

资助育人与心理健康：高职院校中贫困学生的全面发展策略

李嘉越

重庆电子科技职业大学

DOI:10.12238/er.v7i6.5138

摘要：本文探讨了在高职院校资助育人背景下，贫困学生心理健康的现状和面临的挑战。文章首先界定了“资助育人”和“心理健康教育”的相关概念，强调了经济资助与育人活动的结合、平等教育机会的保障以及全面成长的重要性。接着，分析高职院校中贫困学生在经济和心理压力下的现状，以及心理与经济双重资助的必要性。文章进一步讨论了心理健康教育在资助育人工作中的多重作用，包括缓解心理压力、建立积极的人生观、提升社会适应能力以及培养感恩情怀和责任意识。最后，提出了在个人、学校和社会层面上优化心理健康教育的路径，旨在通过资助育人项目促进学生的全面发展，构建和谐校园，并推动教育公平。

关键词：资助育人；心理健康教育；高职院校

中图分类号：G71 **文献标识码：**A

Funding Education and Mental Health: Comprehensive Development Strategies for Poor Students in Vocational Colleges

Jiayue Li

Chongqing Polytechnic University of Electronic Technology

Abstract: This article explores the current situation and challenges faced by impoverished students in the context of vocational college funding for education. The article first defines the relevant concepts of “financial aid for education” and “mental health education”, emphasizing the combination of economic aid and educational activities, the guarantee of equal educational opportunities, and the importance of comprehensive growth. Next, the current situation of impoverished students in vocational colleges under economic and psychological pressure was analyzed, as well as the necessity of dual psychological and economic support. The article further discusses the multiple roles of mental health education in supporting educational work, including alleviating psychological stress, establishing a positive outlook on life, enhancing social adaptability, and cultivating gratitude and sense of responsibility. Finally, a path was proposed to optimize mental health education at the individual, school, and societal levels, aiming to promote the comprehensive development of students, build a harmonious campus, and promote educational equity by funding educational programs.

Keywords: Funding education; Psychological health education; Vocational colleges

引言

资助育人是高等教育中的一项重要工作，它不仅包括经济上的资助，更涉及到对学生的全面发展和心理健康的关注。通过资助，可以减轻学生的经济压力，帮助他们更好地专注于学业和个人成长。同时，心理健康教育和辅导也是资助育人中不可或缺的一部分，它有助于学生建立积极的心态，提高抗压能力和自我调节能力，从而促进学生的整体发展。通过心理辅导和经济资助相结合的方式，加强对学生心理健康的关注和投入，通过多元化的方式，帮助学生实现健康成长和全面发展，实现从“他助”到“自助”。

一、相关概念的界定

（一）资助育人

资助包含“资”和“助”两个方面，是对家庭经济困难的学生提供经济支持和帮助，以保障他们平等接受教育的机会。资助的主体包括国家、社会、学校等多方资助体系，资助的客体主要是家庭经济困难学生。资助育人主要涵盖了对学生的经济保障、心理关怀、能力培养、精神激励四个方面，旨在通过资助手段，帮助家庭经济困难学生解决经济问题，同时通过育人活动，促进他们的思想道德素质和心理健康水平的提升，实现资助与育人的有机结合，为学生的全面发展

提供支持。

（二）心理健康教育

心理健康教育是根据学生生理心理发展的规律，运用心理学的教育方法，培养学生良好的心理素质，促进学生整体素质全面提高的教育。心理健康教育的实施有助于学生在个人、学校和社会层面上实现全面发展，为他们的健康成长和未来的社会适应提供支持。其本质就是要化解他们的心理困惑、促进他们心理调适能力的提高、推进其整体发展进程。

二、高职院校资助育人背景下学生心理健康现状

资助育人主要涵盖了对学生的经济保障、心理关怀、能力培养、精神激励四个方面，即资助育人与心理健康现状之间存在密切的联系。高职院校应当重视心理健康教育的开展，将其作为资助育人工作的重要组成部分，以促进学生的全面成长。

（一）经济困难与心理压力

家庭经济较为困难的学生可能会因担心自己的经济状况、对学业毕业的焦虑和对未来就业的不确定性而面临更大的心理压力。许多贫困学生都有着强烈的自给自足和自我完善的精神，希望自己改变现状。但是家庭经济困难学生不一定想透露自己的经济状况，因此往往他们的心理健康状态不会被轻易发现，他们可能会隐藏自己的问题，也可能会因为过高的期望和现实压力而感到沮丧。此外，高职院校的课程通常更侧重于实践性和能力发展，课程内容可能密集且具有挑战性，这需要学生在短时间内掌握大量知识。学生可能不得不在学习和兼职之间分配时间，导致他们注意力分散在各个地方，学业压力明显增加。

（二）心理与经济的双重资助

经济资助和心理资助相辅相成，缺一不可，一方面能解决学生的经济压力，另一方面通过共同促进学生的整体发展来增强他们的心理资本。因此，向贫困学生提供经济援助，也同时提供必要的心理支持和咨询以促进他们的全面发展。高职院校一般通过助学金、奖学金、减少贷款、勤工俭学和其他方式减轻贫困学生的经济负担，使他们能够更加专注于学业和个人发展。经济援助对贫困学生至关重要，但他们的心理需求有时会被忽视。贫困学生可能会面临各种心理问题，如焦虑、抑郁、自卑、社交困难等。由于心理问题，一些贫困学生可能无法充分利用经济援助机会，提供心理健康教育旨在帮助贫困学生树立积极的人生观、世界观、价值观，提高他们的心理适应能力，应对生活的各种挑战。贫困学生需要专业的心理咨询和指导，并有针对性的心理健康教育活动，培养积极的态度和应对策略。

三、高职院校资助育人背景下心理健康教育作用

心理健康教育在高职院校资助育人方面发挥着重要作用。它不仅帮助学生应对当前的挑战，还为他们未来的成功

奠定基础。通过提供全面的心理健康支持，高职院校可以确保学生不仅获得经济支持，而且获得必要的心理支持和个人发展资源。

（一）个人层面

一是减轻家庭经济困难学生因经济压力造成的心理负担。帮助受资助的学生适应新的学习环境和生活压力，进行自我管理、时间管理、目标设定和自我激励，减少因经济压力带来的心理负担。心理健康教育可以通过提供建议或指导来帮助他们处理这些感受。二是帮助学生建立积极的人生观和价值观，通过心理健康教育，增强学生的自尊心和自信心，学生可以学会培养积极的心态，建立积极的生活态度和价值观，让他们意识到自己的价值和潜力。这对他们的个人成长和未来的社会适应至关重要。同时可以提高他们的自我效率和乐观情绪，教育学生以积极的态度面对学习和生活中的挑战。三是有助于学生学会与他人沟通和互动，这对他们融入社会和建立人际网络至关重要。可以提前预防和早期识别学生可能遇到的心理问题，学会适应不同的环境和压力，提高他们的心理适应能力和抗压能力，更好地适应社会和未来的工作环境。四是培养学生的感恩和责任心，将心理健康教育与其他教育相结合，增强学生的感恩和责任感，教授学生有效的人际交往技巧，培养他们的社会责任感和感恩意识，建立良好的人际关系，鼓励他们将来回馈社会。

（二）学校层面

一是帮助学生全面成长，通过心理健康教育，建立一个支持系统，包括心理咨询服务和同伴支持网络，进行早期识别学生的心理问题，及时进行干预，减少心理障碍对学生学业和生活的影响。心理健康教育是学生资助育人体系中的重要组成部分，不仅关注学生的当前状态，也着眼于他们未来的个人发展，帮助他们实现自我潜能和职业发展。二是构建和谐校园，学校对经济困难学生的心理干预，帮助学生实现从“他助——自助——助人”的转变，帮助学生进行职业规划，为受到资助的学生提供情绪价值指引，能够增强这部分学生的归属感和认同感，促进他们与学校的融合发展，应对可能的焦虑和抑郁情绪，为构建和谐校园打下基础。

（三）社会层面

一是有助于实现教育公平，教育学生认识到自己的社会责任，鼓励他们将来回馈社会，帮助他人。心理健康教育有助于确保所有学生，无论经济状况如何，都能享受到平等的教育机会和关注，都能获得必要的心理健康教育资源，从而促进教育公平。二是利于建立支持系统，心理健康教育强调建立家庭、学校和社会的综合性支持体系，提供必要的心理支持和帮助，帮助人们适应快速变化的社会环境，提高个人和社会整体的生活质量。三是有利于提升公众意识，通过心理健康教育，帮助人们更好地管理情绪和压力，增强公众对

心理健康重要性的认识，消除对心理问题的污名化，帮助预防因心理问题导致的犯罪行为，减少社会冲突，改善家庭、工作和社区中的人际关系。

四、高职院校资助育人背景下心理健康教育优化路径

（一）个人层面

一是激发学生自我教育意识，利用校园媒体和活动，普及心理健康知识，减少对心理问题的污名化，鼓励学生积极寻求帮助。培养学生的自我教育能力，鼓励学生欣赏自己和他人，帮助学生增强面对困难和逆境时的心理韧性，提高自我效能感，促进学生的全面发展。二是加强心理健康动态监测，运用心理测验和问卷调查的方法，定期监测学生的心理健康，鼓励学生对心理健康教育活动提供反馈，以便及时发现问题并进行干预。认真对待学生的意见和建议，及时调整教育策略，确保心理健康教育活动更加贴合学生的实际需求。三是引导学生发展自助+互助能力，教育学生如何利用校内外资源，包括心理咨询中心、在线资源等，提高自助和互助的能力。鼓励学生之间建立互助小组，鼓励学生参与心理健康教育的规划和实施，通过集体辅导和交流，分享经验，相互支持，共同面对学习和生活中的挑战，提升学生的自我教育意识和能力，提高他们的参与感和归属感。

（二）学校层面

一是提升教师专业能力，加强心理健康教师的专业培训，采用案例教学、行为训练、团体辅导等教学形式，开展心理健康宣传，通过举办讲座、工作坊、展览等活动，提高学生心理健康认识的同时也能提升教师的心理健康教育意识和专业能力，使教师能在课堂教学和班级管理中有效运用心理健康教育策略。二是加强科学研究与专业支持，将心理健康教育融入课程教学和各类学生活动中，与学生的专业发展、思想政治教育等相结合，使之成为学生日常生活的一部分。鼓励不同学科领域之间的合作，将心理健康教育与医学、教育学、社会学等其他学科开展合作科研，研制符合学生特点的心理测评工具和预警方法，为早期识别和干预提供科学依据。三是建立完善的心理健康教育体系，高校应建立完整的心理健康教育课程体系，制定系统的心理健康教育计划，涵盖基础心理学理论及实际应用，通过设置多样化的心理健康教育课程模块，如情绪管理、压力应对等，将心理健康教育融入课程和校园文化活动中，通过互动式教学和体验式活动，提高学生的参与度和实践能力，涵盖新生入学到毕业的整个教育过程。四是提供精准识别与个性化支持，通过构建家庭经济困难学生精准识别模型，了解学生的个性化需求，提供针对性的心理健康服务和资助、丰富的心理健康服务资源，创设心理健康服务情境，打造多样化的心理健康服

务情境，利用网络平台和社交媒体，提供在线心理咨询和教育资源，满足学生的心理健康需求。

（三）社会层面

一是构建相关体系，首先，鼓励和支持志愿者参与心理健康教育活动，形成志愿服务体系，为学校 and 社区提供人力资源支持。其次，建立危机干预机制和应急响应体系，对可能出现的心理健康危机事件做出快速反应。再次，将心理健康教育纳入终身教育体系，不仅在学校阶段，而且在职场和社区中持续提供心理健康教育和支持。最后，在社会文化建设中融入心理健康教育的元素，通过文化活动、艺术作品等方式，传播心理健康知识。二是建立多方协同机制，建立“家—校—医—社”协同模式，构建家庭、学校和社会的综合性支持体系，明确不同主体的责任和协同流程，通过家校联系向学生家长传递积极的教养理念，营造和谐稳定的家庭环境，形成解决学生心理问题的管理闭环。此外，还可以在社区层面建立支持网络，为学生提供心理咨询和辅导服务，特别是对于家庭经济困难的学生，教育、卫生、民政等相关部门应加强协作，共同推动心理健康教育的政策制定和实施。

五、结语

在高职院校中实施资助育人，特别是结合经济与心理资助的方法，对于促进家庭经济困难学生的全面发展具有重要意义。通过这种综合支持，学生不仅能够经济上得到必要的帮助，减轻他们的生活和学习压力，而且还能在心理上得到关怀和引导，帮助他们建立积极的人生态度和价值观念，提高社会适应能力和人际交往能力。有效的资助育人实践能够为学生提供一个更加公平的教育机会，使他们能够在积极向上的环境中成长。同时，这也有助于构建和谐校园文化，培养学生的社会责任感，激发他们将来回馈社会的愿望和能力。为了实现这些目标，高职院校需要建立和完善资助育人工作机制，包括资助政策、资助程序、资助监管和资助效果评估等，确保资助育人工作的规范化和制度化。同时，学校应加强与家庭、社会的联系，形成协同育人的良好局面，共同为学生的健康成长和未来发展提供支持。

参考文献：

- [1]谷宇,吉冬梅.基于“二级心理辅导站+辅导员工作室”模式的高校心理健康教育路径探究[J].山西青年,2024,(02):192-195.
- [2]王凤霞,张璐,徐楠.高校资助育人体系建设及优化路径探析[J].华东纸业,2021,51(06):120-122.
- [3]苏敏.高职贫困生资助工作的育人对策[J].学园,2020,13(14):81-82.
- [4]曾兵.浅谈独立学院辅导员如何开展资助育人的心理健康教育工作[J].吉林广播电视大学学报,2020,(03):62-63.