

# 高职学生心理健康教育有效工作机制的构建

陈一夫

(湖南铁道职业技术学院, 湖南 株洲 412000)

**摘要:** 素质教育要求学生能够全面发展, 而学生心理健康也属于学生全面发展内容中的重要组成部分, 关乎到学生今后的成长与发展。相比较中小学生而言, 大学生面临的压力更多、压力值更大。尤其是高职生, 他们作为即将步入社会的基础性、技术性人才, 来自于家庭、社会、学校以及个人的压力更大, 如何帮助他们进行心理调整、保持心理健康就成为高职院校心理健康教师需要思考的问题。因此, 本文以高职学生心理健康教育有效工作机制的构建为主题开展研究, 希望能够构建出符合高职学生心理需求的心理健康教育有效工作机制, 保障高职学生能够身心健康的成长, 获得更美好的未来。

**关键词:** 高职学生; 心理健康; 有效工作机制

伴随着近些年来我国经济的快速发展以及教育的全面改革, 高职生心理健康问题已经被人们愈发重视起来。尤其是高职院校是社会基础性、基础性人才的主要来源, 关乎到社会经济的发展 and 秩序的的稳定。因此, 高职院校负责人更需要重视起学生的心理健康问题, 建立起完善的有效的心理健康教育有效工作机制, 让高职生们可以身心健康的成长, 成为社会需要的专业人才。但是因为我国高职院校心理健康教育发展起点较晚、时间较短, 所以在心理健康教育有效工作机制上的构建还出空白状态。因此, 高职心理健康教师需要根据当下高职生心理健康教育工作存在的问题入手, 从而实现高职生心理健康教育有效工作机制的构建, 为高职生身心健康成长保驾护航, 实现高职人才培养体系的完善。

## 一、高职院校心理健康教育工作存在的问题

### (一) 学校没有完善的心理健康教育机制

很多高职院校负责人对于心理健康教育有效机制的构建重视程度不够, 将这一方面的工作职能赋予了相关的管理部门, 但是很多学校管理部门的工作繁重, 没有太多时间和精力去对于学生进行心理健康调查和督导, 从而导致很多管理部门工作人员认为只要学生没有出事就不会出现问题, 只有学生出现了心理健康问题才会进行解决。这样的情况就导致大部分高职院校心理健康教育机制不完善, 只有事后处理机制而没有事前预防以及事中控制机制, 这很容易让高职生在学校生活中因为压力而产生相关的心理健康问题, 从而对于学生心灵造成伤害, 影响到学生今后的学习成长。

### (二) 学校缺乏专业心理健康辅导教师

高职生因为身心已经较为成熟, 所产生的心理健康问题也比较复杂多样, 所以想要对于高职生进行心理健康辅导, 就需要高职心理健康教师具有着较强的专业能力, 来使其能够面对复杂多变的学生心理健康问题给予最合适的指导。但是在当下我国大部分高职院校当中, 心理健康教师以及咨询人员的专业能力并不强, 甚至还有很多高职院校缺乏专业人才, 让一些管理人员或者是思政教师担任心理健康教师以及学生心理健康咨询人员。这样的情况就会导致高职院校心理健康教师的专业能力与水平不足, 不能够有效的发现学生们存在的心理健康问题, 也不能够有效的帮助学生们解决这些出现的心理健康问题, 最终导致高职生心理健康问题频频出现, 严重损害了高职生的学习成长, 同时也影响了

高职院校人才培养体系的构建。因此, 高职院校缺乏专业心理健康辅导教师是高职院校心理健康教育工作存在的主要问题之一, 需要尽早进行解决。

### (三) 学校缺乏完善的心理健康工作评估机制

完善的心理健康工作评估机制是保障高职院校心理健康教育有效机制建立的基础, 也是帮助其进行长久有效运转的关键。但是在当下, 大部分高职院校都缺乏完善的心理健康工作评估机制。其具体表现便是在高职院校负责人布置了相关的心理健康教育工作之后就放任其自由, 没有有效的监督、检查, 从而导致一些高职院校的心理健康教育工作成为形式化产物, 无法发挥实际效用。除此之外, 还有一些高职院校负责人对于心理健康教育工作的评估较为简单, 只是从人员结构、教学内容上进行简单的评估, 只要外在硬件设备准备齐全便能够得到良好的评价。这样的评估过程过于单一, 没有真正对于高职院校心理健康教师的工作过程、结果进行监督调查, 最终也无法形成有效的建设性意见, 不能够帮助高职院校心理健康教师找到自己在开展心理健康教育工作时出现的问题与不足。最后, 还有一些高职院校的负责人在构建学校心理健康教育评估机制时, 一味地照搬别的学校的章程, 包括着评估体系、评估内容以及评估指标等等。这样的情况就导致学校的心理健康教育工作评估机制缺乏针对性, 会出现不符合学校心理健康教育工作发展需求的情况, 这同样影响到了高职院校心理健康教育有效工作机制的开展。因此, 高职院校负责人要针对于这些问题来建立起完善的高职院校心理健康教育有效工作机制, 为高职生身心健康的成长发展做好基础保障。

## 二、高职学生心理健康教育有效工作机制的构建策略

### (一) 组建心理健康教育部门, 开展高职院校心理健康工作

针对于当下很多高职院校缺乏心理健康教育负责部门的问题, 高职院校负责人应该逐渐心理健康教育部门, 以此来更好地开展高职院校心理健康工作, 为学生们提供更好、更完善的心理健康服务。除此之外, 逐渐心理健康教育负责部门能够让学生们出现了心理问题有可以咨询解决的地方, 防止学生不知道找谁来解决心理健康问题的情况出现。

高职院校心理健康教育部门应该是由领导牵头, 招聘专业心理健康教师以及相关部门负责人人员成立心理健康工作小组, 针对于高职院校心理健康教育部门的组建、运行提供指导建议, 并且提供充足的资金、空间来帮助心理健康教师组建专业部门。在完成高职心理健康教育部门的组建之后, 其主要职责分为三个方面。首先是对于学生心理健康教育知识的普及, 针对于这一方面, 部门的相关工作人员应该通过学校媒体、新媒体等途径进行宣传。例如高职院校心理健康教师可以通过学校的校园网络、广播来进行基础心理健康教育知识的宣传。同时, 高职院校心理健康教师可以组建学校心理健康部门的官方微博、官方抖音账号等等。通过拍摄视频、上传文章来让更多的学生了解心理健康知识, 做好心理预防, 从而能够在事前预防心理问题的出现, 帮助学生们身心健康的成长。其次, 高职院校心理健康教育部门需要完成学生的心理咨询、心理问题解决等工作。因此, 高职院校心理健康教师要明确自己的工作职责、分配好相关的工作任务, 确保部门能

够正常高效运转。最后,高职院校心理健康教育部门需要及时了解我国对于大学生心理健康教育方面的政策、要求,从而及时调整工作内容、工作形态,更好的为高职生进行服务,确保其身心健康成长。因此,逐渐心理健康教育部门是开展高职院校心理健康工作的有效途径,同时也是建立起高职生心理健康教育有效工作机制的关键一步,需要被高职院校负责人重视起来。

(二) 加强心理健康教师招聘培训,组建专业心理健康教师队伍

心理健康教师是高职生心理健康教育有效工作机制运转的关键,更是帮助学生们保持身心健康成长的基础。但是在当下,很多高职院校都缺乏专业的心理健康教师,大部分的学校都是由管理人员或者是思政教师兼任,这样的教师队伍不能够有效运转高职生心理健康教育有效工作机制,也无法发挥出机制的作用。基于此,高职院校负责人应该通过加强心理健康教师的招聘培训来组建一支专业的心理健康教师队伍,让学生们能够享受到专业的心理健康服务,从而为学生们身心健康的成长发展做好基础保障。

高职院校负责人首先要从社会面以及学校面进行招聘,招聘一些具有较高专业水平以及资质的心理健康教师来保障高职生心理健康教育有效工作机制的运转。高职院校负责人由其要重视对于社会面的招聘,因为学校面心理健康专业毕业的学生,虽然具备良好的理论知识,但是缺乏实践经验,还需要一定的成长磨砺时间。而社会面的心理健康人才专业水平较高、实践经验丰富,能够有效面对学生复杂的心理问题予以建议和解决。因此,注重社会面招聘更能够提高高职院校心理健康教师队伍的整体素质与水平,从而更好地保障高职院校心理健康教育有效工作机制的运转。其次便是对于学校心理健康教师的培训,这种培训一方面是针对于一些基础薄弱、专业能力不强的教师进行的能力培训,帮助他们更好地提升专业能力以及素质,以此来提高高职生心理健康教育有效工作机制的运转效率。另一方面,这种培训的内容包括着心理健康的专业知识还有当下的高职生心理问题成因、走向以及我国对于高职生心理健康方面的相关政策。定期对于高职院校心理健康教师展开这样的培训,能够帮助其更好地规划调整心理健康教育内容以及教育形式,从而助力其更好地开展心理健康教育,这也是构建高职生心理健康教育有效工作机制的策略之一,有助于学生身心健康的成长进步。

(三) 建立心理健康教育评估机制,充分发挥心理健康教育效果

以往很多高职院校负责人对于心理健康教师开展心理健康教育缺乏完善的评估机制,导致很多心理健康教师不能够客观、公正地了解到自己在进行心理健康教育的过程中是否出现了问题、是否有改正的地方,从而导致高职院校心理健康教师专业素质难以有效提升,高职生心理健康教育有效运行机制难以发挥效用。基于此,高职院校负责人需要建立起完善的心理健康教育评估机制,能够对于高职院校心理健康教师的教学效果有一个明确的评估,为其提供合理的改善建议,从而为高职生带来更好周到的心理健康教育服务。

高职院校负责人可以在学期末对于所有学生发放调查问卷,让所有接受过学校心理健康教育的学生都可以对于学校心理健康教育的效果进行客观公正的评价,其中还可以为学校心理健康教师提出一些建议。除此之外,高职院校负责人可以通过学生到心理健康教师处复诊频率、康复频率进行调查总结,将所有关于高职生心理健康教育的相关数据结果进行搜集整理,从而对于高职

院校心理健康教师的教学效果进行评估。这两种方式能够更加全面、客观地评估高职院校心理健康教师的教学成果、教学过程,还能够为其提供相关的教学建议,从而提升其专业素质。因此,建立起有效的心理健康教育评估机制,也是推动高职生心理健康教育有效运行机制构建的基础,对于高职生身心快乐发展起到了正面积极的影响作用,充分发挥出了高职院校心理健康教育效果。

(四) 建立学生心理健康干预机制,做好学生心理健康预防措施

事后解决不如进行事前控制,只要在事前能够得到有效控制,就能够保障高职生降低出现心理健康问题的频率,这对于促进高职生身心健康成长起到了很好的助力作用。因此,高职院校负责人以及心理健康教师需要联合起来建立起学生心理健康干预机制,做好学生心理健康预防措施,从而让学生们避免心灵受到伤害,能够在安全、快乐的环境下学习成长,成为社会需要的专业人才。

高职院校负责人以及心理健康教师建立学生心理健康干预机制的第一步就是对于学生心理情况进行普查,负责人与教师可以通过使用中国大学生心理健康测评系统来对于所有在校学生进行心理健康普查,对在测评中出现问题的学生进行重点观察、调节,防止其出现心理健康问题。其次,负责人与教师应该为每一个学生建立起心理健康档案,针对于不同学生出现的不同心理问题、成因以及解决方法进行完成记录,这样高职院校心理健康教师在对于学生进行治疗时可以对症下药,更好地考虑到学生的情况。不仅如此,高职生心理健康档案需要及时更新,每一学期都要对于学生进行新一轮的心理健康调查,对于来进行咨询或者是解决心理问题的学生信息也需要将档案信息进行更新,这样可以更好地了解学生们的心理动态,从而帮助高职院校心理健康教师明白学生们的心理健康问题,继而做出相关的预防措施。最后一步便是建立起快速反应预案,针对于一些学生突然出现严重心理健康问题时,高职院校心理健康教师以及负责人能够有一个完整的预案来进行解决,从而防止意外发生。应急预案的另一个作用是在学校出现了心理危机事件之后,能够对于全校师生进行心理干预,帮助其尽快回复,防止留下后遗症。因此,合理的建设学生心理健康干预机制,对于构建高职生心理健康有效运行机制起到了很好的助力作用,也为高职生们营造出了良好的学习成长环境以及心理环境。

总而言之,高职生心理健康问题是影响其学习发展的关键因素。因此,高职院校负责人以及心理健康教师需要构建完善的高职生心理健康教育有效运行机制,帮助学生们更好地抵御心理健康问题,塑造更加完美、更加快乐的大学生活。

#### 参考文献:

- [1] 万虎,边素贞.“互联网+”背景下高职学生网络心理健康教育机制的构建研究[J].科教导刊,2021(26):157-159.
- [2] 张锐莹.高职院校教师心理健康教育工作体制机制和队伍建设初探[J].科技风,2020(02):85+108.
- [3] 罗晓.高职学生心理健康教育长效机制构建的研究[J].智库时代,2019(26):92+94.

本文系湖南省高校心理健康教育示范中心项目理论研究成果

作者简介:陈一夫(1992-),男,湖南铁道职业技术学院心理中心主任,CPS注册心理师,基础心理学硕士,国家二级心理咨询师。