

高校贫困生的心理特点及心理健康教育

作者：衢州学院党委宣传部 夏武祥

【摘要】本文论述了高校贫困生的心理特点，分析了贫困生产生消极心理的原因，并提出了加强贫困生心理教育的对策，主张加强对贫困生的自立自强精神、社会责任意识、艰苦奋斗传统等教育。

【关键词】高校；贫困生；心理；教育

随着国家经济体制的转型和高校扩招及收费制度的改革，高校贫困生人数和比例呈迅速增长趋势，截止 2003 年年底，在全国普通高校中，贫困家庭学生约占 20%，人数在 240 万左右。经济特别困难的学生约占在校生总数的 5%至 10%，人数在 60 万至 120 万之间（《中国教育报》2004 年 9 月 16 日）。作为高校中的弱势群体，较低的社会经济地位给他们带来的心理压力产生了与一般大学生不同的心理特点，其消极方面将成为影响他们个人发展的内在隐患。因此，了解贫困生的心理特点，加强心理健康教育与辅导，以帮助他们顺利完成学业，成为祖国有用之才，是实践“三个代表”重要思想和建设和谐社会的必然要求，已成为高校迫在眉睫的重要任务。

一、高校贫困生的心理特点

高校贫困生致贫原因的多样性、经济上的不同压力、政府和学校的资助政策及资助力度以及周围人群的态度等，都会使贫困生的思想、情感和心理产生不同的变化。通过与我院贫困生访谈显示，高校贫困生具有两个方面的心理特点：一方面他们具有自尊、自信、热情、积极上进等积极心理，这是贫困生中的主流心态。这类学生学习刻苦，目的明确，性格开朗，他们自强不息，意志坚韧，有强烈的进取心和勤劳质朴的品格，敢于吃苦，适应能力和自立意识强，能主动寻找勤工俭学的机会，靠自己的双手自我解救。这些学生一般学习成绩、综合表现都比较好。另一方面，贫困生中又存在自卑、焦虑、抑郁、敏感、多疑等消极心理。具体主要有以下几种。

一是自卑心理。贫困生大多来自贫困地区或者经济条件不好的家庭，生活比较简朴，他们很容易发现自己与别人的差距，感到自己不被群体所接纳，从而产生自卑感。在校园里，他们看到其他同学生活无虑，衣食无忧，联想到自己总觉得低人一等，矮人一头。于是声音变得小了，与别人交流少了，集体活动也不怎么参加了。他们一般总是独来独往，很少与同学们接触，更不愿意在公共场合露面。自卑问题在贫困生中相当普遍。

二是自我封闭心理。由于贫困生所在中、小学教学条件通常较差，与普通学生相比，在文艺、体育等方面缺乏锻炼，交往能力和交往技巧不足。当自身能力与外界需求相冲突时，心理失去平衡，容易产生否定自我的倾向，心理上自我封闭，行动上避免与别人接触，这种自我封闭使自己渐渐脱离了集体，切断了与外界的交流，影响了全面发展。

三是焦虑心理。由于在经济上、情感上与家庭紧密相连，家中不时传来的困



难或突然的变故，都会给他们带来情感上的冲击而为之焦虑。学习、生活没有稳定可靠的经济保证，有时只好借同学的钱，但又常常为无法如期归还而忧虑。有些学习基础较差的贫困生，虽然读书十分勤奋，但考试成绩却不很理想，他们会深感对不起家长、老师。就业压力也会使他们坐立不安，心神不定。

四是敏感、多疑心理。一部分贫困生因为家庭经济的原因，往往比较敏感，自尊心比一般学生强。一些贫困生由于心理负荷较重、经济地位较低，经常处于紧张状态，最怕别人议论自己的不足，嘲笑自己，因此特别多心，对于别人的言行举止过于敏感，致使人际关系紧张。

五是嫉妒心理。贫困生的嫉妒心理主要是针对同班、同级乃至同校的家庭富裕的同学产生的。有的贫困生看到自己无论学习还是智力、能力等自身条件都不比富裕同学差，甚至优于他们，只是因为出生和成长的外部环境差，便低人一等，心理极不平衡，感到不服气。看到富裕的同学用钱大手大脚，随心所欲，自己既羡慕更嫉妒。还有的则对富裕同学表现出来的优越感和傲慢感心生不满，乃至憎恨。

六是依赖心理。有些贫困生总认为自己是世界上最不幸的人，觉得世界很不公平，于是认为自己受帮助是天经地义的事，不帮助或帮助不够则是政府、学校或老师的失责。他们没有战胜贫困的勇气，不愿自立自强，而是完全指望政府和学校资助他们，希望社会好心人帮助他们，把一切美好愿望寄托在别人身上，久而久之，形成了依赖性格和依赖心理。

二、高校贫困生产生消极心理的原因分析

1、经济拮据

经济负担的压力是导致高校贫困生心理问题产生的基本因素，每年 4000-5000 元的学费，再加上每月生活费，对年收入人均仅数百元的农村家庭和千余元的城市低收入家庭来说是个沉重的负担。尽管国家和学校推出了一系列资助政策，如：奖学金、助学贷款、勤工助学、特别困难学生补助、学费减免等，还是不能满足所有贫困生的需求。此外，在市场经济背景下，商品经济的繁荣，直接影响了校园平静，刺激着学生的消费欲望和攀比心理，人际关系的势力和冷漠，对物质生活的追逐。在穿着和消费方面的限制所受的冷嘲热讽，无疑又加剧了经济拮据的贫困生的心理负担，很容易产生自卑感和焦虑感。

2、学业困扰

一个贫困生在大学期间背负的学习压力无疑比一般人更为沉重，从他们克服种种困难跨进大学校门时，就倾注了来自家庭、社会的厚望，许多人常常担心自己学不好而无颜见“江东父老”，于是一旦学习上受挫便会焦虑不安，不及时宣泄更会造成对前途感到悲观失望，逐步演变成心理疾病。特别是那些来自偏远山村的学生，学校教育多以应试教育为主，文化环境和教育条件相对落后，导致综合素质的落后，竞争力相对较弱，缺乏展示自己的机会和条件，学习的压力也更明显，外语、计算机课程的学习困难尤为突出。

3、就业压力

随着我国教育体制改革的进一步深入和社会主义市场经济的发展，高校毕业生就业制度已由原来的“统包统分”过渡到双向选择的模式，就业竞争加剧。而找不到工作，对于贫困生来说意味着全家艰难投资数年的希望将一无所获，这种不稳定的恐惧和焦虑往往会打破内心的平衡，导致心绪不宁和抑郁，引发心理疾患。而在择业竞争中的一些不公正现象，也易引发那些性格内向、心理承受力较差的贫困生愤世嫉俗、过于偏激等新的复杂心理矛盾。

4、人际交往不适应

正常的人际交往是人心理健康的前提，有许多贫困生因为家庭条件制约，很少参加同学们的活动，把自己封闭在一个自我的小圈子里，表现出孤僻、内向、不易交往等特点，直接



造成贫困生应对方式和求助模式的不正确,也是导致高校贫困生心理问题的重要原因。生活上的艰难、学习上的压力,需要倾诉的对象,希望得到理解和支持,只有通过求助才能很好解决,然而当贫困生遇到困难时,多数是向家人和以前的同学朋友求助。一方面,由于本人较强的自尊心和心理戒备;另一方面,由于利益冲突较多,使大学同学之间的社会支持产生障碍,而高校松散型的师生关系,也导致多数贫困生求助缺乏自信。

5、家庭教育偏差

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,对子女的教育方法通常简单、粗暴,很难使子女养成良好的意志和个性品格。

三、高校贫困生心理健康教育对策

一方面,学校、社会应给予贫困生大力支持和帮助,学校应进一步完善“奖、贷、助、补、减”为主的多元化高校学生资助体系,同时应动员全社会参与扶助贫困生的工作;另一方面,学校更应加强对贫困生的思想政治教育和心理教育与辅导,把单一的经济帮助变为一项综合的系统工程,具体应从以下方面对贫困生进行引导、教育和帮助。

1、关爱学生,给贫困生以家的温暖

捷尔任斯基曾经说过:“只有爱才能教育好孩子。”做好贫困生的思想工作,必须克服歧视贫困生的感情因素,对他们倾注更多的爱。这种爱不是一般性的爱,而是要花力气的“偏爱”,是对学生的思想、学习、生活各方面细致入微的关爱。只有设身处地地去了解他们,关心他们,让他们体会到家的温暖,贫困生对老师才会有信任感和亲切感,愿意将自己的真实感受和困难说出来。

2、自立自强精神教育

教育学生树立自尊、自主、自强的主体意识。心理健康教育要培养学生在自我选择、自我成长方面具有自觉意识,学会自主地确定个人成长的发展方向、发展计划和发展行动,培养独立分析问题、解决问题的能力,树立自强不息、坚韧不拔、顽强进取的精神。自立自强精神是贫困生战胜困难、发奋成才的思想武器。自立自强意识有利于贫困生树立克服经济苦难、顺利完成学业的思想意识,有利于防止贫困生思想滑坡、产生“精神贫困”,有利于帮助贫困生树立正确的世界观、人生观、价值观。

3、社会责任意识教育

责任意识是现代人的核心素质,责任感的强弱直接反映一个人素质的高低。勤工俭学对培养贫困生的责任意识有着独特的作用,在安排勤工俭学或发放困难补助时,就必须加强责任意识教育,让学生感受到社会主义大家庭的温暖,使其思想上受到一次爱国主义和社会主义思想的教育,真切地体会到国家和学校对他们的关心和爱护,激发他们的热情和勇气,培养起强大的责任感,坚定学好本领、报效祖国的信心和决心。

4、艰苦奋斗的优良传统教育

艰苦奋斗精神是中华民族的传统美德和文化精华,千百年来,始终焕发着强大的生命力,成为推动中华文明发展进步的内在动力。新时期弘扬艰苦奋斗精神并非要求我们的贫困生“以贫为荣”、“以苦为乐”,而是要求他们发扬艰苦创业、勤俭节约的精神,继承不畏艰难,勇往直前,在逆境中坚定信念,开拓进取的意志品质。在克服困难、艰苦奋斗的历程中所得到的意志的磨练,是人生取之不尽、用之不竭的宝贵精神财富,是走向成功思想基石。要引导学生树立劳动光荣的观念,克服不劳而获的思想,鼓励他们利用自己的专业知识和体力,通过诚实劳动获取报酬,并在劳动中拓宽视野,培养能力,增长才干,达到一举多得的积极效果。

5、加强贫困生的人际交往教育,建立和谐的人际关系

在日常生活和学习中,要鼓励贫困生积极参与丰富多彩的集体活动,以良好的心态去面对人际交往。并注意发现和肯定他们纯朴、上进、能吃苦的优点,增强他们的自信心,克服



自卑、孤僻等消极心理，密切同学间的关系，增进相互了解和理解，帮助贫困生走出封闭，建立和谐的人际关系。要为贫困生创造成功的机会，鼓励他们多参加社交活动，学会正确地为人处事，充分认识人际交往的必要性和重要性，树立积极的、正常的交往观。

6、开展网上心理咨询

贫困生最难解决的是心理问题。心理存在心理障碍的学生，因性格或难以表明等原因，即使心理存在问题，也不愿意与别人交谈，不愿打开心扉。由于网络具有迅捷性、互动性、便捷性，时间、空间不受限制，可以发挥传统心理教育无可比拟的优越性，学生可以和心理咨询老师平等的沟通，交流的形式也是“见字不见人”，这就使得性格内向或当面沟通有障碍的学生也能毫无顾忌地敞开心灵。应该说，这种交流、沟通更具有真实性、直接性，教育的效果也必然更好。

7、建立贫困生档案，开展定期的心理健康教育

对贫困生中有心理危机或有家庭病史的学生，要注意建立档案，追踪了解，及时解决他们的心理问题。一方面，通过真情释疑、融情说理等科学教育方法，帮助学生以正确的态度、顽强的意志和宽阔的胸怀对待困难和挫折；另一方面，运用科学的心理治疗手段，消除和治疗学生的心理障碍、心理疾病，为贫困生提供良好的疏导、排解渠道，产生标本兼治的效果。

总之，高校贫困生群体是一个需要给予特殊关注的群体，我们在帮助他们摆脱物质贫乏的同时，更需要关注他们的内心世界，了解他们的困难，帮助他们树立正确的信念，培养积极的情感和坚强的意志，使他们顺利完成学业。

【参考文献】

- [1] 许秀琴、刘川.高校贫困生问题研究.清华大学教育研究，2000（4）.
- [2] 李海星.特困生心理健康教育的思考.中国高教研究，2002（11）.

