

Psychological problems and educational countermeasures of “campus giant Panda” in higher vocational normal colleges

Na Zhou

Fuzhou Preschool Teachers College, Fuzhou, Jiangxi, 344000, China

Abstract

Based on the research of the phenomenon of “campus giant panda” in vocational normal colleges, it is believed that the imbalance of male and female ratio is the root cause of this phenomenon, which is manifested in the common mixed sleeping phenomenon of male students, which affects the study confidence of male students, and then directly leads to the production of male psychological problems. In the class, there are obviously fewer boys and more girls. A series of problems arising from this may affect the boys' study and even life. As a college counselor, I have to pay great attention to this situation. In view of such psychological problems, higher vocational normal colleges should pay attention to them in time and take corresponding educational countermeasures.

Keywords

“campus giant panda”; Normal colleges and universities; Psychological problems; Boy student

论高职师范院校“校园大熊猫”的心理问题及教育对策

周娜

抚州幼儿师范高等专科学校, 中国·江西抚州 344000

摘要

基于高职师范类院校出现“校园大熊猫”的现象进行研究,认为男女比例失衡是造成这种现象出现的根本原因,具体表现为男生存在普遍的混寝现象,致使男生的学习信心受到影响,进而直接引发了男生心理问题的产生。在班集体内,男生的数量明显较少,而女生数量较多。由此产生出来的一系列问题可能会影响男生们学习乃至生活。作为高校辅导员,不得不对此一情况高度重视。针对这样的心理问题,高职师范类院校应该及时加以关注并采取相应的教育对策。

关键词

“校园大熊猫”; 师范院校; 心理问题; 男生

1 引言

高职高专师范类院校学生的心理问题一直是学术界关注的问题。习近平总书记在党的二十大报告中提出:“重视心理健康和精神卫生。”这对新时代做好心理健康和精神卫生工作提出了明确要求。把高职高专学生的心理健康教育工作重视起来,既是在推进高校的教育发展,也是在响应贯彻党的二十大精神^[1]。而在高职高专师范类院校中,“校园大熊猫”的心理问题一直是值得关注的对象。所谓的“校园大熊猫”是指当前主要存在男女比例失衡而引发的一系列心理问题。然而,以往的研究者对此并未引起重视,故涉足较少,故本文试对其产生的原因及教育对策进行论析。

2 高职师范类院校出现“校园大熊猫”问题的表现

高职师范类院校出现“校园大熊猫”问题的表现主要有三个方面,一是男女比例失衡的问题,二是男生对学习普遍缺乏自信心,三是男生存在普遍的混寝现象。在这三个方面的问题中,男女比例失衡是最根本的问题,而后两者则是问题的具体表现形式。

2.1 男女比例失衡

在师范类专科院校中,男女比例失衡是最为突出的问题。据研究表明,在师范类学校,男生在整个学生群体中占比不足30%,尤其是语言类专业的男生在学生总人数中的比例则不足6%^[2]。正因如此,这类现象通常称为“校园大熊猫”现象。之所以会出现这些问题,最主要的可能与传统的观念有关。由于受传统观念思想的影响,人们普遍认为男性是家中的顶梁柱,“男主外女主内”的思想让大多数家长鼓励女生选择教师行业,男生则不然。因此,这就在一定程度上影响了男生报考师范类院校的比例,同时也导致了师范

【作者简介】周娜(1992-),女,中国江西南昌人,硕士,助教,从事思政教育研究。

类院校男女比例严重失衡的现象，从而就出现了“校园大熊猫”现象。正因为出现了男女比例失衡的问题，所以这些问题会对正在成长的学生们的性格发展造成一定的影响，因此，关于他们的心理问题则是值得引起关注的重要问题了。

2.2 男生存在普遍的混寝现象

男女比例失衡造成的另外一种问题是混寝现象的出现。因为在高职高专院校中，男生往往比率较少，所以一个班级里的男生很难分配到一个独立的寝室，因此就只能以混寝的方式进行安排。通常情况下，混寝是由不同专业不同班级的人员组合而成的寝室，故称之为混合寝室。对于高职高专师范类院校的学生来说，这类学校主要偏重于文科，加上男女比率较大，因此混合之面较广，除了本学院班级之外，还可能跨学院混合，这就出现了学院之间的混合寝室现象。但值得注意的是，在文科类的男生寝室里，有些专业只有一个人与其他专业的学生混寝，这也就加剧了他在混寝里的孤独感。因为由于寝室的成员来自不同的学科，加上学生本身不同的地域环境，这样就会让学生之间的交流多了一层障碍，最终导致了心理问题的出现。

2.3 男生对学习普遍缺乏自信心

男女比例失衡造成的后果是男少女多，而其现状在一定程度上会影响学生的学习效率，进而打压男生学习积极性与自信心。因为班上除了自己一个是男生，其他人都是女生，而女生之间的共同话题比较多，她们在生活和学习中总能找到小伙伴。而男生时常一个人独来独往，眼看着自己与女生们的成绩距离越拉越大，男生便会开始怀疑自己的学习能力，变得更加自卑与胆怯^[9]。但在实际生活与工作中，这些表现出自卑与胆怯的男生，他们的能力实际上并非如他们想象中那么差劲，有的男生本身就非常优秀，只是他们没有机会展现出来。之所以会出现这样的问题，主要与他们所处的环境息息相关。在男女比例失衡的环境中，男生少而女生多，因此班级里出现“阴盛阳衰”的现象，使得男生展示自己能力的机会较少，长此以后便会对男生心理产生较大的影响，由此自然使得男生对学习普遍缺乏自信心。

3 高职师范类院校“校园大熊猫”心理问题产生的原因

3.1 社会角色与性别认同冲突造成的压力

由于师范类专业以女性居多，造成了男女比例失调的问题出现。因为男女失衡会对人性格产生较大的影响，所以长期在这样条件之下，男女比例失衡的现状会对男生的性格发展造成一定的影响。正因师范类院校的女生偏多，因此她们会不由自主地忽视男生的存在，进而使他们的性格越来越独立自主。长此以往，班级的各项事务、班干部的人员等均由女生来担任，于是女生便在班级里起到了独当一面的作用。这会导致男同学很快感觉自己被边缘化，因为有些本来就内向的男生其性格会变得更加不爱与人交流，从而在班集

体中严重缺乏归属感，也影响了自己的学习状态和生活适应能力。正因如此，男生可能会因性别比例失衡而产生孤独感，同时面临传统性别角色期望与社会实际需求的冲突引发身份认同的危机感。因为由于受传统观念与守旧思想的影响，人们普遍认为男性是家中的顶梁柱，但是在现实中，男生却被边缘化了，于是内心产生了压抑感。基于这两方面的差异，使得社会角色与性别认同产生了冲突，造成了压力，进而对男生的心理问题造成了影响。

3.2 男生的边缘化造成的特定性格

男女比例失衡使得男生被边缘化，而这种现象对男生的性格造成较大的影响。首先，由于男少女多的现状，不仅在一定程度上会影响男生的学习效率，而且还会打压男生学习积极性与自信心。因为班上除了自己一个是男生之外，其他人都是女生，而女生之间的共同话题比较多，因此她们在生活和学习中总能找到小伙伴。而男生时常一个人独来独往，因此学习上很少有可以交流探讨的同学。眼看着自己与女生们的成绩距离越拉越大，男生开始怀疑自己的学习能力，于是变得更加自卑与胆怯。因为当男同学得知自己是班上唯一的男生时，他会担心没有小伙伴一起生活学习，加上父母又不在身边的情况，这会让他更感到孤独，于是心底里开始产生了厌学的心理。其次，由于高职师范类院校对学生的教育理论和教学技能要求较高，而部分男生会因基础薄弱或学习方式不适应，容易产生对环境焦虑和自我否定的心理。再次，职业规划模糊导致对未来就业的担忧。按照传统的观念，而师范类教师的收入普遍不高，加上社会对高职学历认可度较低，于是进一步加剧了就业竞争压力和对职业前景的迷茫之感。

3.3 学生之间进行交往造成的心理影响

由于男女比例失衡的原因，同学之间的交往则成为重要关注的问题。首先，在班级里，由于一个班里只有几个男生，这就造成了男女之间交往成为值得关注的问题。在一个班集体里，有时候进行班级活动的时候，很多男生被边缘化了，所以他们根本没有办法真正融入这个集体，从而加剧了男生被孤立状态的形成。其次，在宿舍里，大部分属于混寝状态，所以男生之间的交往也会造成重要的影响。因为自己是班上唯一的男生，这也意味着自己入住的是男生混寝，而其他混寝的同学都是班上有三两个男生，即使他们很想结伴而行，但是他们课表学习时间等与其他男生又不同，久而久之，这又让他再次在宿舍里陷入了被边缘化的境地。再次，男生性格“女性化”的形成。男女之间的交往问题一直是高校重点关注的问题。但以为关注的焦点可能在男女的恋爱交往问题，而对其性格的养成关注较少。但在师范院校中，男女交往对性格的养成也是值得重点关注的问题。因为在女多男少的师范类职业院校中，男女之间的性格会互相受到影响的。据心理学研究表明，男生长期生活在“阴盛阳衰”的环境中，男生的性格会容易被感化，从而受到女生性格的影响，

于是出现了男生性格“女性化”的特征^[5]。

4 高职师范类院校男生心理问题的教育对策

类似于上述在师范类院校中出现“校园大熊猫”的现象是较为普遍的。这一现象会给男生心理状态带来较大的影响。因此，作为高职师范类院校的教师就应该及时采取相应的教育对策。

首先，学校要及时关注“校园大熊猫”现象。在学生开学报到前夕，学校的辅导员就应该得到一份学生名单，上面清楚地记录了学生的基本信息。在得知某个班出现唯一的男生或者男女比例失衡的情况之后，辅导员就应该提前关注到这些同学，并与其家长取得联系，及时了解该类学生的情况。比如当辅导员从他们父母口中得知他们是家中的独生子女，并且是外地人之后，就应该引起重点关注。因为这类学生从小在父母的宠爱与呵护下长大，他们的生活日常起居等均由父母照料，因此生活自理能力极差。在未来人生的规划上，他们的父母认为当这些同学毕业之后就会回到他们身边找一份稳定的工作，于是让他们报考了师范类院校。但是让父母头疼的一件事是当还没开学时，这些学生就十分抗拒去学校报到，原因是这些学生在得知自己是班上唯一或者班里女多男少的比例之后，他们会担心没有小伙伴一起生活学习的日子，这会让他们感到十分孤独。为此，作为培养未来教师人才的师范类院校，当得知这些情况之后，学校就应该引起高度的重视，并及时加以关注。

其次，学校要搭建多样化的心理辅导平台。首先搭建心理咨询室，并采用谈话的方式，倾听并且共情男生内心深处的困扰，建立良好的谈话氛围，让其敞开心扉，使他知道自己的困扰被理解，这样他们的情绪在一定程度上能够得到释放。其次，搭建辅导员与家长进行交流的平台。家校的联动让学生感觉自己受到了好的关怀与重视，能够正视自己的困境，遇到困难后内心的情绪不只是自己一个人去消化，还有家长和老师的帮助，这样也能帮助男同学重拾信心，用全新的面貌开启自己的大学生活^[6]。再次，强化家校协同与朋辈支持的工作平台。通过家长学校或线上沟通平台，引导家庭关注男生心理健康，改善亲子沟通模式。最后，组建男生互助小组或兴趣社团，鼓励跨年级、跨专业交流，缓解孤独感并促进社会支持网络构建^[7]。

再次，学校要分阶段地进行心理辅导。第一阶段，即心理评估与诊断阶段。作为从事一线辅导学生工作的老师，应该具备一定的心理评估与诊断能力，针对有着不同心理困扰和问题的学生进行初步的判断。第二阶段，即谈心咨询阶段。在平时的谈心谈话中，以及从其他室友反映中得知，他们的情绪方面经常感到紧张和压力，于是作息不规律，这些都是身体和大脑在提醒学生应该适当调整身心状态。因此，辅导员应该教会他们如何使用想象放松训练和ABC情绪疗法来缓解自己的焦虑和不良情绪，进而调整好自己的身心状态。第三阶段，即巩固与结束阶段。指导他们把学到的想象放松训练和ABC情绪疗法运用于学习生活中。不断完善人格，恢复自信心。通过跟学生解释什么是ABC理论模式，告诉学生的情绪及行为反应与人们对事物的想法、看法有直接的关系。因此对待事情要有适当的合理的信念，而不能一直处于不好的情绪反应中。第四阶段。即心理测评阶段。

5 结语

在对学生进行一段时间的指导和干预之后，辅导员依托学校心理咨询中心，使用工作站提供的SDS自评量表和中国大学生心理健康量表对学生进行心理测评。一方面帮助学生科学地关注自己的心理健康，另一方面辅导员通过学生做的测试数据，更好地全方面了解学生的心理动态，以便后续为其解决心理方面的问题提供有效的方法。

参考文献

- [1] 张月,朱琪,何振超. 职业院校学生心理健康问题及对策研究[J]. 天津职业院校联合学报, 2024(11): 82-87.
- [2] 卢双坡. 成人高校心理健康教育队伍建设存在的问题及对策研究[J]. 现代职业教育, 2024(33): 169-172.
- [3] 刘姜. 高职院校心理健康教育中学生自我意识培养的问题及对策[J]. 辽东学院学报(社会科学版), 2024(05): 127-130.
- [4] 宋颖佳. 学校心理健康教育项目化教学实践中的问题与对策分析[J]. 才智, 2024(26): 113-116.
- [5] 罗雅琴. 高校学生心理健康教育问题与对策研究[J]. 太原城市职业技术学院学报, 2024(07): 185-187.
- [6] 罗希贝利. 高职学生社区心理健康教育的问题与对策[J]. 大学, 2024(11): 181-184.
- [7] 邝贝贝,侯瑞鹤. 新时代高校心理健康教育服务体系建设面临的问题和对策[J]. 南京晓庄学院学报, 2024(01): 90-94.