

高校特殊群体学生心理健康问题研究*

吴 汉 皮祖训 苏俊铭

(湖南科技大学 资源环境与安全工程学院 湖南 湘潭 411201)

[摘要] 本文旨在研究高校不同类型特殊群体的特点及其相应的心理健康问题研究。从不同视角分析了心理健康问题的干预机制, 主要从情感关怀、心理疏导、管理方式及育人方法的优化为高校的心理健康教育指明方向, 也为引导大学生学会自我成长, 切实解决其交往困扰提供依据, 具有一定的理论意义和实践意义。

[关键词] 特殊群体学生; 心理健康; 心理干预

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.07.1335

1 前言

近年来, 我国高等教育体制改革不断深入发展, 招生规模日益扩大, 高等教育日渐“大众化”, 高等院校中的特殊学生群体随之凸显出来, 成为高等院校教育和管理不容忽视的重要问题。大学生中的“特殊群体”是指高等院校大学生群体内的部分由于各种特殊原因形成相似行为特征、心理特征等的非正式群体, 虽然对特殊群体的界定标准不同, 但共同认可的观点是大学生中的特殊群体均是心理障碍高发人群。为数不少的特殊学生群体, 他们的心理健康问题不仅不利于他们自身发展, 在一定程度上也影响了高等教育的质量, 对高等院校的和谐、稳定和发展也产生了一些不利影响。关注高等院校特殊学生群体心理健康, 研究他们的思想和行为特点, 建立健全高等院校特殊学生群体心理健康研究工作机制与对策, 有针对性地解决高等院校特殊学生群体存在的心理健康问题, 高度关注大学生特殊群体, 对大学生特殊群体的思想政治教育和途径进行积极探索, 帮助他们度过人生的困难期, 树立正确的人生观、价值观、世界观, 是高等院校和谐发展面临的重大问题, 意义不容忽视。

2 大学生特殊群体的分类

从不同的角度出发, 大学生特殊群体的分类并不一致, 对大学生特殊群体的划分也展现出了不同的侧重点, 很难以某一种分类囊括所有的类型。针对我国高校在校生的具体情况, 在前人研究的基础上特将高等院校“特殊群体”分为以下几类: (1) 贫困型: 农村和城镇贫困户, 属于等贫困地区考上来的和虽然生活在城市但是家庭经济拮据的学生; (2) 行为异常型: 指那些沉迷网络游戏、盗窃群体以及违纪群体; (3) 低成就型: 包括那些本来很优秀但是由于不适应学习而表现出低成就的学生; (4) 家庭问题型: 包括学生父母离异、单亲家庭学生以及留守家庭等; (5) 生理障碍型: 包括患有重大疾病或身体残疾的学生; (6) 情感障碍型: 包括失恋群体、单相思群体以及交往困难群体; (7) 其他型: 包括延长学制、受过纪律处分、对学生工作产生抵触情绪的学生。

总的来说, 大学生特殊群体主要指家庭经济困难、地域文化适应不良、网络游戏成瘾、特殊宗教信仰等学生, 或是学习能力和学习成绩较差, 或者心理、身体上存在某种问题的学生群体集合。大学生是祖国的未来, 肩负着历史的使命。我们必须加大对大学生特殊群体的教育和管理, 这样他们才能更好地适应社会。大学生特殊群体大部分都存在心理问题多、行为异常、人格扭曲等问题, 因此, 对于这些特殊群体, 我们通过各种途径对其进行援助, 让他们树立起战胜困难的决心, 及时和他们沟通, 帮助他们塑造良好的人格, 解决其交往困扰, 促进其自身发展。

3 特殊群体心理问题干预

(1) 鼓励敞开心扉积极交流

对人际交往的认知, 主要是对交往过程中的目的、内容、意义的认知。人际交往之所以会建立, 主要是双方对彼此有一定的需要, 目的是交流信息、增进友谊, 进一步满足共同的需要。属于特殊群体的学生, 心理十分抗拒交流, 很难捕捉到与其进行交流的对方的谈话重点以及所传递的信息。交流不畅导致内心产生恐惧, 躲避与人交往。积极干预不擅与人交流, 沟通能力较差的学生要勇敢积极地与人交流, 站在对方的角度思考问题, 不要沉浸在自己的世界。与人交流, 敞开心扉, 让自己的压力得以释放, 在与人交流的过程中更好地端正自己的世界观、价值观。增强自信, 慢慢走进他人内心。交流、交友的出发点都是“交”, 把自己的内心交出去, 不要封锁自己, 封闭内心。

(2) 提供恰当情绪宣泄的机会

情绪宣泄包含正性和负性情绪宣泄两种。正性主要指的是表达积极肯定的情绪, 负性指的是焦虑、抑郁等消极性的情绪。在团体辅导当中, 情绪的宣泄是团体

人际互动水平的一个重要标志, 当团体出现较大冲突时, 负性情绪宣泄会随之提高, 若团体氛围是积极性支持的, 那么相应地正性情绪宣泄也会随之增高。因此, 对于大学生特殊群体, 平时过分压抑自己的情绪表达, 如若能提供适当地情绪宣泄机会, 相信会极大地促进人际关系的沟通。要给学生提供宣泄自我情绪的机会和空间, 让不良的情绪得以适当的宣泄, 减轻内心压力, 减少不良情绪。

(3) 引导学生进行适度深层的自我暴露

自我暴露的具体内容可以分为一般信息、态度、自我概念和隐私四个层次。一般信息主要指的是显而易见的, 和他人之间相关的信息, 包括最基本的个人信息以及发生在自身身上的事情, 譬如旅游、回家等。而态度层面的自我暴露主要指的是个体对事情的看法和观点, 包括对事件的认识和态度。自我概念更多的是个体对自身的特征、行为表达方式以及人际关系模式的认识与理解, 主要包括对自己的认识和对自身人际交往模式的认识。隐私层面则涉及个体不为人知的部分, 这是人际交往过程中较为深入的层次, 一般说来需在深厚人际关系建立的基础上才会到达该层次。自我暴露, 让自己变得光明化, 只有自我暴露才能得到更多人的了解, 也才能了解更多的人。干预沉溺于网络的大学生让自己变成一个真实的集体成员, 更多的生活在现实之中, 把自己完全的呈现在别人的面前, 让自己的人生变得光明、积极。

(4) 传授良好人际交往技巧

对于维持良好的人际互动, 及时性的反馈对其有着极大的促进作用。反馈本身, 就是个体之间的交流和互动。但并不是所有的反馈都对人际交往有着正向的影响。有研究表明, 人际交往过程中主要存在三种反馈形式, 分别为一般性反馈、支持性反馈和挑战性反馈。一般性的反馈, 简单说来就是基本的回应, 这种回应对应人际交往的沟通并不会产生较大的促进作用, 只能简单维持沟通的持续性。而支持性反馈对于构建健康的交际氛围、促进人际交往的顺利进行有着极大的促进作用。支持性反馈一般包括应答、接受、赞同、评价式反馈等几个方面, 而应答式和赞同式反馈在日常人际交往中使用频率较高, 对会话交流的顺利进行也有着良性的促进作用。挑战性反馈主要指的是在交往过程中引起冲突的反馈, 通常会导致会话的中断。对于特殊群体大学生来说, 常用的会话反馈形式为一般性反馈和挑战性反馈, 由于对事件认知的不同以及对现实问题的逃避, 他们在人际互动中通常采用附和性反馈或者由于概念的不同而采取挑战性反馈, 通常会导致会话的短暂、不流畅且突然地中断, 因此在对特殊群体大学生进行干预的最后应鼓励他们多使用支持性反馈, 多发现个体之间的共同性以及对他人的共同爱好, 以此作为突破口建立良好的人际沟通。

4 结论

本文针对特殊群体大学生中自身特点的影响、大学生自身生理因素的影响、人格特征、家庭、学校等因素的影响进行了分析研究。由于各种社会事件反映出的社会公正的缺失, 使得部分大学生产生了读书无用论、奋斗不如出身等各种错误信念, 出现了自暴自弃的现象。这些问题尤其突出地在特殊群体大学生当中体现。特殊群体学生的心理问题主要表现在与真实脱轨, 沟通能力不足; 个体性格多元, 交友产生恐惧; 生活复杂多变, 处理问题困难这三方面, 并提出了从鼓励敞开心扉积极交流; 提供恰当情绪宣泄的机会; 引导学生进行适度深层的自我暴露; 传授良好人际交往技巧。

1、教育部高校思想政治工作队伍培训研修中心(郑州大学)2020年度思想政治工作队专项课题研究项目(项目编号: ZZUKFYB202017)成果

2、湖南科技大学大学生思想政治教育研究项目(132018)成果

如何培育大学生生命意义感的探讨

郭芳姣

(湖南水利水电职业技术学院 湖南 长沙 410131)

[摘要] 生命意义感是指个体关于自我存在的认知生命目标的追求和生命过程的体验。伴随社会的发展, 很多大学生生命意义感现状不容乐观。大学生生命意义感主要受个人、家庭、社会的影响。为此, 本文提出培育大学生生命意义感的对策: 提升大学生自我的生命意识、筑牢家庭教育的基础、完善高校的教育方式。

[关键词] 生命意义感; 生命愿景; 生命意识

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.07.1336

近年来, 大学生的精神文明建设成了众多高校关注的热点问题。当前, 物质生活相对富足, 然而部分大学生茫然无措, 精神上极度匮乏, 生命陷入了“存在空虚”。大学生能否具有较高水平的生命意义感和具有正确的生命价值观, 是关系自身成长、家庭幸福、社会和谐的重要因素。因此, 提升大学生的生命意义感具有十分重要的现实意义。

一、生命意义感的内涵

早在19世纪初期, 哲学家弗兰克尔首次提出了生命意义感这一概念, 他把生命意义感定义为人类动机的来源, 在他看来, 人类的本能就是追求有目的有意义的生活, 生命意义因人而异。随后国内外学者根据各自不同的理解对生命意义做了自己的定义。Wong(1987)认为生命意义可分为情感、认知和动机三部分。国内学者对生命意义感的涵义也进行了界定。李虹(2006)提的“生命愿景”说是指对于自我超越的生命意义的追寻和从中获得的生命控制感。包括自我超越的生命意义、生命意义追寻、社会控制感。张利燕(2010)认为, 从内容上来说, 生命意义感包含目标、统合及实现感三个核心特征, 结构上具有多维度结构, 可分为情感、认知和动机。最后, 生命意义因个体特征有差异, 但具有相对稳定性。综上所述, 生命意义感是指个体关于自我存在的认知、生命目标的追求和生命过程的体验。

二、生命意义感的影响因素及影响

研究者们从很多方面对生命意义感的因素进行研究, 其中主要包括个体、家庭和社会环境等。个体方面主要从性别、年龄、年级等方面进行相关研究, 但是这方面的研究并没有统一结论。就性别来看, 何英奇(1987)对国内大学生调查发现, 生命意义感存在显著的性别差异, 且女生得分高于男生。但陈秀云(2007)、李璐、梁家凤(2017)发现表明性别并没有使生命意义感产生显著差异。生命意义感在年龄上的研究也没有一致的结果。陈秀云(2007)认为, 大三学生的个人生命意义感显著低于其他年级。王亦菲(2017)的研究表明, 初三学生的生命意义感是整个初中阶段最高的。从家庭角度出发, 家庭是影响大学生生命意义感的重要因素。

个体的生命意义感与身心健康存在密切关系, 在适应环境变化中起到非常重要的调节作用。Zika和Chamberlain研究发现, 生命意义对主观幸福感具有正向预测作用, 与心理痛苦、消极情绪均存在较强的负相关, 与心理幸福、积极情绪均存在较强的正相关。赵晴的研究指出生命意义感与自尊、容纳他人和总体幸福感呈显著正相关, 与焦虑呈显著负相关。清华大学教育研究所李虹的研究结果表明个体在应激条件下的忧郁等负面情绪、自尊和普通健康问题可以通过自我超越生命意义调节, 但却不能显著地影响焦虑情绪和自我肯定。

三、如何培育大学生的生命意义感

通过对大学生生命意义感的相关研究进行梳理,我们认为当前大学生生命意义感主要受自我、家庭、学校等因素的影响。由此,我们提倡提升大学生生命意义感需要从提升大学生自我的生命意识、筑牢家庭教育的基础、完善高校的教育方式等方面整合入手达到良好的效果。

一、大学生要拥有正确的生命意识。大学生需要了解生命的基本知识,认识到生命的内涵、本质,以及生命与死亡的关系,通过建立这些认知系统来更好地理解“活着”对于什么的意义,将生命当做其他一切生活活动存在的前提。并由此培养自身的生命价值感。理性对待生死,爱护自己的身体,珍重自己的生命,由自爱延伸到对家人、社会的热爱和责任。大学生可以通过有意义的积极的创造和工作,体验强烈的责任感,改变看待事物的态度获得生命意义感。

二、要营造和谐的家庭氛围。家庭是青少年成长成才的基本环境,家庭氛围直接影响着每个家庭成员的心理成长,尤其对青少年良好的个性品格的形成。生命价值感高的家庭,通常情况家庭氛围较为民主、和谐,家庭成员能够体会到更多的安全感,生活积极性更高。同时也有利于父母和青少年之间保持良好的沟通,及时解决分歧,改善亲子关系。家长应当努力营造和谐温暖的家庭氛围,让孩子能够在健康、民主、和谐的家庭环境中成长。

三、开展生命教育课程的建设。大学生生命教育是高校提升大学生生命意义感的主要方式和途径。生命教育课程能够引导大学生获取生命的意义,拥有积极的人生体验和生命态度。通过生命教育及其体验活动可以有效提升大学生的生命意义感。学校生命教育需要与其他学科中互相渗透,同时又需要设置专门课程,同时高

校的生命意义课程需要结合青少年的身心发展特点,使大学生系统获得生命教育知识,掌握相关技能,本质上认识生命,形成尊重生命、热爱生命的观念和态度;提高生命责任意识;挖掘自己的生命潜力,提高生命质量,理解和探索生命的意义。

参考文献

- [1] [奥]维克多·弗兰克尔. 追寻生命的意义[M]. 何忠强, 杨凤池, 译. 北京: 新华出版社, 2003: 34.
- [2] 李虹. 自我超越生命意义对压力和健康关系的调节作用[J]. 心理学报, 2006(3): 422-427.
- [3] 张纯熙. 农村小学生生命意识教育的缺失及对策研究[J]. 法制与社会, 2017(9): 246-24.
- [4] 杨婷. 积极心理学视阈下的高校生命教育探析[D]. 长沙: 中南大学, 2013: 17.
- [5] 朱余杰. 人本主义教育思想视角下大学生生命教育探析[D]. 焦作: 河南理工大学, 2012: 78.
- [6] 贾林祥. 社会控制视野下的青少年生命意义教育[J]. 心理学探新, 2012(6): 246-24.
- [7] 何英奇. “大专学生之生命意义感及其相关因素: 意义治疗法基本概念之实证性研究”, 《教育心理学报》, 1993年第22期.
- [8] 沈清清. 青少年的生命意义感与幸福感中国心理卫生杂志, 2013, 8(7): 634-640.

基于“国才考试”的大学英语教学改革探讨

徐萍

(沈阳师范大学外语教学部 辽宁 沈阳 110034)

【摘要】“国才考试”是全新的沟通为导向的英语能力测试系统,选拔适合不同职业需求的人才。将国才理念融入到大学外语教学中,对大学英语的教学改革会产生积极的推动作用,有助于培养出符合时代需求的国际人才,提高学生的就业能力。

【关键词】国才考试; 沟通; 教学改革

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2020.07.1337

21世纪,外语人才的核心能力是思辨能力和跨文化交际能力,培养能够用英语进行各层次国际交流和沟通的国际人才是大势所趋。由中国外语测评中心权威推出的“国才考试”(English Test for International Communication,简称ETIC),适应时代发展,填补了国际人才评价体系的空白。在大学英语教学中适当融入“国才考试”的理念,不但符合时代发展的需要,对大学英语的教学改革也会产生积极的推动作用。

一、“国才考试”概述

“国才”既指国家人才,也指国际人才,其核心素养包括国际视野与协同合作能力,跨文化理解与表达能力,分析问题与解决问题能力三个维度。“国才考试”的特点可以概括为“服务职场,聚焦沟通,重在参与”。“国才考试”是以沟通为导向的英语能力测试,其主要框架包括口头沟通能力和书面沟通能力测试。“国才考试”秉承“分类优秀”的原则,分为“国才初级,国才中级,国才高级,国才高端,国才高翻”五大类别,满足不同层次国际交流活动的不同需求,选拔适合不同职业需求的人才。

二、“国才考试”融入大学英语教学的必要性

“国才考试”所反映的人才培养的理念,与大学英语的人才培养目标完全一致。将“国才考试”与大学英语教学有效地融合在一起,有助于优化大学英语课程设置,完善大学英语教学方法,改进大学英语的测试体系,还可以提高学生对外语学习目的的认知,激发学生的学习动力和积极性,提高英语教学的效果,增强学生的就业能力。

传统的大学英语教程通常以人文主题为中心编写教材,注重课堂教学和考试也是围绕这样的主题或活动进行的语言能力方面的测试。《大学英语教学指南》强调的“大学英语教学以英语的实际使用为导向,以培养学生的英语应用能力为重点。”大学英语不应该是高中英语的延续,应当突出大学英语职业化、工具性的特点,使学生不仅在日常生活中,在职业领域也能熟练地使用英语进行沟通。大学英语的教学可适当增加职场内容,将“国才考试”与大学英语教学进行有效结合,帮助学生熟悉职场文化,有针对性地培养学生职场英语应用能力,为将来步入职场做好语言准备。

大学英语的测试是从听、说、读、写等各方面分技能、分知识层面的分散型测试,而“国才考试”强调技能的融合,是以任务为中心的考核方式,不但考查学生的语言理解能力,同时考核学生的口头和书面沟通能力。考生根据自身英语水平和需求,自主选择相应级别的考试,目标明确,充分发挥测试对学习的促进作用。在大学英语教学中融入“国才考试”的理念,有助于将传统的对学习效果的测试,转变为真正的以考促学。

三、国才考试融入大学英语教学的实施策略

1. 更新教学理念,培养国际人才

“国才考试”分类优秀的设计理念,适合不同的职场需求,可以选拔适合不同领域、不同岗位的优秀人才。在以国才考试为基础,强化学生的职场英语沟通能力

的过程中,教师要转变教学理念,充分发挥国才理念对大学英语教学的指导作用,不断获取新的教学内容,调整大学英语教学目标。根据国才考试的内容和标准,对教学内容及课程设置进行适当调整,通过设置典型的职场沟通任务,培养学生的沟通能力,提高学生职场英语运用能力,使英语教学生现出“职场+沟通”的特色,增强学生的就业能力,实现国际人才培养目标。

2. 改进教学方法,拓展课堂教学内容

社会的发展必然对国际人才的需求不断增加,要求也越来越高,而大学英语教学却面临着课时削减和学分减少的现状。这就要求教师要不断改进教学方法,打造高效课堂。教师可采用翻转课堂,充分利用现代化教学手段,设计好教学内容,安排好学生的自主学习,在课堂上对学习内容进行检查和深化,设计好相应的互动活动。教学内容的设置应打破传统教学只关注学生语言知识和语言技能的框架,设置职场活动情景,明确交流各方的身份及交流目的。通过模拟场景和设定工作任务等方式来学习英语,学生既能获得真实的职业体验,又能将所学英语知识较好地运用到工作实践中。

3. 更新语言测试标准,反映整体测试理念

传统的大学英语课程是通过一套试卷对学生的语言技能进行分项测试,检验学生一个学期的学习效果,测试结果意味着学习终止。这种测试并不能有效测试学生的英语应用能力。国才考试的测试以构建型任务为主,要求学生通过自主表达进行作答,并且需要做到技能的融合,如测试学生的听说能力,读写能力等,对学生的英语运用能力进行多元测试。大学英语测试可借鉴这种构建型任务为主的测试方式,在平时的教学中通过既定的任务模块对学生的英语沟通能力进行综合测评,形成评价,让学生明确自己需要改进的地方,不断调整学习策略。也可以像一些院校一样,将国才考试纳入本校的外语能力评价体系,鼓励学生参加国才考试,实现测试多样化,激励学生为提高自己的语言应用能力而努力,实现培养国际化人才目标。

国才考试不但反映了新时期人才培养目标,体现了外语教学新理念,同时也体现了语言测试的新趋势。将国才考试合理地与大学英语教学相融合,必将为大学英语教学的改革产生积极的推动作用,为大学英语教学的改革提供新的思路。

参考文献

- [1] 王雪梅. 全球化、信息化背景下国际化人才的内涵、类型与培养思路——以外语类院校为例[J]. 外语电化教学, 2014(1): 65-71.
- [2] 杨莉芳. 融合思辨能力与跨文化交流能力的语言测试任务设计——以“国际人才英语考试”为例[J]. 外语界, 2018(02): 49-56.
- [3] 罗凯洲, 韩宝成. 国才考试的构念界定、任务设计与评分方法[J]. 中国外语教育, 2018, 11(01): 40-46.

作者简介:

徐萍,女,辽宁东港人,副教授,研究方向:跨文化交际。

应用型专业人才培养下的高校英语教学改革探讨

孟凡明

(白城师范学院外国语学院 吉林 白城 137000)

【摘要】随着我国社会主义市场经济的不断发展,高校的教学改革也在不断创新,大学英语教学改革模式上的改革,无论是从形式上进行创新,还是从本质上都已经完全符合一个合理的教学改革事业发展总体思路。本文针对我国应用型大学英语专业人才培养中的教学模式,在当前我国针对专业英语培养教学模式整体改革进行过程中,以及改革相关几个重要方面及其应用案例进行教学案例研究分析和教学理论实践研究。

【关键词】高校英语; 应用型人才; 教学改革

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2020.07.1338

引言

随着当前我国市场经济的快速发展,以及对高校应用英语专业技术人才的选拔培养应用需求越来越多,要正确选择培养高校企业应用型语言英语专业人才

教育方向,针对目前关于我国大学在校大学生应用英语教学中普遍存在的一些突出问题,以及未来英语应用的教学研究发展方向,对当前英语人才培养模式创新管理模式,对我国大学在校大学生应用英语教学模式进行改革相关问题进行了深入研