

父母缺位对高职新生心理健康影响探究

方 舒

(金华职业技术大学, 浙江 金华 321016)

摘要: 近年来, 随着社会经济的快速发展, 家庭结构及家庭关系的变化, 越来越多的高职新生出现了父母缺位现象。本研究通过心理测评、个别访谈和深入访谈等形式, 了解父母缺位对高职生心理健康的具体影响。结果表明: 经量表筛选, 个人访谈后筛选出的心理易失衡的高职新生中, 存在着较为普遍的父母缺位现象; 父母缺位对高职新生的心理健康水平有明显影响; 在父母缺位的高职新生家庭中, 学生心理问题的发生率较高。在父母缺位的情况下, 如果家庭功能虚化, 高职新生的健康成长就需要依靠学校探究对策, 通过适当方式介入帮助学生健康成长。

关键词: 父母缺位; 高职生; 心理健康; 对策研究

一、研究分析

(一) 概念定义

罗图多指出, 父亲的缺位包括身心两方面: “身”的缺位: 主要指父母离婚, 父亲缺位、父亲常年在外在工作等情况; “心”的缺位: 主要指父亲虽“身”在场, 但父亲功能缺失, 孩子无法感受到父亲的存在, 或者父亲以不合理的方式对待孩子。因此, 量表排查与个体访谈的过程中, 笔者并不单纯将父母缺位定义为父母离异, 孩子跟随任意一方; 而是以个体在成长过程中感受到的家庭功能虚化; 父母在个人成长过程中参与感低下; 生理或是心理方面受父母照拂过少而产生心理失衡感, 即定义为父母缺位。

(二) 调查对象

选取金华职业技术学院 2022 届与 2023 届新生为研究对象, 共完成大学生基本信息量表 762 份, 大学生人格问卷 (UPI) 762 份, 自评抑郁量表 (SDS) 762 份。以 1、UPI 总分在 25 以上; 2、UPI 中提出想轻生或者明确提出自身有心理问题需要咨询; 3、辅助题中至少有两题做肯定选择; 4、第 8、16、26 题至少两题做肯定选择; 5、SDS 中抑郁严重指数 ≥ 0.6 为筛选标准, 满足其中一项即进行个体访谈。其中满足以上五项要求之一的学生共 157 名, 经量表分析、访谈判断, 确诊、疑似精神障碍或者发生心理问题概率较高的学生共 56 名, 其中因父母缺位下的家庭问题引发心理失衡的学生为 56 名, 占 35.7%, 占比较高。

二、父母缺位对高职新生心理健康影响

父母是孩子的第一所学校, 也是孩子迈入社会化的第一步。孩子看待世界的方式, 与人相处的模式, 维持关系的能力都与原生家庭关系密切。笔者以曾经的访谈个案为例, 分析父母缺位家庭对高职新生心理健康的影响, 讨论其与高职生常发心理问题的关系, 探索应对策略。

(一) 环境适应性一般, 无法获得归属感

案例一: 小 A 家庭环境复杂, 父母离婚后都各自有了家庭。

父母从该生幼时就经常吵架, 甚至离婚后见面依旧会发生争执, 关系一直很差。从小到大, 小 A 的父母都沉溺于自身婚姻矛盾很少关心小 A 生活, 小 A 最为熟络的亲戚是隔代的奶奶与外婆。进入大学后, 小 A 表示她不愿意再和之前的高中同学太亲密, 并不是因为她喜欢新环境新朋友新课程, 而是自己一直在回避亲密感情与关系。小 A 觉得任何地方都只是暂留地, 任何人都都会面临离别, 因此她虽然看上去朋友很多, 但时常会陷入抑郁情绪, 朱灵艳在《个人成长期父母缺位与其成年后社会交往行为之间的关系》中表示“儿童成长期 (0—12 岁) 时的父母缺位会影响其成年后的社会交往情况, 导致其成年后较少与父母、配偶、子女等朝夕相处的人进行倾诉”小 A 称她无法找到倾诉对象, 只能通过剪纸、刻画等文艺活动疏解内心痛苦。

(二) 自我认同感低下, 易引发抑郁

案例二: 小 D 出生于农村, 爷爷奶奶均因自杀离世。小 D 的父母虽无明显矛盾, 但家庭氛围一直非常压抑, 父母将父辈的死归咎在自身, 始终活在无法逃脱的负罪感下。小 D 的父亲常年酗酒, 且经常感到胸口疼痛。在小 D 的记忆里, 父亲为人善良性格温和, 但常年阴郁, 只要喝酒就会抱怨自己的无能和命苦, 让小 D 觉得家庭非但不能给自己支持, 自己也做不了任何事情来支撑父母。小 D 为人开朗, 性格温柔, 学习上进, 但在第二学期开学时突然抑郁发作, 无法自控地开始崩溃大哭, 注意力涣散, 并有无意义感加重, 自我效能感低下等表现。

(三) 社交障碍, 建立亲密关系困难

案例三: 小 L 父母在该生新生入学后立马着手办理离婚手续, 但二人的关系早在小 L 年幼时就破裂。在小 L 的观念里, 父母经常为了各种事务“抛弃”自己, 甚至父母在办理离婚手续时, 他

充当的也不过是签证明的角色，还是会被母亲一句“随便你，我在忙”打发走。不被重视，没有话语权是小L成长之路的惯常感觉。进入大学后，小L在进入大学后，就与同学发生了不少矛盾，他试图证明自己，以获得话语权，与同学和老师争论不休；然而，每一次他都会像面对父母那样主动道歉，认为这都是自己的问题。他除了女朋友外没有知心朋友，虽然担任部门负责人，但不曾树立起任何威信。

案例四：小C母亲患有精神分裂，在药物控制下能维持一段时间的稳定，小C父亲在其5岁时因肺炎去世。小C从小被外婆带大，和父母相处时间都很少，好朋友较少，大一时候和舍友闹矛盾，换寝后和舍友关系依旧不冷不热。研究表明，父亲缺位的孩子在与异性交往时更易表现为冲突性和不稳定性。小C谈过好几段恋爱，甚至因为分手导致抑郁发作，休学一年。父亲缺位会给家庭中的女孩提供不良的信号：她们很难找到适合自己的男性伴侣。虽然因为长久缺乏父爱依旧渴望异性关系，在经历了好几段恋爱后的小C，越来越觉得自己无法找到适合自己的伴侣与恋爱模式，找不到与朋友，与伴侣相处的亲密感与默契感。

三、浅析应对高职心理失衡新生策略

当代高职新生均属于“Z世代”。信息化时代下的高职生有着敏锐的观察力、追求个性，搜索信息能力强，接收观点庞杂。Z世代从分辨力较差的童年时期便开始面对庞大的信息海洋，在这样的背景下，家庭作为坚定后盾，作为塑造孩童自我的第一所学校尤为重要，家庭需要更多地给予爱和肯定、陪伴力量与榜样角色。父母缺位导致家庭的港湾角色弱化现象普遍存在，高职新生面对父母缺失，家庭教养虚化，更容易产生一系列自我认知与心理问题。因此，在学生心理健康教育工作中，要充分发挥家庭与社会的过渡带——学校心理教育的作用，引导家庭教育在学生成长中的积极作用。根据学生工作经验，笔者初步总结出以下应对策略。

（一）积极开展心理普查，及时心理约谈

心理普查是高校心理健康教育工作的前置内容，也是非常重要的一环。新生入学之初，班主任与辅导员无法充分了解学生，即使到毕业，辅导员也无法对所有学生进行个人访谈，这种情况下，心理普查是了解所有学生心理健康状况，全面而又快速筛查心理问题学生的重要途径。经量表统计结果分析，能够非常迅速地了解各个学生的家庭结构、收入与变化情况；了解学生的个人成长史与精神障碍历；了解学生存在的隐患并及时进行更有针对性的访谈。及时心理访谈，一是能确定学生是否有心理问题与心理危机，能尽早建议学生就医或者进行高校危机干预；二是通过心理约谈，特别是针对父母缺位下的新生，能更好地利用家庭与社会的过渡带让他们找到倾诉的出口，便于后续家校联系的开展。

（二）重视做好家校联系，促进协同育人

父母缺位会在不同程度对孩子的心理健康造成影响。此次访谈的31名学生中，11名学生因家庭问题感到焦虑和困惑，虽然来到学校，与父母距离较远，但养育方式对其身心造成的影响一直延续在大学的生活姿态中。同时，很多缺席了孩子成长过程的家长也会愈发漠视，觉得孩子大部分时间在学校里，由老师管理即可；孩子已经成年，可以放手任其为之。事实上，与学生共情，与家长深入沟通，才能将孩子的客观情况分享给家长，站在学生的角度和家长探讨合适的沟通方式。第一，辅导员通过家长可以了解更多关于学生的信息，能够选择更加适合学生的访谈模式与交流方式；第二，教师作为中间人，有突破孩子和家长之间固有交流模式的可能，教师也能引发家长重视孩子心理问题，及时带孩子进行专业判断与诊疗；第三，家校联系是做好心理问题学生安全保障的重要措施。在经过普查与谈话后，将孩子的情况及时告知家长，家长才会在日常中关注孩子的动向，才能在孩子出现危机的时刻配合学校及时干预，及时化解。

（三）重建学生内心秩序，正视原生家庭

由于对心理问题与心理疾病认知不科学，学生出现心理问题时，学生与家长均可能出现抗拒、羞耻等反应，学生也可能因为家长的不作为感到心寒。针对一般心理问题的新生，作为高校心理工作者，应该引导学生正视真实中的瑕疵，接受原生家庭；引导发现原生家庭影响下自我的优缺点，努力学会释然，发挥主观能动性改变自己。针对有精神障碍或者疑似精神障碍的学生，向学生与其家长宣传心理健康常识，避免讳疾忌医，引导学生、家长不耻病，不忌讳就医，科学服药。学校作为家庭与社会间的过渡带，教师在引导学生正确看待客观自我时，还应充分帮助学生发掘个人潜力，发挥特长，鼓励学生积极参加线上线下活动，提高学生自我效能感，积极面对校园生活。

参考文献：

- [1] 李娇. 家庭教养方式对“00后”高职生心理健康的影响及应对策略初探[J]. 广东职业技术教育与研究 2020, No.64(04): 95-97.
- [2] 郭楠. 心理约谈视角下高职生心理健康问题及对策[J]. 中国多媒体与网络教学学报(中旬刊), 2021(08): 200-202.
- [3] 张佳楠. 高职生心理健康教育方法与对策研究[J]. 淮南职业技术学院学报, 2023, 23(01): 59-61.

基金项目：本论文系金华职业技术大学2024年教改课题《基于标准化视角下完善谈心谈话工作机制的研究》和金华职业技术大学2024年度“三全育人”综合改革专项研究课题《基于标准化视角下完善谈心谈话工作机制的研究》的阶段性成果。