

# 让“局外人”健康融入大家庭 ——残疾学生健康发展教育的探索与实践

冷淑敏

(江西财经大学现代经济管理学院 江西 九江 332020)

**【摘要】** 残疾生,作为高校特殊群体中的“双困生”,需要给予特殊的关爱和支持。文章采用案例分析法,从心理辅导、营造校园环境等角度入手,提出实现残疾学生“局外人”向“局中人”转变的有效措施。

**【关键词】** 残疾生;心理辅导;营造环境;转变

## 1 案例背景

俞某,女,大学本科学学生。高二时,突发腿部肌肉萎缩,行动不便,到处求医救治,但无明显疗效。治病期间不忘复习功课,毅然坚持参加高考。俞某能考上大学,证明她具备顽强的毅力和生活能力,父母曾出言让她放弃入学,但她从来没有过这种念头。怀着对大学的热爱与憧憬,来到大学,当她看到同龄人活蹦乱跳,参加各种社团活动,生活过得丰富多彩时,心中自卑之感油然而生,只见校园里出现的她都是形影单只,听不见一丝她的欢声笑语。身体的缺陷使她经常暴露在大众异样的眼光中,她感觉自己已经成了别人议论和取笑的对象,“局外人”“另类”成为她烙在心底的代名词。

## 2 成因分析

### 2.1 心理环境方面

自卑是残疾学生最容易产生的心理问题。绚烂多彩的校园生活,俞某看在眼里,痛在心里。她渴望能像其他同学一样正常参与每项活动,但因腿脚不便,怕被人笑话,始终不敢迈出脚步,产生了一种强烈的自卑心理。她坠入痛苦和焦虑中,把自己封闭在一个狭小的内心世界里,她视自己为“局外人”“另类”,对于公众活动和人际交往采取了回避和退缩的行为方式。

### 2.2 环境适应方面

走进大学,离开了家乡熟悉的一切,面对的是陌生的校园环境;学习上没有了高中老师那般监督与叮咛;生活上没有了长辈的呵护和照料。俞某需要独立地处理自己的衣食住行,在短时期内难以适应。大学的学习内容多元化,既要学习理论,还要培养实践能力,丰富多彩的校园文化生活和大量的社会实践活动需要每个大学生积极营造和参与,这些变化,对俞某适应大学环境产生了不利影响。

## 3 辅导措施

### 3.1 多渠道做好心理辅导工作

#### 3.1.1 利用网络平台开展心理辅导工作

俞某的自我封闭,自卑自负,是现实与愿望产生冲突而造成的心理畸形现象,其根源却是内心强大的自尊心和强烈的进取愿望。利用QQ、微信聊天、空间访问、朋友圈评论等形式与她建立沟通,激起其内心的真实意愿,更多地了解她的心理动向。通过榜样力量、心灵对话、心情卡片等形式,在网上与她进行互动交流,并邀请更多同学参与其中,使俞某感觉自身并不是孤立的个体。

#### 3.1.2 建立心理健康档案,实行“面对面”心理辅导

抓住入学这一特殊时期,对俞某进行心理健康检查,并及时建立心理档案。开展“面对面谈话”,刚开始可以两周一次,逐渐增加次数,变成每周2-3次。采用情绪疏导、认知调整和行为指导等基本辅导步骤和方法,分析无助、困惑、自卑的原因和后果,帮助学生直面环境和压力,进行自我意识、自我接纳和自我欣赏。<sup>[1]</sup>

#### 3.1.3 充分发挥学生干部作用,引导残疾生自我调节

学生干部从学生中而来,他们相对熟悉,便于交流。安排班长、学习委员、生活委员、心协委员等学生干部密切关注俞某的学习、生活、心理、思想状况,做到及时发现、及时上报。学生干部从日常的学习生活中影响俞某,促使她调整心态,引导她自我调节。

### 3.2 营造良好的校园环境

#### 3.2.1 开展丰富多彩的课余生活

俞某擅于写作,具有一定的策划组织能力。班级举行中秋晚会,精心打造原创诗歌征集项目,主动为俞某搭建参与平台。她的活动策划方案大多被采纳,她写的话剧、小品、诗歌等作品被同学运用、表演,所获得的掌声和喝彩是对俞某最大的认可与赞赏。这样,俞某既在活动中发挥特长,深刻意识到自我价值的实现,又在活动中结识到更多的同学,打破了人际交往的心理屏障。

#### 3.2.2 开展各种爱心活动

积极发挥班委、社团的作用,主动从学习、生活、思想上关心俞某。俞某回家治病,耽误了不少课程,安排学习委员组织一些功课较好的同学及时给俞某补课,让她跟上同学们的学习步伐。在去教室路上,回寝室的途中,三五同学与俞某结伴而行,为俞某营造了一个宽容友爱、相互关心、和谐融洽的生活环境。俞某沉浸在温暖的大家庭中,不再觉得心里孤独、压抑和自卑。

#### 3.2.3 利用主题班会进行正面思想教育

主题班会是对学生进行思想教育的重要渠道。科学规划班会主题,将收到事半功倍的效果。如在“励志成才月”活动中,让学生讨论如何迎接挑战、超越自我,如何增强自信。学生通过小品、演讲、唱歌等形式,紧紧围绕主题展开,既激发学生的创造思维,又引起学生共鸣。这对于俞某来说,无疑是一种深度的心灵洗礼,具有强烈的激励效果。

## 4 总结启示

### 4.1 全面构建“平安和谐”校园

#### 4.1.1 重视安全教育,因势利导

残疾学生是学校乃至整个社会重点关爱的对象,安全教育是首要任务。在教学、管理工作中树立并体现“平安育人”的理念。因势利导,及时创新并优化育人理念,将培养目标从“残而不废”的浅层目标提升为“具有良好人格特征、具备生存能力且有创造性,并实现和谐发展”的深层目标。<sup>[2]</sup>

#### 4.1.2 优化校园环境,营造和谐氛围

校园内多设置安全标志和温馨提示,特别是一些存在安全隐患的地方,如楼梯口、湖边、马路拐弯处等,加强安全提示,使学生处在安全教育的情境之中。通过优化校园环境,营造健康、平安、和谐的校园氛围,残疾学生更能够找到归属感和安全感。

### 4.2 协调实施课内外辅导

#### 4.2.1 课堂教学讲“四合”

课堂教学中,教师采取因材施教、普遍性与特殊性相结合的原则,力争做到四个“合”:教学目标要合乎适中,既考虑全班同学的整体水平,也合乎残疾学生的特殊性;教学内容要合乎需要,从学生生活和工作的实际需要出发,合理选择教学内容;教学方法要合乎学生心理,灵活使用教学方法,密切关注残疾学生心理,鼓励残疾学生积极参与课堂;学习评价要合理中肯,鼓励为主,增强自信。

#### 4.2.2 课外辅导讲“三谈”

课外辅导是课堂教学效果的重要延伸,主要以“三谈”为主。“三谈”指演讲式谈话、讨论式谈话、谈心式谈话。演讲式谈话需要精心设演讲主题,有必要先对学生感兴趣的问题进行调研与分析,从而确定主题,论述观点清晰流畅,目标明确。谈心式谈话注重营造良好的情感氛围,采用亲切宜人的语言风格,消除隔阂,在轻松愉快的环境中,以真挚的心理活动感染对方,运用谈心策略,设法打开对方的思想闸门。讨论式谈话需要明确讨论的主题和要求,并且有效地控制讨论的进程和方向,对讨论加以适当的引导。

### 4.3 持续关爱残疾学生

#### 4.3.1 爱残助残,建立关怀帮扶长效机制

由于残疾学生特殊的心理因素,他们具有强烈的消极悲观、羞怯害臊的心理意识。开展爱残助残活动,成立“助残结对帮扶小组”,以分层分类救助制度为抓手,积极探索构建政策统一、上下联动的关怀帮扶长效机制,用理性的方式去理解残疾学生、对待残疾学生。

#### 4.3.2 采取特殊教育方式、方法

针对残疾学生这一特殊群体,教师要用“真心、耐心、细心”投入到教育工作中。针对残疾学生不同时期的心理状态及行为动向,有的放矢,有偏激行为时要“冷”处理,有抵触情绪时要“软”处理,心理脆弱时要“缓”处理。用“发现的眼睛”去寻找他们身上的“亮点”,以“欣赏的目光”寻找他们自豪的“支点”,增强其自信心,使其摆脱心理困惑,逐渐融入正常的大学生活中。

抓好残疾学生的健康发展教育,实现残疾学生由“局外人”向“局中人”的有效转变,既是提升教育质量,促进教育和谐发展的现实要求,也是培养社会主义时代新人的崇高使命和应尽责任。

## 参考文献

[1]许若兰.高校贫困生心理健康教育模式的设计与实施[J].中国青年政治学院学报.2016(2):23-26.

[2]沈吉昌.关爱和帮扶五种特殊学生群体的实践与探索[J].深圳信息职业技术学院学报.2019年(3):P52-P57.