



用爱传递温暖

——关于离异家庭学生的工作案例分析

□ 孟桐桐（安阳学院，河南 安阳 455000）

【摘要】本文论述一位中专学生因家庭离异的原因，导致该生无法正常与人交往，从而引发幻听、幻视、轻生等一系列的心理问题。通过与学生、家长、心理咨询师的交流，积极探讨问题的成因，并采取相应的措施，帮助该生改善心理状态，逐步缓解了其抑郁情绪，建立信任感，加强与人的交流沟通，正常与他人交往。同时认真审视自身，自我反思，总结经验，努力做学生的知心朋友和人生导师。

【关键词】父母离异；心理问题；辅导员；案例分析

家庭本应是孩子健康成长的摇篮，但是随着社会环境、家庭环境、生活压力、人际关系的变化，越来越多的家庭发生变故。对于孩子来说，父母离异带来的心理创伤很难抹去，甚至会影响他的一生，更严重者会有危及生命的事情发生。本案例就是因为家庭离异，学生缺乏家中必要的关怀，引发一系列的心理问题。

一、案例简介

学生王某，为中专一年级学生，该生在学校组织的新生心理测试中显示其心理问题为严重异常。得知心理测试结果的第二天，笔者与学生进行了深入交谈，了解其家庭情况，该生父母离异，且一直跟随母亲生活，与父亲交往较少；因其母亲再婚，平时工作较忙，上学为寄宿制学校，寒暑假期间经常自己一人在家，缺乏家长的陪伴和关心。通过与学生的交流和观察其日常表现，发现该生对不熟悉的人的触碰有抵触心理，会做出轻微抗拒的动作；若遇到太过吵闹的环境，会感觉无法正常呼吸，喘不上气，进而导致头痛、哭泣等情况；寝室成员反映该生性格较为内向，不善于与人交流沟通，属于慢热型；与室友和同学的交往，虽不是特别亲密，但并未发生重大矛盾。该生在校期间能够遵守纪律，虽学习成绩一般，但也会通过学校的活动，积极表现自己，引起老师和同学的关注。据该生陈述假期一人在家时，曾出现幻听、幻视的现象，如听见晚上安静时有人叫他的名字，或者看到有人站在门口看着他等，所以，该生晚上在家经常开着灯睡觉。同时，在日常生活中，他会有轻微的强迫症行为，如东西摆放不整齐时，心里会觉得不舒服。他曾因焦虑抑郁，自己在网上买抗抑郁药物，有一定安眠作用，服用过量会对身体造成伤害，被其室友发现后，第一时间进行催吐，并把相关药物收走扔掉，

防止学生再次服用，同时第一时间反馈给笔者。笔者将该生情况反馈至学校和家长处，共同商讨解决办法，帮助学生走出困境。

二、案例分析

现在的学生随着年龄的增长和社会的发展，身边的环境也在不断变化，因为家庭和同龄人的影响，很多学生在遇到生活中的变故或学习上的困难等没有办法解决，从而产生一些心理问题。从本案例来讲，学生王某产生心理问题的原因分析如下：

1、家庭原因

俗话说：“家庭是孩子的第一所学校，父母是孩子的第一任教师”。由此可见，家庭教育在孩子成长的过程中所起的重要作用。家庭教育是指家庭在生活中，由家中（其中主要是父母）对孩子实施的教育和影响。随着社会的发展，人们的婚姻观也发生变化，离异家庭的数量随之增加，“离异”对夫妻双方可能是一种解脱，但对于这个家庭中的孩子来说，却是一种打击，会造成一定的影响。很多研究表明，出生在离异家庭的孩子，其心理上不够成熟，会有自卑、焦虑、强迫等状态，很多孩子都是表面坚强，内心脆弱。本案例中的学生对父母离异的事情无法理解，造成情绪不稳定，变得比较敏感，心理承受能力较差；该生母亲工作较忙，在学生情绪发生变化时，没有及时关注，忽略了对学生的关心，错过了引导学生的最好时机，让该生缺乏安全感。

2、学生原因

该生为中职学生一年级学生，不同于普通高一年级学生，这一部分学生年龄大多在14~17岁，都是没有考上普通高中的学生，属于比较特殊的群体。他们的成绩较差，家人朋友会带着有色眼镜去看待他们，认为他



们不会有太好的前途。所以，这些学生在心理上更为成熟，更敏感，在遇到问题时会更为脆弱，容易出现心理问题。该生因为没有考上普通高中，再加上家庭遭遇变故，该生总觉得自己不如别人，存在一定的自卑心理，害怕被他人轻视。

这一系列的问题造成该生无法全身心地投入学习中，影响学生的健康成长。

三、问题关键点

一方面是如何引导学生树立自信，积极面对学习和生活；另一方面是如何帮助学生感受到亲朋好友的关爱和温暖，感受到生活的美好。

四、应对方案

1、关心学生，走进学生内心世界

辅导员班主任在学校是和学生接触最多的人，是学生的人生导师和知心朋友，要正确运用亦师亦友的身份形象，关心爱护离异家庭的学生，帮助他们走出困境。笔者在发现学生出现心理问题的第一时间与学生沟通交流，并通过多种途径了解学生具体情况。并先后多次与该生交流，帮助学生分析当前状态产生的原因，耐心的开导学生正确认识父母离异的事情，同时提出几点建议：

(1) 和母亲进行深入沟通，向母亲讲述自己的心理状态和日常遇到的问题，学会理解母亲，可以与母亲约定定期交流沟通；(2) 鼓励学生学会倾诉，倾诉对象可以是自己的亲人、闺蜜、朋友等，真实的表达自己的想法，抒发自己的情感；(3) 接受他人的帮助，当自己遇到不能解决的事情时，可以寻求他人的帮助，比如找老师、找同学、找朋友等，共同探讨解决问题的办法；(4) 积极参加班级或学校活动，在参加活动时全身心地投入，放松自己，促进与他人的交流，提高自己的人际交往能力；(5) 不用过激的行为缓解焦虑、紧张的情绪，认识到采取过激行为是错误的，可以采取跑步、听音乐等合理的方式抒发自己的情绪。

同时，笔者结合学校专业心理咨询师提出的建议，定期与学生谈心谈话，积极了解学生的学习和生活情况，站在学生的立场上，设身处地的为学生考虑，与学生感同身受，逐渐打开学生的内心，走进学生的内心世界，帮助学生解决困难。

2、与家长沟通，保持密切联系

著名心理学家杜威曾说：“家庭关系的失调是孩子产生精神和情绪病态的肥沃土壤”，所以学校教育要与

家庭教育紧密结合在一起。笔者在入校心理测评发现学生心理状况异常时，第一时间与家长取得联系，将学生在校情况告知家长，并详细了解该生的家庭情况、家庭成员关系、家长对学生的态度等等。缺乏家长的陪伴是这些问题的导火索，笔者向家长阐明其应尽的责任和义务，强调家庭教育的重要性，建议家长学习相关心理知识，并带领学生寻求专业心理医生的帮助；同时，鼓励该生家长坚定信心，积极面对，让家长意识到平常要多关注学生的情况，多与学生沟通交流；要多给学生温暖和关爱，创造一个充满爱的家庭环境，让学生健康成长。

3、多次联系宿舍成员，在各方面进行帮助

同学之间的感情是纯洁质朴的，有些隐藏在学生心灵深处的问题，在同学之间会更容易交流。笔者定期与该生宿舍成员联系，了解学生的生活状态，引导他们多关注该生的思想动态，走进他的内心，营造良好且积极向上的宿舍氛围，用朋辈的力量逐渐感化学生，使该生能够与班级同学正常交往。让其舍友小李在吃饭、上课、学习、游戏时都带上他，让他感受到同学的关爱和帮助，增强对学习、对生活的乐趣，并让小李在该生发生异常情况时第一时间上报，帮助他度过困境。

4、建立班委预警机制，即使关注学生问题

班委是辅导员班主任与学生的桥梁和助手，对班级学生情况最为了解，而宿舍长与学生一起生活和学习，学生发生情况可以第一时间发现，所以，建立预警机制尤为重要。故笔者召开班长、团支书、心理委员、宿舍长会议，说明该生相关情况，并要求班委对此事保密，要求其密切关注该生状况，日常多与该生沟通交流，有异常情况需要第一时间反馈，建立健全的班委预警机制。

五、案例效果

经过各方面的积极努力，该生现担任学生干部，积极参加学校学院活动，能较好地管理自己的情绪；其家长也增强了对学生的关心和爱护，经常与学生交流沟通，共同解决生活学习中的困难；另外，学生与他人交往的能力也有所提高，可以较好地与班级同学相处，生活状态较之以前变得更加积极向上。

六、工作反思

父母离异等家庭变故的出现，会对学生的心理造成一定的消极影响，有些学生会变得敏感，不轻易向他人诉说心里话。但是，这样的学生往往内心深处是渴望向

人倾诉，希望被他人理解的，只是由于种种担忧本能地进行自我封闭。

所以，这要求辅导员的工作必须具备四心“耐心、细心、责任心、爱心”，学会倾听，帮助学生正确地认识自己，引导学生正确面对问题，站在学生的立场，与学生平等的交流，取得学生的信任，打开学生的心扉，才能走进学生的内心世界，帮助学生走出困境。

对此，笔者自身还需做到以下几点：

1、创建并完善学生档案

在学生入学之初建立一生一档，记录学生的基本情况，包括家庭情况、学习经历、既往病史、重大事件等等，以及学生在校的学习、生活、心理等方面的情况。并将特殊学生做重点观察对象，建立特殊学生档案，帮助辅导员班主任及时掌握学生相关信息；并对相似学生的情况做好汇总分析，从中找到问题的关键点，有针对性地将日常所学到的心理健康、学校教育等相关理论运用到其中，更好地帮助学生走出困境。

2、建立健全的预警机制

建立健全的学校、学院、班级、班委、宿舍预警机制，发动班委等学生干部的骨干力量，及时了解学生各方面的情况，做到特殊学生早发现、早预防、早报告、早处理。一旦有极端事情发生，及时启动应急预案，第一时间确保学生的生命健康安全。

3、提高家校合作意识

家长是学生的第一任老师，家长在学生的心里占据重要的位置，家长的交流和陪伴对于学生的心理变化会起到重要的作用。所以，将家长的家庭教育和老师的学校教育相结合，深入了解特殊学生的相关情况，及时向家长反馈学生的在校情况，出现问题及时与家长进行沟通，两者结合有效地防范突发危机事件的发生，一旦发现问题可以及时进行处理，帮助学生更好的成长。

4、加强学生心理辅导

通过学校的心理咨询室和校外专业的心理咨询师、心理医生等帮助特殊学生及时解决心理问题。首先，帮助特殊学生联系学校心理咨询室的专业心理咨询师定期进行心理疏导，使这些特殊学生出现心理问题时可以采取正确的方式进行排解。其次，加强心理健康知识教育，通过心理健康课或心理健康知识讲座，向学生们讲解相关心理健康知识，让学生学会了解认识自己，正确面对自己的心理问题，调节好自己的心态，提高自己

的心理素质。最后，开展相关心理健康活动，通过活动学会自我调节，学会处理各种困难，同时，可以通过活动展示自身才能，增强他们的自信心，使其更加快速的融入集体生活，克服自卑心理。

5、加强同学之间的交流

对于中专的学生，年龄较小，而同学之间的感情也是最质朴的，所以，作为辅导员班主任应多与同班同学、同寝室同学交流，了解特殊学生的交际圈，引导其好朋友和其他同学多去关心特殊学生，不应把特殊学生排除在集体之外，做到坦诚交往，形成良好的生活学习的环境氛围。

6、提高自身综合素质

随着学生年龄的不断成长，和社会环境的不断变化，以及互联网带给学生的利和弊，越来越多的学生会产生关于心理、感情、学习、就业等多方面的问题。身为辅导员要利用自己的业余时间，加强学习，不断提高自身的综合素质，增强处理学生问题的能力，不断改进学生工作额方式方法，帮助学生建立正确的人生观、价值观、世界观。

据相关调查显示，部分离异家庭的学生在心理上都会存在一些问题，笔者作为一名教育工作者，不能带着有色眼镜去看他们，应该和学校、同学、家长等一起帮助他们；为他们创造一个良好的学习和生活的环境，打造一个积极向上的班集体，让他们和普通家庭的学生一样，健康快乐地成长，成为一名德智体美劳全面发展的优秀学生。

【参考文献】

- [1] 甘小平. 不同类型离异家庭高中生心理健康的现状及对策研究[D]. 四川师范大学, 2017.
- [2] 先金好. 合理情绪疗法缓解离异家庭初中生孤独感的探索研究[D]. 云南师范大学, 2013.
- [3] 于秀爽. 家庭离异学生的心理分析及教育对策研究[J]. 教育现代化, 2016(20).
- [4] 段义. 浅谈离异家庭对高职学生心理的影响[J]. 高教学刊, 2018(3).
- [5] 章菲菲. 离异家庭对中职生心理健康的影响和对策——以绍兴越秀外国语学校为例[J]. 才智, 2019(07).
- [6] 张佳琦. 国内离异家庭青少年心理健康的影响因素[J]. 现代教育科学, 2017(3).