

# 原生家庭对技工院校学生心理健康的影响及对策探析

文 / 孙睿忻

**摘要:** 技工院校学生与普通中学的学生相比, 拒绝管理、叛逆等行为表现更为突出, 心理健康问题表现明显。文章基于对某技工院校教师和学生的访谈及典型案例分析, 了解技工院校学生心理健康状况, 分析原生家庭对技工院校学生心理问题的影响, 提出解决技工院校学生心理健康问题的对策建议。

**关键词:** 技工院校学生; 心理健康; 原生家庭

近年来, 在校大学生心理健康问题频发, 引发社会各界高度关注。根据肖艳林等人的研究发现, 与全国常模相比, 技工院校学生心理健康状况不容乐观, 心理健康问题检出率更高<sup>[1]</sup>。影响技工院校学生心理健康的因素是多元的, 其中一个重要原因是原生家庭的影响。原生家庭是个体情感经验学习的场所, 在个人成长中发挥着非常重要的作用, 通过分析原生家庭对心理健康的影响, 有利于在教育过程中发现问题, 寻找相应对策。

## 一、技工院校学生心理健康状况

通过对福建省某技工院校的调查发现, 技工院校学生的心理健康状况不容乐观, 存在过度自卑、适应能力差等多种情况。

### (一) 过度自卑, 缺乏学习动机

技工院校的生源多是中考或高考失利的学生, 学习成绩不理想, 缺乏良好的学习习惯。日常行为表现散漫, 有混日子的心态, 缺乏理想追求, 学习动机低下, 甚至自暴自弃。

这与曹冲等人的研究结果一致, 技工院校学生主观幸福感和积极情感的得分显著低于全国常模<sup>[2]</sup>, 说明技工院校学生情感性和认知性的整体评价低于同年龄段的其他青少年, 对所发生的事情在情绪的解释和认知的加工方面更为消极, 对自身的评价也相对较低, 容易产生“低人一等”的错觉, 从而产生消极的学习生活态度, 影响学习动机和自信心。

### (二) 适应能力差, 缺乏团队意识和集体荣誉感

在访谈中, 部分学生表示不适应学校的学习生活环境, 与身边的同学也缺少共同话题, 难以沟通。教师也反映部分学生在学习和交流上存在障碍, 缺乏集体荣誉感和团队合作意识。

有研究表明, 在 SCL-90 量表中, 技工院校学生人际关系敏感、恐怖等因子分高于国内青年常模, 并且差异非常显著。可见, 相比其他青少年, 技工院校学生在人际交往方面

存在自卑感, 更容易产生社交恐怖、场所恐怖等。技工院校学生生活环境和模式与普通中学不同, 技工院校以培养技能型人才为目标, 实际操作课程占多数, 团队协作、交流互动的要求更高, 然而部分技工院校学生回避社交和集体活动, 拒绝团队合作, 特立独行, 缺乏集体荣誉感和团队合作意识, 甚至沉溺网络的虚拟世界, 无法适应学习生活和技能训练。

### (三) 焦虑抑郁, 产生悲观消极意念

调研发现, 技工院校中存在心理障碍的学生不在少数, 以焦虑性障碍和抑郁症为主。部分有心理障碍的学生, 消极情绪长时间得不到有效舒缓和开解, 愈演愈烈, 对生命意义和生活价值产生怀疑, 甚至产生自伤、自残的念头, 个别还实施过自杀行为。

黄琴等人研究发现, 技工院校学生自杀意念检出率 11.1%, 抑郁情绪检出率达 21.9%<sup>[3]</sup>。在技工院校学生 SCL-90 测验结果与国内青年常模的对比研究中发现, 技校学生 SCL-90 的各项因子均高于全国常模, 而且存在显著差异<sup>[4]</sup>, 说明技工院校学生更容易产生焦虑、抑郁等消极情绪。

### (四) 逆反心理严重, 走上违法犯罪道路

经过调查发现, 技工院校部分学生有严重的逆反心理, 表现为抵触学校的规章制度, 不服从管理, 甚至聚众赌博、抽烟喝酒。其中, 个别学生与社会青年交往过密, 经常夜不归宿, 参与斗殴、盗窃, 受到刑事处罚。

《2013 年度北京市法院未成年人案件综合审批工作报告》白皮书显示: 在 2013 年度判处的未成年罪犯中, 在校犯犯罪率达 21.6%。据抽样显示, 学生犯罪中, 职业学校学生犯罪情况最为突出, 约占 67%; 其次是普通高中学生和专门学校学生, 分别占 23% 和 9%<sup>[5]</sup>。由此可见, 职业学校学生更容易发生违法犯罪行为。

## 二、原生家庭对技工院校学生心理健康的影响

原生家庭是一个社会学概念, 指自己和自己的父母构成

成的家庭。有人认为,原生家庭决定了个人的“出厂数据”,构成后续学校和社会教育的基础,是个人性格、品质和价值观形成的第一站。中学生与技工院校学生父母教养方式的比较研究中发现,技工院校学生的父母更容易溺爱或忽视孩子<sup>[6]</sup>;在对技校学生心理健康状况的调查中发现,不完整家庭,如离异、再婚或其他家庭(孤儿、寄养、领养等)的学生更容易产生心理健康问题<sup>[7]</sup>。通过对技工院校心理健康问题案例的溯源分析,技工院校学生心理健康问题与原生家庭的成长环境密切相关。

### (一) 家庭过分溺爱,子女拒绝成长

案例一:学生李某,家中有三个姐姐,他出生后父母十分呵护、溺爱。李某在校时经常迟到,少则三五分钟,多则一节课,甚至半天。父母不仅不斥责李某,还屡次以孩子生病、家中有事等借口帮助李某开脱。在班主任批评教育后,李某会稍作收敛,但过不了几天又故技重施。

家庭的过分关注和溺爱行为,使孩子习惯父母的付出,小到生活琐事、大到学习工作,都由父母一手操办,甚至父母还为孩子所犯的错误兜底、买单,表现出过度保护行为。孩子在这样的环境里逐渐形成自己的舒适区,并在长期的条件反射中不断强化这些不良行为,形成固定的行为习惯<sup>[8]</sup>,造成孩子身心发展不成熟,表现出拒绝成长、不负责任、不求上进、游手好闲等问题。

### (二) 父母错误管教,青春叛逆叠加

案例二:学生李某,父母管教严厉,方法简单粗暴,缺乏有效沟通。李某常用绝食抵抗,父母便把他送到寄宿学校,导致李某对父母和家庭产生强烈不满,并将这种不满情绪发泄在学校,常在课内捣乱,在课外惹是生非。明知学校严禁纹身,仍然我行我素,在手背上纹绣图案。

父母教养方式与青少年问题行为息息相关,父母消极教养是导致青少年不良行为的重要原因之一。父母不切实际的期望和不恰当的教养方法都会给青少年带来难以承受的心理压力,从而导致他们的叛逆和反抗<sup>[9]</sup>。他们往往用不配合、不合群来表达反叛情绪,行为偏激且个性异常,过分强调自我、做事乖张、标新立异、抵触师长。

### (三) 父母严重缺位,孩子消极压抑

案例三:学生杰某,父母离异,与父亲一起生活。父亲生意失败、生活困顿,母亲长期不在身边,父母缺位和生活压抑使杰某行为古怪、独来独往,在团体辅导中不愿与他人交往。并且杰某严重缺乏安全感,经常幻想会遭遇歹人,随身携带水果刀。

家庭教育是孩子身心健康成长的重要环节,离异或留守家庭易导致家庭教育缺失,父母很难通过言传身教和榜样的力量正面影响孩子成长,孩子缺乏父母的支持和鼓励,出现心理问题时无能及时得到关注、指导和纠正。孩子和父母之

间缺乏密切联系,难以形成亲密关系,容易造成这类青少年自我封闭,不愿意与外界交往,抑郁、敏感且缺乏安全感<sup>[10]</sup>。

## 三、技工院校学生心理健康问题的应对建议

不良原生家庭环境造成的心理健康问题对技工院校学生的影响持续深远,基于以上调查研究,建议从学校、家庭、社会三个层面应对技工院校学生心理健康问题。

### (一) 学校层面

1. 完善体系建设。技工院校可以加强学生心理健康教育的组织建设,配齐心理健康教育基础设施,如心理咨询室、沙盘室、生涯规划室等。向学生提供热线咨询、朋辈帮扶等多种心理咨询渠道,满足不同学生的需求。通过建立心理健康四级网络管理,从宿舍、班级、系部到学校四个维度对学生的心理健康进行测试、摸排,尽可能早发现、早教育、早辅导、早咨询、早预防。

2. 加强师资培养。技工院校可以加强对心理健康教师的培训,定期安排学习进修,给予心理健康教师必要的学习保障,提高教师素养、提升教育工作水平。同时,也可以组织科任教师参与了解和学习必要的心理学基础知识,将心理健康教育融入日常课堂教学,及时发现和反馈学生心理健康问题,并给予帮助和支持。

3. 做好课程建设。技工院校可以通过合理设置心理健康课程,强化心理健康知识理论教学,针对不同学生的不同心理问题,对症下药,借助合理有效的心理健康课程、心理健康团体辅导活动等,进行系统的心理健康教育。心理健康教师可以通过学习应用心理学前沿技术,合理运用心理动力学理论、心理绘画治疗技术等,更有效地开展心理健康教育工作。

4. 加强品德教育。技工院校可以通过加强思政教育帮助学生树立正确的世界观、人生观和价值观。主要做法有:

1. 通过常态化开展国旗下讲话、主题班会活动,加强学生思想品德教育;
2. 通过加强团组织建设,吸引更多青年学生加入团组织;
3. 鼓励青年学生积极参与志愿服务活动;
4. 开展优秀团组织、优秀团员表扬表彰,充分发挥青年团员的先锋模范作用;
5. 组织开展丰富多样的文体活动、团建活动,营造团结、活泼、向上的校园氛围;
6. 加强班级文化建设,通过共同策划班级发展目标、班级公约等,营造良好的班级氛围,提供温馨舒适的学习生活环境。另外,可以推荐亲和力好、学生信任的同学担任心理委员,对其进行心理健康、危机干预等基础知识培训,当发现学生心理健康问题时,能第一时间向教师反馈。

### (二) 家庭层面

1. 营造良好家庭氛围。家庭是孩子的第一所学校,良好的家庭氛围是孩子健康成长的关键。“互联网+”时代,家长可以通过电子设备和多媒体快速、便捷地获取知识和信

息,了解教育学和心理学基础知识,摸清孩子的心理特点,采取积极的教养方式,减少教养焦虑,营造和谐家庭环境,助力孩子健康成长。

2. 建立和谐亲子关系。亲子关系建立在血缘和共同生活的基础之上,是父母与子女之间相互影响、相互作用的过程。亲子关系的性质和强度直接影响了家庭教育的质量,是家庭教育的逻辑起点。建立和谐的亲子关系,对儿童行为发展和道德养成有重要作用。因此,家长要认真、耐心地倾听孩子的内心想法,切实体会孩子的情绪,尊重和鼓励孩子的选择,获得孩子的信任,建立和谐的亲子关系。

3. 发挥家长榜样作用。父母是孩子的第一任老师,父母的言行举止对孩子的行为习惯、身心健康都有非常重要的影响。家长正确的榜样行为能够有效帮助孩子通过行为模仿,形成良好的行为习惯。因此,家长在日常生活中,应注意言传身教,树立育人先正己的观念,弘扬社会公德、家庭美德,培养健康的兴趣爱好,树立良好形象,当好孩子的榜样。

4. 构建家校共育平台。技工院校可以搭建家庭教育共享平台,交流、解决家长在家庭教育中的难题和困惑,提升家庭教育智慧;组织开展亲子团辅或专业讲座,加强学生和家长的沟通,引导亲子换位思考,增进相互理解。家长应主动学习掌握科学的教育理念,了解青少年心理健康知识,加强与学校沟通,及时了解孩子在校表现,发现问题及时给予教育引导。

### (三) 社会层面

1. 政府部门发挥职能作用。政府部门要进一步做好新形势下的技工教育,优化技工教育办学条件,加大项目和资金的支持力度。通过推进办学模式创新,加强校企合作,坚持多元化办学,在拓宽技工院校学生的成长空间的同时加大“大国工匠”等典型案例宣传,在全社会营造尊重劳动、崇尚技能的良好氛围,增强技工院校学生的认同感和使命感。政府部门要落实好困难学生的资助政策,提供就业帮扶,解决他们的后顾之忧,助力学生学好“一技之长”,实现自我价值。民政、工会、妇联、团委等部门和群团组织可以通过实施“家家幸福安康工程”,依法强化父母在家庭教育中的主体责任,提升政府在家庭教育工作中的推动作用,构建家、校、社会联动机制,共同关注、关怀技工院校学生成长。

2. 社会各界营造友善氛围。社会各界要积极营造关心关注学生心理健康的良好社会氛围,多角度宣传原生家庭

教育的重要性。例如:社区可以定期举办家庭教育座谈会,邀请专业育儿师或家庭心理咨询师分享经验,解答困惑。宣传和文化领域可以通过话剧、电影和戏剧影视作品等,反映当前原生家庭的热点问题,引导群众了解原生家庭在社会和个体发展中的重要作用,引发大众共鸣和思考。另外,可以借助公众人物的社会影响力,摄制原生家庭心理健康教育公益宣传片,或聘请宣传大使,通过海报、短视频、公众号等广而告之。地方电视台可以设计制作有关家庭教育、心理健康等综艺节目,用大众喜闻乐见的方式宣传原生家庭和谐氛围的构建,引导家长高度重视子女的教育工作,特别是心理健康方面的教育工作。

(作者单位:福建师范大学心理学院)

### 参考文献

- [1] 肖艳林,张良超.技工院校学生心理健康状况调查分析[J].韶关学院学报,2013(3):190-194.
- [2] 曹冲,胡义秋.技校学生学习动机、主观幸福感和心理健康的相关研究[J].职教通讯,2016(28):18-22.
- [3] 黄琴,刘丽兰,刘健.疫情期间中职生抑郁情绪与自杀意念关系的调查分析[J].卫生职业教育,2022(1):115-117.
- [4] 徐策荣,胡义秋,洪义州,等.技校学生心理健康状况与积极心理干预研究[J].职教通讯,2014(31):16-19.
- [5] 宋春雪.中职学生违法犯罪预防研究[D].齐齐哈尔大学,2016.
- [6] 尹文娟,荆承红,施建农.中专生和高中生父母教养方式的比较研究[J].中国健康心理学杂志,2007(8):714-717.
- [7] 刘海云,廖小伟.技工院校学生心理健康状况调查及教育对策[J].教育与职业,2020(6):108-111.
- [8] 郭玲玲.原生家庭对心理健康影响的研究综述[J].品位·经典,2022(15):67-69.
- [9] 李敬.化解逆反:做孩子的知心父母[M].中国石化出版社,2020.
- [10] 刘艳萍.农村留守儿童心理健康问题的成因及对策[J].现代农村科技,2023(3):91-92.