

DOI: 10.12361/2705-0866-05-09-140602

# 新媒体环境下高职院校学生心理健康教育优化路径

袁雨茜

南京信息职业技术学院, 中国·江苏 南京 210000

**【摘要】**随着信息技术快速发展, 新媒体已被应用于各个领域, 且因其个性化设计、快速传输、应用广泛等特点尤其被高职院校学生广泛使用在生活、学习各方面。此过程中, 高职院校学生虽然利用新媒体享受到便捷服务, 但也受到一些不良信息影响。高职院校通过新媒体开展心理健康教育能够培养学生筛查有害信息、正确面对心理健康问题的能力, 有利于学生健康成长。基于此, 本文系统分析新媒体环境下高职院校开展心理健康教育存在的问题, 并提出具体优化路径, 希冀为优化高职院校心理健康教育提供参考。

**【关键词】**新媒体环境; 心理健康教育; 优化路径

## Optimization Path of Mental Health Education for Students in Higher Vocational Colleges Under New Media Environment

Yuqian Yuan

Nanjing Institute of Information Technology 210000, Nanjing, Jiangsu

**[Abstract]** With the rapid development of information technology, new media has been applied in various fields, and is particularly widely used by vocational college students in various aspects of life and learning due to its personalized design, fast transmission, and wide application. During this process, although vocational college students enjoy convenient services through new media, they are also affected by some negative information. Developing mental health education through new media in vocational colleges can cultivate students' ability to screen for harmful information and correctly face mental health problems, which is beneficial for their healthy growth. Based on this, This article systematically analyzes the problems in carrying out mental health education in vocational colleges under the new media environment, and proposes specific optimization paths, hoping to provide reference for optimizing mental health education in vocational colleges.

**[Keywords]** New media environment; Mental health education; Optimized path

### 引言

新媒体是借助新技术支撑体系形成的一种新媒体形式, 主要通过计算机网络等固定终端和手机、电脑等移动终端进行信息传输、交流传播。与传统媒体相比, 新媒体技术可应用无线网络增加自身工作性能, 从而实现良好的数据传输、开放包容的网络生态以及交互便利信息对接。受益于此, 新媒体技术呈现出超时空性、虚拟性、交互性等特征<sup>[1]</sup>, 并深受学生群体喜爱。许多高职院校学生利用新媒体便利特征进行交友、学习、购物、休闲等活动, 极大程度丰富学习与生活。然而, 尽管新媒体技术为生活带来方便, 但也对高职院校学生心理健康带来一定挑战。所以, 高职院校在

开展心理健康教育工作时, 有必要立足新媒体环境, 实现其与心理健康教育深度融合, 从而为构建学生心理健康教育平台、提高学生心理健康素养以及助力学生心理健康良性发展赋能<sup>[2]</sup>。

### 1 新媒体环境下高职院校学生心理健康教育现状

#### 1.1 心理健康教育教学方式多样化

在传统心理健康教育开展过程中, 高职院校主要采取心理健康教育课程、讲座、咨询以及教育实践等科目帮助学生处理心理健康问题。这一过程中, 高职院校以教师讲解心理健康教育理论知识为重点, 忽视学生主体意识, 致使学生无法选择个性化教学内容。在新媒体环境下, 高职院校教师在

教授心理健康教育课程时采取多样化教学方式。这能够在一定程度上减弱教育者与受教育者双方身份对立性,促进师生、生生之间平等互动交流,让学生成为心理健康教育教学积极参与者而不是心理知识的被动接受者。高职院校教师在开展心理健康教育时,既可以根据现有教学形式进行教学,也能利用微博、微信、知乎、小红书、哔哩哔哩等自媒体发布心理健康知识,帮助高职院校学生了解心理健康教育。

### 1.2 心理健康教育渠道多元

传统心理健康教育教学中,教材是教师组织讲座、课堂教学的重要参考资料。由于教材内容周期性特点,所以传统高职院校心理健康教育的实际教学效果较差、作用相对有限。新媒体环境下,高职院校构建多元心理健康教育渠道,使得高职院校学生能够通过各类智能终端获取自己所需资料。这种资料获取方式不会受到时间、空间影响,彻底改变了过去课堂是学生唯一渠道、教师是学生获得知识唯一来源的状况,使学生可以按照自身情况自由确定学习时间、学习空间、学习内容。高职院校可利用新媒体扩充心理健康教育渠道,辅助学生查询心理学相关知识的最新论述,这有利于填补学生知识空缺、提高学习积极性和主动学习能力,从而提高高职院校心理健康教育实效性<sup>[3]</sup>。

### 1.3 心理健康教育教学效果提升

一方面,增强学生学习自主性。高职院校教师通过新媒体开展心理健康教学过程中,利用新媒体信息传输即时性特点,准确将特定心理健康相关信息传送给学生。同时,学生也可以利用新媒体在众多心理健康相关信息资源中找到自己感兴趣的信息,实现自主学习。另一方面,提高课程吸引力。新媒体多元化传播方式滋生出丰富多彩的展现形式,能够为学生提供形式丰富、内容多样的线上线下心理健康教育课程。在心理健康教育实际教学中,教师利用新媒体改变旧有课堂形式,将枯燥乏味的传统课堂变得生动有趣,使得课堂氛围活泼、师生互动积极。新媒体环境下,学生学习自主性与心理健康课程吸引力得到全方位强化,会有效提升心理健康课程教学效果。

## 2 新媒体环境下高职院校学生心理健康教育存在的问题

### 2.1 新媒体教学模式落后

当前,部分高职院校教师对于利用新媒体开展心理健康教育的意义认识不足,依旧采用传统教学理念、教学方式进行治疗,无法将心理健康教育同新媒体有效衔接。在实际开展心理健康教学过程中,高职院校教师没有关注学生主体性地位和个性化差异,依旧采取灌输式教学方式将理论知识传授给学生,未设计同学生开展互动交流环节。这种教学方式致使学生参与性不高、对心理健康教育课程

兴趣减弱,难以满足学生发展需要。传统线下教学模式已经无法同新时期高职院校学生需求相匹配,导致教师无法及时了解学生现阶段思想状况。长此发展,学生将会对心理健康课程产生排斥心理,无法发挥心理健康教育课程作用。

### 2.2 网络心理健康教育建设不到位

当前,仍有部分高职院校对利用新媒体开展心理健康教育认识不深,只是将新媒体作为辅助工具,未曾深入研究新媒体包含的育人价值。故此,部分高职院校将教学重点放在课堂上,而忽视网络心理健康教育建设工作,在软硬件建设、资金投入、专业人员配备方面均存在不足。同时,有部分高职院校虽然已经建立网络心理健康咨询平台,但是在组织心理健康宣讲活动、咨询交流渠道、心理健康教育课程内容安排等方面存在预见性、针对性、及时回复性不足的问题。这些问题不利于学生通过网络心理健康教育开展自我学习、自我疏导等需求,无法贯彻落实“自助助人”教学理念<sup>[4]</sup>。

### 2.3 心理健康教育内容复杂

受新媒体资源丰富性、共享性与信息传递交互性、多元化等特点影响,高职院校心理健康教育内容逐渐变得复杂且不确定<sup>[5]</sup>。以往心理健康信息传递方式是由心理健康相关工作人员直接将知识传递给学生。在此过程中,高职院校心理健康教师和学生都会对知识进行把关,如其中含有不利于学生健康发展的言论会被直接剔除,然而新媒体环境下开展心理健康教育则存在不同。一方面,学生运用新媒体能够学习更多先进的心理健康相关知识技能,有助于学生加强自主解决心理问题的能力。另一方面,新媒体虚拟性、隐蔽性特点也使得大众不只是单一接收角色,而是能够提出观点、发表信息的独立个体,加之高职院校学生思想意识、政治敏感、自控能力等方面存在不足。在此情况下,新媒体中虚假诈骗、不当言论等一些负面信息将会对高职院校学生认知、价值观建立造成一定危害,使得心理健康教育内容复杂化。

### 2.4 教师新媒体素养不足

其一,心理教育课程内容系统缺乏系统性。部分高职院校教师在利用新媒体开展心理健康教育时,将教学重点放在心理健康理论知识传授和利用新媒体发布信息上,而鲜有心理健康应用技能培训。同时,囿于高职院校缺乏健全的心理健康教育中心、心理健康辅导机构等设施,使得教师难以真正从学生心理问题实际出发,设计系统的心理健康课程内容<sup>[6]</sup>。其二,教师运用新媒体能力不足。部分从事心理健康教育工作的教师对于新媒体认识不充分,只能勉强使用新媒体发表和接收资源信息,而不会熟练使用新媒体参与网络论坛。这将导致教师无法发挥新媒体优势,师生间不能通过新媒体平台进行沟通,课堂效果无法达到预期。

### 3 新媒体环境下高校心理健康教育优化路径

#### 3.1 建立新媒体心理健康思维

新媒体环境下,高职院校要更新教学理念,建立新媒体思维。新媒体思维要求教师在进行心理健康教育时,要充分认识到新媒体对心理健康教育的重要作用与服务功能,并将其融入到教学过程中。第一,扩大教学范围。教师通过现代教育手段与技术,尽可能为学生拓宽学习渠道,脱离课堂与书本内容,延展教学过程与教学范围,利用新媒体综合传统教学资源与互联网信息,全面提高学生心理健康素养。第二,加大数据共享力度。高职院校要立足新媒体平台,深入研究新媒体对于心理健康教育的积极意义,建立心理健康教育资源数据库,并将数据库向学生免费开放,强化学生自我学习意识,促进师生、生生、师生之间的互动交流,提高心理健康教育实效性。

#### 3.2 加强教师队伍新媒体教学建设

其一,高职院校要提高心理健康教育队伍建设。高职院校鼓励心理健康专业教师、辅导员、政工干部等人员积极参与院校组织的心理健康教育专业素养、新媒体应用等内容培训,帮助教师完善新媒体教学理念和教学方式。教师要积极参与其中,学习心理健康教育理论知识与教学能力,深入研究利用新媒体开展心理健康教育的深刻意义,不断提高新媒体专业素养和综合能力。其二,高职院校应鼓励心理健康教师投身新媒体平台,加入到新媒体平台运营管理队伍。教师运用专业知识和新媒体技术及时与学生进行互动交流,帮助学生认识并解决心理问题,以自身言行影响学生心理健康发展,成为学生成长过程中的指引者。

#### 3.3 完善新媒体心理健康教育机制

新媒体环境下,高职院校要积极推动立体化、层次化、开放化、动态化心理健康教学改革,优化心理健康教育管理体系,完善新媒体心理健康教育机制。第一,加强校园心理健康平台和校园论坛网站建设。校园论坛和校园心理健康平台是高职院校学生使用较多、参与度较强的网站。学校可以在现有宣传内容的基础上,从文章配图、配音、设计等方面对网页功能、内容进行创新,提高心理健康平台和校园论坛吸引力。第二,开设新媒体心理健康教育课程。高职院校应根据学生个性化特点和未来发展需求,开设微课堂、慕课等心理健康教育课程,并且让学生自主在心理健康平台进行测试、学习、咨询等,了解并解决心理问题。第三,构建心理健康教育交流渠道。高职院校可以通过新媒体平台构建方便快捷的交流渠道,为学生提供心理咨询、心理测试、心理知识传播等服务,帮助学生正确处理学习和生活中的各种问题。

#### 3.4 构建新媒体教学平台

现阶段,许多高职院校将新媒体成功应用在实际教学中,多数学科都已经建立线上教学平台。新时期高职院校

开展心理健康教育,也应该及时紧跟时代潮流,建立线上教育平台,有利于学生通过线上平台及时了解心理健康相关知识及解决心理问题。部分高职院校学生由于性格原因,即使遇到心理问题也不会通过心理咨询机构或者校内心理辅导机构进行调节。因此,高职院校要构建新媒体教学平台,帮助这部分学生及时了解自身问题并进行有效疏导。如高职院校可以向TED、学堂在线、网易云课堂、MOOC学院等平台传输系列心理健康资源,并针对学生普遍存在的心理健康问题构建心理咨询教育平台。这既能为学生提供多渠道心理咨询帮助,又能够为学生学习提供资源。

#### 3.5 加强新媒体信息监管

第一,建立校内网络监管部门。高职院校可以同网络监管部门加强合作,建立校内网络监管部门。校内网络监管部门要对校内网络资源、校园论坛进行全方位检查,防止不良信息、不当言论等内容传播。相关工作人员可以通过话题引导、典型事件宣传等方式及时净化新媒体环境,充分发挥“守护者”作用,为学生营造一个积极正能量的新媒体平台。第二,构建院校、系、班级不同维度的网络预警机制。高职院校要组织班级班干部、辅导员等人员对学生心理健康情况进行摸排,全面掌握各阶段学生心理健康状况,健全学生心理健康数据库。由辅导员、心理健康教师、学院政工干部等人员对所收集信息进行汇总分析,及时发现问题,提高安全意识。第三,建立举报平台。高职院校要在新媒体平台上开通独立的不良信息举报渠道,鼓励学生对不利于自身发展的信息进行举报,如经网络监管部门核实后确为影响学生心理健康的信息要立刻进行删除屏蔽,并追究发表人员责任,助力学生建立正确的价值观。

#### 参考文献:

- [1] 姚小燕. 新媒体环境下高校心理健康教育的困境与路径探析[J]. 贵州师范学院学报, 2020, 36 (06).
- [2] 田梦瑶. 新媒体与大学生心理健康教育融合发展的路径研究[J]. 产业与科技论坛, 2022, 21 (17).
- [3] 李泽艳. 新媒体下大学生心理健康教育路径思考[J]. 中国报业, 2023 (04).
- [4] 刘德宝. 新媒体环境下高校大学生心理健康教育的路径研究[J]. 理论观察, 2021 (06).
- [5] 薛红霞. 新媒体语境下高校心理健康教育策略探微[J]. 传媒, 2023 (01).
- [6] 徐鑫, 刘鑫, 杨银念, 等. 新媒体背景下大学生心理健康教育路径研究[J]. 新闻传播, 2021 (18).

#### 作者简介:

袁雨茜 (1989.11.12—), 女, 汉, 江苏南京, 硕士, 南京信息职业技术学院思政讲师, 研究方向: 心理健康教育。