

离异重组家庭大学生的心理辅导案例报告

谢军

山东工艺美术学院造型艺术学院

DOI:10.12238/er.v4i5.3925

[摘要] 近年来高校中离异重组家庭的学生数量逐年攀升,由于他们受家庭因素的影响,往往比正常原生家庭的学生更容易出现问题。本文介绍了一名离异重组家庭大学生的案例,辅导员通过问题分析、辅导思路和方法、辅导效果、经验与启示,总结概括如何有效解决离异重组家庭大学生的心理健康问题。

[关键词] 离异重组家庭; 大学生; 心理健康; 辅导效果

中图分类号: G03 文献标识码: A

The Case Report of Psychological Counseling for College Students from Divorced and Restructured Families

Jun Xie

Institute of Plastic Arts, Shandong University of Arts and Design

[Abstract] The number of students in divorced and reorganized families in universities has increased year by year recently. Influenced by family factors, they are more likely to have problems than students from normal native families. This paper introduces the case of a college student in a divorced and reorganized family, and the counselor summarizes how to effectively solve the mental health problems of college students through analyzing problem, and counseling ideas and methods, effect, experience and enlightenment.

[Key words] divorced and reorganized families; college students; mental health; counseling effect

近些年来,随着经济社会的快速发展,人民生活水平急剧提升,但受社会思潮的影响和人们观念的改变,家庭离婚率不断攀升。^[1]据调查统计,离异单亲、重组家庭中的孩子大多是95后和00后,目前正处于大学时期。由于离开了父母的约束管理,自身又缺少生活习惯养成和明辨能力,往往产生心理健康问题,表现为性格孤僻、交往障碍、焦虑恐慌、烦闷抑郁、自虐轻生等。^[2]

作为高校辅导员,要及时通过学校心理健康四级网络机制,发现存在心理问题的学生,及时沟通疏导,防止产生严重的后果。下面结合案例,进行分析解决此类问题。^[3]

1 案例简介

晓云(化名),女,某高校大三绘画专业学生,平常喜欢动漫二次元,喜欢打扮成动漫风格。家住A省某县市,家庭经济一般。晓云10岁之前生活在C省,后父母离异,母

亲改嫁到山东,跟随母亲生活,现在家庭有两位哥哥(无血缘关系),与他们日常联系较少,并且不喜欢现在的家庭。在新生入学心理测试时,结果显示正常。随着大学生活的开始,由于自己的生活方式和观念与别的同学不同,环境适应性较差,没有班干部和学生会干部经历,在日常学习生活中与同学交流较少,与宿舍同学沟通较少,与同学关系不算融洽,导致自己与同学产生隔阂。2019年结识一个男朋友,想到D省找男朋友进行创业,辅导员劝说无效,让其休学一年。进行一年社会生活后,2020年复学跟随下一级正常上课学习。

晓云在校期间性格内向、敏感、自尊心强,学习成绩班里排名靠后,在2020-2021上半年专业课学习中,该生几次不去上课。专业课老师与辅导员联系说明情况后,辅导员通过与专业课老师交流,与班长及同学谈话,了解到该生基本的生活学习状态。辅导员与该生进行

沟通谈话,了解到该生心情烦躁、对生活的焦虑,有失眠现象,判断该生有轻度抑郁症状。通过与本人仔细沟通,了解该生的家庭状况,该生平时多处于迷茫的情况中,没有明确的未来规划,对于工作地点、类别的选择,没有清晰的想法,该生表示家庭压力很大,与父母没有很好地沟通。辅导员积极疏导该生的困惑,推荐其治疗失眠的药物,经过一段时间的调整,睡眠质量提高,心情逐渐平复,学习生活态度良好,能够按时上课和完成作业。

2 问题及分析

存在问题:

2.1 重组的家庭环境缺少温馨,学生与家庭成员联系较少沟通较少,不喜欢现在的家庭,不能及时有效与亲人表达自己的想法。

2.2 人际关系敏感,在学校与同学沟通少,与老师交流少,与同学关系不融洽。

2.3 学业不进取,学习成绩较差,存

在挂科现象, 专业课有迟到逃课现象, 对学业没有引起足够的重视。

2.4 抑郁症状明显, 存在失眠焦虑症状, 心情烦躁, 郁郁寡言, 对生活及工作较为迷茫。

2.5 着迷于二次元动漫世界, 沉浸其中, 打扮和行为受到动漫的影响。

原因分析:

(1) 家庭结构的重组, 导致亲情的断裂和爱的缺失, 家长没有进行良好的引导和沟通交流, 使得孩子无法适应和喜爱重组后的家庭, 产生逆反心理, 使得性格缺陷。^[4]

(2) 兴趣爱好的影响, 二次元世界容易使学生产生不合群现象, 出现沟通障碍; 白天睡觉, 晚上看动漫, 身体状况变差, 出现失眠现象; 分不清理想与现实, 沉溺于虚拟世界, 心灵变得脆弱。

(3) 敏感和悲观。因为经受了家庭的变故, 学生对婚姻、爱情的认识产生了偏差, 甚至扭曲, 往往片面的看待问题, 对待他人的只言片语也会看成是对自己的映射, 缺乏安全感。

(4) 没有学习生活规划, 对未来迷茫; 生活中缺少自律和自控能力, 不能应对学习生活和人际关系中出现的问题。

3 辅导思路和方法

3.1 辅导员首先与学生干部和学生的仅有好友联系, 通过他们反映的事实和问题, 初步把握学生存在的困境。并与班干部和好友达成协议, 让他们多关心该生的学习和心理变化, 并要求他们第一时间汇报。

3.2 辅导员与学生本人一对一面谈, 在保护隐私的前提下, 倾听学生的心声和内心想法, 对学生提出的种种烦恼和顾虑, 做到一一回应和当面提出建议。运用“共情”对该生的问题表示认同和理解, 设身处地感受该生内心的痛苦, 表示若自己遇到相同的问题可能也会陷入痛苦和矛盾之中, 增强其对自己的认同感。安抚学生的情绪, 积极乐观地面对学习和生活。对于失眠现象, 建议学生去医务

室或医院听取医生建议, 服用对身体刺激性小的中药丸, 缓解身体和精神的衰弱。引导学生正确看待当前的家庭结构, 也从母亲角度考虑问题, 周末多与母亲通电话, 让家里知道自身的学习生活状态, 加强交流。对于毕业的打算, 积极听取学生的想法和困惑, 为其提出几条合理的建议。

3.3 积极对接上课教师, 通过上课老师了解学生的课上表现和状态, 请老师课上多与该生交流, 表示关心, 让学生对老师产生信任感。

3.4 与家长及时有效的沟通, 实事求是的反馈学生在校的表现, 并请家长多给与学生关心和支持, 让学生感受家庭的温馨。

3.5 利用好学校-学院-班级-宿舍四级心理网络机制, 环环相扣, 通过新学期的心理普测, 对该生的测试结果进行认真分析, 对于测试异常的部分给出合理的建议。^[5]

3.6 利用好媒体网络平台, 关注学生的朋友圈、微博、抖音等媒体社交平台, 积极了解学生的生活状态和心情变化, 及时作出判断。

3.7 建立学生的心理健康档案, 记录谈话时间、地点、内容以及效果, 两个月定期与学生谈话, 及时进行档案记录与更新, 持续到该生毕业。^[6]

4 辅导效果

4.1 与晓云面谈, 了解到她情况好转, 失眠现象消除, 生活态度良好, 心情平复。对于不及格的科目也重修选课, 学习态度比较积极, 自己的心情和睡眠质量都比较稳定, 能够按时上课。对于未来也有了自己的规划。

4.2 其班委和舍友也反映该生学习生活状态比较平稳, 能够积极上课和参加各项班级活动, 同时该生的德育学分也已经修满, 能够积极面对学习生活。

5 经验与启示

当今的校园, 离异重组家庭的学生数量增加, 有相当一部分这类学生

的生活、学习中存在问题, 如果得不到解决会出现严重的心理健康问题。^[7]面对心理健康问题的学生, 要认真与他们交流, 让他们感受到老师真诚的爱; 建立心理健康档案, 利用好四级心理网络机制; 听取班干部、心理委员和宿舍心灵护航员反馈, 对接好专业老师和家长; 开设心理健康课程、心理健康知识讲座, 心理学知识宣传等方式让学生了解心理调适的基本方法; 与他们定期谈话和持续关注, 保证此类学生在校健康安全的学习生活。

高校是培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人的圣地, 肩负立德树人使命。引导和教育学生树立正确的人生观、世界观和价值观, 呵护每一个纯洁的心灵是高校辅导员责无旁贷的重任。

[参考文献]

[1] 林瑛. 离异家庭大学生的心理问题及干预对策[J]. 吉林省教育学院学报(下旬), 2014, (04): 37-38.

[2] 朱冬梅, 胡雪青. 家庭结构因素对大学生心理健康的影响[J]. 学习月刊, 2015, (06): 60-62.

[3] 卫永霞. 离异家庭大学生心理个案研究[J]. 出国与就业(就业版), 2012, (5): 77.

[4] 夏金元. 离异家庭大学生心理健康问题及教育对策[J]. 学校党建与思想教育, 2007, (08): 56-57.

[5] 蒋跃. 浅谈如何正确引导离异家庭大学生适应大学生活[J]. 现代经济信息, 2016, (12): 360-361.

[6] 苏琴. 艺术类大学生人格特质与心理健康关系的调查[J]. 心理月刊, 2019, (011): 41-42.

[7] 李萍. 特殊家庭大学生的心理特点及辅导策略[J]. 黑龙江高教研究, 2012, 30(011): 142-145.

作者简介:

谢军(199--), 男, 汉族, 山东省新泰市人, 硕士, 助教, 研究方向: 思想政治教育和马克思主义理论与思想政治教育。