我们学校没有开设心理学必修课，所以心理学专业的教师感觉‘英雄无用武之地’，”提起心理咨询，贵州某高校一位心理学老师无奈地说，“去年学校来了一位心理学研究生，因为被学校‘冷落’，后来就自己离开了，师资力量不足，使我们举步维艰。”

大学生普遍对高校的心理咨詢状况不甚了解，对心理咨询老师普遍怀有不信任感等因素也客观上造成了高校学生心理咨詢的尴尬现状。一些大学生告诉笔者，在他们看来只有那种心理有严重障碍的人才会去找心理医生，可是谁愿意承认自己有心理障碍呢？还有一些同学认为，即使要去咨询心理医生，也不会去找学校的心理咨询老师，因为他们是搞教育的，是从教育人的角度去说的，而不能站在学生的立场上去真正开导学生。

## 如何突出重围

针对现状，杨胜勇老师认为，高校应逐步完善两个方面的工作：其一，建立专业化队伍，强化心理咨询功能。心理咨询是一项专业性很强的工作，没受过专业训练的人容易在引导方法上产生偏差，因此建立一支合格的高校心理咨询队伍时不我待。其二，使心理教育课程化、多渠道开展，让学生对心理咨询有一个正确的认识。社会上对心理咨询存在偏见，一些同学害怕自己去心理咨询被人发现而被扣上“不正常、有问题、有精神病”的帽子，其实心理障碍与感冒一样是疾病，没有人因感冒到医院看病而感到羞于见人，因此，有心理问题也应及时求助治疗。

何克教授说，高校应加大投入，使心理咨询正规化，同时要充分考虑大学生的心理特点，利用形式多样的咨询方式，建立学生心理档案，营造有利于心理健康的校园氛围，开设心理健康教育课程，开展团体心理咨询，开通校园心理咨询网等，努力拓宽心理咨询的领域，让大学生更加易于接受。另外，学校也可通过校刊、校广播站、校园网等载体，大力普及心理健康知识，使大学生会自我心理调节，消除心理困惑，提高承受和应抗挫折能力。

日前，贵州民族学院团委开通了QQ平台，正式为全校学生提供心理咨询服务并接受学生对校方的意见及建议。通过QQ这种便捷的方式，学生可以诉说生活的烦恼，并将及时得到有关帮助。

据该校团委书记黄平介绍，贵州民院目前有学生近两万人，来自全国各地。针对学生中思想状况多样化，特别是大部分新生由于刚离开家乡置身于陌生的环境中，独立能力较差，而导致情绪容易波动等特征，校团委经多方考察，决定设立QQ平台，为学生提供心理咨询等方面的服务。“现在很多大学生都热衷于QQ聊天。用这种方式帮助学生解决心理问题很便捷，而且网络有其隐蔽性，能更好地保护学生的隐私权。”黄平介绍说，这种方式受到了学生的普遍欢迎。

相关链接

## 高校心理咨询面临尴尬

中国青少年研究中心实施的一项调查显示，有40%以上的大学生认为由于就业、学习和经济上的负担而使自己面临巨大的心理压力，还有10.6%和6.8%的人认为心理压力来自“人情冷漠”和“人际关系紧张”。该报告还显示，当大学生有了心理问题的时候，首先选择的是向朋友倾诉（79.8%），其次是向母亲（45.5%）、同学（38.6%）、恋人（30.9%）、父亲（22.5%）、同龄亲属（15.8%）倾诉，选择心理咨询的仅占3.2%。而学生获得心理健康知识的途径，列第一位的是心理健康书籍，其次是电视台和电台的聊天节目（38.8%），校内心理咨询机构（11.4%）仅列第八位。事实上，现有的高校心理咨询机构同样存在着尴尬现状。有数据表明，目前北京高校中专职心理咨询员不到100人，而在校大学生有100余万人。有资料显示，国外高校专职心理咨询人员与学生的比例大致为1：400。

## 大学生心理健康问题 引起教育部门高度重视

教育部及相关部门出台了一系列指导性意见，开展了一些实质行动：2001年3月，教育部印发《关于加强普通高等学校大学生心理健康教育工作的意见》，对大学生心理健康教育工作的主要任务和内容、工作的原则、途径和方法，以及队伍建设等方面作出了明确规定；2002年4月，

教育部印发《普通高等学校大学生心理健康教育工作实施纲要(试行)》，就进一步加强大学生心理健康教育作出全面部署；2003年12月，教育部办公厅下发了《关于进一步加强高校学生管理工作和心理健康教育工作的通知》，要求各高校切实把大学生心理健康教育工作纳入学校重要议事日程；2005年1月，教育部、卫生部、共青团中央联合下发了《关于进一步加强和改进大学生心理健康教育的意见》；2005年9月，教育部成立“教育部普通高等学校学生心理健康教育专家指导委员会”，对高等学校学生心理健康教育工作进行研究、咨询、评价和指导工作。

(综合)

[\[文章推荐\] 独联体的“童奴”](#)

[\[文章推荐\] 前苏联——“性奴”的产地](#)

[\[文章推荐\] 前苏联秘密改革计划](#)

 打印本页 |  关闭窗口

昵称:

此新闻下共有评论 0 条

没有评论。

### 请注意!

- 遵守中华人民共和国有关法律、法规，尊重网上道德，承担一切因您的行为而直接或间接引起的法律责任。
- 民族宗教网拥有管理笔名和留言的一切权利。
- 您在民族宗教网留言板发表的言论，新华网有权在网站内转载或引用。
- 民族宗教网新闻留言板管理人员有权保留或删除其管辖留言中的任意内容。
- 如您对管理有意见请向留言板管理员反映。

[首页](#) | [中国民族](#) | [世界民族](#) | [宗教大观](#) | [名言名著](#) | [政府专页](#) | [信息库](#)

京备案号: [京ICP备05058461号](#)

中国民族报社版权所有 未经书面授权 任何人不得复制或建立镜像  
COPYRIGHT@2003 中国民族报社信息中心 ALL RIGHTS RESERVED  
中国民族报社 [EMAIL-zgmzb@sina.com](mailto:EMAIL-zgmzb@sina.com)