

文章检索

特别专题

组织机构

专家库

您的位置: [首页](#) >> [论文库](#) >> [青年恋爱、婚姻与家庭研究](#)

军校学员郁闷心理浅析

作者: 白雪亮 徐新 郑发正 | 最后更新: 2007-9-28

摘要】当下作为人才培养基地的军校校园内也刮起了郁闷之风, 本文主要对当代军校学员产生郁闷心理的原因进行了分析, 并对解决之法提出了自己的看法。

【关键词】军校学员; 郁闷; 心理

当前社会竞争日益激烈, 几乎每个人都在超负荷运转, 不光在社会上, 军营内也是如此。由于超强度的军事训练和严格的制度管理, 很容易使战士们产生不同程度的抑郁情绪。和传统的“烦恼”、“焦虑”、“担心”等词相比, “郁闷”或许更能表达战士们面对管理者时内心的心情, 所以近几年“郁闷”一词开始在军营内广泛流传开来。但在军队院校内, 大批的军校学员, 如果也经常谈到自己的郁闷之说, 或许有许多人不能相信: 作为共和国未来的军官, 高兴都来不及, 何来的郁闷可谈? 但事实确实如此。

一、郁闷的含义表现

郁闷是一种消极的精神状态, 指个体自我心理上确实有压力, 需要改变现状, 而行为上却找不到积极有效的办法时所感到的窒息和痛苦。郁闷最初只是作为一个口头禅而出现的, 它是某些人用以表达自身心理或身体上的不适时所随口说的一个词, 并无多大实际意义。但今天, 人们越来越多地给它赋予了新意。

军校学员作为当代大学生的一分子, 除了具有大学生的共性外, 还被历史赋予了一些更高的使命和责任, 在这些职责的重压下, 军校学员所表现出来的“郁闷”比地方大学生有过之而无不及, 具体表现在: 紧张的学习及“学而无用”现象的产生; 大强度的军事训练和自身体质的对比; 单调的、近乎与外界隔绝的、单一男性的校园生活和校外花花世界的巨大差距; 和平时期军人的默默奉献和现实社会上军人地位的无形下降的反差; 军人和地方人员逐渐拉大的收入差距等等。其实, 作为新时代的军人, 他们本应该是激情四射、奋发向上、生龙活虎的, 但现实却不尽人意。何来那么多的郁闷? 为何郁闷?

二、军校学员郁闷的原因

当代军校大学生“郁闷”产生的原因是多方面的, 有学员自身的原因, 也有周围环境的影响。

1. 学员自身的原因

(1) 理想与现实之间的差距是军校学员们产生郁闷之感的最初起因。作为年轻的一代, 风华正茂,

许多学员都是心怀对军校的憧憬入学的。在他们心中，理想的军校生活应该是绿荫掩映的校园、宽敞明亮的教室、现代化的教学设备、英姿飒爽的军人风采、高品位的人文环境。但当他们真正步入军校，融入军营，亲身体验后感到军校并非想象的那么完美，直线加方块的生活也并非想象的那么浪漫，制度教条化的管理模式更是让人难以接受，也因此开始怀疑自己当初的选择是否正确。

进入军校后，在实际的学习中，大部分学员发现军校的学习和自己以前的学习环境大不一样：他们除了要完成学业外，还要在整理内务、体能训练、队列训练、政治教育等军队特有的工作上面花大量的时间。这和他们曾经向往的大学学习环境大相径庭，自然也就使他们大失所望。也有部分学员因所读的专业与自己理想中的相去甚远，但又不得不读下去，因而感到很无奈，内心十分矛盾和痛苦。

(2) 认知观念的偏激是军校学员们产生郁闷之感的主观原因。军校学员大都年轻气盛，常因阅历浅，受到的挫折少、鼓励多，自以为是等原因造成他们以非理性的方式思考问题，经常会过分片面、极端化。在他们看来，军校近乎与外界隔绝的校内生活单调而乏闷，相对于外界自由、舒适、开心的生活环境，在校学习简直就如蹲监狱一般。另外，军校特殊的教育模式使多数学员产生“学而无用”的想法，不仅部队没多大用，一旦转业回地方，军校所学的知识更是显得粗浅而无用；而且面对一届届的毕业生，一个个入党、获奖的战友，他们的所得和学习的好坏与否也是很难真正挂钩的。联想一下社会上出现的一些贪污腐败，权利至上，损人利己等不良现象，看看自己周围所发生的事，所有的一切都直接冲击和影响着军校学员们的认识、情感、意志、需要、兴趣等整个心理面貌，引起学员理想信念的波动和个性心理的困惑，使学员的社会心理、价值观、认知观念产生偏差，甚至使部分学员对军校所倡导的奉献精神产生怀疑。学员们原有的心理上的稳定结构被打破，他们开始产生厌学情绪，缺乏进取心理，淡化理想、追求享受。

(3) 自身定位的不合理性是军校学员产生郁闷之感的主要原因。军校是共和国军官的摇篮。军校学员大学生，但首先应该是一名军人。和地方大学生相比，军校学员被赋予了更多的职责和使命：好好学习科学文化知识，立志做科技强军的高技术人才；苦练军事技能，强健体魄，熟练掌握手中武器和技术装备，为战争而时刻准备着；加强思想政治的学习，用先进的思想武器武装自己的头脑。所有的一切都要求军校学员们具有良好的军政素质和坚强的忍耐力，在遇到困难时，勇往直前，舍身忘我的战斗。但在有些学员看来却并非如此：既然是来读书的，又是未来的军官，那就要一心一意抓好学习，其它乱七八糟的事情都不应该搞；对于日常的管理，也不应该像管战士一样要求那么严，应该给我们充分的自由。于是，每当面对军校经常性的思想道德教育、高强度的军事训练、严明的纪律约束和步调一致的生活制度时总是一副苦恼的样子。

(4) 恋爱情感的不顺利是军校学员们产生郁闷之感的另一原因。由于军校特殊的教育使命和模式，在校男女比例悬殊，并且他们和外界的接触也很少。在传媒如此发达的今天，身体和心理都过早成熟的一批学员怎么能容忍整天生活在近乎单性的世界？即便有些学员的心理和生理相比，发展较滞缓，但他们成人感及独立意识高涨，对爱情的渴望也在逐渐高涨。他们都渴望爱情的滋润，希望能从中寻到生活和学习训练的动力。但是，军校学员没有时间、精力和金钱去享受甜美的爱情；另外，严格的规章制度和毕业分配的不定向也不允许他们谈恋爱。

2. 外部环境的影响

首先，军校某些管理方式的不当是学员们产生郁闷之感的客观原因。作为一个学校，它的主要任务就是教书育人，为部队培养人才。学员应以学习为主，学校的各项训练任务都应以教学为中心。这是领导们常说的，但面对一个个的检查，学员们正常的学习休息时间被无情的占用了；个别领导为了自己的

升迁，只顾和上级套近乎，根本不顾学员的感受，公差一个接一个；还有就是有些机关为了从地方政府拉点捐款，名义上说是搞军民共建，为学员们置办各种学习健身器材，一批批的学员派出去了，浪费了大量的精力，但最后总是在学员心里落下得不偿失、被骗的感觉。再有就是各种额外的训练、会议、不合理的“土政策”严重的挫伤了学员们的积极性，导致学员们产生厌学，逃课等违纪现象。还有的学员为了能找回一点自由，不得不在虚拟的网络中寻求，于是，迷恋上网，不假外出等违纪事情又出现了，一旦被抓，处分那是必然的。整天提心吊胆的过日子，郁闷！

其次，我军逐渐精简的编制体制和干部选拔任用的“人情化”也是军校学员们产生郁闷之感的重要原因。为了适应新时期战争的需要，逐步形成质量效能型的军队，我军经历了几次大的裁军，现在现役人员已大幅度减少。对于军官队伍，也逐渐形成了金字塔式的晋升体系，人多而位置少，竞争也就越来越激烈，这就意味着一个人要想在众多的战友中脱颖而出，他就一定要具备过硬的军政素质。但现实并非绝对如此，军队内部复杂的人际关系也经常的使军人们头痛。一个人如果不能很好的和上级打好关系，即便他平时表现不错，也难以保证到时提拔的就是他。也正因为此，大部分的学员在上学期就开始筹划自己以后的路该怎么走。反正在部队也很难有大的发展，还不如毕业后及早专业回地方发展，但转念一想，自己在军校的所学到时够用吗？前途渺茫，郁闷之感油然而生。

最后，社会大众对待军人的态度也是军校学员们产生郁闷之感的主要原因。当代军校学员生活在社会政治、经济、文化的大变革时期，特别是当前我国政府把主要精力都放在了发展经济上，人们的生活方式和价值观念更是发生了很大的变化。人们判断一个人成功与否的标志常常是他拥有多少钱，而忽略了他之所以成功的重要原因：正是强大的国防，才有他们今天的地位。这使得和平时军人的优越感被严重削弱。作为一名未来的军官，毫无保留的把自己的青春献给了国家和人民，换回来的却可能是别人的不理解。另外，个别学员因为看到自己身边某些军队转业干部工作安排的不合适，由此而浮想联翩，并开始大肆宣扬社会的不公，致使其他学员心灰意冷，不能安心学习。

三、消除郁闷的方法

1. 从学员自身方面谈

压力和郁闷是客观存在的，但对压力和郁闷不同的认识和不同的应对方式却会带来截然不同的感受。任何外在的力量最终只有通过军校学员自己才能发挥作用，学员要意识到这一点，积极主动的排解自己郁闷的情绪。

(1) 加强自身修养，全面提高自身心理素质。在社会和军队都快速发展的今天，无形中给人们增加了很大的压力，心理负担是越来越重。作为军校学员，既有学业的压力，又有日常的工作、训练、管理和被管理的压力，还要应对日常复杂的人际关系，如何自我排压，自我释放就显得尤为重要。良好的心理素质，能使人面对挫折而奋发，面对失败而保持头脑冷静。面对不开心的事而自我宽慰，并时刻告诫自己，今天的郁闷不重要，重要的是明天的开心。退一步海阔天空，心情开朗才是最重要的。

(2) 抛弃各种杂念，彻底改变自己以适应环境。作为一个成年人，要勇敢地面对现实，面对一切困难。既然选择了军校，就要采取切实可行的行动，坚定地走下去，不要因为它与自己的理想有冲突而产生不适之感。要放下自己中学时高傲的架子，俯下身来学习，虚心请教，并适时地改变自己的学习方法，希望以好的成绩来换取好的心情。另外，要培养广泛的兴趣、开朗的性格和坦然面对困难的心态，好使自己逐渐的融入军校这个大集体。始终保持积极的心态面对一切，“天生我才必有用”，虽然今天可能会面临一点小的挫折，但伤痛是暂时的，忍痛冒雨前进，“雨后见彩虹”才是最有成就感的。别人

今天的优势确实令人羡慕，但这也不正是激励自己努力的源动力吗？要有信心，你的明天不比任何人差，只要肯努力，铁杵磨成针！

(3) 主动敞开心扉，积极健康地寻求外界的支持。作为军校大学生，在校学习期间，良好的同学战友关系是非常重要的。一旦自己遇上什么不开心或想不通的事，不要担心别人的不理解，完全可以和好朋友、战友们推心置腹的谈一谈，把自己心中的不悦彻底倾诉出来，发泄出来。或者参加学校的心理辅导或咨询专业机构，排解心中的郁闷。另外，积极参加各种军民共建，通过释放自身的点滴能量来获得社会大众对自己的认可和支持，以此来抵消自身的一些压力，换取学习和训练的动力而取得个人的进步，最终走上良性发展的道路。

(4) 强化军人意识，以顽强的毅力来支撑自己。既然选择了当兵，就意味着选择了奉献，就要无怨无悔地走下去。不要因为一时的孤独和无奈而心灰意冷，更不要因为训练强度的加大而轻言放弃。要时刻牢记自己是一名军人，是国家安全和人民幸福的守护神。神圣的使命需要我们用真心来完成。军人以服从命令为天职，作为未来的军官，军校学员更应该树立令行禁止，雷厉风行的作风。不能因为自己大学生的身份而放松对自己的要求，更不能因为领导的庇护而肆无忌惮的挑战制度。既然来当兵，既然穿上了军装，就一定要安下心来，刻苦训练，努力提高自己的各项军事技能，并时刻提醒自己：我今天首先是一名军人，然后才是一名军校大学生，当兵就要习武，当兵就要站岗，只要我努力，一定不比别人差。

(5) 寻找适当方式，合理的宣泄自己心中的郁闷之感。军校生的学习紧张而充实，生活独立而自律，但在闲暇时刻也难免有一种失落感。此时，孤独、寂寞、空虚也会趁机占领学员们的精神领地。因此，能否合理地安排自己的休闲时光，能否开心地度过自己每天仅有的一段自由时光很是重要。所以，正确选择具有娱乐性、思想性、知识性、团结性和大众化的休闲方式对排解他们心中的苦闷很是有效。

2. 从学员周围的环境谈

虽然学员自身的做法是减轻其郁闷程度的主要手段，但周围环境的影响也是不可忽视的。环境造就了人，好的学习生活环境一定可以培养素质较高的人。

(1) 学校的管理层一定要强化“以教学为中心，为学员服务”的办学理念。学校就是学校，它和真正的作战部队还是有质的区别的。学校是学员们学习的地方，学生在校期间的主要任务也就是学习，只有有了良好的文化知识才能操纵部队的新装备，才能应付现代化战争的挑战。所以，学校一定得分清主次，不能本末倒置，更不能为了某些人的私利而损坏学员的利益，进而影响国家的百年大计。

(2) 学校的管理层一定要真正树立“一切为了学员，以人为本”的管理理念。军校不同于其它地方院校，军校必须得遵守上级的有关规定，并且还可以制定许多的规章制度来达到管理的目的。在执行有关规定的时候，管理者应该考虑清楚，在确实让它起到良好管理效果的同时，要真正体现“以人为本”。

(3) 管理者要俯下身来和学员交朋友，用真心和诚心来管理教育所属人员。管理和被管理者历来是一对难以调和的矛盾，究其原因主要是管理者很难也不愿意放下自身的官架子。于是，在双方的接触中，矛盾冲突将是必然的。在院校，今天自己的学员或许就是明天自己患难与共的战友。在学习训练之余，管理者如果能坐下来和学员诚心交谈，拿真心换真情，一定会赢得他们的尊重和支持，对日后双方的相处是大有裨益的。

(4) 学校要通过优化学员的生存环境，尤其是精神环境来实现学员的身心全面发展。军队需要的是全面发展的人才，拥有强健的身体很重要，但培养健康的心理更关键。因为人只有解决了心理的问题，

才能轻松的投入其它的战斗中去。学校应通过开展丰富多彩的校园活动和竞技比赛来充分调动学员的积极性，倡导战斗之间的互相关怀，以营造一个和谐、团结、优美的校园环境和良好的群体心理氛围。

(5) 学校要建立一套健全的心理咨询机构，并和日常的政治教育有机结合起来引导学员健康的发展。要针对学员中普遍存在的问题进行集中授课，对存在心理问题的学员要及时地进行教育引导并登记备案。要针对当前社会和军队的具体情况，教育学员们树立远大的理想，不要因为社会上一些人的腐败和自身的一点不顺而灰心丧气。作为时代的主人，中国军队的栋梁，要时刻教育学员们保持冷静的头脑，正确对待自己的不顺和世间的不平事。

(6) 学校要和学员的家长时刻保持密切的联系，为构建一个三维立体式的教育模式而共同努力。在通讯技术手段高度发达的今天，学校可以随时把学员在校的表现情况告知其父母。但评价一定要客观，不能掺杂个人主观因素和其它为难情绪。通过和家长的交流，找出适合学员成长，让领导满意，让家长放心的管理之法。

总之，作为国家军官队伍的主要补给军，军校学员能否健康地成长和顺利毕业，直接影响着我国未来的发展。所以，为消除郁闷，学员本身一定要严格要求自己，要把自己当成时代的主人，积极的面对一切，服从管理，在服从中寻找适合自己的创新点。莎士比亚说得好，患难可以试验一个人的品格，非常之境遇方可显示出非常之气。逆水横流方显英雄本色，命运的铁拳击中要害的时候，只有大智大勇的人才能处之泰然，也才能获得最后的成功。

参考文献:

- [1]付彩霞.军校学员心理问题分析及引导[J].思想教育研究, 2005(2).
- [2]周泽辉.军校学员的几种特殊心理及控制方法[J].武警学员学报, 2000(12).
- [3]周婷.大学生郁闷心理分析[J].山西高等学校社会科学学报, 第18卷第7期.
- [4]陈萍.从军校学员成长的心理不适谈“两个经常性”工作[J].医学教育研究, 2000(2).
- [5]杨林香.大学生“郁闷”心态解析.中国青年研究[J].2005(2).

白雪亮: 徐州空军学院在读硕士

徐新: 徐州空军学院在读硕士

郑发正: 徐州空军学院教授, 硕士研究生导师

责任编辑: 杨守建

(原载《中国青年研究》2007年第8期)

[\[返回首页\]](#)[\[关闭窗口\]](#)



