

关于建立贫困生心理健康互助策略研究

王春晖 鲜浩 兰州理工大学学生处

[摘要]高等教育收费政策的实施,使一部分贫困生产生了一系列心理适应障碍。本文通过对贫困生心理健康状况的描述,结合目前校园心理健康现状,提出贫困生心理健康互助实施的必要性和在此基础上建立心理健康互助模式的设想。

[关键词]贫困生 心理健康 互助策略

兰州理工大学高教所高教研究项目资助 项目编号: gjy200816

随着我国经济体制向市场经济的转型,高等教育领域开始实施成本分担的收费政策,部分贫困生在这一变化过程中出现一系列适应障碍。这一群体给人留下的大体印象是:默默不语、不苟谈笑、埋头走路、回避社交、自卑敏感、貌不出众、学业中下、无所特长。据资料统计,贫困生因心理障碍休学、退学的比例逐年上升,占大学生休学、退学总数的30%。[1] 2004年3月云南大学学生马加爵杀人事件,更将贫困生的心理问题凸显在社会面前。

贫困生“脱贫”的第一步是经济脱贫。国家教育部2007年第12次新闻发布会上宣布开始新资助政策体系,随着新的资助政策体系全部落实到位,每年国家用于助学的财政投入、助学贷款和学校安排的助学经费将达500亿元。[2]加上学校各类社会资助、校级奖学金以及助学贷款,基本上已经保证了每一位经济困难学生的都有上学的经济保障,但在经济保障的前提下,对于贫困生的“精神贫困”却没有得到足够的重视。

一、高校贫困生的心理健康状况

(一) 贫困生的心理特点

贫困生是校园一个特殊群体,同质性水平较高,主要表现在以下几个方面。

1. 自卑心理。自卑是一个人对自己的不满、否定的情感体验。

2. 自我封闭心理。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,加深了自卑。

3. 冷漠、攻击心理。贫困生可能会因为自己学业不精、人际关系紧张,把攻击方向转向自身,产生深深的自责、自伤行为;还可能迁怒他人,通过伤害他人来发泄心中的不快。

4. 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。

5. 焦虑、抑郁心理。由于在经济上、情感上与家庭紧密相联,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。有些基础较差或来自边远山区的贫困生,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。

6. 依赖心理。少数贫困生既缺乏克服困难的勇气,抱着上了大学就该有人管的心态,甚至把“贫困”作为资本,四处伸手,

而且把得到的钱用在与自己经济条件不相称的消费上。[3]

(二) 高校贫困生心理产生问题的原因分析

1. 经济压力。一般来说,贫困生的经济条件差,生活压力大,所面临的环境压力和诱惑与一般学生相同,但却不具备后者的经济条件。因此,他们会对现实自我感到不满意,总想尝试改变自己,使自己能够适应大学生活,但这种努力往往需要较长的时间,而且不一定成功。一旦尝试改变自己的努力遭遇挫折,或因勤工助学而影响了自己的学业成绩,那么他们的自尊心就会遭遇重创,觉得愧对父母,心理上产生内疚感、无助感和失落感。这种消极情绪如果得不到及时缓解和释放,就会给他们的身心健康带来不利影响,甚至影响他们的人生观和价值观。

2. 学业压力。贫困生尽管生活贫困,但有强烈的自尊心和自信心。进入高校以后由于对大学教学方式和学习方式的不适应,他们原有自尊和自信及佼佼者的地位已荡然无存。大多数贫困生为了证明自己仍然优秀,为了不辜负父母、老师、亲朋期望,往往坚持“三点一线”的大学生活,单调的生活方式,紧张的学习压力,加上复杂的人际关系和不甘示弱的心里压力,导致他们心理上的烦躁、抑郁、失落和焦虑,甚至出现“考期应激”心理。

3. 人际交往压力。大多数的贫困生都不能很好地处理自己的人际关系,甚至出现严重的人际交往障碍,他们对同学和集体缺乏认同感和归属感,经常感到孤独。主要原因有以下几方面:1)一部分性格内向,不善于与人沟通和交流;2)一部分自卑心理重,缺乏自信;3)经济拮据限制了贫困生参与校园文化活动的范围,客观上强化了他们自我封闭的性格;4)一部分不能正确对待经济困难者,为了追求所谓的平等,拒绝一切经济资助,用扭曲的自尊来掩饰因贫穷而带来的自卑心理,强烈的自尊导致他们过于敏感,进而影响人际关系的和谐;5)一部分因个性原因导致敏感、多疑、沉默寡言、自我封闭、痛苦孤独者;6)一部分持逆反心理者,常用不平衡的心理面对一切,在交往中不能善待自己,包容别人;7)经济上有依赖心理者,甚至为满足不合理的需要,不惜编造各种理由向贫困的家长伸手要钱,或在师生中到处借钱消费丧失信用,进而人际交往。

4. 就业压力。贫困生经济上没有优势,找工作的过程中没有可以利用的社会关系,加上许多贫困生在校期间,因忙于挣钱解决温饱,学业成绩不够优秀,学校的许多奖励

与他们无缘。特别是看到平时学习较差且素质不高的学生,因有过硬关系而联系到大学生向往的理想单位,他们心里不平衡,进而对社会产生不满。一部分自我调节能力不足的贫困生甚至把家庭地位低下,自身条件不足看成是社会不公造成的,错误地认为素质高不如关系硬,没后台学习再好素质再高也枉然。这种消极的择业心理导致他们在择业时缺乏自信。[4]

二、校园心理健康中心的现状

要使大学生脱贫,引导学生心理脱贫是关键。“心理脱贫”是要加强贫困生思想教育和心理辅导,引导贫困生正确对待贫困,自强不息,奋发向上。贫困生的“心理脱贫”目前还存在以下问题:

(一) 学校心理咨询中心的局限

虽然各个高校都设有心理咨询或心理健康中心,但是毕竟专职教师的数量、精力有限,也受咨询时间和咨询场地的局限,很难及时为学生提供支持。能够针对贫困生心理健康的咨询就更少了。

此外,因为一些高校的心理咨询中心下设团委、学生处等行政机构以下,且分工不明确,从事心理咨询的老师有时候还需要从事部门里的其他工作,很难有足够的精力投入到心理健康教育及咨询工作中。

(二) 学生对心理咨询的认识、接纳程度有限。很多学生还不愿意就一般心理问题寻求专业指导。特别是一些贫困生的内心较封闭,不愿意到咨询室接受咨询师的心理辅导。而对于与他们有过相似经历的同学他们更容易开放自己。

三、贫困生心理健康互助实施的必要性

(一) 理论基础

1. 人本主义心理学理论。人本主义心理学家强调人的自我反省能力,同时认为人不能脱离与他人的联系,成为一个“孤立的个人”。心理互助过程在很大程度上体现着“以人为本”、“人为中心”的思想,体现着对人的关爱。这种关爱相信个体中蕴涵着实现自身价值的强大推动力,使人有能力发现自我发展中存在的问题,有能力调整自己。

2. 亲社会行为理论。美国社会学家 Staubus (斯托布)认为,个体在社会化的过程中受外界影响会逐渐发展起一系列价值取向,特别是亲社会行为的价值取向。这种取向体现三种动机源:一是利他行为动机源;二是以道德取向为特征的动机源;第三种动机源是移情。个体成熟的认知角色承担

能力和情绪移情能力使人更有可能理解他人的需要,并对他人的需要做出反应。巴特森等人提出的“移情利他模式”认为,当个体能够设身处地以他人的立场去体会当事人的需要和痛苦时,他就将产生将心比心的助人行为。[5]

3. 社会学习理论。社会学习理论是本世纪60年代兴起的一种理论,强调榜样的重要性。Bandura(班杜拉)认为,人的行为特别是人的复杂行为主要是后天习得的,有两种不同的过程:一种是通过直接经验获得行为反应模式之过程;另一种是通过观察示范者的行为而习得行为的过程。被观察的对象称为榜样,观察主体称为观察者,榜样通过观察者的观察活动而影响观察者的过程,称为示范作用。贫困生心理互助团队的大学生在心理互助方面是其他贫困生的榜样,由于与其他大学生有着年龄、教育程度、生活背景等相似或相同的特点,榜样的吸引力比较大,大学生容易产生认同感和注意学习的心理倾向,使心理互助成为现实,和谐氛围得以营造。

(二) 现实依据

1. 心理互助符合大学生心理求助意向。有学者对大学生心理求助行为研究得出的结论是:大学生在试图解决心理问题时,倾向于先求己,后求人;而在必须寻求外界帮助时,首先倾向于求助朋友或家人,只有当问题诉诸情绪障碍并且较为严重时,才会向专业咨询求助。[6]

2. 心理互助符合大学生心理发展特点。一方面,大学生自我意识逐步走向成熟,抽象思维迅速发展,他们能根据自己的知识与经历对人生和社会问题进行思考。这说明大学生已具有一定的心理自助和助人的能力基

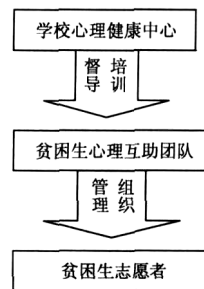
础。另一方面,大学生的心理问题具有不同的层次:从一般的适应问题到严重的心理障碍以至精神疾病都可能存在;但大部分问题属于一般性心理问题,可由学生之间通过心理自助和互助得到解决;稍复杂一些的可由一定业务培训的学生心理互助员通过心理互助加以解决。[7]

3. 根据贫困生心理的特点,如自卑、敏感等心理,遇到心理问题很多学生没用勇气走进心理咨询室向专业咨询师求助,对家庭经济状况好于自己的学生也难于启齿。而对于有着相似经历的其他贫困生则更容易开放自己,说出内心真实的压力,引起共鸣。

4. 心理互助本身也是一种“助人自助”的活动,“助人”是手段,让学生“自助”才是目的。[8]培养贫困生的“自助”能力是贫困生越能充分利用外部条件发展自身,他们在助人的过程中,主体意识得到强化,在助人中提高自助能力,促进自我的成长和发展。

四、校园贫困生互助团体的建立模式设想

(一) 机构设置



参考文献

[1][4]黄旭辉. 高校贫困生心理问题探因与心理脱贫[J]技术监督教育, 2007(1)
[2]直播: 教育部2007年第12次例行新闻发布会[2007-07-02]http://edu.people.com.cn/GB/5938318.html
[3]张宏伟. 如何帮助贫困生心理“脱贫”[J]科技咨询导报, 2007(27)
[5]何安明. 大学生移情能力与利他行为的相关研究[J]黑龙江高教研究, 2007(02)
[6]江光荣, 王铭. 大学生心理求助行为研究[J]中国临床心理学杂志, 2003(03)
[7][8]张敏生. 心理互助: 高校心理健康教育发展的新模式[J]中国高教研究, 2008(8)

(上接第194页)

与DEA法相比, SFA法需要事先确定解释变量与被解释变量的函数关系, 在复杂经济系统中实现这一点并不容易。

指标体系法存在着指标权重的赋值问题, 存在人为因素, 计算权重的方法有因子分析法、模糊综合评价法、层次分析法、密切值法和灰色关联法等, 最常用的是因子分析法。综合国内外学者关于技术创新能力的评价指标, 发现与产业国际竞争力有关的技术创新因素可以分别从投入能力、实施能力、产出能力和管理能力四个方面来表达, 构成一个指标体系。目前学者对企业技术创新能力指标体系的研究更多的是理论上建立一套完备的体系, 指标体系过于繁杂, 包括定量定性两种指标, 设置时并没有考虑数据的收集难度, 因此很难在实际中应用。其中创新管理能力的各个评价指标目前还没有可供操作的数据。

相关分析法更适合研究创新投入与产出的关系及创新绩效的影响因素分析。

在此基础上, 有学者利用多种方法结合的方式进行创新绩效的比较分析。俞立平(2007)利用DEA和指标体系法相结合的方法, 分析了中国制造业创新绩效。

参考文献

[1]William J. Baumol. The free-market Innovation Machine-Analyzing the growth Miracle of capitalism[M]Princeton University Press, 2002
[2]Wange.c, huang.w. Relative efficiency of R&D activities: Across-country study accounting for environmental factors in the DEA approach[J]Research Policy, 2006
[3]傅家骥. 技术创新学[M]清华大学出版社, 1998
[4]池仁勇, 唐根年. 基于投入与绩效评价的区域技术创新效率研究[J]科研管理, 2004(4): 23-27
[5]唐得祥, 李京文和孟卫东R&D对技术效率影响的区域差异及其路径依赖-基于我国东、中、西部地区面板数据随机前沿法(SFA)的经验分析[J]科研管理, 2008(2): 115-127
[6]常玉, 刘显东和杨莉. 应用解释结构模型(ISM)分析高新技术企业技术创新能力[J]科研管理, 2003(2): 41-47
[7]时鹏将, 许晓雯和蔡虹R&D投入产出效率的DEA分析[J]科学学与科学技术管理, 2004(1): 28-30
[8]钱燕云. 中德企业技术创新效率的评价和比较研究[J]科学学与科学技术管理, 2003(12): 47-50
[9]李晓钟, 张小蒂. 江浙区域技术创新效率比较分析[J]中国工业经济, 2005(7): 57-64

[10]王道平, 李永锋. 机电制造业技术创新能力评价指标体系及其评价[J]数量经济技术经济研究, 2000(1): 41-43
[11]王道平, 李永锋. 技术创新能力与制造业竞争力评价指标构建的探讨[J]科学与管理, 1999(6): 46-48
[12]史清琪, 张于喆. 国外产业国际竞争力评价理论与方法[J]宏观经济研究, 2001(2): 27-31
[13]李双杰, 王海燕和刘韧. 基于DEA模型的制造业技术创新资源配置效率分析[J]工业技术经济, 2006(3): 112-115
[14]官建成, 余进. 基于DEA的国家创新能力分析[J]研究与发展管理, 2005(3): 8-15
[15]陈金丹. 基于SFA方法的我国各省市R&D有效性研究[J]商业经济, 2008(8): 26-28
[16]王永培, 庄尚文. 我国高新技术产业投入效率及R&D贡献研究-基于DEA和行业Panel Data的经验分析[J]上海商学院学报, 2008(4): 1-3
[17]路永明. 基于DEA的我国高技术产业科技投入产出效率评价[J]经济师, 2008(3): 46-48
[18]崔益嘉. 基于DEA模型的煤炭行业技术创新绩效评价[J]中国矿业, 2008(9): 36-39
[19]薛娜, 赵曙东. 基于DEA的高技术产业创新效率评价-以江苏省为例[J]地方经济社会发研究. 2007(5): 135-141
[20]周春应, 章仁俊. 基于SFA模型的我国区域经济技术效率的实证研究[J]科技进步与对策, 2008(4): 21-24