

新时代高校贫困生心理健康教育：困境与突破

梁小玲 陈 敢

萍乡学院，萍乡

摘 要 | 新时代高校思想政治工作聚焦育人目标，对高校心理健康教育提出了更高的要求，尤其在立德树人、三全育人、精准育人等理念的影响下，心理健康教育也开始寻找新的突破口。聚焦高校家庭经济困难学生群体的心理健康教育工作成效成为检验高校心理育人的关键维度。本研究旨在推动贫困生帮扶形成“经济解困——心理赋能——能力提升”的良性循环，尝试通过构建心理与资助育人共同体、打造心理与资助育人实践品牌、增强贫困生心理与资助育人获得感“三位一体”的育人新模式，推动心理健康教育工作提质增效。

关键词 | 高校贫困生；心理健康教育；心理育人；资助育人

Copyright © 2025 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 引言

当前，高等教育领域正经历着深刻的育人理念变革。随着“三全育人”综合改革的深入推进，心理健康教育作为高校思想政治工作体系的重要组成部分，其内涵与外延均发生了显著变化。从发展历程来看，高校心理健康教育工作实现了从“问题干预”向“发展导向”、从“个别辅导”向“全员覆盖”、从“心理服务”向“育人融合”的三重转变。特别是在“大思政”格局下，心理健康教育被赋予了更重要的育人使命，要求通过“育心”与“育德”有机融合，促进学生全面发展。然而，在工作实践中仍存在若干结构性矛盾：其一，普及化教育与精准化供给之间存在张力，表现为教育覆盖面扩大但针对性不足；其二，课程数量增长与教学质量提升并不同步，教学效果评估体系尚不完善；其三，教育活动形式丰富，但与学生获得感之间存在落

差，缺乏科学有效的评价指标体系。这些困境呼唤着育人模式向分类、分层、分群的精准化方向转型。

家庭经济困难学生（以下简称“贫困生”）作为高校特殊群体，其心理健康状况具有典型的研究价值。数据显示，我国高校贫困生比例约占在校生总数的20%~30%，这一群体普遍面临经济压力与心理困扰的双重挑战。研究表明，贫困生出现焦虑、抑郁等心理问题的概率显著高于普通学生，且容易形成“心理贫困”的恶性循环。因此，探索贫困生心理健康教育的创新路径，不仅关乎这一特殊群体的成长成才，更是检验高校心理育人成效的重要维度。本研究立足两个关键视角：从心理健康教育维度看，聚焦贫困生群体是推进精准育人的必然要求，有助于实现从“大水漫灌”到“精准滴灌”的教育转型；从资助育人体系看，这是对传统“经济帮扶、轻心理疏导”模式的重要补充，能够促进“经济解困—心理赋能—价值引领”的协同发展。通过

基金项目：2018年度江西省高校人文社会科学研究思想政治工作专项项目“心理+资助”育人模式下高校贫困生心理健康教育创新机制研究（项目号：SZZX1807）。

通讯作者：梁小玲，萍乡学院讲师，博士，研究方向：心理健康教育、思想政治教育理论与实践。

文章引用：梁小玲, 陈敢. (2025). 新时代高校贫困生心理健康教育：困境与突破. *中国心理学前沿*, 7(5), 546–553.

<https://doi.org/10.35534/pc.0705087>

系统梳理当前高校贫困生心理健康教育的实践困境，进而探索新时代的创新路径，对于完善心理育人机制、提升思政工作质量具有重要的理论价值和实践意义。

2 新时代高校贫困生心理健康教育工作的新要求

新时代赋予高校心理健康教育工作新的使命。在“三全育人”和“精准化”育人理念引导下，贫困生心理健康教育需实现从问题干预到发展赋能的育人转向，构建心理与资助育人共同体，以推进心理育人精准化。

首先，心理育人要求高校贫困生心理健康教育超越传统的心理问题干预模式，转向“心理—思想—价值”三位一体的发展型育人体系，通过“扶志”与“扶智”协同推进，助力贫困生全面成长，培养担当民族复兴大任的时代新人。其次，实现心理育人精准化，就需要构建心理与资助育人共同体，实推动心理健康教育精准供给，促进心理与资助育人深度融合，切实提升育人实效，助力贫困生全面发展。

2.1 从问题干预到发展赋能的育人向度

心理育人作为新时代思想政治教育的重要内涵，对高校心理健康教育提出了更高要求。传统心理健康教育主要聚焦于心理问题的疏导与解决，而新时代则要求我们将视野拓展至思想引导、价值塑造和全面发展层面，构建起“心理—思想—价值”三位一体的育人体系。这一转型对贫困生群体具有特殊意义。

贫困生作为高校的重要群体，其心理健康教育亟需实现从“问题干预”向“发展赋能”的范式转变。相较于普通学生，贫困生往往面临双重挑战：既要承受改变家庭命运的经济压力，又因成长环境限制而在综合素质发展上存在滞后性。具体表现为在特长培养、人际交往、组织协调等软实力方面存在明显短板，这种结构性差距进一步加剧了其心理负担。

因此，贫困生心理健康教育必须确立“育人本位”的核心理念：一方面要构建经济资助与心理疏导的缓冲机制，另一方面更要建立能力提升与素质拓展的发展平台。通过将心理疏导、价值观引导和能力培养有机融合，帮助贫困生实现从“生存型适应”到“发展型成长”的转变，最终达成“扶志”与“扶智”协同推进的育人效果。这不仅是提升心理健康教育实效的关键路径，更是培养担当民族复兴大任的时代新人的必然要求。

2.2 心理与资助育人的精准化需求

高校贫困生心理健康教育包含两个关键环节：一是科学界定教育对象，即家庭经济困难学生群体，也就是常说的贫困生群体；二是结合该群体的特殊性设计精准化教育方案。实现育人精准化，一是需做到打破部门壁垒，实现信息共享；二是对当前高校心理健康教育工作

的定位要做到从“大水漫灌”到精准供给；三是要构建协同机制，实现心理与资助育人的深度融合。

首先，高校贫困生心理健康教育需要精准定位教育对象，对于对象的界定，需要打破部门壁垒，实现信息共享。对于贫困生群体的界定，可以参考高校对家庭经济困难学生的认定，在高校中该项认定，是由学生资助管理部门具体负责组织和管理的，而学生的心理健康教育工作则是由高校的心理健康教育与咨询部门负责组织和实施。传统模式下，经济资助与心理服务存在割裂：资助工作偏重经济帮扶，较少关注心理状态；心理普查虽覆盖全体学生，但未区分贫困生与非贫困生群体，导致档案数据未能有效联动。若两部门协同构建“育人共同体”，实现信息互通，既可精准掌握贫困生的经济与心理状况，也能提供更契合其需求的综合服务。

其次，高校贫困生心理健康教育需转向精准供给的教育定位。当前，高校心理健康教育多以“大水漫灌式”的普适性活动为主，活动设计较少针对学生的实际需求，更缺乏对贫困生特殊需求的针对性设计。而该贫困生群体又因经济压力大、综合素质发展受限等问题，亟需隐性化、差异化的心理支持。因此心理健康教育的精准育人需把握需求导向、保护性干预和能力赋能等原则。一是把握贫困生群体的切实需求，结合资助认定数据与心理普查结果，动态调整教育内容与形式；二是在进行教育和活动设计时，通过显性教育与隐性引导相结合的方式，避免因“贫困标签”造成其心理上的二次伤害；三是在教育内容供给时要超越经济援助与心理疏导，注重抗逆力、社交能力等综合素质方面的赋能。

再次，高校贫困生心理健康教育要通过心理与资助育人的深度融合和协同优化教育供给效能。如数据共享、资源联动和能力共建等都是两者协同的有效途径。整合经济困难档案与心理健康档案，建立精准帮扶数据库，实现数据共享；在资助政策中嵌入心理关怀，在心理活动中强化发展性支持等方式实现资源联动；通过跨部门培训，提升教师和相关工作人员识别贫困生心理需求的专业素养。

构建心理与资助育人共同体，是实现贫困生“经济脱困”与“心理赋能”双目标的关键路径，也是新时代贫困生心理健康教育工作的新使命。

3 当前高校贫困生心理健康教育工作的困境

近年来，高校心理健康教育在“大思政”格局引领下取得显著进展，在教育教学、实践活动、咨询服务等环节实现系统性突破。随着精准育人理念的深入推进，分类分层分群教育的重要性日益凸显。尽管家庭经济困难学生的心理健康教育已逐步受到重视，但仍存在发展不平衡、供给不充分等问题。基于现有研究成果和实践

经验,当前高校贫困生心理健康教育工作面临以下主要困境:一是专项支持体系尚未健全,现有心理健康教育体系对贫困生群体的针对性不足;二是经济资助与心理帮扶存在“两张皮”现象,协同效应未能充分发挥;三是精准施策能力有待提升,个性化教育方案供给不足;四是积极心理品质培育相对薄弱,发展性支持亟待加强。这些困境制约着贫困生心理健康教育工作的提质增效。

3.1 高校心理育人体系基本成型,但贫困生心理专项支持尚未建立

当前,高校心理育人工作已初步构建起“教育教学、实践活动、咨询服务、预防干预”四位一体的工作格局,实现了机构设置、课程覆盖、活动开展和筛查评估的全流程管理。具体表现为:在制度化建设方面,心理健康教育被纳入思想政治工作体系,多数高校设立专门机构并配备专职人员;在课程建设方面,已开设心理健康相关必修课与选修课,通过课堂主渠道普及心理健康知识;在筛查与预防方面,如定期开展新生心理普查、春秋季节心理健康普查等动态监测;在活动育人方面,如组织心理健康主题宣传、团体辅导、朋辈互助等实践活动,培养学生积极心理品质。

然而,针对贫困生这一特殊群体的心理育人工作仍存在明显短板,主要体现在以下方面:一是心理教育供给普适性强,针对性不足。心理健康课程虽实现全覆盖,但课程同质化现象较明显,如现有心理健康课程多面向全体学生设计,缺乏对贫困生特有心理需求(如经济自卑、社交焦虑、就业压力等)的专题内容。贫困生群体对现有心理教育实践活动参与率较低,如当前高校虽开展“心理赋能”“互助自强”等实践活动,但因贫困生自尊心强、时间成本高(如兼职打工)等因素,实际参与度与效果却很有限。

二是贫困生心理育人工作开展与深化的社会支持网络薄弱。主要体现在家庭支持缺位、朋辈帮扶的局限和资源整合不足等方面。首先,贫困生家庭普遍缺乏心理健康意识,部分家长因经济压力传递负面情绪,家校联动机制尚未有效建立;其次,班级心理委员、宿舍心理信息员等朋辈支持机制中,贫困生常因“污名化”顾虑不愿主动求助;再次,学生心理健康教育与咨询部门与学生资助管理部门及就业指导部门协作较少,未形成“经济援助—心理疏导—能力提升”联动模式。

三是贫困生群体心理育人专项支持项目的缺失和心理育人效果实效评估的缺位。首先,从当前高校心理育人现状来看,鲜有高校设立贫困生专项心理育人计划和工作方案,现有帮扶多依附于资助政策中的零星条款,缺乏系统性设计;其次,在当前高校心理健康教育工作质量评估和考核过程中,尚未建立贫困生心理干预的效果评估体系,导致难以衡量其客观获得与主观获得感程度。

3.2 经济资助与心理帮扶协同不足,贫困生心理支持体系亟待完善

当前高校贫困生帮扶工作呈现明显的“重经济资助、轻心理支持”特征,资助体系与心理育人尚未形成有效协同。具体表现在资助结构失衡、心理帮扶形式单一和支持体系碎片化等三个方面。

首先,经济资助与心理帮扶协同不足体现在资助结构的失衡,呈现出经济援助为主导、心理支持明显不足的特征,如现行资助帮扶体系以助学金、助学贷款、勤工助学等经济资助为主,而对贫困生在心理疏导、能力拓展与提升等方面的心理帮扶措施相对薄弱,且缺乏系统性设计。

其次,相对薄弱的心理帮扶措施体现出形式单一的特点。一方面,当前贫困生对心理健康认知有限,求助主动性较低,仅少数心理压力较大的贫困生会主动寻求专业心理咨询的帮助,因心理教育引导不足而导致当前对于贫困生群体的心理育人工作以被动式干预为主。另一方面,在未能精准识别贫困生群体心理健康状况及心理需求的情况下,对其潜在心理困扰的早期识别和干预机制尚未建立,因此对于该群体的预防性支持是缺位的。

最后,贫困生心理支持体系碎片化。资助育人工作中的心理支持,大多是临时性宣传,缺乏长效机制。如资助政策宣讲时附带心理健康知识普及,缺乏规范性和系统性。此外,对于贫困生心理状态监测缺乏常态化机制。可以看出经济资助与心理育人未能形成有机衔接,两者的协同性不足。

以上三个方面的情况会导致贫困生群体面临的心理困扰难以及时发现和有效干预,亟需构建经济资助与心理帮扶协同推进的支持体系。

3.3 贫困生心理问题识别与干预精准度不足

定期组织心理测评、进行学生心理健康筛查及危机排查已成为高校心理健康教育常态化工作,但对贫困生心理问题的识别与干预尚不精准,筛查机制也不完善。也就是说当前高校心理健康筛查机制对贫困生群体的适用性存在明显局限,主要体现在筛查机制针对性不足、主动求助障碍显著和响应机制不健全等方面。

首先,筛查机制针对性不足。一方面,学生心理健康普查测评的学生的心理健康状况,一般采用的是常规化心理测评工具,而常规心理测评工具未能有效识别贫困生特有的心理特征,如经济压力导致的焦虑、自我效能感低下等。另一方面,心理健康测评数据中缺乏针对贫困生群体的专项数据分析模块,很少会对贫困生与非贫困生进行心理健康水平进行对比及差异性分析。此外,尚未在关键时间节点监测学生心理动态,如奖助学金的评定期、家庭经济情况突发恶化期、家庭变故期等关键时间节点,要特别注意贫困生消极情绪的产生和心理的波动,将其情绪和心理变化纳入动态监测体系。

其次，贫困生面对心理问题时，主动求助障碍显著。“病耻感”与资助资格顾虑形成双重阻碍，直接阻碍其主动求助，即基于对心理健康或心理问题的认知局限性，部分贫困生会因“病耻感”或担心自己的求助会影响其资助资格而不愿主动求助，这就容易导致心理问题的隐匿。对心理健康认知不足导致问题隐匿化，面对心理问题不积极主动求助而形成的被动干预模式又造成危机识别滞后，易于陷入一种恶性循环模式。

最后，贫困生心理帮扶的响应机制不健全，如未建立贫困生心理危机预警指标体系，针对贫困生群体也缺乏家校联动的快速响应通道，此外，还存在特殊情境（如奖助学金评定争议、家庭突发变故等情境下）的干预预案缺失。综上所述，贫困生群体心理问题呈现“识别不准、发现较晚、干预滞后”的特点，亟需构建符合贫困生心理特征的精准识别与快速响应机制。

3.4 积极心理品质培育体系较为薄弱

当前高校心理健康教育工作在贫困生群体中存在“重问题干预、轻潜能开发”的倾向，主要表现在：测评导向存在偏差、发展性支持不足和就业心理支持缺位。一是测评导向存在偏差。当前高校心理健康测评工作中，侧重关注学生的心理状态和心理健康水平，对于学生积极心理品质的关注较少。现有心理测评过度聚焦诸如焦虑、抑郁、自卑等负性指标，对贫困生的积极心理品质（如心理韧性、成长型思维等）缺乏系统评估，这就易于导致后续心理干预方案和心理健康教育方向偏重于问题解决而非优势培养。

二是对于贫困生的发展性支持不足。如当前贫困生心理育人体系中较少关注其心理韧性的培育，缺乏针对性的励志教育和抗逆力训练项目，部分针对贫困生进行心理赋能和潜能开发的教育实践活动，其参与度却较低。此外，贫困生因其社会资本、人力资本等方面的弱势导致其心理资本的积累受限，正向心理资本的积累渠道就更为有限。

三是贫困生就业心理支持缺位。一直以来，背负着通过接受高等教育而改善家庭经济状况责任与使命的贫困生不在少数，因此其在面对择业和就业选择时的压力要比非贫困生大很多。及时找到工作，或找到符合家庭期待的经济价值的工作等，都是其压力的来源。因此处在毕业求职期的贫困生有着更大的就业压力，极易引发焦虑情绪，如求职中遇到挫折，也更容易产生极端负面情绪，甚至是心理危机。而当前高校存在职业规划与心理辅导脱节的情况，未建立就业压力预警与疏导机制，对特殊就业困境（如家庭经济期待与现实落差）缺乏应对方案。因此，亟需构建兼顾问题干预与优势培育的积极心理健康教育体系，兼顾贫困生的发展性支持与就业心理支持，为其构建较为强大的支持体系。

总体而言，当前高校贫困生心理健康教育工作已初步搭建基础框架，但在精准性、系统性和发展性方面仍

存在明显不足。具体表现为专项支持体系缺失、经济资助与心理帮扶协同不足，积极心理品质培育机制不完善等问题。这些困境制约了心理育人实效，亟需通过理念创新、机制优化和资源整合，提升贫困生心理健康教育工作的针对性、主动性和发展性，释放心理育人的潜在效能。

4 新时代高校贫困生心理健康教育困境的突破

新时代高校针对贫困生进行心理健康教育，应以育人为目标，致力于提升家庭经济困难学生的可持续发展能力与素质，实现“经济解困——心理赋能——能力提升”的良性循环，尝试通过构建心理与资助育人共同体、打造心理与资助育人实践品牌和增强贫困生心理与资助育人获得感三个维度，突破当前高校贫困生心理健康教育工作困境。

4.1 高站位引领——构建心理与资助育人共同体

教育部党组印发的《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》明确提出构建“十大”育人体系，其中心理育人与资助育人作为重要组成部分，为高校相关工作赋予了新的时代使命。针对贫困生这一特殊群体，亟需建立心理育人与资助育人协同机制，构建“育人共同体”，实现从单一帮扶到全面发展的育人模式转型升级。一方面，通过构建三维协同网络实现育人机制创新；另一方面，通过打造发展型支持体系实现循环机制优化。

育人机制的创新可以从全员参与机制、信息共享机制和工作协同机制三个方面入手。首先，建立“心理教师+辅导员+资助管理人员”的“三位一体”协同育人团队，形成多维度支持网络。对心理教师、辅导员、资助管理人员三方进行精准的角色定位。辅导员扮演着信息枢纽的角色，通过日常谈心谈话掌握学生经济状况与心理和思想动态；心理教师在与辅导员沟通了解贫困生心理和思想状况后通过专业评估后提供精准心理干预方案；资助管理人员肩负资源调配的职责，在对生经济状况和心理动态全面掌握的基础上，实现帮扶对象的精准化，确保经济帮扶精准到位。其次，构建“一站式”信息共享平台，实现经济困难认定数据与心理测评数据的智能匹配，了解经济困难对学生心理健康状况的影响程度。通过信息共享避免学生重复陈述家庭经济状况造成的“二次伤害”，尤其介意让他人知道自身家庭经济困难的学生对于反复约谈和了解情况会更为敏感。此外，通过信息共享，还可以建立动态更新的贫困生心理档案库，便于为学生提供更为精准的心理咨询、心理健康教育和心理育人的举措。再次，构建工作协同机制，形成“评估—帮扶—反馈”的工作闭环：如经济困难认定时同步心理筛查、助学金发放时配套心理关怀、针对

贫困生能力培养的教育实践活动中强化心理赋能等。

构建“经济解困—心理赋能—能力提升”的螺旋式上升模型以优化循环机制。在经济解困阶段，建立精准识别机制、完善“物质资助+隐形补助”帮扶体系、设置发展型资助项目；在心理赋能阶段，建立贫困生成长导师制、开展贫困生专项团体心理辅导、注重其积极心理品质的培育；在能力提升阶段，以发展性能力提升为重点，如实施职业技能培训计划、社交能力工作坊、领导力培养项目等教育实践。做到贫困生的经济解困工作，但又限于经济资助和帮扶，注重对于贫困生心理潜能的激发，赋予其成长的动力和力量，最终实现综合素质和全面发展能力的提升。

通过构建心理与资助育人共同体，突破传统育人局限，实现从“单一帮扶”到“全面发展”、从“问题导向”到“发展导向”、从“资源供给”到“能力建设”的三大转变，切实提升贫困生的获得感和成长效能感，为其全面发展提供可持续支持系统。

4.2 协同化推进——打造心理与资助育人实践品牌

基于新时代育人要求，需通过体系化设计与精准化实施，构建全周期、阶段化相结合、精准化与分类化的多维贫困生成长支持系统，打造心理与资助育人实践品牌。

首先，心理与资助协调育人实践的体系化设计。以育人为目标的人才培养需要构建系统化的实践体系，以往对于学生的心理健康教育，有一定程度的覆盖，但缺乏系统的规划，教育和培训的体系化程度较低，不能按照学生成长的时间节点进行系统的规划与设计。进行体系化的设计，可以系统梳理学生在校期间在每个阶段可能遇见的问题，在具体化问题的基础上寻找问题解决的最佳措施和方案。而贫困生面临的问题要比非贫困生更多，因此需要更为全面的考量。可以通过搭建阶段化育人框架和精准化育人档案相结合的育人体系。

一方面，阶段化育人框架的搭建。基于大学生从进校到毕业，每个阶段问题都会遇到不同的问题，每个阶段都有其学习和成长任务，根据这些情况进行具体方案和行动计划的设计，实现对于学生的精准心理健康教育供给，给学生提供主动性的心理帮扶、精神支持和心理赋能。可按照时间顺序进行系统性筹划，通过把握大学四年中必经的关键时间节点和重要教育时机，实现大学四年每一个关键时刻，都主动为学生提供帮扶供给，帮助其解决困难，增强育人的预防性和系统性。如大一重点解决新生适应问题，做好适应教育和经济帮扶；大二时开展职业技能培训与心理素质拓展，聚焦其能力培养和心理赋能；大三时进行职业规划和社会适应的指导；大四时实施就业专项资助与职业心理调适，就业帮扶与感恩教育同步进行。

另一方面，细化贫困生的群体特点，实现育人对象

的精准认定、分类管理和精准育人。通过家庭经济困难学生的困难认定档案与学生的心理测评档案相结合，实现经济困难认定数据与心理动态测评结果的相互比对以更加全面了解贫困生的心理状态和思想动态。此外，还可以记录学生的学业发展和能力提升的情况，根据年级专业特点及贫困生的个人特点，致力于为每个贫困生制定独一无二的个性化心灵成长计划，凸显育人的体系化和个性化。增强了育人的主动性和系统性，且具有个性化特色。

其次，心理与资助协调育人实践的分类化精准施策。不同地区、不同专业、不同致贫原因、不同发展愿望的家庭经济困难学生对经济资助和教育帮扶的需求也不同。新时代高校学生心理健康教育工作应紧紧围绕立德树人根本任务，在学校心理健康教育全覆盖的基础上，进行分类、分层、分群设置，对面临不同问题和有不同需求的学生群体进行分类育人，如不同专业的学生有着不同的诉求，对其教育成效的要求也不完全一致，因此在分类施策的基础上，关注贫困生这一群体的帮扶和教育也至关重要。一方面，建立贫困生精准评估体系，从经济、心理和发展三个维度进行综合评估。贫困生客观上的划分主要是依据学校对于家庭经济困难学生的认定程序，学生有着经济解困的需求，但是对于心理帮扶、能力提升等的需求则存在个体差异，在帮扶时可以对其经济、心理和发展三个方面的情况及需求进行综合评估。如经济维度上的考量可以包括困难程度和持续时间，心理维度上贫困生的压力水平及其应对方式，再如包括成长需求及职业志向在内的发展层面上的需求评估等。通过这种多维度、立体化的评估，制定精准化的施策计划，这种心理教育供给也就能满足学生的实际需求，进而实现精准化育人目标。另一方面，在精准识别育人对象的基础上，要坚持对家庭经济困难学生进行分类管理，增强心理健康教育的针对性。

据以往研究成果及现实工作经验总结，基于贫困生群体的特征及需求大致可分为三类：危机干预型、发展促进型和榜样引领型。一是危机干预型贫困生，即因经济困难而产生心理压力且被心理压力所困扰的贫困生。这部分学生的问题较为显性，究其原因，可能是家庭经济困难的程度确实严重到给学生造成非常大的压力，此外，还有对于贫困的认知偏差导致的心理压力增大，如出现贫困灾难化的认知，或者贫困状况无法改变等想法都可能使其产生无能为力感和长期处于贫困的自卑感，想做什么都受到经济贫困限制的无力感等。这一类型的贫困生会因经济压力导致明显心理困扰，对他们的干预措施可以考虑将经济资助与心理咨询相结合，通过认知行为疗法矫正其对于经济贫困的认知偏差，甚至在条件允许的情况下可设立应急救助基金对其进行实质性经济的帮扶，实现解决实际问题与心理问题相结合。

二是发展促进型贫困生，即因经济困难而导致内

心自卑但又有着成长需要和综合素质提升需求的贫困生群体。这一类型的贫困生存在自卑心理但发展意愿强烈，他们有较强的自我发展和全面发展的愿景，但由于家庭经济困难，内心比其他同学更加敏感，容易产生自卑心理。对于这类学生，要给予其极大的鼓励和充分的信任，帮助他们放开心态。在做好经济资助的同时更要注重对这类学生的发展性资助和精准育人，一方面要积极缓解他们的心理压力，加强一对一心理咨询和心理疏导；另一方面要对这些学生进行专门的成长指导，如构建“励志奖学金+成长导师”帮扶模式，在心理疏导的基础上对其进行心理赋能和成长指导，开展助力学生能力和综合素质提升的育人实践。

三是榜样引领型贫困生，其特征体现为适应良好且表现优异。这部分学生很优秀，也很上进，仅仅是因家庭经济困难而被纳入贫困生群体。他们是贫困生群体的学习榜样，也是学校其他同学的学习榜样。因此可以充分发挥其榜样示范的带动作用，如选拔该群体中的佼佼者担任“学生资助宣传大使”，组建自强学子宣讲团，既能实现资助政策的宣传，又可以拓展资助育人的影响力。此外，吸纳这一类型贫困生参与到学校朋辈心理咨询实践中，能更好地为有心理帮扶的贫困学子提供更为切实和更接地气的问题解决参考路径。

通过构建心理与资助育人实践品牌，实现从“普惠式帮扶”到“精准化育人”的转变，切实增强贫困生的获得感，助力其成长成才。

4.3 重育人成效——增强学生心理与资助育人获得感

“获得感”思想是办好人民满意教育的具体化表达，为教育综合改革提供了明确的方法论指导，构成教育改革的新动力机制。新时代高校贫困生心理健康教育工作要取得更长足的进步，也可以选择贫困生群体对学校心理育人的获得感作为评估指标，这充分体现了“以人为本”“以学生为中心”的教育理念，做到关注教育对象的获得，关照学生的主观诉求及切实需求。

随着时代变迁和社会发展，贫困生对自身心理的关注，不仅限于心理健康和行为问题，而是希望从更好和更深层次得到教育者的指导。如学生从以往关注因贫困导致的心理压力，到关注自身积极心理品质和健全完美人格的培育与塑造，综合素质和能力的全面提升等。

为增强贫困生心理与资助育人获得感，可从创新育人方法、丰富育人内容和拓展育人载体等三方面综合考量。

一是积极创新育人手段方法。首先，构建隐私保护“双加密”机制。贫困生群体的特殊性，致使在选择育人手段和方法时需要综合考虑的因素较多，如贫困生经济贫困档案和心理健康档案的保管，对于心理敏感性较强的学生来说，这属于不愿让同学知道的个人隐私，因此要特别注意档案管理的安全性，对相关工作人员进行

严格的职业操守要求，对于学生经济情况和心理状态的把握，仅用于为学生提供更好的育人服务及取得更好的育人成效，不得作为他用。其次，充分发挥AI情感计算技术在育人过程中的应用。对于育人手段的选择，也要尊重学生的隐私和意愿。因此在当前状况下，充分借助大数据技术和AI技术贫困生提供个性化的心理育人资源和育人服务，通过大数据分析实现精准帮扶，保护学生隐私与尊严，同时，通过大数据技术也可以了解贫困生的潜在心理困惑和思想问题等，提供更为精准的解疑释惑的方案。AI技术在心理育人服务体系中的使用也日益增多，如AI心语、AI心灵树洞等，都能为学生提供线上的育人资助平台，可以通过与AI的对话寻找心理与思想困惑的纾解方法。通过多次与AI的对话能找到适合自己的心理调适方法，同时也可以避免线下求助不愿意暴露隐私的尴尬情况发生。此外，通过开发在线心理测评与咨询平台，降低贫困生求助门槛，使贫困生获得数字化心理支持。与此同时根据测评结果，进一步了解贫困生的个性化需求，为其提供更为契合的心理育人服务。

二是丰富育人内容，聚焦贫困生群体积极心理品质的培育。新时代贫困生心理健康教育坚持立德树人根本任务，以育人为目标，关注及帮助学生解决心理健康问题是最基础性的工作，拓展心理健康教育内容，从心理层面面向思想、道德及价值观层面进行延伸，多角度促进学生的全面发展，激发学生心理潜能，助力能力提升。尽管积极心理学理念被引入学校心理健康教育工作多年，大部分教育者也都能由原来关注学生的心理问题转到关注学生的心理品质塑造上来，但在现实工作中，由于学校心理育人的总体工作量较大、专业师资力量不足等原因，致使较少关注贫困生积极心理品质的培育。而积极心理品质是指包括乐观、谦虚、感恩、诚信等在内的24种积极品质（梁小玲，2023），而这些积极心理品质对贫困生的发展和成长来说较为重要，如资助育人中也强调要培养受助学生自立自强、诚实守信、知恩感恩、勇于担当的良好品质。这与积极心理品质这一内涵是相当契合的，因此加大力度培养贫困生的积极心理品质既是心理健康教育的应有之义也是资助育人的现实要求。心理与资助双育人模式下积极心理品质的培养既是必然也是应然。通过对积极品质中自强品质的培育对标贫困生长成中必须要具备的自立自强品质、诚信、诚实等积极心理品质，通过感恩教育培养其感恩意识和感恩品质，助力其服务社会等亲社会行为的产生。此外，担当、积极作为、社会责任感等积极心理品质的培育能增加贫困生在成才之后反哺社会的可能性；通过励志教育、抗逆力训练等方式增强其心理韧性，提升其应对逆境的能力。

三是拓展育人载体。如前所述，贫困生是较为特殊的高校学生群体，因经济压力而致使其有着一定的心理压力，这是必然的，而对于贫困生这一认定学生之间有

着一定的认知差异，有些学生能接受别人知道且自己有目标和计划地努力改进自己的情况，而有些学生则害怕家庭经济情况认定会让他人对自己有看法和贴便签，即使是困难也未必积极申请认定。资助育人中活动的开展容易使学生产生“另类”的想法，但如果将其融入进心理健康教育活动中就可以使活动更为隐性，实现隐性育人的效果。因此需要考虑到学生的显性实际需求和隐性心理需求，在育人实践活动的设计和育人载体的选择上要根据实际情况进行，做到让学生全程无压力参与。

在保留原有心理咨询、团体心理辅导、心理健康教育课程等育人载体的基础上，可开发更有包容性的育人载体和实践形式。实践赋能活动、朋辈互助和艺术心理治疗都是新的实践教育方式增长点。实践活动是育人载体中最为直观有效的体现，尤其当前心理健康教育活动的形式、内容较为丰富，心理育人有场地和阵地，心理育人与资助育人的目标大概一致，如资助育人中的感恩教育、诚信教育等，也是心理育人的应有之义。只需要通过活动的精心设计更为巧妙地将更合适的育人主题和内容纳入其中，就能实现一定的育人效果。首先，心理赋能活动的开展，可以设置贫困生成长训练营、抗逆力提升工作坊等，这种活动面向全体学生招募，但特别注意在活动策划和宣传及组织阶段注重吸纳部分贫困生参与，但不进行区别对待，心理教师、辅导员和资助管理人员把握学生的信息，且全程参与，在训练营和工作坊中给予不同方面的能力训练和提升等，使学生全程无压力参与。其次，组建学生支持小组，分享经验与资源，实现朋辈互助与共成长。如将贫困生群体中品学兼优、积极上进的学生选入自强互助团体中，在团体的动力下，使每个学生都吸收到更多成长的能量和动力。朋辈有其优势存在，因为有着相同的经济困境，面临问题的相似，每个人在面对问题时都会有应对措施，通过交流与分享，每个人都可以在多方案中择优选择适合自己的措施，这就可以规避较多的试错成本，而这对于时间不充足、压力较大的贫困生而言是一种非常重要且有效的互助途径。再次，艺术心理治疗具有其独特的教育功

能，通过艺术创作可洞察贫困生的内心世界，丰富和拓展心理健康教育资源，可针对贫困生不同背景、不同阶段的心理特点和需求，着眼于贫困生的成才与潜能开发。如可以将其应用于辅导员谈心谈话和心理咨询中，帮助学生打开心扉。在贫困生心理辅导中，经常会遇到一些贫困生因为家庭原因感到自卑、敏感，不愿意或者排斥与他人进行过多交流；或因从未接触过心理咨询，对此抱以质疑、不信任等态度。面对这些情况时，就可以发挥艺术心理治疗的优势，在咨询中利用如绘画、沙盘等艺术治疗形式，让贫困生放下防备心理，提高咨询效果，同时通过艺术创作帮助贫困生诠释自己的内心，对自己和他人进行重新认识，更好地处理问题，有效弥补谈话式咨询的不足，有些隐性问题就能通过艺术治疗的方式得以解决、补充和改进，确保学生从中获益，提升其获得感。

新时代高校贫困生心理健康教育困境的突破，需通过构建“心理与资助育人共同体、打造心理与资助育人实践品牌和增强贫困生心理与资助育人获得感”三位一体的育人新模式，推动心理健康教育工作提质增效。

参考文献

- [1] 坚持中国特色社会主义教育发展道路 培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人. *人民日报*. Retrieved from <https://baijiahao.baidu.com/s?id=1611226057600339556&wfr=spider&for=pc>.
- [2] 章雪, 昌晓莉. (2019). 积极心理学视域下贫困大学生心理健康教育: 反思及改进. *江苏高教*, (5), 119-124.
- [3] 陈虹, 潘玉腾. (2019). 立德树人视域下高校心理育人价值及其实现路径. *思想理论教育*, (5), 86-89.
- [4] 张志勇. (2019). 新形势下高校资助育人工作探索. *学校党建与思想教育*, (11), 84-86.
- [5] 肖丽, 肖蓉. (2022). 新时代立德树人视域下高校学生资助育人工作创新路径研究. *湖南社会科学*, (5), 14-21.
- [6] 王艺. (2024). 高校心理健康教育家校协同育人机制的困境与策略. *教育理论与实践*, 44(3), 34-37.

Psychological Health Education for the Poor Students in Colleges and Universities in the New Era: Dilemmas and Breakthroughs

Liang Xiaoling Chen Gan

Pingxiang University, Pingxiang

Abstract: In the new era, the ideological and political work of colleges and universities focuses on the goal of educating people, which also puts forward higher requirements the work of psychological health education in colleges and universities, especially under the influence of the concept of establishing morality and cultivating people, all-round education and precision education, psychological education has also begun to find new breakthroughs. Focusing on the effectiveness of psychological health education for college students with family economic difficulties has become a key dimension to test the psychological education colleges and universities. To achieve a virtuous circle of poverty alleviation, psychological empowerment and capacity improvement for poor students, and to build a new model of education through constructing a community psychological and funding education, building a brand of psychological and funding education practice and enhancing the sense of gain of poor students in psychological and funding education “three in one”. Promote the quality and efficiency of psychological health education.

Key words: College poor students; Mental health education; Psychological education; Funding education