

民办高校学生自卑心理研究

吴乙玉

西安交通工程学院

DOI:10.32629/er.v3i8.3079

[摘要] 近几年,随着科学技术迅速发达,社会经济蓬勃发展,民办高校学生心理健康问题逐渐彰显。其中,自卑心理已经是民办高校学生中普遍存在的一种心理问题。这种自卑心理已严重影响他们的学习和生活,将会阻碍他们未来的发展。通过对民办高校学生目前心理现状研究,探析出学生自卑心理的表现,促进民办高校学生管理工作,有利于新时期民办高校学生成长的研究工作。

[关键词] 民办高校学生; 自卑心理; 表现

中图分类号: G444 **文献标识码:** A

民办高校学生是社会的一个特殊群体,不光现在会存在,而在将来还会有更多。他们经历了枕戈待旦,披星戴月,荆棘密布的中学生活,经过一次次严格考试和精密筛选后,迈入了一个更高层次教育模式,象征着知识的浩瀚之海,代表着最权威学术和最璀璨艺术的殿堂,可以实现梦想的洁白象牙塔——大学时代。

近几年,我国大学生心理各项指标研究数据表明,依据大学生心理学家A·艾利斯认为,自卑不仅仅是本身不合理的观念造成的,还包括生活中所有不完美或不完整的感觉,如身体的、心理的或社会的障碍,都可能导致自卑。当前,大学生是心理疾病的高发人群,或极端,或消沉,而民办高校学生自卑心理却是普遍存在于大学生群体中的一类非常重要的心理问题。民办高校大学生自卑心理表现具体有以下几个方面:

1 从个人自身客观因素来看,主要表现在对自己外貌不能正确面对

在大学这样的大集体里,每个学生的外表都是与众不同独一无二的。有的个性不凡,如风飘扬,自感高处不胜寒;有的俏俊靓丽,风格迥异,自嘲飘渺不归宿;有的相貌平平,胆怯心懦,自吟璞玉不陈市。正是由于这些心理和性格上差异,以及对生活有着不同态度的选择,有

的同学认为自己容颜不佳或者身材不纤,所以变得自信缺缺,患得患失,就连走路也没有底气挺直腰杆,不敢目炯直视,亦不敢昂首挺胸,只是低眉敛首,把自己的存在感降低到了微米之下的单位,淡薄的几乎可以融入空气当中。他们总是避讳暴露在公众场合之下,一般情况下会选择蜗居在宿舍或教室,隐藏在自己独自构建的精神王国里,不轻易离开,也不准别人踏一步进来,一个人吃饭、散步、上课,独自一人去图书馆,自己成了自己一个人孤傲的风景。

2 从个人主观判断力方面来看,主要表现在个人思维、视野、认知能力的不足

现在进入大学都是95后,他们是热情洋溢、个性洒脱的青年知识分子,他们的思维是比较单一和片面的,而视野却是过于高远,对新事物的认知能力也是充满了独特之见,严格的说来是一种有着积极局限性的逆向思维,这是因为他们大多数都是独生子女,没有经历过岁月石磨的磨砺和生活里的种种艰难,成长道路上的选择和坎坷都由长辈辅助和安排了,这样一来,步入大学的他们宛如脱离了鸟笼的雀儿,被束缚禁锢的双翼得到了解放,父母的约束的枷锁已经被冲破,自此海阔凭鱼跃,天高任鸟飞,像冲天的雏鹰,妄想第一次振翅就扶摇直上九万里,这种自认为掌握一切,心比天

高的自负的心态很难在学业上达到他们自己的要求和欲望,也很难满足于他们的需求和荣誉,因此,他们会不满于自己的现状和生活而自甘堕落或者萎靡不振。

3 从个人内在性格方面的各异和缺陷

来自全国各地的莘莘学子们,他们有着不一样的地域文化差异、人文情怀、风俗习惯。在我们的大学里,就在我们的近距离之处,也不乏有这样的人,他们性格内向,意识消极低沉,个性孤僻屈怯,每天的大好时光都会在躲在宿舍度过,枉让光阴虚度,时间的长度和空间的宽度都被这样无所事事的态度消磨干净,曾经志比天高的梦想也像一缕青烟被淡风消然,提不起精神,打不起精力,扬不起斗志,定不了目标,实不了梦想,随着时光一点一滴的流逝,周围的人越来越优秀,成为自己难以企及的项背,悲凉失落的心理压力就像突然从深海暴出的章鱼触角,把他们周身迅速缠绕,那可怕的触角不但掌控着他们的身体,就连他们的内心也被一点点吞噬干净,被拉进深海底渊的他们会越陷越深,直到完全消失。

4 从个人自身能力来看,对自身认识没有正确的定位

对于大学生心理自卑的问题,低估自己的能力是一项最明显的指标,综合

其他几项指标,也是情况比较严重的一项。大学生在除了学习优劣和社交强弱外,在没有其他特殊的能力表现出来的时候,在周围的因素影响下,又急欲想去证明自己,很容易会去做一些自己能力不够的事,而每次所做的事都不能做到完美落幕,久而久之,就会认为做什么事都只会起到差强人意的作用,做不到尽善尽美的圆满结局,就会觉得自己事事不如别人,与其引来别人意味深长的目光,还不如老老实实呆着,反正自己是一个做什么都失败的人,还能有比这更差的结果吗?这样的心理态度也可以被认为是一种性格的缺陷,其表现为自我能力品质评价过低同时伴有一些特殊的情绪体现,诸如害怕、不安、内疚、忧郁、失望等,对个人前途信心不足,对自己将来从事的职业缺乏应有的荣誉感,他们具有普遍的特点:学习动机欠缺、自觉性稍差、目标较模糊。

5 从外在因素来看,主要表现在家庭环境差异、学校压力和社会竞争

大学是一个群居的场所,大家共聚一个教室、共处一个宿舍、共用一个食堂,在一起难免会一起讨论生活、学习、家庭等等。这样就会凸显出学生的家庭背景好坏、学习成绩高低、社会适应能力强弱等情况。他们在这些方面层次不齐,有的学生家庭情况优越,他们就很肆意的精彩生活,经常把一个月的生活过在了一天;有的学生家庭经济比较差,他们很拮据的生活,很不得把一分钱掰成两份用,处于经济低谷的他们不敢和

其他的同学共进共退,只是一个人默默地寻找适合自己的套餐,使其自卑心理凸显。在学习上,有的学生学习优异,备受老师、同学的呵护和喜欢,身边总少不了别人吹捧和称赞,有的学生学习靠后,一天忙忙碌碌却不见成果,而且,他们改变不了世俗的学习方式和模式,一味的寄托于教学老师和辅导员,因此,他们会觉得自己不如别人,比别人差而自甘堕落,逐渐产生自卑情结。然而,在社会这样一个大的冗杂的环境里,我们大学生个人在社会中的生存竞争能力它是包涵有各个方面,它也是一种具有比较性的指标,强弱是相对的,利弊是相互的,通常在实践中,主要与社会基准水平相比较而论的。随着社会经济的发展,社会各行各业对大学生的要求逐渐提高,学生们就会感到压抑而产生惶恐和举步维艰,从而追赶不上社会发展的前进步伐,慢慢地与社会脱轨,这样以来会产生求职意念落空和各种失落感、自卑感。

在推开那扇代表着教育体系最顶端学府之门的那一瞬间,一条星光聚成的大道出现,他们的内心是斗志昂扬的,也是平淡如水的,甚至是迷茫低沉的。不管如何,在旁人的眼光里,大学的生活世界是被羡慕和憧憬的,学而优则仕,过去,现在,将来,这都不会改变的。但是,民办高校学生很快就会发现自己没有公办以及比自己好的学校引人注目,也无法“鹤立鸡群,高出一等”,更不甘做那独来独往的踽踽之人,自豪与虚荣无法得到充分满足,成为过眼云烟。所以,民办高校学生心理备受打击,内心极度空虚,认

为:当自己512Kb的才华撑不起运行量为1M的梦想;当能力改变不了世界,也改变不了自己的时候,思维便会沉入上不见天日,下不可见底的黑渊,自然产生一些偏僻消极的思想,从而导致自卑的心理慢慢滋生。

[参考文献]

- [1]蒙家宏.大学生自卑心理特点[J].黔南民族师范学院学报,2006,(02):81-86.
- [2]黄鸿.大学生心理弹性与自卑心理关系研究[D].西华师范大学,2015.
- [3]刘扬.大学生自卑心理的成因及其对策[J].廊坊师范学院学报(社会科学版),2012,28(06):118-120.
- [4]冯继术,武健.大学生自卑心理探析[J].科协论坛(下半月),2013,(07):88-89.
- [5]武妮娜,张倩.浅谈民办高校如何加强学生思想道德教育[J].科教导刊(上旬刊),2011,(05):135+171.
- [6]白莹.民办高校学生心理健康问题及对策研究[J].新西部(下旬·理论版),2011,(13):128.
- [7]李明轩,宋修涵.民办高校大学生心理问题特殊性及其对策研究[J].现代经济信息,2019,(12):474.
- [8]罗赵洋,张凯,王秀秀,等.提升民办高校学生自信心和职业素养的思考——以西安培华学院为例[J].就业与保障,2020,(07):156-157.

作者简介:

吴乙玉(1990--),女,汉族,陕西西安人,助教,2017级硕士,研究方向:思想政治教育。