

# 心理健康教育视角下高校学生管理工作模式思考

张晓林

(大连海洋大学, 辽宁 大连 116000)

**摘要:** 高校学生管理工作繁杂, 既要对学生行为进行约束和管理, 同时又要了解学生的心理现状, 解决学生的心理健康困惑和问题, 对症下药。基于心理健康教育视角探讨高校学生管理工作, 有助于强化学生管理质量。本文主要从心理健康教育融入高校辅导员学生管理工作的意义、当前高校学生存在的心理问题、高校学生管理工作存在的不足、心理健康教育在高校辅导员学生管理工作中实施的路径等方面进行分析研究。

**关键词:** 心理健康; 高校; 学生管理; 策略研究

高校学生正处于价值观逐渐成熟的阶段, 需要教师的引导和管理才能逐步形成正确的认知思维, 提升自身“三观”。心理健康教育是培养学生认知、情感及意志的主要途径之一, 对于强化学生管理工作质量具有重要作用。高校教师应该对心理健康教育有正确认识, 了解其对于学生管理工作的重要意义, 并采取有效措施, 从各方面入手, 让心理健康教育助力学生管理工作, 帮助每一位学生建立健全人格。

## 一、心理健康教育指导学生学习管理的重要性

### (一) 有利于促进学生身心健康成长

大学生正处于价值观逐渐走向成熟的时期, 此时他们的心理和思维仍处于不稳定状态, 面对校园内外环境变化、繁重的学习任务和个人情感等问题, 很容易产生不适应问题, 心理和情绪波动较大, 轻则会影响学生的正常学习、生活, 重则会延误学生的学业和未来发展。从这个角度来看, 高校学生管理工作有必要关注学生的心理状态, 从心理健康教育入手, 了解学生在心理方面存在的困惑, 并进行心理辅导, 解答他们的困惑, 这能够在很大程度上消除学生的烦恼和心理健康问题, 进而为学生的日常学习生活注入动力, 最终促进学生的成长成才。

### (二) 有利于提升学生管理工作的效能

基于高校学生管理工作现状, 学生的个性化较多。受网络信息的影响, 当代大学生个性鲜明, 他们的个人需求常与学校的管理制度、管理体系和辅导员的日常管理行为发生冲突时, 当学生的个性化需求得不到满足、其想法得不到认可和尊重, 他们往往会表现出较强的逆反心理和逆反行为。而一旦学生的心理健康出现问题, 则会出现更为过激的行为。如果教师单纯从言行上对学生简单粗暴的硬性干预和约束, 往往无法取得较好的管理效果。从这个角度来看, 高校在学生管理工作中关注心理健康教育, 通过心理健康教育有效解决学生的心理问题和逆反心理, 则有助于提高学生管理工作效率。

### (三) 有利于高校心理健康教育的普及实施

心理健康教育是高等教育工作的重要内容, 但心理健康教育仅仅依靠心理健康课程这一主渠道是远远不能达成教育目标的, 还需要在学校日常管理中融入。而高校学生日常管理工作内容比较丰富, 对学生的心理状态把控也比较及时, 通过在学生管理过程中实施心理健康教育, 可以更好地发挥心理健康教育的作用, 也往往容易取得更加明显的效果。

## 二、学生常见的心理问题

### (一) 学业发展

在高校学生心理健康问题中, 学习困惑和存在厌学情绪是常见的一种问题。厌学情绪的产生原因是多样化的, 如高中阶段过度学校压力的反弹, 导致学生出现补偿心理以及沉迷电子游戏等等。这都导致学生出现厌学情绪。另外, 在高校学习专业课程, 一些学生不喜欢本专业, 或者由于专业课内容大多比较抽象、生涩, 学习起来相对枯燥无味, 这都导致学生的参与感不强, 缺乏学习积极性和主动性, 久而久之就会产生厌学心理。

### (二) 适应问题

高校学生, 特别新生, 容易出现不适应问题。这种不适应的问题表现是多方面的, 有的学生由于异地求学, 生活习惯不同, 在心理和身体上出现一些不适反应; 有的学生缺乏学习自主性, 独立能力和独立意识较差, 进而导致不适应问题; 再者, 在高中阶段的学习, 往往是在老师和家长的双重指导和约束下进行的, 缺乏自主和独立学习的意识, 在大学环境中, 失去了旧有的约束, 往往无法有效适应。

### (三) 职业发展

职业困惑在大学生群体中普遍存在, 因为当前大学生就业形势严峻, 就业竞争激烈, 就业压力大; 还有一部分学生对自己未来发展定位、发展方向缺乏清晰判断和定位所造成的。一方面, 学生对于自己所学习的专业缺乏清晰的认知和深入的研究, 为未来可能从事的职业和发展, 缺乏清晰的定位和足够的信心, 导致学生的学习目的并不十分明确, 学习动力不足, 由于对未来缺乏信心, 对未来可能遇到的困难则充满焦虑, 甚至会产生逃避心理。有一部分学生由于缺乏科学的学习规划, 因此在就业、创业和继续深造三个选择之间摇摆不定, 这也导致学生产生职业困惑。

### (四) 情感困惑

对于高校大学生来讲, 情感困惑是诸多方面, 但是主要体现在两个层面, 第一个层面就是交际情感困惑, 主要体现在个人对于集体生活无法较好适应, 由于个性化需求比较鲜明和强烈, 在与其他同学和老师交往的过程中, 往往会产生一定的矛盾, 进而造成人际关系的紧张, 如果处理不当, 学生极易产生心理问题, 甚至会出现极端行为; 另一方面, 就是个人的情感问题。由于大学生正处于青春期, 很容易产生恋爱行为, 一旦出现失恋的问题, 如果不能妥善处理和进行心理疏导, 很可能会产生自残、自杀等极端行为, 对学生身心的负面影响也是十分明显的。

## 三、心理健康教育指导下学生管理方法

### (一) 采用柔性化管理模式

高校思想政治教育应该摆脱传统教条式管理模式, 突出柔性化、开放化管理等特征。柔性化、开放式教育模式是以学生主体, 它强调个体差异性, 强调在教育过程中依据个体差异设置针对性的培养目标, 采用柔性化的教育方法, 以适应每位学生的发展需求。过去的学校管理过于强调统一的秩序, 这种模式虽然在一定程度上促进了学生纪律意识、集体荣誉观念的发展, 但是与今天的教育模式越来越不适应。柔性化思政教育不局限在教室内, 也不强

调速度，它可以渗透在校园活动、渗透在教师与学生相处的点滴之中，重在让学生从内心认同思想政治教育，由内而外地接受教育。柔性化的思想政治教育更有助于学生个性化发展，更加满足信息时代学生的发展需求。柔性化教育考虑每位学生的性格、能力，考虑学生在学习、社会实践各方面的总体表现，是因材施教的一种体现。

学生是存在个体差异的，因人而异进行个体辅导是有效管理的重要措施。以生为本，给学生制定个性化的教育方案有助于解决学生的心理问题。学生初中毕业后进入中职院校，刚刚摆脱了教师和家长的严格控制，急于释放自己的能量，显示自己的与众不同，这时候教师只有顺应学生的天性，满足学生的需求才能为学生提供良好的思想政治教育。以生为本教育思想指导下，教师必须首先强化自己“服务者”的角色，根据学生的个性品质为学生提供针对性的教育需求，定制个性化的学习方案可以从了解学生开始，开学初，了解学生的档案，对学生形成一个大体认知，开学后，以朋友的身份接近他们，了解他们的性格特点、兴趣特长等。

对于调研中有明显性格问题的学生需要格外关注，如过分敏感、内向的学生，有暴力倾向的学生等，在日后的教学管理工作中要格外重视对他们思想上的引导。另外，可以在发挥共青团组织的作用，成立班级自我管理组织，在学生自我管理下，绝大多数人能成为工作管理者，在参与管理过程中学生也会时常审视自己，发现自己的优势和不足，从而形成一种人人平等，人人有责，相互牵制，相互竞争，相互促进，相互交融的良好环境。

#### （二）打造民主化的沟通方式

师生之间形成友好的关系，教师走进学生内心，拉近彼此的心灵距离，获得学生的认同，才能保证思政教育质量。在平时的管理和教育工作中，辅导员要在现代化教育理念的指导下和学生平等沟通，加强交流，与学生共情，有目的地引导学生。教师要充分了解每一位学生的心理状态和心理差异，并同性格、思想等各方面因素结合，为心理教育工作的开展提供参考

当前，不少教师仍未转变教育理念，对批评教育方式方法应用比较多，但是这种管理方式简单粗暴，缺乏人性化的关怀，使得学生对不少事情缺乏思考，无法发挥良好的德育效果，不利于学生的健康成长。

情感升华法最显著的特征是让学生进行实践和思考，产生情感共鸣。在学生管理工作中，辅导员要用引导代替批评，用鼓励代替命令，用宽容的态度来包容学生，耐心温柔地教育学生。对于纪律较差、学习较差的学生教师也要给予他们一定的包容和关注，怀着宽容之心悉心教导，与学生共情，理解学生的想法，同时也使学生理解教师的良苦用心，加强自我管理和约束，朝着正确的方向前进和努力。在辅导员管理和教育过程中，包容并不代表纵容，教育要严肃，但不可以狰狞；要宽容，但不可以毫无底线。大学生正处于价值观向成熟发展的阶段，只要有宽容且稳定地教育、引导他们，才能让他们建立起一套完整的是非观念、人我界限，进而形成正确的价值观念，在未来的人生发展道路上走得更坦荡、更平稳。

#### （三）强化学生自我管理

高职院校应讲提高高职学生自我成才、自我更新、终身学习、自我管理以及自身发展的意识贯穿于大学学习的始终。教师要引导学生对环境条件和自身条件进行全面的考察，制定自己的发展计划，确定自己的成才目标。在学生日常管理的常态化过程中，教师应注重学生主体意识的唤醒，帮助学生完成社会化过程，养

成终身学习理念。高校要改变以往管理过于严格、管理过于死板的管理模式，从管理向服务的转变，把管理育人的理念贯彻到教育管理过程中去。同时，大学生的情感丰富，感情细腻，他们希望得到社会的更多的理解与认可。在涉及学生切身利益的管理事务中，教师要做到公平、公正、公开，在敏感问题的处理上注重透明，发扬学生民主，倾听学生的意见，这对学生良好个性的养成、心理健康的维护以及教育效果的提升有着促进作用。

集体活动是激发学生自主意识，提高学生自我管理能力的有效途径。在集体活动中，同学们充分沟通，合作，为共同目标而努力。每个同学都是影响集体目标的关键，每个学生都必须认识到自身的重要性，不断完善自我，为团队努力前进。此外，学生通过集体活动进行情感交流，使班级凝聚力进一步增强。通过集体活动培养学生坚持不懈、永不言败的精神品质，使学生尊重他人、尊重对手。在日常的班级管理工作中，教师可以根据学生的具体情况组织一些有趣的集体活动来激发学生的学习兴趣。教师通过竞争、目标激励、加强团体活动的教育作用、培养学生的主人公精神。

#### （四）心理健康教育融入社团活动

在丰富多彩的大学生活中，社团活动是大学生交流交往的特殊平台。学生们在与同龄人进行交流时，能够真实地展现自己。因此，心理健康教育可以与社团活动融合，在社团活动中融入心理辅导，鼓励学生参与社会实践，加深学生对社会的认识和了解，不断扩大学生的交际圈，丰富学生的精神世界。例如，在绘画、登山、打乒乓球、骑自行车等社团活动中，学生开阔眼界，与其他人沟通交流，增强心理品质，学会正确应对挫折、打击和困难，感受到集体的温暖和同窗的友谊，感受大学生生活中幸福美好的一面。

大学生心理健康教育在高校学生管理工作中占有重要地位，单靠心理素质教育难以达到较好的效果。因此，相关的心理健康教育人员应把这一教育方式融入到学校的具体教学管理工作中，使思想政治教育与心理健康教育相辅相成。心理健康教育还可以与各学科教学相融合，克服学生不良心理。同时，将心理健康教育与各专业的专业知识相结合，和各学科专业知识融为一体，用正确的观念引导大学生，为他们提供全面、综合的心理辅导。

#### 四、结语

综上所述，基于心理健康视角开展学生管理工作是一条有效的学生管理思路，关乎高校学生的健康成长和学校人才培养目标的顺利实施，需要高校教师不仅要具有充足的心理健康教育等知识，还要勇于在学生日常管理工作中有力的实践、积极的探索，努力将心理健康教育与学生日常管理结合起来，融合起来，进而产生叠加效应，努力为高校学生日常管理工作探索更多的理论和实践可能，促进高校学生日常工作再上新台阶。

#### 参考文献：

- [1] 孙晓妍. 高校学生管理工作中大学生心理健康教育存在的问题及对策研究 [J]. 黑龙江教师发展学院学报, 2022, 41 (02): 101-103.
- [2] 吴燕燕. 心理健康教育视域下高校学生管理模式创新探讨 [J]. 江西电力职业技术学院学报, 2021, 34 (12): 103-104.
- [3] 陈文静. 基于心理健康教育的高校辅导员学生管理工作的开展策略 [J]. 国际公关, 2021 (08): 109-111.
- [4] 朱静琳. 高校学生管理中的心理健康教育的实践分析 [J]. 文化创新比较研究, 2020, 4 (29): 79-81.
- [5] 尹浩浩. 高校学生管理工作中大学生心理健康教育存在的问题及对策分析 [J]. 大学, 2020 (31): 87-88.