

DOI: 10.12361/2705-0866-05-01-114852

新时代高职院校心理健康教育的现状与对策研究

陈旭

上海工商职业技术学院, 中国·上海 201806

【摘要】我国的高职院校是组成高等教育的一个部分,高职院校的出现也进一步促进了我国社会发展对于人才广大需求的实现。当前社会经济环境在不断的变化,市场经济也在不断进行调整,社会压力增大,要求高职院校的学生需要具备一定的心理承受力和良好的心理素质。因此,高职院校先后设立了心理教育课程,进一步优化心理健康教育的教学方式和手段。

【关键词】高职院校; 心理健康; 教育; 现状

Research on the Present Situation and Countermeasures of Mental Health Education in Higher Vocational Colleges in the New Era

Chen Xu

Shanghai Polytechnic of Industry and Commerce, Shanghai 201806, China

[Abstract] Higher vocational colleges and universities are part of the composition of higher education. The emergence of higher vocational colleges and universities has also promoted the realization of our social development for the needs of talents. At present, the social and economic environment is constantly changing, the market economy is also constantly adjusting, and the social pressure is increasing, which requires the students of higher vocational colleges to have certain psychological tolerance and good psychological quality. Therefore, higher vocational colleges have set up psychological education courses to further optimize the teaching methods and means of mental health education.

[Keywords] Higher vocational colleges; Mental health; Education; The status quo

引言

社会经济在不断的发展和进步,技术的更新换代速度也在逐渐加快,经济结构的转型促进了经济的发展,同时也给人们带来了更多的生活压力。由于互联网技术的发展和普及应用,人们获取信息的渠道更加广泛,获取的信息也更加及时,导致人们所处的社会经济环境也越来越趋于复杂,而对于在高职院校学习的学生们来讲,未来走出学校,走进社会,将会面对着较为严峻的就业压力和工作压力。这对于高职学生来讲,未来将要面对更为严峻的挑战,因此容易导致学生们存在一定的心理健康问题,如果将这种压力和问题抛向社会层面,也同样会给家庭、社会、学校带来一定的负面影响和伤害,同时也在某种程度上给社会造成人力资源的浪费。

1 高职院校目前的心理健康教育现状和存在的问题

1.1 高职院校学生心理健康管理建设现状

1.1.1 校内教育资源配套齐全

由于国家高度关注高职学生的心理健康教育问题,所以提供了大力的支持,国家和社会提供了相关的资金和政策支持,所以当前高职院校的心理健康教育设施和资源配套较为齐全。在校内,组建了心理健康教育中心,成立了心理团体活动室,同时还配套了现代化的教学设备,配置了科技化的硬件教学设施,同时在教学方式上也进一步优化。除了在硬件设施方面配备齐全之外,高职院校还外聘了一些优秀的心理咨询教师,从师资力量方面进行有效补充,给高职院校学生开展心理健康教育课程和心理咨询提供了专业化的辅导团队。

1.1.2 开展丰富多样的教学活动

高职院校除了举办按照上级教育部门下达的纲领性文件活动之外,还自主创设了一些团体性的活动,也都取得了全面成功。学生也都全力积极配合学校开展的各项心理辅导活动。学校每年都在创设不同主题的心理辅导活动,旨在给学生提供更多丰富多彩的活动形式。例如,各个班级召开的心理主题班会、心理情景模拟小剧场、微电影等等,都取得了良好的教育成效。另外,学校还给部分班级设立了心理健康课程,同时也设立了学分,希望学生能够重视心理课程的学习。

1.1.3 完善的教学管理体系

高职院校通常设置三级管理体系,分别是学校、老师、学生。学校负责执行上级单位制定的纲领性文件,按照相关要求落实活动内容,做好学校的心理健康宣导工作,而老师则是活动落实的组织者和连接者,负责严格落实上级任务,组织学生展开相关活动;学生则是整个活动的参与者,在活动中主要负责吸收和学习心理健康的理论知识,储备知识能量。至于具体制定心理健康教育的组织架构,则需要由高职院校的心理健康教育中心负责统一制定和管理,具体事项由高职院校的学生心理协会和学院的教育中心来负责。各个班级要选出一名心理委员,负责和学院的辅导老师进行日常工作沟通与交流,配合老师完成班级的心理教育工作任务。

1.2 高职院校心理健康教育所存在的问题

1.2.1 心理健康教育趋于形式化

由于国家开始重视高职院校学生的心理健康教育问题,所以最近今年在各大高职院校都开设了心理健康教育课程,虽然课程都已经开设完毕,至于教学效果是否达到教育的标准,无法谈及。实际上,很多高职院校在心理健康教育课程的教学过程中,都

停留在表面上,形同纸上谈兵。很多学校仅仅是开设了课程,并未针对高职院校的学生所存在的心理问题有针对性的开展心理教育工作,有些工作也仅仅是做了表面文章,没有给学生建立心理健康档案,实施这项教育的工作也单纯是为了应付上级检查。与此同时,当前有些高职院校的心理健康教育老师,也并非专业人士,很多教学理论和思想都比较陈旧和落后,也不能根据学校的教学规划来制定课程教学计划。

1.2.2 心理健康教育偏向课程化

当前,有一些高职院校的管理者并未真正重视心理健康教育这门课程,没有领会心理健康教育对学生起到的重要意义。在实际教学中,虽然设置了这门课程,也开设了课时,可是这种教学模式和现状,也仅仅像是完成上一级单位交办的任务,学生们也是死记硬背一些理论内容,为了应付考试,心理课程的学习并没有真正对学生起到一定的作用。与此同时,对于高职学生内心存在的心理问题,也没有进行针对性的指导,使这种课程化的教学方式流于形式,没有发挥课程的真正价值。而且有些学生为了应付考试,还产生了一定的学习压力,完全违背了高职院校开设心理健康教育课程的初衷。

1.2.3 心理健康教育的医学化

对于心理健康教育这门课程,有部分教师和学校领导认为这是一种医疗性的行为,把一些有心理健康问题的学生当成是生病的“病人”,而且认为对于这部分学生来讲,需要通过采用一定的药物和医疗技术才能进行“救治”。实际上,老师如果持有这种思想,对于学生心理问题的解决是十分不利的,这将会给学生带来更大的心理压力,不利于心理健康的恢复。另外,学校和老师如果是这种思想观点,也会让学生对这门课程产生畏惧和抗拒的心理,不愿意承认自己的心理问题,也会拒绝接受治疗和干预。久而久之,还会加重心理疾病。

1.2.4 学生不能充分认知心理健康教育

目前,很多高职院校的学生都不能对心理健康教育有正确的认知,对于这门学科也一直保持着模棱两可的状态。通过相关调查得知,有部分高职院校的学生不认为学习心理健康课程是有多大的必要性,认为这门课程可有可无。只有一少部分学生认为学习这门课程对于自身的心理健康是有益处的,能够帮助自己解决心理问题,在内心存在困惑和心结的时候,可以借助学校的心理咨询机构和教师的帮助,进行心理疏导。

1.2.5 心理健康教育没有做到预防为主

高职院校开展心理健康教育,目的是要提升高职学生的心理素质,促进高职学生身心全面发展,解决自身可能存在的心理问题。学校开展心理教育,要围绕学生的成长方面做重点内容讲解,真切以学生的心理教育为教学核心。但是目前很多高职学校在教学过程中却没有找准教学重点和方向,也没有抓住心理教育的宗旨,而仅仅是把心理健康教育当成是学生发生心理问题之后的一种补救手段,而没有将心理教育课程作为提前预防心理问题的一种有效方式,所以这就造成心理健康教育没有充分发挥自身的作用和价值。

2 解决高职院校心理健康教育的有效策略

2.1 改变高职院校和社会观念

要想提高高职院校的心理健康教育效率,就需要采用科学的手段开展心理教育的实践活动,通过理论加实践的教学方式来提高心理健康教育的价值和作用。这就需要高职院校改变以往对于

心理健康教育的思想观念,同时也要改变社会的观念。从高职院校的角度进行思考,高校领导需要提高对该课程的重视,提高心理教育课程的地位,制定教学规划,优化教学方式。未来社会的发展建设,需要综合型的人才,人才同时还需要具备良好的心理素质,高素质人才是对优秀人才进行评断的一项衡量标准,另外也是确保健全人格的关键因素。所以,对于高职学生开展有效的心理课程教育是非常必要的,这也是实现素质教育的有效路径。从学校角度,进一步改变对心理健康教育课程的错误认知,提高学生全方面的发展教育,注重政治思想教育,关注心理素质教育,要让思政教育和心理健康教育并驾齐驱,促进高职学生专业理论和思想意识的共同提升。

2.2 建立科学的心理健康教育体系

高职院校在建立心理健康教育课程的过程中,需要针对教学体系进行科学构建,制定高效的教学方案,优化教学课程,提高实践应用次数,加强高职学生的心理健康教育建设。在推进心理健康课程的时候,需要建立科学的教学体系,让学生能够接受更加系统和全面的心理教育内容,解决心理问题,促进高职学生身心的健康发展。高职院校的领导和老师还要明确一点的是,对于学生开设的心理教育课程,目的在于提前干预和教育疏导,并不是等学生出现了问题之后才能予以重视,提前制定教育和干预制度是要防止学生存在心理问题,使心理教育课程真正达到预防的目的。课程中以推进心理素质教育和开发潜能作为主要的教学目标。提升学生的自我心理、情绪调节能力,学会释放压力、转化压力,提高心理机能。

2.3 扩展丰富的心理健康教育模式

高职院校设立心理健康教育课程,要将其真正列入到心理健康教育体系中,给与高度的重视,并投入一定的软硬件支持,将该门课程作为重要的学科来进行教学推广,确保每一名高职学生都可以在校内接受更加专业、系统和科学的学习,使学习的内容和方法更加有效。另外,制定的教学内容要更加贴近学生的实际需求,课时安排要合理,使心理健康教育的大纲能够与教学内容相统一。与此同时,从学校角度也要配备充足的师资力量,引进专业的教学仪器或工具,吸引更多优秀、专业的人才进行教学,提高教学水平,从软件和硬件的角度对高职院校的心理健康教育进行保障,确保课程顺利实施开展。

3 结束语

值得肯定的是,我国在最近几年来,在高职院校推行的心理健康教育工作收获理论一定的成果,可是随着高校的重视和心理课程的大范围推广,在教学的过程中还存在着一定的问题。这就需要高职院校的领导和心理健康教育的工作者能够高度重视,在工作实践中不断摸索有效的改进方法,创新教学方式,优化教学体系,配备充足的教学资源,确保高职院校提高心理健康教育水平,真正帮助学生解决心理问题,为社会培养出更多具有高素质、高水平的复合型人才。

参考文献:

- [1] 陆永康. 高职院校心理健康教育的现状与对策研究[J]. 山西青年, 2020, 000 (11): 166-167.
- [2] 王晓宁. 吉林省高职院校心理健康教育现状与对策研究[J]. 现代交际, 2020 (23): 3.
- [3] 游镜莹. 高职院校心理健康教育现状及对策分析[J]. 新丝路: 中旬, 2021 (10): 2.