

贫困大学生心理状态特点及辅导策略

杨显哲

(焦作市业余水上运动学校 河南 焦作 454150)

【摘要】随着我国经济的不断发展,大学生的数量不断增加,许多贫困大学生也读上了大学,但他们仍然存在着许多的心理问题。如果能够很好的疏导贫困大学生的心理困扰,能够促使他们更加精力充沛的投入到学习生活当中。如果不及时疏导大学生的负面情绪,会产生难以弥补的后果。本文主要分析贫困大学生的心理特点,以及改善贫困大学生心理特点的辅导策略,以此帮助贫困大学生改善心理问题。

【关键词】 贫困大学生; 心理特点; 辅导策略

引言

随着教育的不断发展和高等教育产业化的不断深入,高等教育的学费越来越高,贫困大学生在某种程度上难以承担这样的压力。贫困大学生作为大学生中的特殊群体,他们的心理状况越来越成为大众关注的热点。如果贫困大学生具备较强的心理素质,不仅仅能够更好的接触交朋友,同时还能够增强学习效率。由此可见,有效的改善贫困大学生的心理问题具有十分重要的意义。

一、贫困大学生的心理特点及其成因

(一) 自卑感、负疚感、焦虑

由于大多数的贫困大学生家庭经济不够富裕,他们的成长环境与家庭经济较好的同学存在着一定的差异。他们在交流话题方面找不到共同话题,甚至心理承受能力较差的贫困大学生会因此感到自卑。所以他们会通过自己的努力把成绩提上去,来维护个人的尊严。在巨大的学习压力下,可能有的学生难以提高学习成绩,进而自身的自卑感逐渐发展成负疚感。学生难以达到学习成绩的期望,也会对自己的评价越来越低,逐渐产生消极的心理状态。焦虑是每个人都会产生的心理状态,然而贫困大学生更容易出现焦虑的状况。他们的学习生活难以得到保障,同时也因学习压力大而感到焦虑,除此之外,面对严峻的就业形势,他们更加无法心平气和。如果焦虑的负面情绪得不到及时的排解,长期的积累会造成情绪的抑郁低落,长时间的压抑会引发严重的心理问题,甚至会造成无法承受精神压力而自杀的现象。

(二) 人际交往不良

一个人具备良好的人际交往关系,能够增强对生活的自信程度。在贫困大学生当中,有的学生因为自卑的原因,不敢与身边的人展开积极的交流和沟通。他们只是生活在自己的圈子里,遇到烦心事时找不到倾诉的知心好友。长时间的自我封闭,无法排解心中的苦闷,然后周而复始出现焦虑恐慌的现象。自我封闭的状态会导致他们更加的不懂得与别人沟通,社交恐惧症得不到及时的解决会造成抑郁的心理状态。

(三) 依赖心理

贫困的大学生因为经济不足的原因,不敢与别人过多的社交,因此他们会过多的依赖自己的父母。因为经济实力的不足,他们不相信自己有改变命运的能力,缺乏克服困难的决心和勇气。再加上知识面狭隘的原因,难以踏出自己的圈子,在这样的循环中逐渐迷失自我,找不到生活的意义。

二、解决贫困大学生心理问题的应对策略

如果能够很好的改善贫困大学生的心理问题,不仅仅能够让他们更快乐的生活,同时有助于他们把精力充分的投入到学习中。改善贫困大学生的心理问题是各大高校的思想政治工作的重要工作之一,在日常生活中,教师和学生都应该主动关心贫困大学生的学习和生活,促使他们能够更好的打开自己的心扉,展开社交的橄榄枝,增强热爱学习的积极性。

(一) 建立并完善资助体系,协助贫困生顺利完成学业

贫困大学生之所以完成不了学业,在资金方面上存在着一定的问题。学校能够很好的完善贫困大学生资助体系,能够在一定程度上激励他们刻苦学习,以更加饱满的精神状态完成学业任务。贫困大学生真正的拥有了上大学的经济基础保障,能够有效的减少他们在同学中的自卑感,增强与人交往的自信程度。因此,学校需要建立并完善良好的资助体系,让国家资金能够真正的发放到需要应对困难的贫困生手中。与此同时,大学生在申请资助金的时候学校应该严格审核,避免资助金发放到吃喝玩乐的学生手中。学校建立并完善资助发放制度,以严谨的态度帮助贫困大学生,给予他们必要的关注和关爱,能够有效的解决他们的心理问题,同时也有助于他们增强学习的积极性。

(二) 加强思想教育,培养健康的心理

贫困大学生比较容易出现不良心理状态,因此相关的心理辅导师应该加强对贫困大学生的辅导工作,促使他们以积极的态度改善自己的不良心理。贫困生因为缺乏生活必要的资金,无法与富裕的同学相提并论,难免会出现自卑的心理状态。教师如果能够加强对贫困生的思想教育,疏导他们的不良心理,有效的缓解他们攀比的心理和改善他们过于敏感的性格。学校和教师应该积极的调查这类学生的家庭实际情况以及心理状态。学校应该积极设立相关的心理辅导室,并且开展相关的健康心理讲座,倡导积极构建良好的心理状态,鼓励遇到心理问题的学生敢于大胆的咨询心理辅导师。除此之外,学校也可以构建多个心理咨询辅导班,让贫困大学生踊跃报名参加听讲座,促使他们敢于面对消极心理状态,以及帮助他们树立积极的人生态度。与此同时,教师应该积极组织同学之间开展健康的活动,主动关心贫困生的心理变化,鼓励他们踊跃的参加课外活动。学生只有参加足够的社交活动,才能更好的敞开心扉,慢慢的改变自闭的状态,逐渐提高与人沟通的能力,增强社交的勇气。

结束语

综上所述,教师想要改善贫困大学生的心理状态并不是一件简单的事情。教师不仅仅需要给予他们物质上的帮助,同时还应该加强对他们的关心和理解。贫困生如果能够有效的改善自身的心理问题,可以在社交圈中以更加自信的态度面对生活,在学习过程中更加愿意刻苦努力。学校和教师应该在最大程度上帮助贫困生解决资金问题,以及帮助他们树立健康的心理状态,促使他们发愤图强成为国家栋梁。

参考文献

- [1] 曲鹏达. 大学生健康状况和影响因素调查分析[D]. 云南中医药大学, 2019.
- [2] 范苏伟. 大学生心理健康管理体系的构建[D]. 广西师范大学, 2019.
- [3] 王大明. 思想政治教育视角下高校大学生心理健康管理机制构建路径[J]. 锦州医科大学学报(社会科学版), 2019, 17(2): 43-47.

高速公路运营企业员工思想教育工作分析

杨瑞峰

(临汾北高速公路管理有限公司 山西 临汾 041000)

【摘要】在我国现阶段,因为高速公路运营企业有着其自身的特点,从根本上来说,也可以算作为企业。所以只要是在企业中,员工的思想教育工作在总体工作中占很大比例,但是在企业这个大环境下,高速公路运营企业员工思想教育有着独特的地方。

【关键词】 高速公路; 运营企业; 思想教育; 工作分析

随着我国不断的政治建设 with 思想建设不断的深入推进,高速公路这个运营企业不断的出现在大众的眼中,与我们的生活变得息息相关,在生活劳作过程中发挥着重要的作用。所以要面对新时代之下的新挑战,就要做好员工的思想教育工作。

一、高速公路运营企业员工思想教育的现状

1. 员工的思想政治意识比较薄弱

因为高速公路运营企业具有它本身的特殊性,而且表现在企业规模较大,流动线比较长,企业人员较为不集中,有很多的员工长时间驻扎在我国偏远的地区,有甚者长期在户外工作,所以各种设施及条件比较落后。无论是自然条件还是人为条件都比较欠缺,企业员工的思想教育工作很难落实到每一个工作人员上。而且还有一些企业员工受到固有传统思想的影响,认为思想工作不应该实行到员工的身上,而是加强对领导的教育,与自己没有任何关系,所以在员工的内心深处是抵触的。

2. 思想工作交流体系不完善

因为近几年我国高速公路的快速发展与改革,造成了与思想工作发生了脱节,造成了企业发展与思想工作的发展不能做到完全统一,导致了高速公路运营企业思想工作交流体系的不够完善。因为高速公路运营企业有了其自身的特点,员工受到工作特殊性的影响,造成了员工在工作交流中受到了制约因素的影响,而

且到了我国发展的今天,至今对于该问题没有较好的应对策略,而且该问题也同时拖住了高速公路运营企业员工的思想教育工作。

3. 未把思想工作作用到实处

因为每一个企业有其特殊问题,未能把思想工作作用到实处,这个问题不光体现在高速公路运营企业,在很多企业也能发现出来。因为思想工作主要为特色的理论教育,所以相对应的思想工作也变得更枯燥乏味和刻板老套,所以很多员工对该教育的事情有着很大的抵抗性,所以未能把思想工作作用到实处。所以应该更多的把思想工作赋予更多的生命力,容易被人们接受,达到员工喜闻乐见的程度。

二、高速公路运营企业员工思想工作应对策略

随着我国各个方面经济建设的快速发展,企业员工思想工作也要及时的跟进,所以该项工作也要适应于高速公路运营企业的发展要求,及时的调整能适应广大的员工,这就要求要把思想工作落实到每个人身上。

1. 考虑到每个个体的特殊性

在员工受到思想工作教育的同时,企业要把握住每一个员工受教育过程中的时间、地点、人物和情景。还要首先想到,应该结合企业本身的优势,把思想工作