

师之爱，让学生走出失恋阴霾

——大学生心理健康教育案例

赵燕

(徐州工业职业技术学院, 江苏 徐州 221140)

摘要: 本文主要讲述笔者作为一名辅导员,对一名失恋女大学生进行心理开导及思想引导,帮助其走出失恋阴霾,迈向新生活,新人生的案例。由此得到启发:要加强大学生恋爱观教育,增强“爱”与“被爱”的能力;作为老师要走进学生心灵,做学生的良师益友;加强家庭学校共同教育;用“四心”即爱心、细心、耐心及责任心从事自己的教育工作。

关键词: 爱心;责任心;心理辅导;思想政治教育

她是一名大三学生,性格内向,相貌俊俏。不久前她在车站邂逅一名本校男生,相谈甚欢,很快确立了恋爱关系,第一次感受到了爱的温馨,但是,当她沉浸在这甜蜜的爱情中时,男生却突然提出分手!原因是男生认为他们之间缺少共同语言,性格不合,无法继续相处下去。女生很痛苦,她不理解,好好的怎么就分手了,昨天还花前月下,今天却要分开。她的意志和感情无法平衡,痛苦万分,最终引发幻听、幻觉等精神疾病,社会功能严重受损。

一、案例

薇薇是一名大三女生,平日学习认真,性格较内向,跟宿舍同学关系较好。在大二学期末放暑假,薇薇在车站候车,坐在边上的一位帅气男生和她搭话,一聊,两人竟是校友,而且还是同一个年级。这让薇薇觉得和这个男生熟悉了,一向不善言辞的薇薇变得能说会道,聊得很开心,到最后,对方要先上火车,薇薇才依依不舍的给对方告别。临别前,两人互相留了号码,并相约假期多联系。假期里,薇薇和那个男生小田整日里短信来往,以寄相思,两人俨然已谈起了恋爱,那个暑假很甜蜜。

漫长的暑期过后,同学们纷沓校园,薇薇和小田开始在美丽的校园约会了,在外人及薇薇眼里,一切都是那么美好,可是相处才不到一个月,小田突然提出要分手,薇薇感觉措手不及,哭得像个泪人,跑回了宿舍。

之后的薇薇,每天都是以泪洗面,不肯吃饭,不愿与人说话。终于有一天,她的舍友到我办公室找到了我,说她一个人经常在宿舍边哭边自言自语,无奈舍友怎么苦口婆心的劝说,都无济于事,担心她会出事,所以,找老师出面帮助解决。

二、过程

据了解,薇薇来自苏南,家境殷实,独生女,是父母的掌上明珠,在家人眼中乖巧、懂事。父母工作较忙,无暇照顾她,她会一个人在家煮面吃,一个人看电视,一个人在家等爸爸妈妈下班。由于父母感情不是很好,家里时常会有争吵,时常是看到爸爸摔门而出,她很担心爸爸会离开这个家,不要她和妈妈。

走进薇薇的宿舍,看见薇薇一个人蜷坐在床角,双手环抱着膝盖,头埋在膝盖中。我悄悄地走过去,轻拍她的肩膀,轻声地和她交流起来。由于我们之前认识,她和我的交流还算顺利,对我没太有防备心,而我则是很有耐心和她交流,通过她的倾诉,寻找她心底的症结。

她突然哭了起来,边哭边说:“老师,你不知道,全校学生都有我的照片,还有人在我宿舍装摄像头,跟踪我,就这,门口还有人偷听说话呢!”她的这番话和说哭就哭的情绪着实把我吓了一跳,怎么可能有这样的情况发生,这就是幻听、幻觉。我赶紧整理思绪,递上一张面纸,顺势用手拍拍她的肩膀说:

“薇薇,你别吓唬自己,谁有这么大胆,敢在女生宿舍装摄像头,你说有人跟踪你,是真的吗?像你这么优秀的女孩,是不是有人暗恋你?”“我不知道,我只要下楼,就有人跟踪我,还有人在我们宿舍门口偷听我说话!”“薇薇啊,你跟老师一起到门口看看,究竟有没有人偷听咱说话……”我把她领到宿舍门口,她尽管不情愿,但也没反对,到门口发现没一个人,我就说:“薇薇,你看没人吧,是你自己想得有点多了哦!”她还是坚持说门口有人偷听,我反反复复带她看了5次,就是想用事实证明给她看,是她自己想多了。最后她趴在我肩膀,哭着说:“老师,是我想多了吗,我有幻听吗?”我安慰她:“哪有,你看你想哪儿去了,你这丫头,就是心细,想得比谁都多,想哭就哭吧,哭出来就好了!”听完我的话,她放声大哭,我抱着她,约几分钟,她平静下来,情绪逐渐稳定,抽泣着跟我说:“老师,我没事了,你放心吧!”我很欣喜地说:“那就好,有空多找老师聊聊啊,老师还是很喜欢你的,大一刚入校,老师就认识你了,很懂事的孩子。”确认她没事之后,我离开了她的宿舍,到隔壁宿舍找到她的舍友,从她们那儿找到了薇薇妈妈的电话,并叮嘱她们多关心薇薇同学,密切关注她的动态,有事情及时跟老师汇报。

离开薇薇宿舍,我接着跟她母亲通了电话,进行了交流,并请她多关心关心女儿,她的家长明智、通情达理,表

作者简介: 赵燕(1981—),女,汉族,江苏邳州人,硕士,徐州工业职业技术学院化工学院思想政治教育讲师,研究方向:思想政治教育。

示愿意给予配合。

晚上8点钟左右,薇薇宿舍同学来电话,说她不知去向,任凭舍友打多少电话,发多少条短信,她都不回。我赶紧安排一些同学在学校各个角落和学校周围找她,大约晚上9点钟,她给舍友回了条短信,在等她男朋友呢,她舍友联系小田,殊不知,小田一天都在实训,没有接到薇薇的电话和短信。她们想到她可能会去她和小田第一次见面的车站,果然,她在那里,就在那儿傻等,并说他会来的……劝说回去后,先让她休息,并把今晚发生的事告知了她母亲,并告知这个孩子最近状态都不是很好,希望近期她母亲能过来一趟,配合做好孩子的教育及心理疏导工作。

第二天,她母亲来了,我约了她和她母亲一起到我办公室,这次是“敞开心扉说亮话”,她到我办公室就哭了,说:“老师,跟踪我,在我宿舍装摄像头,给别人我照片的是小田,现在全校的人都认识我和他!”我说:“薇薇,老师想他作为一名学生,是不敢这么做的,学校有学校的规定,女生宿舍男生是进不去的呀,他要是真这么做,是要受到处分的,要不这样,老师现在就把他叫过来,咱问个清楚,如果真有这样的事,老师立即勒令他停止这样的行为,建议学校给予他处分!”她哭着说:“好!”我想把这名男生给找过来,“解铃还须系铃人”或许这个男生可以帮助劝劝她。

很快,小田赶到了,文质彬彬、很阳光的一名大男孩,小田一进来就跟我们打招呼,薇薇看见他后哭得更伤心了,立马就问:“为什么要跟踪我,为什么在我宿舍装摄像头,为什么把我照片给别人看,为什么,你说!”见状,我就说:“小田,既然今天把你叫来,咱们当着老师和家长的面,把话说清楚,到底有没有这回事,你要如是说!”小田听罢,很委屈地说:“老师,真没有,我都没有薇薇的照片,怎么会给别人看呢,薇薇,我怎么会跟踪你呢,我都很久没有看见你了,至于说宿舍装摄像头,女生宿舍是不让男生上去的啊,我真的没有这么做,我敢对天发誓。薇薇,咱俩分手了,你要面对这样的现实,咱俩真不合适,不要那么糟践自己,好吗?薇薇,我们相爱过,让过去的一切成为美好的回忆吧,振作起来吧!”听罢,

薇薇不屑地说:“怎么可能,你说谎,你骗人!”我插嘴道:“薇薇,小田的为人你应该了解,他应该不是那样的人,还有你老说别人都认识你俩,你敢不敢跟老师到外面见见来来往来的同学,问问他们认不认识你们,好吧?”薇薇同意了,我领着他们两人,在教学楼转了几层,问过很多的同学,大家都说不认识。回到办公室,她哭着问我:“老师,我是幻听吗?难道真是幻听吗?”我趁机安慰道:“恋爱很美好,恋爱是彼此欣赏,恋爱是两个人的游戏,当有一方想停止游戏时,我们也要放手,放弃是一种美丽,缘来相聚,缘尽分开,好聚好散,让彼此多留些美好的回忆,珍爱自我,才会拥抱幸福!”

后来,在家长的全力配合下,给薇薇找了心理医生,再加之药物的调理,很快,薇薇恢复了正常,还经常到我办公室找我聊天,经历这件事情,她成熟了很多。

三、做法

(1) 处理学生问题,做到及时、细致。学生事情无小事,一旦出现,思想上要给予高度重视,及时解决,力求将工作做细、做实,杜绝一切安全隐患的产生,将事情扼杀在苗头期间。

(2) 站在学生立场,寻求解决问题的方法。针对薇薇的情况,先是不能直接说明情况,怕她怀疑是宿舍人说的,从此对宿舍人不信任,事情更不好处理;“解铃还须系铃人”,这招很好使。

(3) 在处理该问题时,笔者始终怀有爱心、耐心,抱定对学生负责,学生事情无小事的原则,牺牲自己的休息时间,加班加点,处理好学生遇到的各种问题。

(4) 在遇到严重心理问题的个案时,及时寻求解决办法。薇薇的心理问题非常严重,有幻听、幻觉的精神异常症状,作为一名辅导员,仅是关心、谈话并不能解决根本问题,一旦处理不好,可能致其问题恶化。多给其关心,疏导,为其找心理医生,并配合药物治疗,效果非常好。

总之,作为一名辅导员,我们在处理学生问题时,虽然会花费很多时间与心思,但能为学生解决心理困扰,我们感到欣慰。

四、成效

(1) 宿舍关系更为融洽,和睦,学会了感恩。经历这次风波后,薇薇真正认识到舍友对她的关心,在她感情受挫后,舍友的不离不弃,关心关注,让她很感动,并学会了感恩与珍惜,用自己的话说,感恩她生命里的每一天,感谢关心她的老师、舍友和母亲。

(2) 积极参加文体活动,课余文化丰富多彩。积极投身于各类文体活动中,还主动参与心理情景剧的编排,闲暇之余,还会到图书馆查阅资料,为就业积蓄能量,做好充足准备。

(3) 敢于正视过去的感情,一扫过去的阴霾。薇薇后来和小田成为了很好的朋友,用她自己的话说,就是做不成恋人,也不用做仇人吧,再说,真的爱他就是希望他幸福,强扭的瓜不甜,以前怎么那么傻呢,为了他都得精神病了,现在想想有点过了,女人嘛,更要珍爱自己,尊重自己、尊重对方,凡事多换位思考,原来世间是那么的美好,幸福也是如此的简单。

五、启示

(1) 要加强大学生恋爱观教育,增强“爱”与“被爱”的能力。使他们懂得恋爱是以纯洁的情感、共同的追求、相互的信任和负责任为内容的,在恋爱中,学会自律、自重和自爱,如果,一方要放弃,另一方不要苦苦追寻,放弃也是一种美丽。

(2) 作为老师要走进学生心灵,做学生的良师益友。除了班会、团会等集中教育外,要经常走访宿舍,深入学生中去,针对学生特点,个别谈心,找准问题,找到解决问题的方法,取得学生信任,方能更好地解决问题。

(3) 要加强家庭学校共同教育。家庭教育非常重要,要常同家长沟通,向家长反馈学生在校表现,家长老师电话互访,共同商讨教育方法。家长也要同学生多交流,不光关心其学习、生活,更多地关心其思想状态、心理变化。

(4) 用“四心”从事自己的教育工作。要把学生当作自己的孩子,自己的兄弟姐妹一样对待,从生活、学习及心灵上关心、教育学生,帮助其解决一个个心理困惑,直至成人成才。