

“三全育人”视域下高校大学生心理健康教育的探索与研究

李广野

(吉林财经大学, 吉林 长春 130117)

摘要: 随着教育改革深入, 大学生心理健康教育工作应得到进一步优化, 教师要积极引入新的育人理念、教学方式, 以此更好地引发学生兴趣, 强化他们对所学知识的理解 and 应用水平, 提升育人效果。三全育人作为当期时兴的一种教育理念, 能够极大丰富高校大学生心理健康教育内容, 拓宽育人路径, 对学生更全面发展有极大促进作用。鉴于此, 本文将针对三全育人视域下高校大学生心理健康教育展开分析, 并提出一些策略, 仅供各位同仁参考。

关键词: 三全育人; 高校; 大学生; 心理健康教育

2017年,《关于加强和改进新形势下高校思想政治工作的意见》指出,在实施思政教育过程中,应贯彻全过程、全方位、全员(简称“三全育人”)的理念。由此可见,在高校教育中,辅导员与专业课教师均具有同等重要的地位,他们共同担任高校长远发展的关键引导者。通过探讨辅导员与专业课教师协同育人的途径,有助于促进高校学生全面发展,使他们在专业知识的积累过程中,树立优良的政治素养,从而为其未来成长奠定坚实基础。

一、高校大学生心理健康现状分析

(一)身心变化对心理状态产生冲击

大学生正处于一个身心变化的关键时期,他们身体、心理都在逐渐变得成熟,思维方面也会发生明显变化。在此过程中,一些大学生的思维变化不够及时,他们在面对一些问题时,可能会出现不成熟的想法。在情感方面,多数大学生都希望得到他人的认同,还有一些大学生担心自己的愿望无法实现,这些身心层面的变化对于大学生会产生巨大冲击。此外,随着大学生的独立意识和独立思考不断发展,大学生在思想上会和家长、社会等产生差异,从而在心中产生一种不被认可的感觉,从而影响他们的心理发展。

(二)学生心理健康水平下降,心理状态各不相同

现阶段,很多大学生的心理健康水平并不高,甚至一些大学生的心理健康状况出现了恶化的倾向,这就需要我们对学生心理健康状态展开更深入分析。导致大学生出现各类心理健康问题的原因有很多,比如家庭背景、性别、经济因素、地域因素等,都会对大学生的心理状态产生影响。比如,单亲家庭的大学生心理健康状况往往逊于双亲家庭的大学生;农村出身的大学生心理健康状况普遍较城市出身的大学生差。由此可见,影响大学生心理健康的原因各不相同。在进行心理健康教育时,我们应注重对相关问题的研究,深入挖掘大学生心理问题的潜在因素,为后续教学工作的开展奠定基础。

(三)学业压力与社交困境对心理状态的影响

大学生正处于人生的关键时期,面临着学业、就业和人际关系的压力。这些压力和困境对他们的心理状态产生严重影响。首先,学业压力是大学生面临的主要问题之一。随着知识领域的扩展和竞争的加剧,大学生需要投入更多的时间和精力来应对学业挑战。长时间的高强度学习可能导致他们出现焦虑、抑郁等心理问题。其次,社交困境也是大学生心理状态的一大挑战。他们在追求独立和个性化的过程中,容易与他人产生矛盾和冲突。此外,人际关系的和谐也可能导致大学生产生自卑、孤独等负面情绪。

二、高校大学生心理健康教育中的问题

(一)心理健康教育状况和进展参差不齐

近年来,我国部分地区的高校已经开展了较高水平的大学生心理健康教育工作,各个学校之间也展开了一些交流活动,这也让很

多教师、家长、学生认识到了心理健康教育工作的重要性。但是,在实际的教学过程中,由于各个地区高校的教学资源、教学理念不同,导致其在开展大学生心理健康教育时的质量和效果也各不相同,在很多经济不发达的地区,学校与教师对于心理健康教育工作的关注度较为不足,甚至一些学校并没有设立专门的心理健康教育课程,这样会对之后教育工作的开展产生极大阻碍。

(二)心理健康教育的重视程度不足

尽管在多数地区,心理健康教育已得到一定程度的推广,但仍有个别高校未能充分重视此项工作,这无疑对提升心理健康教育实效产生了巨大障碍。部分学校将心理健康教育视为应对检查的手段,对其内容、形式等缺乏持续优化,导致教育效果的提升受限,同时也使得教育内容与大学生的实际需求存在较大偏差。此外,部分教师对心理健康教育工作的重视程度不够,在分析时代发展特点和学生个性方面不足,即使对教育内容、形式和路径进行优化,在面对大学生心理健康问题时,仍难以提供深入的研究和帮助,这无疑为后续心理健康教育工作的推进带来了较大困扰。由此可见,部分学校的心理健康教育工作仅停留在表面,未能实质性地助力大学生心理健康水平的提升。

(三)高校心理健康教师匮乏

当前,许多高校在心理健康教育方面的师资力量严重不足,甚至存在让文化课教师、班主任等非专业人员代课的现象。这种做法对心理健康教育成效产生极大的负面影响。事实上,非专业教师难以深入理解大学生的心理健康状况,从而阻碍了后续心理健康教育工作的推进。另外,部分学校虽引入兼职教师,但他们往往无法针对大学生的实际情况进行持续性调查,对大学生的日常生活和学习了解不深,这也对教学工作造成阻碍,难以满足大学生的心理健康需求。在教师培训方面,一些学校对心理健康教育的重视程度不够,很少组织相关培训活动,从而无法总结现有经验,提升教育效果。

(四)缺乏相应的课外实践活动

现如今,许多教育机构对心理健康教育的重视程度尚待提高,由此导致实际教育氛围并不浓郁。在教学过程中,许多教师更倾向于将精力与时间投入到专业知识的教学,对心理健康教育的关注程度相对不足,这些问题均可能对人才培养成效产生负面影响。此外,鉴于大学生的学习经历、知识储备及认知能力等方面存在差异,他们在日常学习与生活中可能会遇到诸多困惑,进而诱发心理健康问题。然而在心理健康教育领域,较少有教师能够针对大学生的实际需求开展相关实践活动,现有的心理健康教育工作更偏向于理论化,这使得大学生难以深入理解心理健康教育知识,从而影响人才培养质量的提升。

(五)尚未建立心理健康教育常态化监测

作为高等教育核心环节之一的心理健康教育,部分高校已为

其配备了相应的教育资源。在实施心理健康教育过程中,教师需要对大学生的心理健康状况进行评估。然而,一些高校在资金、工具及技术支持方面尚存在短板,以致难以营造出有利于心理健康教育的良好环境。尽管部分高校已配备了相应工具,但在实际教学过程中并未得到充分运用,从而对心理健康教育的成效产生不利影响。这一问题的根本原因在于,学校未建立完善的心理健康教育常态化监测体系,使得教师难以深入理解大学生的兴趣爱好、心理健康水平及职业倾向等,进而制约了后续心理健康教育工作的推进。

三、“三全育人”视域下高校大学生心理健康教育策略

(一) 保证相应的心理健康教育投入

在三全育人理念的指导下,高校心理健康教育呈现为一项系统性工程。为提升其教育成效,我们应注重相关资源的投入。首先,为确保心理健康教育效果,应构建完善的课程体系,并根据心理健康教育标准,开发满足大学生学习需求的课程内容。结合大学生心理健康状况,可开展职业生涯规划教育,使其与大学生实际生活和工作紧密结合。此外,在教育内容中融入人际交往、学习生活等方面的知识,提高大学生对心理健康教育知识的理解和应用能力。可以设计“心理健康与未来发展”的教学主题,助力大学生树立正确的价值观和就业观,对其未来发展产生积极影响。

此外,尝试设立心理健康教育咨询室,配备基本的心理健康教育设施,如专用座椅、电脑、沙盘器具等。这些设备有助于教师开展更高水平的心理健康教育,有效解决大学生的心理健康问题,为他们提供疑问解答和指导。同时,学校可根据实际情况设立专项心理健康教育基金,支持教师开展心理健康教育活动,完善大学生心理健康教育档案,为未来心理健康教育工作奠定坚实基础。

(二) 提升学校师生的心理健康意识

实际上,心理健康教育工作的推进并非一蹴而就,它依赖于教师对大学生进行潜移默化的影响,以助力他们塑造健康、向上、积极的心理状态。因此,在进行心理健康教育工作时,我们应着重关注优质环境的建设,为大学生的健康发展营造一个良好的环境。管理层应高度重视心理健康教育工作,并根据实际情况构建一套心理健康教育机制,以确保后续工作的顺利进行。在此过程中,我们需要明确各教师和部门的职责,使心理健康教育工作得以更为顺利、有序地开展,同时,管理层需承担起相应的监督和管理职责。

在心理健康教育中,教师应以身作则,不断提升自身的心理健康水平,以便在后续的心理健康教育中对大学生产生积极影响。班主任与心理健康教师应共同开展教研活动,丰富自身的心理健康教育知识储备,从而更好地协同开展心理健康教育工作,并加深对大学生的了解,为他们的后续心理健康发展提供支持。专业课教师在日常教学工作中,不仅要传授专业知识,还应针对大学生的困惑和问题进行分析,以加深对他们的了解,并及时发现并解决大学生潜在的心理健康问题。在发现问题后,教师应与心理健康教师、班主任及时沟通,找出问题的根源,以协助大学生尽快走出困境,培养他们健康、积极、快乐的生活品质和习惯。

(三) 积极开展高校师资建设

为了提高高等教育的心理健康教育质量,我们必须关注优质师资力量的培育和壮大。这样才能充分发挥师资队伍在心理健康教育中的关键作用,并为后续心理健康教育工作奠定坚实的人才基础。首先,学校应积极拓展心理健康教育团队。为此,学校可以依据自身实际,制定相应的激励政策或文件,并主动完善相关福利制度,积极引进相关行业专家、高级教师等,以逐步提高心理健康师资队伍的整体素质。其次,我们可针对心理健康师资队伍

伍进行精细化培训。一方面,将心理健康培训纳入师资培养规划;另一方面,为心理健康教师提供外出培训机会,促进教师队伍的交流与成长。最后,对心理健康师资队伍的心理状况进行深入剖析,确保教师队伍的心理健康水平,并为他们提供多元化的压力缓解途径,从而激发心理健康教师更加主动、积极地投身心理健康教育事业。

(四) 创新心理健康教育路径和实践活动

为了增强心理健康教育的实效,我们应对心理健康教育的路径进行创新与优化,积极打造一个更高品质的教学环境,为后续的心理健康教育工作奠定坚实基础。首先,我们可以尝试运用互联网技术、信息技术等手段,从网络平台上获取更多丰富的心理健康教育实例和知识,从而丰富教育内容,激发大学生主动探索心理健康知识的积极性。其次,教师应改变过去单一、刻板的教学方式,勇于探索新的心理健康教育路径,积极调整自身心态和教学方法,针对大学生的实际需求对现有的心理健康教育模式进行创新与优化,为今后的人才培养工作奠定坚实基础。最后,教师应根据实际情况,组织大学生参与实践活动,使他们在实践中对所学的心理健康知识有更深入地理解,帮助他们更好地解决心理问题,从而提升他们的心理健康水平。通过革新心理健康教育路径,能够极大丰富教育内容,教师可以将社会主义核心价值观等引入课堂,以此促使大学生的心理健康水平、道德素养得到进一步发展。

(五) 做好心理健康教育监测与预防体系

为进一步提升心理健康教育质量,重视对心理健康教育监测与预防体系的建设至关重要,这样才能更准确地把握大学生的心理健康状态,并对他们可能出现的各类问题做好预防工作。首先,学校应对大学生心理状态的监测给予充分重视,针对不同年龄、专业的学生展开长期跟踪监测,以期对他们的心理健康状态产生更深入的了解。其次,加强心理健康教育预防体系建设,助力教师更有效地发现大学生出现的心理问题,为他们未来的长远发展奠定坚实基础。最后,构建新型心理健康教育模式,根据监测与预防的结果,开展针对性强的教学活动,为大学生提供更精准、有效的心理健康服务。

四、总结

综上所述,若想提升“三全育人”视域下高校大学生心理健康教育效果,我们可以从保证相应的心理健康教育投入;提升学校师生的心理健康意识;积极开展高校师资建设;创新心理健康教育路径和实践活动;做好心理健康教育监测与预防体系等层面入手分析,以此在无形中促使大学生心理健康教育质量提升到一个新的高度。

参考文献:

- [1] 吴迪.“三全育人”视角下高校大学生心理健康教育研究[J]. 大学, 2023(29): 185-188.
- [2] 缙晶.“三全育人”视域下大学生心理健康教育模式的创新路径[J]. 科技风, 2023(25): 7-9. DOI:
- [3] 朱玥, 李聃.“三全育人”视域下大学生心理健康教育模式的创新路径研究[J]. 科学咨询(教育科研), 2023(03): 36-38.
- [4] 戴欣宜.“三全育人”视域下高校心理健康教育探究[J]. 大学, 2023(07): 185-188.
- [5] 何美莹.“三全育人”理念下大学生心理健康教育所面临的问题及策略[J]. 黑河学院学报, 2022, 13(09): 41-44.

中国校园健康行动教育教学研究成果项目
课题名称: 社会主义核心价值观引领高校校园文化建设的对策研究
课题编号: EDU0013