

让梦想照亮现实

——关注高校贫困家庭学生

【主持人】
忻之涓

主持人的话

一年一度的高考已经结束,随着高校招生规模的扩大,高校中来自贫困地区、贫困家庭的学生数目也在增长。这些学生背负着家庭的重托和父辈的期望走进高等学府。大部分学生自强不息刻苦努力,享受着新环境所带来的资源、信息,继续探寻更高的生活目标。也有一些学生,在新环境里迷失了自我,陷入“心理贫困”的危机。本期谈话,让我们一起关注他们的心灵,帮助他们调适梦想和现实的距离,在给予他们物质关怀的同时给予他们更多的人文关怀。



本版插图 郑辛遥



教师

刘老师

本市某211大学学生处工作人员

每个学生都有追求梦想的权利

主持人:目前高校中关于困难生的标准是如何认定的?学校的援助措施有哪些?经济层面有哪些,精神层面有哪些?

刘老师:关于高校困难生的标准,每个学校有不同的标准。我校认定困难生和特困生的标准,主要依照家庭人均月收入状况,并考虑地域差异和特殊情况(如单亲、大病、残疾等状况)。针对家庭经济困难学生,学校做了多种探索。在经济方面,主要有“奖、助、贷、勤、减、免、补”等帮困方式。即:鼓励困难学生努力学习、争取奖学金;为困难学生提供部分助学金;鼓励困难生申请助学贷款;鼓励学生参加勤工助学获得劳动收入;为部分困难学生减免学费;应对一些自然灾害或学生突发事件,提供临时困难补助等。在精神层面,学校启动了多项专项帮扶计划。如针对困难生的心理援助计划、技能提升计划、励志培养计划、就业援助计划等。

主持人:除了经济上的援助,你觉得家庭贫困的学生还需要什么样的援助?

刘老师:学业上需要帮助。由于地区教育水平的差异,不少学生在大学都遭遇过学业上的困难。如一些困难生的英语口语水平不够,不少困难生在上大学前很少接触电脑,学习“计算机基础”课有困

难。此外,和别的孩子相比,困难生还非常欠缺“机会”。比如今年,遭遇“史上最难就业年”,在这场既“拼能力”又“拼爹”的战争中,“困难生”的处境是相对不利的。学校要启动就业援助机制,给困难生以更多的就业选择机会。

主持人:同这些孩子接触了这么久,你最想提醒他们一什么?

刘老师:我想提醒他们,无论环境如何困难,保持诚信都是必须的做人准则。我曾经遇到过一个困难生,参加勤工助学活动时,为了拿到更多的报酬,屡屡谎报勤工助学时间。我发现之后立即批评教育了他。其次,再困难也要敢于做梦、敢于追求。我们的一项校内调研显示,很少困难生把“出国读书”作为自己的生涯规划的一部分,他们普遍认为出国读书是富人孩子的专利。但我认识这样一个孩子,大一时丧父,母亲下岗,靠贷款、助学金、奖学金以及勤工助学收入读完了大学。四年里他学习勤奋刻苦,考了托福和GRE,今年申请到了美国名校全奖,即将赴美读研。我还想对家庭

经济不好的孩子们说,遇到爱情的时候你们也要勇敢去追求。在上帝面前,每个灵魂都是高贵而美丽的,“屌丝”也有追求爱情的权利。

学生

乐永飞

同济大学职教学院学生,原籍江西

方秀峰

同济大学经管学院学生,原籍安徽

渴望自给自足,拥有选择生活的能力

主持人:从老家到上海来念书,心理上发生过些什么样的变化?心里会有落差吗?

乐永飞:心理上没有那么大的变化,因为这就像初中离开家到市里读书一样。最主要的变化是对于家里更加思念,更加担心。当看到与老家不一样的大都市后,心里会有落差的。心里想为什么家乡发展不起来,如何才能发展自己的家乡。

方秀峰:对我来说,从一个相对落后的农村来到上海这样的大都会,心理落差必然是存在的。在校园生活了一段时间之后,就渐渐发现,差距已然存在,而且处处都是,生活上是,就连以前引以为傲的学习上也是了。而且据我观察,很多经历相仿的同学也是如此。从我们这类学生的立场看,要说心理状态,表现在行为上,就是面对很好的机会却怯于尝试,或者尝试之后因为本身的差距而屡次受挫,进一步加深了这种负面的心理。对大学生活,确实有很大影响。

主持人:对于学校组织的一些对于贫困生的援助,你觉得最受益的是什么项目,最让你不能接受的是什么?

乐永飞:我觉得最受益的是学校勤工俭学项目,因为这项目主要靠自己的努力和勤劳获得的。这样既能帮助自己,也能培养自己的能力。最让我不能接受的是一些家里非常有钱的人只凭一些证明而得到援助的项目。

方秀峰:我是在进校之后才知道学校有那么多对于家庭困难学生的援助项目,我也参与过勤管办组织的资助其他同学的项目。对于我,最受益的项目大概就是出国交流助学金吧。这个项目让我这样没有背景没有条件的农村出来的学生,有了一种开拓眼界挑战自我的机会。

主持人:同学之间物质上的攀比会让你觉得心里不舒服吗?

乐永飞:我不会觉得心里不舒服。因为自己家里情况不好,我应该多为家里着想,我想的是如何帮助家里减轻负担而不是受攀比影响。这些年我也真的没有遇到过特别不愉快的与物质条件有关的事情。

方秀峰:我参与的社交活动不多,与所在的集体关系都挺好。主要是我也不大关注物质攀比这方面的东西,别人有什么对我来说也没什么大的所谓,因此没什么比较大的物质攀比引发的不舒服感。不过,客观一点说,物质上的差距总是存在的,比如外出游玩、出行、购物等都受到限制,不过习惯了也就无所谓了。

主持人:高考时是如何设想自己的未来的?来上海念大学之后,这些梦想有所改变吗?现在的梦想是什么?

乐永飞:高考的时候,我就希望在大学期间一定要自己提供一切费用,不再给家里带来负担。毕业后,回家为家乡的发展尽自己最大的努力。来上海念大学之后,这些梦想没有改变,这些梦想在一步一步实现。现在的梦想还是一样的,和高考时候的梦想没有变化。

方秀峰:说实在的,中国的学生有几个高考的时候设想过自己的未来的呢?现在的梦想很简单,

心理学者

高建秀

复旦大学社会工作学系副教授

“我可以忍受不完美的现实,仍然让自己快乐”

主持人:在众多贫困大学生中,有个别学生为自己的贫困出身而自卑、痛苦,他们对自己没有信心,不愿承认自己的贫困,因此一次次失去受帮助的机会,即使得到别人的资助,也会深深内疚、自责。你觉得出现这类现象的根源是什么?

高建秀:这种现象的根源可以从评价性焦虑的心理状态来看。对于敏感的个体来说,当他们觉得容易受到伤害,个体的反应就可能是自我保护性的:他自动缩回自己的壳里,这样就可以隐藏自己的弱点。对有些家庭贫困学生来说,他们具有被评价的恐惧,评价性情形可以看作是对抗或挑战——使个体处于防御姿态。他们害怕谈及有关贫穷的字眼,不愿意让同学知道自己是个贫困生,他们宁肯节衣缩食也不承认自己的家庭贫困。他们不愿接受他人的帮助,对同学与老师的好意总摆脱不了被施舍的感觉。在人际交往中,他们不希望被人特殊对待,从而加重了他们的心理负担。但理智与现实却不容他们拒绝和脱离他人,这种矛盾的心理,往往驱使他们走向自我封闭、孤僻甚至心理畸形。

主持人:如何从心理上帮助贫困生脱贫?学校、家庭和同学分别可以做什么?

高建秀:家庭贫困可能容易导致绝望、低自尊,但贫困最大的伤害,是把自己看成是劣等的。对于学校来说,首先要开展平等教育、爱心教育,其次,加强校园文化建设,形成一种有利于贫困家庭大学生群体健康成长的良好氛围。第三,加强对贫困家庭学生的心理健康教育。积极开展心理咨询或心理辅导活动,及时疏导学生的各种心理困扰,帮助他们逐步完善人格。

对于家庭来说,家庭成员可以有三种方法协助其子女缓解压力。首先,觉察子女受创伤的压力或沮丧的情绪。一般而言,子女的压力,往往是先被家人发现,因为家人彼此之间的相互熟悉,他们因此容易发现彼此之间任何的情绪或行为的变化。第二,面对压力源。这是希望家人彼此帮忙去面对非常态行为的原因,站在感受到压力的子女立场上帮助其面对压力或不如意。

第三,支持性的重新建构。这是指家庭有能力用一种比较正向的和乐观的方式,从另外一个角度来看待目前不如意的境况,如“它使我们有关系更加紧密,共同面对问题”。因此,家庭可以协助家庭成员建构他们自己的“治愈理论”。

学生自己呢,首先,放下自怨自艾心态。一些贫困家庭的学生之所以痛苦是因为他们的消极思维,反复出现自暴自弃的心态,生活得不快乐。第二,放下抱怨的心态。停止对人、事、环境的抱怨。人生不如意事十之八九,但是人们可以控制自己对这些事情的看法和反应。第三,放下别人的看法。有些学生总是根据别人的观点或想法去生活,而忽视自己内在的声音,内心的呼唤。请记住,我们每一个人都需要有一个合理的认知来重新评价自己,摆脱自卑焦虑的消极情绪。第四,增强抗逆力,减少挫折所带来的负面影响,从而不再焦虑恐惧,迈向成功。

主持人:我遇到一位家庭经济困难的学生,家庭需要他工作养家,但他坚持要读一个就业前景不好的专业的研究生,他觉得自己是在实现梦想,父母觉得他在逃避现实,梦想如何与现实调适?

高建秀:合宜的梦想和期待可以达成一些重要的目标,赢得自己和他人的认可。但有时梦想与现实有距离,如何让梦想和期望维持在合宜的状况,不让它们变成过度强求?这就是要有弹性、不武断、不绝对。合宜的希望和期待是这样的,如“我希望自己达成某些重要的目标,赢得别人的认同,但我不一定非这么做不可。”高挫折忍受力的希望和期待,如“我希望在重要的目标上成功,赢得他人的认同,当环境和他人阻碍我的时候,我会失望和后悔,但不至于沮丧和愤怒。我可以忍受不完美的现实,仍然过着快乐的生活。”“这不是世界末日;我可以做其他事情,而且很快乐。”如此,梦想与现实或许就能较好地得到调适。

主持人语:梦想,不是一个虚无缥缈的字眼。或许对于来自贫困地区和家庭的孩子来说,如何让梦想照亮现实,需要更多直面生活的勇气和更艰辛的努力。

