

AI 人工智能技术在高职学生心理健康辅导中的应用研究

段 婧

(湖南外贸职业学院, 湖南长沙 410000)

摘要: 随着职业教育改革深入, 高职学生心理健康辅导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, 强化他们对所学心理健康知识的理解和应用水平, 提升育人效果。AI 人工智能技术作为当前时兴的教育辅助手段, 能够极大丰富高职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 AI 人工智能技术在高职学生心理健康辅导中的应用展开分析, 并提出一些策略, 仅供各位同仁参考。

关键词: AI 人工智能技术; 高职; 学生心理健康; 应用

一、AI 人工智能技术在高职学生心理健康辅导中的应用价值

(一) 提升课程感染力

通过将 AI 人工智能技术应用到高职学生心理健康辅导工作中, 能够极大提升教育工作的感染力、趣味性, 对实现高职学生心理健康教育辅导的革新与优化有重要意义。在 AI 人工智能技术的帮助下, 高职生能够更为主动、积极地参与到所学知识的探索与实践, 这对丰富他们的知识储备、提升其知识掌握水平意义重大。不仅如此, 在 AI 人工智能技术的帮助下, 教师的育人资源也会变得更为多样、生动, 这也是提升高职学生心理健康辅导质量的一大因素。

(二) 增强授课及时性

在高职学生的心理健康教育工作中, 我们应全面深化教学内容的实施, 确保高职学生在掌握理论知识的同时, 形成较高的综合素质, 以便他们能够迅速吸收和内化课堂所学的心理健康知识。为实现这一目标, 教育工作者必须精准、及时地掌握学生的心理健康知识储备、学习能力和认知层次, 从而在教育实践中占据先机, 增强教育主导权。针对高职学生的特点, 我们应提出更具针对性和指导性的教学建议, 以提高教育效果。为此, 我们必须重视对传统教学方法的改革与创新, 充分利用 AI 人工智能技术的优势, 通过其高度的互动性和实时性, 加强心理健康教育工作的实施。这将有助于提升高职心理健康教育工作的有效性、灵活性和时效性, 推动教学质量迈上新台阶, 为高职学生的心理健康成长提供有力保障。

(三) 提高育人灵活性

从实践角度分析, 传统的高职心理健康辅导工作通常采用灌输的方式教学, 这样可能会导致一些高职生出现抗拒、抵触等不良情绪, 从而影响教育效果提升, 对激发高职生的良好心态十分不利。通过将 AI 人工智能技术引入高职心理健康辅导工作中, 能够帮助教师借助更多途径展开教学, 大幅提升教育工作的灵活性, 从而实现教育时空的进一步拓展, 让心理健康辅导工作变得更为生动、趣味、新奇、多样, 从而保证育人效果。

二、AI 人工智能技术在高职学生心理健康辅导中的应用问题

(一) 信息化手段及资源应用不合理

目前, 我国在教育领域应用 AI 人工智能技术手段尚处于初级阶段。在高职学生心理健康辅导工作中, 尽管已有部分教师尝试引入 AI 技术, 但他们在运用信息化手段时仍显得不够熟练, 整体信息化素养亟待提升。此外, 受传统教学观念的影响, 部分教师在运用新的教育手段和网络资源时存在不合理之处, 这在一定程度上制约了高职学生心理健康辅导教学效果的提升。例如, 在实际教学中, 仍有教师采用传统的灌输式教学模式, 未能充分利用蓝墨云、雨课堂等信息化教学辅助工具, 使得心理健康辅导教学

工作未能真正落地实施。

(二) 未能满足高职生差异化学习需求

在高职心理健康辅导的授课过程中, 有相当一部分教师并未深入掌握高职生的具体学习需求, 便匆匆展开了教学工作。这些教师在教学过程中, 往往依赖于一套固定的信息化资源和技术手段, 缺乏对高职生学习能力、个人兴趣、知识储备等方面差异性的深入了解和关注。他们以“一刀切”的教学方式, 笼统地传授心理健康辅导的知识, 这种做法与传统的课堂教学模式无异。因此, 很难在这样的教学中体现出 AI 人工智能技术应有的针对性和个性化特点, 也就无法满足高职生在心理健康辅导学习中的差异化需求, 从而极大地影响了他们的实际学习效果。为了改善这一状况, 我们应当鼓励教师积极学习并应用 AI 人工智能技术, 以更精准、个性化的方式满足高职生的学习需求, 提升他们的学习效果。

三、AI 人工智能技术在高职学生心理健康辅导中的应用的阻碍因素

(一) 尚未形成专业教育团队

现阶段, 教师若想提升高职学生心理健康辅导工作的效果, 必须要善于将 AI 人工智能技术合理应用到课堂上, 除了要对以往的教育软件、工具等展开革新与优化, 还用积极转变固有的教育理念和思想, 不断提升自身对于 AI 人工智能技术的掌握和应用水平。当时, 当前很少有教师能对 AI 人工智能技术产生深入认知, 甚至一些教师认为引入 AI 人工智能技术会影响心理健康辅导工作的效率, 这样的想法是极为片面的。此外, 从专业角度分析, 多数高职心理健康辅导教师的心理学知识非常扎实, 他们对于视频处理、网络资源应用、AI 人工智能数据分析等并不了解, 这样会极大影响 AI 人工智能技术在高职学生心理健康辅导中的应用效果。

(二) 教育资源引入不足

互联网时代下, 教师在展开高职心理健康辅导工作是, 应重视对优质网络资源的引入, 这样方可实现对心理健康辅导教育资源的有效拓展, 从而为 AI 人工智能的引入和应用打下坚实基础。但是, 当前很多教师在展开心理健康辅导工作时, 仍是多采用传统教材, 对于 AI 人工智能技术的引入并不多, 在选择一些线上的教育资源时, 他们也会凭借自身好恶、理解能力等对教育资源的价值展开判断, 这样很容易导致高职生学习需求与 AI 人工智能的教育资源出现脱节的情况, 从而影响实际的应用效果。

(三) 未能选择适合的线上平台

现阶段, 教师若想提升 AI 人工智能技术在高职学生心理健康辅导中的应用水平, 必须要选择一个合适的线上平台作为辅助, 这样才能更好地发挥 AI 人工智能技术的应用优势, 尽可能对心理健康辅导工作的资源展开拓展与优化, 提升教育工作的便捷性。

但是,很多教师在寻找线上平台时,并没有做好前期调研工作,对于各个平台的AI人工智能技术应用情况、相关功能不够了解,这就导致其在将AI人工智能技术应用到实际教育活动时,会遇到很大阻碍,需要教师付出较大学习成本,这样会对AI人工智能技术在高职学生心理健康辅导工作中的应用效率产生极大阻碍作用。

四、AI人工智能技术在高职学生心理健康辅导中的应用策略

(一)借助AI人工智能技术导入,激发学生兴趣

互联网时代下,为进一步提升高职学生心理健康辅导效果,我们应对课前的导入工作提起重视,这样才能为之后极大学生兴趣打下坚实基础。一般来说,高质量的课堂导入能够让学生更快进入学习状态,这也是提升教育效果的重要前提。在以往的高职学生心理辅导工作中,很少有教师能对此提起重视,高职生通常只是在课前翻看一下教材,这就导致其很难在短时间内将注意力集中到教育内容上,从而影响整节课的教学效果。为此,我们可以尝试将AI人工智能技术引入课堂,以此为高职生展开课前导入,通过为他们播放一些有引导性、吸引力、趣味性的微视频,以此更好地激发高职生对于心理健康辅导知识的探索欲、好奇心,为之后AI人工智能技术的应用打下坚实基础。为保证育人效果,我们在设计AI人工智能的微视频时,应对如下几点提起重视。

其一,要提前做好详细规划,对AI人工智能的微视频内容、形式做好相应分析,这样方可保证较高的育人效果。在设计AI人工智能微视频时,首先我们应保证AI人工智能微视频的内容精简。一般情况下,心理健康辅导AI人工智能微视频不应设计过长,最好能将时间控制在5-10分钟左右。通过对时长进行限制能促使学生在较短时间内学到更多知识,还能在无形中提升教师的AI人工智能微视频制作水平,可谓一举两得。

其二,AI人工智能微视频要具有较强的吸引力。通常情况下,学生观看微视频的时间会被安排在课前或者课后,这时候周围没有教师监督,如果AI人工智能微视频不能在第一时间吸引学生的注意力,学生则很可能在观看AI人工智能微视频的时候出现走神、发呆等情况,从而影响AI人工智能微视频的教育实效。因此,教师要充分利用AI人工智能技术手段,从各个角度增强微视频对学生的吸引力,并重点关注其的图像、声音是否足够吸引人。只有让AI人工智能微视频在短时间内抓住学生注意力,教师才能得到想要的教学效果。

其三,AI人工智能微视频中要设置问题。一般来说,AI人工智能微视频的时长被控制得较短,这就导致学生在观看时很少有时间进行深入思考。因此,教师在制作AI人工智能微视频时,可以尝试在AI人工智能微视频最后融入一些探究性的问题,以此发散学生思维,使其在观看完AI人工智能微视频后,仍能针对AI人工智能微视频内容进行思考,从而提升AI人工智能微视频的教学效果。

为进一步激发高职生的学习兴趣,我们可以从网络上下载一些心理健康辅导有关的图片、视频,而后将其融入到AI人工智能微视频中,并在课堂上为高职生播放。通过AI人工智能微视频,高职生的注意力将会更高效地集中到课堂中,这对引发他们的学习兴趣意义重大。

(二)拓展教育资源,丰富辅导内容

针对当前的高职心理健康辅导工作分析可以发现,其中很多内容具有一定的抽象性,此外,由于篇幅限制,很多教材中对于心理健康辅导的知识点介绍并不完善,这样会在无形中阻碍高职生良好心理健康知识体系的形成与发展。同时,在以往的高职学生心理健康辅导中,很少有教师能主动采用AI人工智能技术在网

络上寻找有效的教育辅助资源,这对拓展教育内容极为不利。为此,我们在尝试将AI人工智能技术应用到高职学生心理健康辅导工作中时,可以尝试将一些网络上的优质教育资源引入到育人活动中,并利用AI人工智能技术呈现在高职生面前。为提升高职生对于AI人工智能拓展资源的理解水平,我们可以尝试对高职生展开合理分类,以此让优质的教育资源在课堂上发挥更大效果。

为此,我们可以结合高职生的心理状态、知识储备、认知习惯等展开分析,将其分为不同的类型。比如,一些高职生的心态较为积极、学习主动性较高,我们可以将其定为学优生;部分高职生的心理状态不够积极、学习主动性较差,我们可以将其划分为后进生;介于这两个类型之间的高职生,我们可以将其定为普通生。而后,结合不同层次高职生的理解水平,我们可以利用AI人工智能技术对他们展开分析,为他们提供对应的教育资源,以此深化他们对所学知识的理解。通过此方式,能够帮助教师更为深入、全面地了解高职生的心理状态变化,还可保证教育资源和学生需求的契合,这对提升育人效果意义重大。

(三)构建自学平台,培养自学习惯

为进一步提升高职学生心理健康辅导效果,我们应重视对高职生自学能力的培养,这样能帮助他们逐渐形成良好的自学习惯,使其更为主动、积极地参与到心理健康相应知识的预习、复习中,从而逐渐强化他们的知识理解水平和应用能力。但是,在以往的高职学生心理健康辅导中,很少有高职生能展开较高水平的自学,原因在于他们缺乏一个高效的自学辅助平台。在以往高职生展开自学活动时,他们很难第一时间解决遇到的问题,这样除了会对他们的自学效率、心态产生影响,还会阻碍其自学信心的形成与发展。

为此,我们可以结合本校实际情况,将AI人工智能技术应用到高职学生心理健康辅导工作中,以此为高职生打通自学道路,为他们创设一个更为高效的线上自学平台,帮助其更好地解决自学活动中遇到的各类问题。针对高职生在自学过程中遇到的瓶颈,我们倡导他们积极利用自学平台,将遇到的问题上传至平台,以便及时获得同学和教师的帮助与支持,确保自学活动的顺利进行。同时,在高职心理健康辅导教学中,我们计划在自学平台上增设作业提交功能,并定期发布心理健康辅导探究项目,以满足高职生随时随地的学习需求。高职生在完成这些项目后,应整理并分享自己的心得体会和所学知识,以此促进全班心理健康辅导水平的整体提升。

五、总结

综上所述,若想提升AI人工智能技术在高职学生心理健康辅导中的应用效果,我们可以从借助AI人工智能技术导入,激发学生兴趣;拓展教育资源,丰富辅导内容;构建自学平台,培养自学习惯等层面展开研究,以此促使AI人工智能技术在高职学生心理健康辅导中的应用质量提升到一个新的高度。

参考文献:

- [1] 赵良权.“互联网+”时代高职院校学生心理健康教育研究[J].互联网周刊,2023(23):81-83.
- [2] 孙霞.“互联网+”时代高职心理健康教育模式创新探索[J].淮南职业技术学院学报,2021,21(01):126-128.
- [3] 曹高菲.人工智能时代高职学生“失语症”现象研究[J].黑龙江生态工程职业学院学报,2019,32(05):97-98+132.
- [4] 鲁玮.数据挖掘技术在高职学生心理健康数据中的应用研究[D].安徽大学,2020.

* 本文系2024年湖南外贸职业学院辅导员工作室网络思想政治教育——“婧心婧易”工作室(23FDYGZS1206)阶段性成果