

基于“三全育人”理念的高校贫困生教育体系建设

——以提升心理育人质量为根柢

徐倩 常渲若 唐燕飞

(淮北师范大学, 安徽 淮北 235000)

【摘要】随着高校贫困生畸形心理问题现象愈发凸显,学校、家庭、社会进行干预已经刻不容缓。在三全育人理念的指导下,坚持全员、全过程、全方位育人模式,构建“闭环式”心理育人体系,解决高校贫困生心理问题困境,旨在培养更全面、更有活力的贫困生群体,使他们更好地融入社会,回馈社会,也有利于提升高校整体心理育人质量。

【关键词】高校;贫困生;心理育人;三全育人

引言:

贫困大学生指的是在高等教育阶段由于家庭经济困难而面临资金压力、困难的学习与生活条件的学生群体。这些学生可能缺乏基本的经济支持。现实情况中,部分贫困大学生能够从容面对现状,接纳自己,继续追求卓越。针对这种情况,国家已经采取的一系列措施,包括提供奖学金、助学金、就业机会、减免学费、提供更多经济援助等,帮助了这些贫困大学生克服经济和学业上的困难,以保证他们能够获得良好的教育。但是,也有部分贫困大学生无法正确面对困难,背负着沉重的精神负担,深陷虚荣的泥淖,甚至走向自暴自弃的极端。从而产生心理障碍和心理疾病,严重影响其学业进步、身心健康和人格发展,最后可能走上违规违法的不归路。所以,对家庭经济困难的学生不仅限于物质上的补助和帮助,更重要的是帮学生搭建强大的心理堡垒。大学生群体中关于贫困生心理健康教育工作是高校思想建设工作的重要组成部分,结合“三全育人”理念,着力加强心理健康教育工作,建立健全的心理育人体系。通过心理学的原理和方法,调节不同时期、阶段学生的心理状态;在涵盖认知、情感、社会、身体等各个方面的培养下,帮助学生建立积极的生活态度,提升情绪控制能力,保证健康的心理状态。是高校贫困生教育工作的需求,也是确保贫困学生身心健康和校园安全稳定的保障。

一、高校贫困生心理健康现状

贫困生群体在大学生群体中占有一定的比重,又因为其特定的身份、特殊的补贴待遇与周围同学存在差异,其独特的身心发展特征,更容易发展成极端的倾向,目前贫困生的心理健康问题主要表现为自卑、嫉妒畸形、焦虑抑郁等现状。

(一) 自卑

自卑是指个体对自己内在素质及外在行为评价过低,否定自己的存在价值,由消极评价而引起的消极

情感状态。从某些方面来说,一定程度的自卑感能够促进个体正确认识自己,但严重的自卑情结则会造成人格上的缺陷。高校贫困生群体一般比较敏感,他们的自卑情结很大一部分是来源于自己在成长过程中的无力而无奈必须依附于父母以及周遭世界而产生的一种心理体验。他们总会不自觉地跟其他人默默比较,会由于自身经济上的贫困而不敢与他人交流、分享,尤其是遇到比自己优秀而又富裕的同学,从而逐渐形成了自卑的情绪。

(二) 嫉妒畸形

在社会中,贫困生可能面临着来自多方面的压力,这些压力可能会促成一种畸形的心理,其中嫉妒情绪就是其中之一。嫉妒是一种情绪,当个体感受到他人拥有的东西、地位或成就超过自己时,会产生对其不平等的情感,这种情绪常常是因为自身感到不公平而产生的一种负面情绪。贫困生可能会面临以下几种情况,从而导致嫉妒情绪的形成:1. 物质欠缺:贫困家庭的学生常常在物质上相对欠缺,缺乏生活中的一些基本需求和奢侈品,当看到他人拥有更多物质财富时,容易产生嫉妒的情绪。2. 社会地位不同:贫困生由于家庭经济状况的差异,与其他同学在社会地位上存在一定的差距。当他们感受到被排除在社会群体之外或遭受歧视时,会产生对更高社会地位人群的嫉妒。3. 学业和机会的不平等:在教育机会方面,贫困生面临学习资源不足、辅导不力等问题,当看到其他同学更容易获得优质教育资源和机会时,也会产生对其嫉妒的情绪。嫉妒情绪一旦愈演愈烈,就可能导致贫困生产生更消极的心理影响,比如对周围环境和人产生敌意和不满情绪,从而影响个体与他人的正常交往。

(三) 焦虑抑郁

贫困生在面对经济压力、社会差异和学业挑战时,很容易产生焦虑和抑郁的心理,这一心理状态的形成往往受到多种因素的影响,涉及个体、家庭和社会层

面的复杂因素。首先,经济拮据是导致贫困生焦虑抑郁的主要原因之一。贫困家庭往往面临着基本物质需求的压力,如食物、住房和医疗等,经济困境使学生感到无法满足自身和家庭的基本需求,导致不安和担忧的情绪逐渐积累。其次,社会差异和歧视也是造成焦虑抑郁的重要因素。贫困生能感受到来自同龄人或社会的不公平对待,导致自尊心受损,这种差异对个体的心理健康产生负面影响,引发抑郁和焦虑。此外,学业挑战也是贫困生心理困扰的一个方面。由于家庭经济状况的限制,他们无法获得良好的学习资源和支持,这种学业上的不平等使贫困生感到自己处于劣势地位,从而引发对未来的担忧和挫折感。贫困生常常承受来自多方面的压力,这些压力会导致焦虑和抑郁等心理问题,表现为情绪波动、失眠、注意力不集中等症状,严重时会影响到学业和社交生活。基于大学时期形成的畸形心态,在之后的择业就业、参加社会实践等过程中,贫困生往往更加消极。

二、高校教育工作心理育人存在的问题

高等教育作为一种特殊的环境因素,在大学生的发展过程中起主导作用。而“三全育人”是中共中央、国务院在《关于加强和改进新形势下高校思想政治工作的意见》中提出的,坚持全员、全过程、全方位的育人理念,充分调动各领域的力量,参与到学生的成长中去,将教育渗透进学生成长的每一个环节,根据不同学生的身心发展水平、立足不同个体的发展阶段,开展有针对性的育人工作,结合学生的成长环境和特质,从多维的层面、角度,拓展教育在学生成长中的覆盖面直至实现全面,从而形成多层次的育人格局。

其中,心理育人在“三全育人”中扮演着非常重要的角色,心理育人工作,在大学生心理健康问题逐渐凸显的当代社会,作用和意义非凡。主要是通过心理学的原理和方法,调节不同时期、阶段学生的心理状态;在涵盖认知、情感、社会、身体等各个方面的培养下,帮助学生建立积极的生活态度,提升情绪控制能力,保证健康的心理状态。通过关注学生的心理健康、自我认知、人际交往能力和人生态度,能够更全面地推动学生的综合素养发展,实现多个方面的全面培养目标。尤其是心理贫困大学生,他们不仅需要经济支持,更需要精神支持。但目前我国高校教育中关注大学生身心发展特征和要求,对每一个有具象特征的群体,针对性地提出方案措施是思想建设工作的弱项,大学生群体中关于贫困生的心理健康教育工作尚未形成完善的教育体系,主要表现在以下几个方面:

1. 心理育人模式简单。大部分高校仅仅依靠辅导员谈话了解学生心理状况,但贫困生往往会因为自身经济困难导致的一系列心理因素而选择逃避问题,他们不愿意真正表达自己的感受,从而不能更好地帮

助学生应对学业压力、人际关系等问题,对其心理抗压能力也没有提高。

2. 心理健康教育培训实效性不强。目前高校每个班均配备心理委员,按时参加学校的心理健康教育培训计划,但由于学生的非专业性,在传达培训内容的过程中会大大减弱教育的实际效果,对于心理贫困学生而言,更不愿意同学知道自己家庭状况,从而达到心理健康教育的目的。

3. 心理健康教育的针对性不强。高校辅导员大多是非心理教育专业的老师,缺乏一定的专业性,而且在学生管理工作中,更容易注重学生的生活困难情况,忽略了贫困生可能存在的心理问题,无法促进学生的自我认知和自我管理能力,不能达到提高心理素质的目的。

4. 心理育人环境不够丰富。高校心理辅导站没有专门的心理医生指导,缺乏专业设备辅助治疗,很少开展自我探索、自我反思、团队互助等形式多样的心理育人活动。通过开展生活经验分享、人生规划指导等活动,能够引导学生形成积极向上的人生观,树立正确的价值取向,有助于实现品德育人和家国情怀育人的目标,培养学生的社会责任感和爱国情怀。心理贫困学生无法参加形式多样的活动,不能够清晰地认识自己的优势和劣势,就不会形成积极的自我认同,对于他们的人际交往能力和团队合作精神也无所助力。

三、提升心理育人质量,构建闭环式管理体系

基于目前高校贫困生心理健康问题的现状和心理育人体系的不完善,结合“三全育人”理念,我们提出了一种“闭环式”管理体系,采用全员参与、全过程保障、全方位育人的新模式,提高心理育人实效。

(一) 家校建共联,全员共参与

在解决高校贫困生心理发展问题的过程中,家庭、学校和学生之间的多方沟通和互相了解是至关重要的。通过建立积极的沟通机制,可以更好地识别和解决潜在的心理健康问题,促进贫困生的全面发展。

1. 家校沟通桥梁是基础。学校应该积极与贫困生的家庭进行沟通,了解他们的家庭状况、经济情况以及家庭对学生心理健康的关切。通过家长会议、定期家访等方式,学校可以深入了解每个学生的个体差异,从而有针对性地制定个性计划。

2. 家校资源共享是关键。家庭与学校的沟通不仅限于问题的反馈,还包括积极的资源共享,学校可以提供关于心理健康教育和学业辅导的信息,同时家长也可以参与进来,提供来自家庭的支持资源,以建立更加全面的提升体系。

3. 家校目标共建是助力。学校根据贫困生在校情况给予一定的学习方式调整、就业择业方向指导等,从学业、情感、社交等多个方面提供贫困生所需的支持。家庭也应根据学生的实际情况选择可实现的目标,不

能一味追逐最初的期望而忽略学生本身的变化,这样才能更大程度上助力提升学生心理素质和社会认同感。

另一方面,学生也应该被鼓励参与到这个沟通过程中。学生可以表达自己的需求、困扰和期望,帮助学校更好地了解他们的心理状态。通过这种多方沟通的机制,可以更加全面地了解贫困生的心理状态,及时发现和干预潜在的问题,这种沟通方式有助于形成高校贫困生心理健康的全局性解决方案,促使学校和家庭共同关心、支持学生的全面发展。这不仅有助于缓解贫困生的心理压力,还能够激发他们更强大的学习动力和自我发展潜力。

(二) 分阶段解决,全过程保障

解决贫困生的心理问题要形成“闭环式”管理,老师根据与贫困生谈心谈话的实际情况总结出其个体反馈的独特问题,后续不断跟踪推进,长久的关注问题,有效保证问题不再“复发”。解决贫困生心理问题是一个综合而复杂的过程,需要从多个层面展开工作,包括预防、识别、干预和跟踪等阶段:

1. 预防阶段。此阶段关注的焦点是提供经济支持,以降低贫困生心理问题的发生率,比如,向贫困生提供经济援助与资源共享,学校通过提供奖学金、助学金、食品券等经济援助,缓解贫困生的经济压力。同时,提供专业的心理健康服务,从专业角度把心理问题扼杀在萌芽状态。学校可以建立学生心理健康协助小组或俱乐部,提供一个自由开放的平台,使学生能够分享彼此的经验 and 感受,共同面对挑战。

2. 识别阶段。在这个阶段,重点是通过观察和定期评估,及时发现贫困生中可能存在的心理问题,学校定期进行学生的心理健康评估,包括情感状态、社交互动、学业表现等方面,通过教师、辅导员和专业心理健康人员的合作,建立早期识别机制。

3. 干预阶段。一旦识别出问题,即刻采取积极的干预措施,以确保学生得到及时的支持,针对每位贫困生的具体情况,制定个体化的支持计划,包括学业辅导、心理治疗、社交技能培养等方面的支持。

4. 跟踪阶段。解决问题不仅仅是一次性的,还需要持续的关注和跟踪,要定期评估和跟进,学校定期评估学生的心理状态,并随时调整支持计划,建立跟进机制,确保心理干预的可持续性。

通过这一全过程的综合解决方案,学校从全过程出发,关注和支持贫困生的心理健康,提高他们在学业和生活上的幸福感,促使他们更好地融入学校社区。

(三) 多层次保障,全方位育人

解决贫困生心理发展问题是一个复杂而全面的任务,需要综合运用各种手段和资源,包括教育、经济、社会、心理健康等多个层面。通过综合采取这些全方面的措施,学校能够更全面地关注贫困生的心理发展,提高他们的整体生活水平和未来的发展潜力。

1. 教育层面:提供全面的学业指导,学业上的成

功能够增强学生的自信和对未来的信心。确保贫困生在学业上能够得到必要的支持,包括辅导、补习和课外辅助活动。开展职业规划课程,提供职业规划指导,帮助贫困生了解职业选择的可能性,增加他们对未来的规划感,这有助于缓解由未来不确定性引起的焦虑。

2. 经济层面:设立经济资助项目,建立完善的奖学金、助学金评价体系,确保每个贫困生都能获得一定程度上的经济支持,这不仅减轻了学费和生活费方面的负担,也有助于提高他们的生活质量。提供实习机会,协助贫困生获得实习和兼职机会,帮助他们建立职业技能和增加职业经验,提高未来就业的竞争力。

3. 社会层面:建立校内外的支持网络,包括同学、老师、校友和社区志愿者,这样的社会支持系统可以为贫困生提供情感上的支持和鼓励。也可以组织社交活动,通过组织各种社交活动,帮助贫困生更好地融入社会,减轻他们在人际交往中的压力。

4. 心理健康层面:设立心理健康服务中心,提供心理咨询、心理治疗等服务,帮助贫困生处理可能存在的心理健康问题,增强他们应对压力的能力。开展心理健康教育,提供心理健康教育课程,帮助贫困生认识到心理健康的重要性,学习有效的压力管理和情绪调节技能。

5. 家庭层面:与贫困生家庭建立紧密联系,共同关注学生的心理发展和学业状况,为贫困生家庭提供必要的信息共享,包括经济援助、家庭培训等,帮助家庭共同应对心理压力。

结束语:

基于“三全育人”理念,我们构建了提升高校贫困生心理育人质量的建设体系,通过全面、平衡、可持续的方式,关注学生心理健康的培养,助力贫困生全面发展。关注贫困大学生的心理健康问题,既有助于提升他们的学业成绩,也有助于培养他们的自我调节和情绪管理能力,为未来的发展打下坚实基础。

参考文献:

- [1] 林玥杏. 大数据背景下高校贫困生心理健康教育途径[J]. 科学咨询(教育科研),2023(03)
- [2] 米玲菲. 当代高校贫困生“心理贫困”问题分析及对策研究[J]. 北京印刷学院学报,2021(S2)

基金项目:安徽省高校“三全育人”综合改革和思想政治能力提升计划项目,项目编号:sztsjh-2023-5-8;淮北师范大学党委书记创新项目,项目编号:2023dj009;淮北师范大学共青团创新项目,项目编号:GQTZD202106

作者简介:徐倩,1989年2月生,女,汉族,河南商丘,硕士,助教,学生思想政治教育。