

精准帮扶视角下职业院校特殊学生群体心理健康 教育路径探究

周书利

(江苏海事职业技术学院, 江苏南京 211170)

[摘要]随着我国职业教育事业的蓬勃发展,职业院校学生的心理健康问题日益成为教育领域和社会各界关注的重点议题。在职业院校学生群体中,家庭经济困难学生、残疾学生、网络成瘾学生作为典型的特殊群体,由于自身生理条件、家庭环境、行为习惯等方面的特殊性,在成长过程中面临着比普通学生更为复杂的心理压力和困扰,其心理健康状况令人担忧。本文以这三类特殊学生群体为研究对象,系统剖析其心理健康教育的现状,深入挖掘当前职业院校在特殊学生群体心理健康教育工作中存在的突出问题及深层成因,结合相关研究成果和实践经验,提出科学合理、切实可行的解决对策,旨在完善职业院校特殊学生群体心理健康教育体系,提升心理健康教育的针对性和实效性,帮助特殊学生群体缓解心理困扰、健全人格,促进其身心健康发展,为职业教育高质量发展提供有力的支撑和保障。

[关键词]职业院校;特殊学生群体;心理健康教育

[作者简介]周书利(1989—),女,江苏灌南人,江苏海事职业技术学院信息工程学院讲师,硕士,研究方向:大学生思想政治教育。

[基金项目]本文系2025年度江苏高校哲学社会科学研究一般项目“职业院校学生心理健康教育的优化路径与策略研究”(项目编号:2025SJSZ0306)的研究成果。

[DOI] <https://doi.org/10.62662/kxwxz0306033>

[中图分类号] G718.5

[本刊网址] www.oacj.net

[投稿邮箱] jkw1966@163.com

引言

职业教育是我国教育体系的重要组成部分,近年来,国家高度重视职业教育发展,出台了一系列政策举措,推动职业教育进入高质量发展的新阶段。职业院校学生中家庭经济困难、残疾、网络成瘾三类特殊学生,因自身条件和成长环境特殊,面临更为独特的心理压力,心理健康问题更为突出,成为职业院校心理健康教育工作的重点帮扶对象。

家庭经济困难学生长期面临经济压力,物质生活与其他同学的差距易引发自卑、敏感;残疾学生因身体或智力缺陷,在学习生活中多有不便,易产生孤独、自我否定;网络成瘾学生过度依赖网络逃避现实,易出现注意力不集中、人际关系淡漠等问题。这些心理问题不仅影响特殊学生的学业和身心健康,还可能阻碍其未来职业发展,甚至引发社会问题。

当前,我国职业院校逐步重视学生心理健康教育,建立心理辅导室、开设相关课程、开展咨询活

动,针对特殊学生也开展了部分帮扶工作并取得一定成效。但整体来看,特殊学生群体心理健康教育仍存在诸多短板,难以满足其实际需求。探究特殊学生心理健康教育现状、问题及对策,不仅能帮助特殊学生缓解心理困扰、健全人格,更能推动职业院校心理健康教育提质增效,完善人才培养体系,具有重要的理论与实践价值。

一、职业院校特殊学生群体界定及心理健康核心特征

(一)特殊学生群体界定

本文所研究的职业院校特殊学生群体,特指因自身生理条件、家庭经济状况、行为习惯等存在特殊情况,在学习、生活、社交及心理发展中面临更多阻碍,需学校、家庭、社会额外关注帮扶的学生群体。结合职业院校实际,重点聚焦三类典型群体:家庭经济困难学生、残疾学生和网络成瘾学生。

家庭经济困难学生,指因家庭收入微薄、成员患病、单亲、孤儿、自然灾害或意外事故等,导致家

庭经济负担沉重,难以承担学费、生活费,长期面临经济压力的学生。这类学生多需通过国家助学金、勤工助学等方式缓解压力,易因物质差距产生心理落差。

残疾学生,指因先天或后天因素导致身体或智力存在缺陷,学习生活中需特殊照料和支持的学生,主要包括肢体、听力、视力、智力残疾等类型。他们学习需借助特殊设备和辅助工具,生活中常需他人帮助,易产生被边缘化感。

网络成瘾学生,指过度依赖网络,无法合理管控上网时间和行为,网络使用严重影响学业、生活、人际交往和身心健康的学生。他们多沉迷于网络游戏、短视频等,将网络作为逃避现实的“避风港”,形成不良上网习惯。

(二)三类特殊学生群体心理健康核心特征

三类特殊学生均表现出明显的心理脆弱性,易产生负面情绪,但具体特征各有不同,具体表现如下:

家庭经济困难学生的核心心理特征为自卑、敏感、焦虑及自我封闭,更容易出现学业困难、人际关系敏感、就业困难等一系列心理问题。随着国家对贫困生经济扶持力度加大,学生经济负担显著减轻,但贫困引发的心理问题未根本解决,部分学生还出现感恩意识薄弱、心理失衡等现象。因物质生活与同学存在差距,他们易产生自卑心理,不愿主动社交,担心被嘲笑和歧视;同时,肩负改善家庭经济、回报父母的重任,对学业和职业的高期待易引发焦虑,遭遇挫折时易自我否定;部分学生还过度依赖外界资助,缺乏自我奋斗的主动性。

残疾学生的核心心理特征为自卑、孤独、抑郁及社交退缩,当前职业院校学生主要有三种残疾类型,包括听力残疾学生、视力残疾学生、肢体残疾学生。身体或智力缺陷使他们难以正常参与校园活动,易产生“被边缘化”感受,滋生孤独感。长期面临他人异样目光和社会偏见,易自卑、自我否定,部分学生陷入抑郁,不愿与人交流,形成社交退缩习惯,加剧心理困扰。浙江特殊教育职业学院的实践表明,结合残疾学生身心特点开展分层分类心理健康教育,能有效缓解其负面情绪,帮助树立自信。

网络成瘾学生的核心心理特征为注意力不集中、情绪波动大、人际关系淡漠及自我控制能力弱。过度沉迷网络导致注意力分散,影响学业;网络虚拟性使其缺乏面对面沟通能力,社交能力下降、人际关系淡漠;长期受网络刺激,情绪易剧烈波动,出现烦躁、焦虑等负面情绪,自我控制能力弱化,无法上网时会戒断反应,形成“上网依赖—现实逃

避—心理失衡”的恶性循环,可能引发作息紊乱、视力下降等躯体不适,导致睡眠质量下降、社会适应不良及焦虑、抑郁等心理问题。

二、职业院校特殊学生群体心理健康教育现状

近年来,随着国家对学生心理健康工作的重视,职业院校逐步加强心理健康教育,开展了一系列帮扶工作并取得一定成效,但特殊学生群体心理健康教育仍存在诸多不足,现状不容乐观,主要体现在以下方面。

(一)心理健康教育重视程度不足,针对性不强

多数职业院校心理健康教育以“普惠性”为主,重点关注全体学生共性心理问题,对特殊学生重视不足,缺乏针对性方案。心理健康课程多围绕情绪管理、人际交往等共性内容,未针对家庭经济困难学生的自卑敏感、残疾学生的社交障碍、网络成瘾学生的自我控制提升等开展专项教学;心理健康活动多为面向全体学生的讲座、普查,缺乏针对三类特殊学生的专项活动,教育效果大打折扣。

(二)心理健康教育师资力量薄弱,专业水平不足

师资力量是心理健康教育的核心支撑,当前职业院校心理健康师资薄弱、专业不足的问题十分突出。多数院校心理健康教师数量未达到教育部1:500的师生比要求,部分院校仅1~2名心理健康教师,难以兼顾全校学生及特殊学生的个性化需求。部分教师为兼职,由辅导员、思政教师等兼任,缺乏系统专业培训和实践经验,仅能开展基础的知识普及,无法应对特殊学生复杂的心理问题。此外,部分院校缺乏既懂心理学又懂人工智能、特殊教育的复合型育人队伍,难以借助现代技术开展相关工作,加剧了师资困境。

(三)心理健康教育方式单一,教育效果不佳

当前,特殊学生心理健康教育主要以传统课堂讲授、专题讲座为主,形式单一、内容枯燥,多为教师单向灌输,特殊学生处于被动接受状态,难以将所学知识运用到实际生活,无法有效缓解心理困扰。针对三类特殊学生的专项活动开展较少,无法满足个性化需求。传统说教式教育吸引力不足,难以契合职业院校学生活泼好动、注重实践的特点,导致特殊学生参与积极性不高,部分学生甚至产生抵触情绪。AI技术、大数据等现代手段应用不够广泛,未能实现教育模式从“被动接受”向“主动参与”的转变。

(四)家校社协同育人机制不完善,帮扶合力不足

特殊学生心理健康教育需家校社协同发力,但当前三方缺乏有效沟通协作,协同机制不完善,帮

扶合力不足。家庭层面,部分家长对特殊学生心理需求认知不足,家庭经济困难学生家长过度关注学业和经济,忽视心理疏导;残疾学生家长可能过度溺爱或忽视,缺乏正确引导;网络成瘾学生家长缺乏有效监管方法,要么粗暴禁止要么放任不管,加剧孩子心理问题。社会层面,对特殊学生关注度不够,缺乏针对性的心理健康服务资源,帮扶多集中在物质层面,缺乏心理支持;社会上存在对残疾学生、网络成瘾学生的偏见和歧视,加剧其心理困扰。学校层面,缺乏与家庭、社会的有效联动,未能及时反馈学生心理状况、充分利用社会资源,与医疗机构合作不够深入,缺乏专业的心理危机干预支持。

(五)特殊学生群体自我心理调节能力薄弱,求助意识不足

特殊学生自身的心理调节能力和求助意识不足,加剧了心理问题。家庭经济困难学生因自卑不愿倾诉,刻意隐瞒家庭状况和心理感受,压抑负面情绪;残疾学生社交退缩,缺乏沟通勇气和能力,面临心理困扰时只能独自承受;网络成瘾学生沉迷网络逃避现实,缺乏主动求助意识。三类学生均缺乏系统的心理调节技巧,无法有效应对心理压力,负面情绪易积累,甚至引发焦虑症、抑郁症等严重心理问题。此外,部分特殊学生在心理普查中刻意隐藏心理困扰,导致学校难以及时发现并干预,加剧心理问题恶化。

三、职业院校特殊学生群体心理健康教育存在问题的成因分析

(一)资源投入不足,保障体系不完善

资源投入不足、保障体系不完善,制约了特殊学生心理健康教育的开展。学校层面,心理健康教育经费占比低,心理辅导室设施简陋、设备陈旧,缺乏专业测试工具和辅导设备,部分院校甚至没有专门的心理辅导室,影响辅导专业性和实效性。学校缺乏完善的保障机制,未建立健全特殊学生心理健康档案,对其心理状况缺乏动态跟踪;心理筛查、预警、干预机制不完善,难以及时识别和干预心理问题;考核评价机制不健全,未将特殊学生心理健康教育成效纳入考核。社会层面,针对特殊学生的心理健康服务机构、志愿者队伍和帮扶资金不足,资源分布不均,偏远地区职业院校难以获得专业支持。部分院校未充分利用AI技术、大数据等现代手段,缺乏“AI+心理”育人模式,无法弥补人力不足的短板。

(二)教育机制不健全,协同发力不足

教育机制不健全,导致各方难以形成合力。学

校内部,心理健康教育部门与教务、学生管理等部门缺乏协同,心理健康教育与专业教学、学生管理脱节,各部门各自为战、信息不通,难以形成工作合力。家校社协同层面,缺乏健全的沟通联动机制,三方信息无法互通、资源无法整合,学校未能及时传递心理健康知识和学生心理状况,家长未能主动反馈孩子情况,社会资源利用缺乏系统性,三方各自为战,难以形成帮扶合力。此外,针对特殊学生的心理筛查、预警、干预机制不完善,对心理状况缺乏动态监测,心理危机干预机制不健全,无法及时防范心理危机事件,导致部分学生心理问题不断恶化。

(三)学生自身认知不足,主动参与度低

特殊学生自身认知偏差和主动参与意识不足,影响教育效果。部分特殊学生对心理健康知识了解不足,误解心理问题,认为心理问题“丢人”,不愿面对和求助;部分学生误解心理健康教育,认为其针对“有心理疾病的人”,参与积极性不高。部分特殊学生缺乏提升自身心理健康水平的意识,对心理健康教育活动缺乏兴趣,甚至存在抵触情绪,无法掌握心理调节技巧。同时,家庭经济困难学生的自卑、残疾学生的社交退缩、网络成瘾学生的现实逃避,进一步降低其主动参与意识,导致心理问题不断积累。此外,部分贫困生将困境归因于社会不公,产生仇视心理;部分残疾学生对未来失去信心;部分网络成瘾学生丧失主动改变意识,均加剧了心理问题。

四、职业院校特殊学生群体心理健康教育的解决对策

(一)加强师资队伍建设,提升专业水平

加强师资队伍建设,是提升教育质量的核心保障。学校要按1:500的师生比足额配备专业心理健康教师,减少兼职比例,加大引进力度,明确岗位职责、保障工作待遇,激发教师积极性。建立常态化培训机制,定期组织心理健康教师参加专业培训、学术交流和实践研修,重点提升其针对特殊学生的辅导和干预能力,鼓励教师开展相关研究,提升专业素养。同时,加强对辅导员、专业教师、班主任的心理健康培训,将其纳入岗前和在职培训,让每一位教师掌握基础心理健康知识,形成全员育人格局。

(二)完善家校社协同机制,形成帮扶合力

完善协同机制,整合各方资源,形成帮扶合力。学校要建立健全与家庭、社会的沟通机制,定期反馈学生心理状况,指导家庭教育,加强互动交流,针

对不同类型学生制定个性化帮扶方案。加强与社会各界合作,与心理健康机构、医疗机构等建立长期合作,引入专业资源,邀请专家、志愿者进校园开展帮扶;鼓励企业、社会组织为特殊学生提供勤工助学、社会实践机会,消除社会偏见。加强信息互通和资源共享,形成“学校主导、家庭参与、社会支持”的格局。

(三)强化学生自我教育,提升自助能力

强化自我教育,提升自助能力,是促进特殊学生心理健康发展的根本途径。学校要通过多种渠道普及心理健康知识,帮助特殊学生正确认识心理困扰,消除误解和恐惧,引导其了解自身心理特点,学会正确面对心理问题。鼓励特殊学生主动参与心理健康教育活动,掌握情绪管理、压力应对、人际交往等技巧,引导不同类型学生接纳自我、树立自信、摆脱网络依赖。加强心理引导,鼓励学生主动求助,畅通求助渠道,让其明白求助是勇敢负责的表现;鼓励特殊学生建立良好同伴关系,相互支持帮助,共同缓解心理困扰。

五、结论与展望

随着职业教育和心理健康教育的发展,特殊学生心理健康教育将迎来新机遇。职业院校应总结

经验、创新方法,加强家校社协同,优化教育体系;加强相关研究,探索教育规律,结合现代技术手段提质增效;进一步关注特殊学生心理需求,完善帮扶措施,为其提供全方位、专业化心理支持,助力其成长为高素质技术技能人才,为技能强国建设贡献力量。

参考文献:

- [1] 史芳宁,樊艳丽.家庭经济困难学生心理问题剖析及对策研究[J].山西青年,2025(8):96-98.
- [2] 杜艳飞,韩湘.中等职业学校残疾学生自我和谐与心理健康的关系研究——以吉林省残疾人中等职业学校为例[J].通化师范学院学报,2025,46(2):125-131.
- [3] 罗银霞,段卓,罗巧,等.高职学生网络成瘾的潜在剖面分析及影响因素研究[J].华南预防医学,2026,52(1):37-42.
- [4] 简璐丝.全面提升高职院校心理健康教育质效[N].新华日报,2026-5-28(11).
- [5] 郭馨远.高质量发展背景下高职院校学生心理健康教育模式探究[J].公关世界,2026(10):55-57.
- [6] 王秋爽,季丽君.高职院校心理健康教育的现状和优化路径[J].佳木斯职业学院学报,2026,42(4):130-132.
- [7] 杨紫霞,杨华琳.积极心理学视角下的高职学生心理健康教育实践研究[J].公关世界,2026(7):73-75.

Research on the Mental Health Education Path for Special Student Groups in Vocational Colleges Based on Targeted Assistance

ZHOU Shu-li

(Jiangsu Maritime Institute, Nanjing Jiangsu 211170, China)

Abstract: With the vigorous development of vocational education in China, the mental health problems of students in vocational colleges have increasingly become a key issue concerned by the education sector and all sectors of society. Among vocational college students, special student groups represented by students from financially disadvantaged families, students with disabilities, and students with Internet addiction face more complex psychological pressures and troubles in their growth than ordinary students due to their particularities in physical conditions, family environments, behavioral habits and other aspects, and their mental health status is worrying. Taking these three types of special student groups as the research objects, this paper systematically analyzes the current situation of mental health education for them, deeply explores the prominent problems and underlying causes existing in the mental health education work for special student groups in vocational colleges. Combined with relevant research results and practical experience, it puts forward scientific, reasonable and feasible countermeasures. The research aims to improve the mental health education system for special student groups in vocational colleges, enhance the pertinence and effectiveness of mental health education, help special student groups relieve psychological distress, cultivate sound personality, promote their physical and mental health development, and provide strong support and guarantee for the high-quality development of vocational education.

Key words: vocational colleges; special student groups; mental health education