

# 贫困大学生心理贫困与心理扶贫探析

杨犀子<sup>1\*</sup>, 牛娟<sup>2#</sup>, 徐嘉来<sup>3</sup>

<sup>1</sup>昆明医科大学海源学院, 云南 昆明

<sup>2</sup>云南师范大学学生处, 云南 昆明

<sup>3</sup>云南师范大学教育学部, 云南 昆明

收稿日期: 2023年11月1日; 录用日期: 2023年12月19日; 发布日期: 2023年12月28日

## 摘要

伴随国家资助政策体系的不断完善, 贫困大学生的保障性资助卓有成效, 但也出现了不少心理贫困的问题, 心理贫困问题主要表现在情绪、认知、意志、行为四个方面, 针对贫困大学生的心理扶贫需要着眼于大学生的全面发展, 注重心理发展的全过程, 从建立心理健康帮扶体系、加强价值观教育、合理设置资助项目、搭建素质提升平台入手, 塑造贫困大学生的主观能动性。

## 关键词

贫困大学生, 心理贫困, 心理扶贫

# Discussion of Psychological Poverty and Psychological Poverty Alleviation of Poor College Students

Xizi Yang<sup>1\*</sup>, Juan Niu<sup>2#</sup>, Jialai Xu<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Haiyuan College, Kunming Medical University, Kunming Yunnan

<sup>2</sup>Students' Affairs Office, Yunnan Normal University, Kunming Yunnan

<sup>3</sup>Faculty of Education, Yunnan Normal University, Kunming Yunnan

Received: Nov. 1<sup>st</sup>, 2023; accepted: Dec. 19<sup>th</sup>, 2023; published: Dec. 28<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

With the continuous improvement of the national funding policy system, the support for poor col-

\*第一作者。

#通讯作者。

文章引用: 杨犀子, 牛娟, 徐嘉来(2023). 贫困大学生心理贫困与心理扶贫探析. *心理学进展*, 13(12), 6441-6445.

DOI: 10.12677/ap.2023.1312822

lege students has been effective, but there are also many problems of psychological poverty, which are mainly manifested in four aspects: emotion, cognition, will and behavior. Psychological poverty alleviation for poor college students needs to focus on the overall development of college students and the whole process of psychological development. Starting from establishing mental health assistance system, strengthening value education, reasonably setting up funding projects, and building quality improvement platform, the subjective initiative of poor college students is shaped.

## Keywords

Poor College Students, Psychological Poverty, Psychological Poverty Alleviation

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

近年来, 贫困大学生的心理贫困和心理扶贫问题已引起了学界的广泛关注。心理贫困指的是不利于贫困阶层摆脱贫困的心理与行为模式, 主要表现为“志向失灵”与“行为失灵”(胡小勇等, 2019)。结合贫困大学生的心理行为特征, 本文认为心理贫困指的是不利于贫困大学生摆脱贫困的心理与行为模式, 主要表现为“情绪困境”、“认知困境”、“意志困境”及“行为困境”。心理扶贫指在通过物质资助解决现实困难的基础之上, 着眼于学生全面发展, 注重心理发展的全过程, 对贫困生的认知、情感、意志、行为进行深层次的教育与引领, 从心理层面推动贫困生健康成长和成才。

贫困生的心理贫困与心理扶贫问题的既往研究成果总结归纳如下: 一是对心理状况的研究, 常用量表有症状自评量表(SCL-90)和大学生人格问卷(UPI), 调查显示贫困生的心理健康水平比非贫困生低(王勇等, 2015)。二是对表现及类型进行分析, 贫困生的心理贫困主要表现在依赖性强、学习上的无力和厌烦心理、人际交往的障碍和不良的自我意识四个方面(李德, 2004), 主要集中在性格、人际交往和学习三方面的问题上(鞠慧, 2011)。三是对原因进行分析, 造成心理贫困的因素包括个人、家庭、学校、社会四个层面(张干, 2013), 有学者则从重视程度、扶贫形式、心理扶贫机制三个角度进行分析(董晓卉, 2020)。四是从提升心理健康水平的角度出发, 探讨心理扶贫的具体路径, 应该将解决现实问题、解决思想问题、解决心理问题结合起来(周明晶, 2019), 从社会和学校两个角度出发提出建议, 有学者认为社会应完善贫困生的救助机制, 学校也要加强贫困生的心理健康教育工作(蒋海燕, 徐丽君, 2013)。总之, 学者们大多将心理贫困与心理问题、精神障碍等同起来使用, 且所提出的心理扶贫政策也主要以提升学生心理健康水平为目标, 对贫困生的心理发展全过程缺乏足够的关注和系统的分析, 对贫困生的内生动力激发问题没有给予足够的关注, 凸显出现有研究的不足。因此, 本研究以心理发展全过程为落脚点, 系统梳理和概括当前贫困学生心理贫困的困境, 并据此寻求对策, 以期对高校资助育人工作有所裨益。

## 2. 心理贫困的表现

贫困大学生的心理贫困主要表现为“情绪困境”、“认知困境”、“意志困境”及“行为困境”, 情绪困境是个体容易产生消极情绪, 认知困境是对现实世界存在歪曲认知, 意志困境是个体产生贫困依赖、缺乏脱贫意志, 行为困境是个体容易做出不利于脱贫的行为决策。

## 2.1. 情绪困境

情绪是以个体愿望和需要为中介的一种心理活动,有学者采用症状自评量表的研究结果表明:贫困大学生具有强迫、抑郁、焦虑等负性情绪(刘阳, 2014),有学者采用质性的研究方法提出农家子弟围绕“农村出身”产生了一系列情感体验,如边缘感、迷茫感、疏离感(程猛, 2018),总体而言,贫困大学生的负性情绪多于正性情绪,产生原因包括在农村家庭和城市学校的穿梭中感受到的阶层差异(程猛, 2018)、在生活中面临就业难和学费贵的问题、由自卑心理和能力差导致的人际交往不如意等,除此之外,按照需要层次理论,贫困大学生及家庭由于国家和社会的帮助,低层次需要已经得到满足,逐渐产生了高层次的需要,当高层次需要得不到满足也会产生负面情绪(王含, 程倩春, 2019)。

## 2.2. 认知困境

个体的认知模式,即对事件的信念、看法和理解是在成长过程中逐渐形成并稳固下来的,心理贫困者对“贫困”和“自我”存在错误的认知(周明晶, 2019)。在看待贫困时容易犯“过度概括”的认知歪曲错误,即认为贫困是永远存在且无法改变的、既然自己经济贫困那么其他方面也不行。同时也容易将家庭的贫困归因于父母或者社会的不公平,出现归因偏差。在认知自我时又无法客观的认识自己,自我评价较低,认为自己不如其他同学,产生自卑的消极自我认知,在遇到挫折时又容易归因于自己或家庭的过失,看不到其他人的责任,出现“个人化”的认知歪曲。

## 2.3. 意志困境

脱贫意志的强弱对贫困主体的行为选择有着重大影响,随着政府扶持力度的加大,一系列兜底性的保障式资助滋生了部分学生的“懒汉”心理,产生了贫困依赖,具体表现为对资助政策有依赖心理,“等、靠、要”心理比较严重,将改变自己和家庭贫困的希望寄托于外界援助,缺乏通过自己努力改善生活的主观能动性,产生惰性心理,并且担心失去政策支持、失去经济援助和关怀,甚至将贫困作为一种新的生活方式。贫困依赖的产生与高校资助项目类型分布不均衡有关,高校当中存在比例过大的助学金或者助学类的奖学金,调查显示贫困生项目至少占资助资金总量的85%以上,只要认定为家庭经济困难学生就可以申请资助,容易在学校范围内形成“争穷不争优”的氛围,从而产生意志困境(朱阳莉, 李洪锦, 2020)。

## 2.4. 行为困境

贫困的成长环境造成了贫困大学生身上的某些不良行为,如回避社交情境,容易局限于眼前利益、忽略长远利益,对未来没有目标、没有规划,缺乏脱贫知识和技能等。在追求脱贫的梦想之路上,个体应该成为积极主动的脱贫者,但囿于贫困的成长环境形成了一种稀缺心态,把注意力聚焦于自身稀缺性最突出的问题,同时忽视其他问题,导致大部分认知资源都集中于解决与当前生存迫切相关的经济问题上(徐富明等, 2017)。如牺牲人际交往和学习的时间去兼职赚钱,从而导致没有认知资源去考虑与未来发展有关的问题,体现出对未来发展的迷茫感。

## 3. 心理扶贫的对策

心理扶贫是“扶贫扶志”的具体表现形式,旨在疏导消极情绪、改变不良认知、培养坚强的意志品质、提升知识能力,在进行心理扶贫时,借鉴心理学、教育学、社会学等领域的技巧和方法,提升内在心理资源,激发脱贫内生动力。见图1所示。

### 3.1. 建立心理健康帮扶体系

高校是心理健康教育的主阵地,贫困生的心理健康帮扶体系应该包括两个层次,一是针对贫困生由

于经济贫困引发的抑郁、焦虑、自卑等心理困惑或心理疾病，通过常规的心理筛查、建立心理档案、重点关注心理问题学生、咨询服务等方式方法，帮助其解决遇到的问题，使其拥有管理情绪的能力、调整思维方式的能力，能在心灵深处建造起坚固的防护墙。二是向贫困生的心理资本领域拓展，心理资本是一种积极的心理状态，主要包括希望、自我效能、乐观、韧性四个要素，通过发挥心理健康课程的主渠道作用、团体辅导与咨询技术、网络宣传、积极氛围的营造等方法，使贫困学生在知识教育和实践活动中培育自己的心理资本，促进自身的成长。

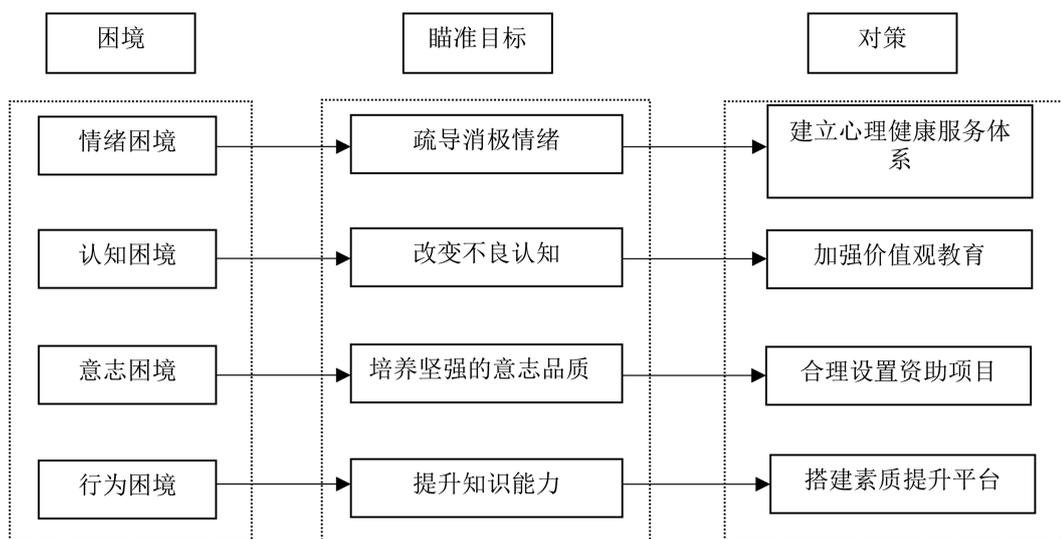


Figure 1. Psychological poverty alleviation predicament, aim and countermeasures

图 1. 心理扶贫的困境、瞄准目标及对策

### 3.2. 加强价值观教育

习近平总书记强调“扶贫先扶志”，价值观属于人的深层信念系统，会对个体的心理发展产生重要影响，价值观出现偏差会诱发心理问题的产生，因此在进行心理扶贫时，要注重引导贫困生树立正确的价值观，具体而言，对贫困生进行价值观教育需要从财富观和发展观上入手，在财富观方面要引导贫困学生正确认识金钱，金钱虽然在生活中不可或缺，但却不是人生的全部，金钱是评价自己和他人一个参考标准，但不是唯一的标准。不能为了赚钱而荒废学业，要将精力放在学业和能力的提升上来。同时还要加强金钱获取途径和金钱使用的教育，引导学生不要利用装可怜、撒谎的方式获得资助，摒弃不劳而获的价值观，教育学生将资助资金用于学习和生活的必要支出上，不可挥霍浪费。在发展观上，要引导学生将发展作为自身成长的第一要义，客观分析自己的优缺点，准确认识自己，明确自己成才的目标和努力的方向，增加学识、提升能力、不断发展自己，同时要将自己的发展和社会的发展结合起来，把个人的理想和社会发展的现实需要结合起来，如到基层、中西部、艰苦边远地区就业，在服务家乡、回报社会中贡献自己的力量。

### 3.3. 合理设置资助项目

目前高校的资助项目可以分为无偿资助-奖优型、有偿资助-助困型、无偿资助-助困型(朱阳莉, 李洪锦, 2020), 不同的资助类型有不同的资助目标, 不同的资助目标就会体现出不同的价值取向, 单纯资助困难学生的无偿资助-助困型和资助品学兼优困难学生的无偿资助-奖优型所传递出的价值取向是不同的, 无偿资助-助困型的资助项目, 如国家助学金、学费减免和临时困难补助, 因为只要求学生为

家庭经济困难学生,就有可能产生贫困依赖的福利政策弊端,而无偿资助-奖优型的资助项目,如国家励志奖学金或省政府励志奖学金,则会传递出“智志双扶”的价值内涵,要切实发挥出资金的价值导向作用,引导学生培养自立自强、艰苦奋斗的意志品质。因此在资金项目的设置和资金的配置上,逐步采取以奖代补的资助形式,提高有偿资助-助困型中国国家助学贷款的贷款金额标准,贷款资金除了涵盖学费和住宿费外,也可以涵盖在校期间的生活费用,同时可适当取消无偿资助-助困型的资助项目,并提高无偿资助-奖优型的资金预算比例,引导贫困学生关注成长的累积,强调对奋斗结果的肯定和激励,进一步鼓励他们积极进取、不懈奋斗。设立更多种类的勤工助学岗位,并鼓励贫困学生积极参与校内外勤工助学工作,使贫困学生能通过自己的劳动获取报酬,体验到自己的力量,感受到自我的价值,从而增强自信心,实现自强自立,改变被动接受资助的局面。

### 3.4. 搭建素质提升平台

由于贫困学生在成长过程中得到的资源相对缺乏,其在兴趣特长、语言表达、心理素质、专业能力等方面都处于弱势,因此要遵循高等教育的发展规律和学生成长成才规律,找准育人与学生需求的“结合点”,搭建心理支持平台,提升学生自信心水平;搭建能力提升平台,训练学生综合能力;搭建社会实践平台,培养学生自立自强品格;搭建诚信教育平台,强化学生信用意识。使他们能在外力的帮扶下,增强自身的造血功能,真正实现全面发展。

### 参考文献

- 程猛(2018). 农村出身:一种复杂的情感结构. *青年研究*, (6), 64-73+93.
- 董晓卉(2020). 高校贫困生心理扶贫工作研究. *中小企业管理与科技(中旬刊)*, (2), 116-117.
- 胡小勇, 徐步霄, 杨沈龙, 郭永玉(2019). 心理贫困:概念、表现及其干预. *心理科学*, 42(5), 1224-1229.
- 蒋海燕, 徐丽君(2013). 高校贫困生的心理特征和心理扶贫. *苏州教育学院学报*, 30(1), 99-102.
- 鞠慧(2011). 贫困大学生“心理贫困”分析及对策. *中国校外教育*, (8), 37.
- 李德(2004). 解析当代高校贫困大学生的“心理贫困”. *江汉大学学报*, (2), 101-103.
- 刘阳(2014). 贫困大学生心理健康测评比较研究——基于 SCL-90 和 SRHMS 测评法. *钦州学院学报*, 29(10), 81-85.
- 王含, 程倩春(2019). 心理扶贫:价值、困境及路径研究. *探索*, (3), 171-181.
- 王勇, 李艳萍, 黎妮, 黄日健(2015). 广西民族地区某高校贫困生心理健康状况调查. *中国健康教育*, 31(5), 467-469+496.
- 徐富明, 张慧, 马红宇, 邓颖, 史燕伟, 李欧(2017). 贫困问题:基于心理学的视角. *心理科学进展*, 25(8), 1431-1440.
- 张干(2013). 高校贫困生“心理贫困”现象及“心理扶贫”对策浅谈. *江苏教育学院学报(社会科学)*, 29(3), 39-42.
- 周明晶(2019). 发展型资助理念下高校贫困生心理扶贫探析. 硕士学位论文, 杭州:浙江大学.
- 朱阳莉, 李洪锦(2020). 高校大学生资助结构配置合理性分析研究. *黑龙江高教研究*, 38(9), 14-18.