

高职院校大学生心理健康教育研究

赵晓娟

(湖南安全技术职业学院, 湖南 长沙 410151)

摘要: 大学生正处于人生“拔节孕穗期”,最需要精心的引导和栽培。目前,高职院校开展大学生心理健康教育时存在着重视程度不够、形式片面,教育体制和机制不健全不完善,教育者专业知识和业务能力缺乏等问题。心理健康教育是高职教育人才培养目标的重要组成部分,应从建立健全教育管理机制,加快推进课程教学改革、着力提高教师专业水平等方面着手,助推高职院校内涵式发展。

关键词: 高职院校;大学生;心理健康教育

教育是培养人的事业,高等教育的最大责任是培养人才,职业教育是高等教育的重要组成部分。我国现有 1.13 万所职业院校,共有 3088 万在校学生。他们作为国家建设的核心力量,直接关系着我国的产业转型升级和经济社会发展,必须培养其形成正确的世界观、人生观、价值观。然而,高职院校大学生独特的思想、心理、和行为特征,使得高职院校心理健康教育形式更为严峻。

一、高职院校大学生心理健康教育的意义

当前,我国技能人才总量仍然不足,结构差、素质低的问题比较突出。2014 年《国务院关于加快发展现代职业教育的决定》中提出“加快现代职业教育体系建设,培养亿万高素质劳动者和技术技能人才”。在《现代职业教育体系建设规划(2014—2020 年)》中指出,职业教育重点培养“掌握新技术、具备高技能的高素质技术技能人才”。2022 年 8 月,习近平总书记对职业教育工作作出重要指示强调,加快构建现代职业教育体系,培养更多高素质技术技能人才、能工巧匠、大国工匠。这就要求高职院校培养的大学生要具有良好的思想道德素质、专业素质、文化素质、身体素质和心理素质。人才是职业教育中最活跃的因素,心理素质是影响职业院校教育和职业培训的关键因素。高职教育已进入创新发展时期,“高素质技术技能型”人才,既要掌握科学系统的理论知识和丰富的经验技术,又要具备应用新知、解决实际问题 and 知识迁移创造的能力和坚定的政治信仰。这就对高职院校学生的创造力、智力、个性心理品质和思想政治素养等多个方面提出了更高的要求。我国正处于社会主义重大转型时期,成长于网络新媒体时代的高职院校大学生的个性、独立性和自主意识日渐凸显,价值观呈现多元化趋势。随着高等教育现代改革进程的不断深化,他们常常面临着情绪管理、学业压力、人际交往和情感恋爱等心理问题。近年来,“空心病”“微笑抑郁症”“成人模样孩子心”等校园心理危机事件频发,心理健康状况不容乐观,极大的制约了高校人才培养的质量。因此,新时代高职院校大学生心理健康教育要置于高等教育改革的大背景下和人才培养综合素质的大环境要求下进行考虑,加强高职院校大学生心理健康教育的研究,解决大学生心理发展过程中的矛盾,让他们拥有良好、健康的心态去面对社会压力,提高他们的幸福感、获得感和生活满意度。

二、高职院校大学生心理健康教育的现状

目前,高职院校普遍高度重视大学生心理健康教育,但其教

育管理体系不完整,心理健康教育的资源和力量没有充分结合。学校党委领导下的学生工作部与心理健康教育课程教学执行单位横向协同的体系不完善,学校-学院-家庭-医院纵向协同的体系不健全,心理健康教育工作队伍左右协同的责任体系不充分。因此,工作不系统、不全面、不深入,工作实效不明显。

大多数高职院校的心理健康教育课程只开设一个学期,一般为每周 2 个课时,共开 16 周次,32 个课时,以大班授课教学为主。其他与心理相关课程学期基本不开设。授课教师以专职心理教师为主,课时任务多时,通过聘请校内外兼职心理教师来分担课时,缓解教学压力。有时,校内兼职心理教师并非心理学或教育学相关专业,仅是接受到过简单的心理类培训。课程教育内容主要围绕心理问题的特征、案例分析和应对策略。受限于教师自身专业所学、教学组织能力等主观影响,再加之课时数量有限、大课班级人数众多、教室内空间场地限制等客观影响,授课多以心理知识讲授为主,缺乏心理知识的实践运用。有些高职院校心理课程教育教学更是流于形式,教学内容单一,存在教与学“两张皮”现象。课程考试以考查方式为主,学生总评成绩由平时成绩(出勤情况、课堂表现、作业完成情况等)、实践成绩(心理培训或心理活动参与情况等)和期末成绩三个部分构成,分别占比为 20%,40%,40%。心理健康教育工作的重点聚焦严重心理问题学生的日常筛查与干预,神经症康复期学生的愈后跟踪与管理,较少或无暇关注一般心理问题学生。从心理成长的目标来看,心理健康工作覆盖面有局限,教育内容不全面,教学质量不稳定。

高职院校心理健康教育工作主力军一般是来自心理健康教育中心的工作人员、专职心理教师、辅导员或班主任。他们之中部分并非心理学专业出身,且专业来源多样,同时还兼任形势与政策、生涯规划、就业指导等课程教学教师,工作任务压力较大,专业水平参差不齐,日常系统全面的心理健康教育学习培训甚少。在一些高校,辅导员工作队伍流动性相对比较大,专职辅导员数量不足,通过兼职或履职辅导员来补充。

三、高职院校大学生心理健康教育的途径

(一) 优化心理健康教育管理体系

党和国家高度重视高校心理教育工作。在教育部提出的包括课程、科研、实践、文化、网络、心理、管理、服务、资助、组织在内的“十大”育人体系中,心理育人是建设的重要组成部分。没有系统完整的心理育人教育教学管理体系,就不可能保证心理育人的成效。

首先,要构建完整的高职院校心理健康教育机制,形成学校统筹(育人合力、管理运行)、分级管理(心理危机快速反应、预警防控)、课程建设(教学改革、教学评价)、考核评价(工作量计算、绩效考核)、行政保障(转介诊疗、家校合作)等环节的有机整合和协调运转。优化高职院校的心理健康教育咨询服务平台,注重人文关怀和心理疏导并举。畅通学生转介医疗绿色通道,与专业医疗机构、社会心理服务机构建立长期合作,为心

理异常的学生提供快速预约转介诊断治疗,为心理咨询专兼职工作人员提供专业督导,为学院心理危机事件提供积极指导与评估会诊。完善学校与家庭的沟通机制,实现学校、家庭、医院三级心理服务网络的横向和纵向连接贯通。其次,要建立特聘制度,聘请校外心理学专家、精神科医生向心理健康教育教师提供专业知识、专业技能、行业信息、课题申报等领域的全面培训与指导,提升心理健康教育教师的工作水平和教学科研能力。最后,要构建家校社三位一体的心理健康育人机制,整合家校合作与社会相关资源,聚焦“学校为主导,营造健康积极向上的育人环境”“家庭为主体,创建和谐家庭氛围”“社会为协同,构建良好的社会环境”,整合力量、共同参与,相互补充、相互促进,努力创造一个群体心理健康的大环境。

(二) 完善心理健康教育课程体系

2019年3月,习近平总书记在学校思想政治理论课教师座谈会上强调,思想政治教育理论课是落实立德树人根本任务的关键课程。思想政治教育要贯穿教学工作全过程,要坚持显性教育和隐性教育相统一,挖掘其他课程和教学方式中蕴含的思想政治教育资源,实现全员全程全方位育人。因此,《心理健康教育》课程思政和思政课程要同向同行,不仅要在学生身上发生物理反应,还要发生化学反应,让学生入眼、入耳、入脑、入心和入行。

一是要提升学理深度。“系统讲授”要在马克思主义科学方法论的指导下,以哲学、心理学、教育学、社会学和政治学等有关学科理论指导,深入挖掘心理健康课程中所蕴含的科技伦理、学术伦理、道德伦理等德行元素,推进心理健康与思政内容之间的自然融合、有机渗透,以丰厚的历史资源滋养心理健康教育课程思政教学,以学术研究的深度确保课程思政教学的厚度。实践教学依托“校园心理文化节”“精神卫生日”“心理主题教育班会”“心理素质拓展”等活动,组织学生走进社会、深入社区,了解基情、探求新知,拓展拓宽心理育人实践活动的平台,搭建起校内与校外联动的教育“新矩阵”,让学生在实践发出“时代好声音”,强化“三位一体”协同效果。

二是要整合教学资源。心理学专业的教师承担心理健康教育教学工作,结合高职院校学生发展核心素养和心理健康教育课程特点,基于科学性、民族性和时代性原则,围绕括理论知识、历史资料、时代思想、文化风俗、家国情怀、精神传承、道德法律与职业特色等思政元素,深入挖掘各教学单元中所蕴含的思政要素,建设心理健康教育课程的思想政治教学资源库,使学生“解渴”又“明理”,提高学校的思想政治教育实效,实现心理健康教育知识传授和价值导向的协同作用。从顺乎学生需求、解除学生忧虑上发力,开设与学院系专业相关的心理选修课程,注重隐性教育与显性教育相结合,充分发挥课堂教学的主渠道和主阵地作用,塑造学生自尊自信、理性平和、积极向上的良好社会心态。

三是要借助信息技术。当代高职院校大学生是伴随着移动互联网发展而成长起来的“网络原住民”,他们习惯通过手机完成线上学习、资料收集、人际沟通与娱乐活动等。高职院校应以不同专业学生、不同性别、团学干部等不同群体的个性化心理服务需求为导向,打造探索“微课堂”建设,实施“滴灌式”教育指导,依托微视频、图文动画、心理测试、体验活动、行为训练、团体训练、情境表演、角色扮演和心理情景剧等形式,创新“线上”

和“线下”的互动方式,提升学生对心理健康教育课程思政的认同感和归属感。

(三) 强化心理健康教育队伍建设

如何解决教育的根本问题,落实教育的根本任务,关键在于教师。心理健康教育有效开展的关键保障是建设一支专业化、专兼职的高素质心理育人队伍。

首先,高职院校心理健康教育资源再整合。组建以专职心理教师为主体,辅导员、其他管理服务人员与学生心理干部(心理社团人员、班级心理委员和寝室信息员等)为补充的心理育人队伍。其次,高职院校心理健康教育培训体系再完善。坚持分层分类、定期培训、以学带用,以用促学,学用结合,采取“主题讨论”“学习论坛”“案例讨论”“同行互助”“心理督导”等形式,重点从心理咨询技能、课程教育教学、心理危机干预、成长团体辅导等四个方面,同时结合师德师风、思政政治、教育管理等理论内容学习,确保培训效果达到教师使命责任“再强化”,教育技能水平“再提高”,教师综合素质“再提升”。最后,高职院校心理健康考核制度再细化。制定兼职心理健康教育教师的工作计量办法,纳入学校绩效考核评估,制定相应的考核标准,要定期督查、考核兼职教育教师的心理咨询、成长辅导、教育教学等工作任务的执行情况,建立考核奖励制度,多渠道进行科学精准评价评估,以提高其工作的积极性。

综上所述,高职院校心理健康教育工作应立足于学生个性发展特点与现实需求,以学生的心理健康发展为宗旨,建立健全心理健康教育管理机制,完善更新心理健康教育教学体系,持续加强心理健康教育队伍建设,全面提升心理健康教育工作的实效性。

参考文献

- [1] 国务院印发《关于加快发展现代职业教育的决定》.[EB/OL]. 新华网, (2014-06-02). http://www.qstheory.cn/zhuanqu/zywz/2014-06/22/c_1111256072.htm.
 - [2] 教育部等六部门关于印发《现代职业教育体系建设规划(2014-2020年)》的通知[J]. 职业技术教育, 2014, 18(04): 50-59.
 - [3] 习近平. 思政课是落实立德树人根本任务的关键课程[J]. 求是, 2020, (17): 4-16.
 - [4] 余璐璐, 忻颖. 新时代高职院校贫困生人文关怀与心理疏导的实现路径探析——以宁波高职院校为例[J]. 机械职业教育, 2019(12): 29-31+49.
 - [5] 贾林祥. 心理育人的内涵、机制与实施路径[J]. 陕西行政学院学报, 2019, 33(03): 112-116.
 - [6] 赵松芳. 高校“00后”大学生心理健康教育路径探析[J]. 科教文汇(下旬刊), 2021(08): 64-66.
 - [7] 教育部发布《中国职业教育发展白皮书》[J]. 出版与印刷, 2022(04): 26.
 - [8] 李峻, 肖辉, 夏梦瑶. 十八大以来我国职业教育发展的轨迹、成就与前瞻[J]. 职教发展研究, 2022(03): 1-11.
- 基金项目: 湖南省职业院校教育教学改革研究项目(ZJGB2020434)、湖南省教育厅科学研究项目(19C0296)。
- 作者简介: 赵晓娟(1983-), 山西太原人, 讲师, 硕士, 主要从事心理健康教育研究。