

# 五老资源在职业院校青年学生心理健康教育中的运用策略研究

马英泰

青海建筑职业技术学院, 中国·青海 西宁 810012

**【摘要】**在职业院校迅速发展的今天,对青年学生的心理健康问题越来越引起人们的关注。五老资源,即老干部、老专家、老教师、老职工、老党员,作为宝贵的社会资源和精神财富,在职业院校青年学生心理健康教育中发挥着不可替代的作用。通过对职业院校五老资源的内涵、存在的问题及实施对策的研究,希望能为职业院校开展心理健康教育工作开辟一条新的途径。

**【关键词】**五老资源;职业院校;青年学生;心理健康教育;运用策略

职业院校是培养高素质、高技能专门技术人才的主要基地,对其进行心理健康教育,不仅对其自身的健康成长起着关键作用,也对整个社会的稳定发展起着至关重要的作用。作为历经风雨、见证时代变迁的五老资源,其经验丰富、智慧独到,是职业院校开展心理健康教育的一支重要力量。

## 1 五老资源在职业院校青年学生心理健康教育中的意义

五老资源,即老干部、老专家、老教师、老职工、老党员,五老资源有着丰富的社会阅历、生活经历和深厚的文化底蕴,对职业院校青年大学生进行心理健康教育,有着十分重要的意义。本文通过对五老资源在职业院校青少年心理健康教育中的重要作用的分析,以期更好地发掘、利用五老资源的独特优势。

### 1.1 传承优良传统,弘扬正能量

五老资源是历史的见证者,是我国从贫困落后到繁荣发展的全部历程,是我国改革开放伟大实践的直接参与者,对中华民族优秀传统文化和核心价值有了更深层次的认识和领悟。在职业院校青年大学生的心理健康教育过程中,五老资源能够通过讲自己的亲身体会,分享自己的人生感悟,向青年学生传授动人的事迹和珍贵的精神财产,对其进行正确的世界观、人生观、价值观的培养。这样的继承,既可以使学生了解历史,了解国情,又可以激发学生的爱国主义情怀,增强学生的民族自豪感,自觉地继承和发扬中华民族的优秀传统与积极能量。

同时,五老资源也能用自己的一言一行,给年轻学子做好表率,让学生向老一辈革命家、科学家、教育家等优秀人物的高尚品格和无私奉献精神学习,有一种强烈的社会

责任感和使命感,为祖国的繁荣昌盛做出自己的一份绵薄之力。

### 1.2 提供心理支持,缓解心理压力

职业院校的青年学生由于学业、就业、人际关系等方面的压力与挑战。这种压力如不能得到有效的纾解与疏导,将给青少年的心理健康带来不利的影响。而五老资源则有着丰富的社会经历和生活经历,对青年学生的心理需要和困扰有着深刻的了解,在倾听、抚慰、鼓励的过程中,给予一定的心理支持与帮助。

五老资源通过讲自己的成长故事、奋斗过程,使青年学生认识到,在成功的背后,有许许多多的失败与挫折,这样才能提高大学生的心理承受力。同时,五老资源也将为青年学生提供解决压力与挑战的方式与经验,协助青年学生进行自我调适与情感管理,提升其精神品质与应付能力。这样的心理支援,不但可以减轻青年学生的心理紧张与焦虑,而且可以增强学生的内部动机与信心,使大学生更有勇气去面对将来的各种挑战与困境。

### 1.3 激发学习动力,提升综合素质

职业院校的青年学生是一个非常重要的阶段,大学生的学习动机、综合素质如何,将直接影响到祖国的前途、民族的前途。而五老资源则是通过讲述自身的成长故事与奋斗故事,来激励年轻学子的求知欲望与拼搏之心。五老资源在各自的专业领域都做出了杰出的成绩,自身的成功经历与奋斗,给年轻学子以巨大的启迪与鼓舞。通过听五老资源的讲解与分享,青年学生们能够深切体会到读书的重要性与必要性,进而更好地珍惜学习的机遇,不断提高自身的综合素质与能力。

此外,五老资源也会根据自己的职业及工作经历,对青年学生进行生涯规划及就业辅导。它能让青年学生更好地把握产业的发展动向,更好地指导大学生根据自身的爱好与专长,确定适合自己的职业方向与发展道路。这样的生涯规划引导,既可以帮助青年学生确定自己的人生目标与发展方向,又可以充分调动大学生的学习积极性与创造性,为今后的事业发展奠定良好的基础。

同时,五老资源也可以通过参加职业院校的校园文化建设、社会实践等途径,加强与大学生的沟通与互动。通过举办讲座、座谈会、志愿服务等多种形式,让青年学生有更多的学习与实践的机会,使大学生开阔眼界,增长见识,提高能力。通过这样的互动与交流,既可以加强五老资源与年轻学子的理解与友情,又可以推动职业院校的校园文化建设与社会实践活动的进一步深化,为青年学生们的全面发展创造更多的平台和更多的资源。

## 2 五老资源在职业院校青年学生心理健康教育中存在的问题

虽然五老资源在职业院校青少年心理健康教育中具有不可忽视的作用,但在实践中仍存在许多难题和难点,如果不能得到很好的解决,将会直接影响到五老资源在心理健康教育中的作用。下面详细分析一下这些问题:

### 2.1 资源整合不足, 利用效率不高

目前,一些职业院校在五老资源的整合上存在着明显的短板,造成了五老资源的闲置和浪费。一方面,职业院校对五老资源的发掘与辨识还不够,很多资历较深、经历较多的老干部、老专家、老教师没有得到足够的重视;另一方面,虽然五老资源已经被纳入其中,但是由于缺少一个有效的整合机制与平台,导致很难形成合力,不能很好地发挥作用。

另外,职业院校与五老资源的协作机制还不完善,缺少有效的交流与合作平台,造成了职业院校与五老资源的合作不够密切,很难形成长期稳定的合作关系。由于缺乏有效的协作机制,制约了五老资源的深度利用,制约了职业院校心理健康教育的整体水平。

### 2.2 活动形式单一, 缺乏吸引力

目前,职业院校在进行心理健康教育时,存在着形式上的革新与变革,而忽略了其内容的现实性与针对性。这就造成了表面上看起来很有新意,但实质内容不够丰富,很难引起青年学生的学习兴趣,激发大学生的参与热情。

特别是,部分职业院校过分依靠传统的讲座、汇报等方

式进行心理健康教育,缺少互动、参与,导致学生在活动中只是一种被动的接受,很难获得共鸣和认同。同时,一些活动在内容上缺乏针对性和实效性,未能充分考虑青年学生的心理需求和困惑,导致活动效果大打折扣。

### 2.3 缺乏专业指导, 效果难以保证

五老资源虽然拥有丰富的社会经验和人生阅历,但在心理健康教育方面可能缺乏专业的知识和技能。因此,职业院校教师的心理健康教育工作很难得到有效的保障,而且还会带来一定的消极影响。

一方面,五老资源在心理健康教育方面的专业知识储备不足,难以对青年学生进行科学有效的心理指导和干预;另一方面,五老资源的心理健康教育实践经验不足,因缺少系统的训练与培养,无法有效地解决其心理问题。

为此,职业院校必须加强五老资源的培养,增强五老资源的专业素质与实际操作能力。通过举办培训班、讲座等方式,请有关心理健康教育方面的专家、学者为五老资源提供系统的培训与引导;在此基础上,充分发挥五老资源的优势,在五老资源的实践中不断地积累自己的经验,提高自己的能力。

### 2.4 学生参与不足, 主动性不强

职业院校青年学生对心理健康教育认识不足,缺少主动性、合作性。这就造成了有些职业院校的心理健康教育工作很难取得预期的成效。

首先,职业院校在开展心理健康教育方面的工作还不够深入,造成了大学生对其重要性、必要性的认识不够深入;同时,大学生在学习、生活上也要面对各种各样的压力与挑战,很难有足够的时间、精力投入到开展心理健康教育中去。

职业院校要加大对大学生心理健康教育的宣传、普及,以增强大学生的参与度、积极性。通过开展各种形式的讲座、展览和心理咨询等活动,使心理卫生知识得到普及;另外,在网上设立心理健康教育网站、微信公众号等线上渠道,扩大宣传面,增强宣传效果。同时,职业院校也要加强对大学生自我认识、自我调适能力的培养,引导大学生主动正视自己的心理问题,及时求助与支持。

## 3 五老资源在职业院校青年学生心理健康教育中的运用策略

五老资源是职业院校青年大学生心理健康教育不可缺少的一支重要力量,具有不可忽视的优势与价值。但是,如何充分利用五老资源,使其发挥出最大的作用,是目前职

业院校所面临的一个重大问题。针对前文提及的问题, 本文提出以下运用策略, 旨在促进五老资源与职业院校青年学生心理健康教育深度融合, 共同推动学生心理健康水平的提升。

### 3.1 加强资源整合, 提高利用效率

职业院校要充分认识五老资源文化的特殊价值, 加强五老资源文化的整合与开发。职业院校要构建良好的沟通机制, 搭建协作平台, 与五老资源形成长期、稳定的协作关系, 保证两者之间的沟通顺畅, 密切配合。与此同时, 职业院校要对五老资源的资源进行定期的评价与甄别, 保证五老资源中都有较强的社会阅历、生活经历以及与心理健康教育有关的专门知识。

同时, 职业院校也要强化五老资源的培养与管理, 提升五老资源的业务素质与服务水平。通过举办培训班、研讨会等形式, 请有关心理健康教育领域的专家、学者对五老资源进行系统的培训与引导, 提高其职业素质与实际操作能力。同时, 构建五老资源库, 对五老资源的基本情况、擅长领域和服务意愿等信息进行了详尽的记载, 以便于职业院校在使用过程中迅速、准确地查找到适合的五老资源。

### 3.2 丰富活动形式, 增强吸引力

职业院校在实施心理健康教育的过程中, 既要注意活动方式的创新与变革, 又要保证其内容的现实性与针对性。可以发挥五老资源的独特优势, 通过举办讲座交流等活动, 增强与五老资源的互动与交流, 使同学们在与五老资源的互动中, 体会到精神上的感动, 获得成长的动力。

与此同时, 职业院校也可以借助新媒体, 如互联网平台等, 通过线上直播、短视频等方式, 将五老资源与更多的学生进行交流, 交流心得体会。另外, 职业院校也可以根据自己的专业特点和实际, 进行心理健康知识竞赛、心理剧表演等有针对性、实效性的心理健康教育活动, 使同学们在参加活动中得到精神的滋润与成长。

### 3.3 加强专业指导, 保证效果质量

职业院校要加强对五老资源的引导与管理, 以保证五老资源的有效性 with 质量。一方面, 通过聘请心理健康教育领域的专家、学者, 对五老资源进行系统的培训与引导, 提高其职业素质与实际操作水平; 另一方面, 构建心理健康教育评价与监管机制, 定期对五老资源开展的活动进行评价与监管, 保证活动的成效与质量达到预定的目的与要求。

职业院校要做好心理健康教育工作的总体规划与设计,

使之更科学、更有针对性、更有效。在此基础上, 还可以制订出一份具体的心理健康教育活动方案, 在此基础上, 对活动的目的、内容、形式及时间进行具体的规划, 以保证该活动能够顺利地进行, 并取得良好的效果。

### 3.4 激发学生参与热情, 提高主动性

职业院校要加大对青年学生的宣传与教育, 以增强大学生的参与度和积极性。通过开展心理健康知识讲座、展览等形式, 使大学生对心理健康知识的关注与了解达到一个新的高度。在此基础上, 还应加大对青年学生的指导与激励, 使其主动参加心理健康教育, 充分发挥其主体作用。

同时, 职业院校也应积极开展各种类型的校园文化、社团活动, 充分调动大学生的积极性和主动性。通过开展心理健康主题班会和心理健康月等活动, 使大学生在参加活动中体会到心理健康的重要意义; 也可以成立一些学生团体, 如心理健康社团、兴趣团体等, 使同学们在团体中互相支持, 一起成长。从而更好地调动了大学生的积极性, 促进了大学生的心理健康教育。

## 4 结语

五老资源是职业院校青年大学生心理健康教育的一种重要资源, 它对继承优秀传统文化, 提供心理支持, 激发学习动力, 具有不可取代的功能。但是, 在具体的应用中, 还存在着许多有待改进的问题。为此, 职业院校应该通过整合和利用五老资源资源, 丰富活动形式, 强化专业指导与管理, 调动学生的参与积极性, 使五老资源资源在职业院校青年大学生心理健康教育中的作用与价值。

### 参考文献:

- [1] 赵良权. 互联网+"时代职业院校学生心理健康教育研究[J]. 互联网周刊, 2023(23): 81-83.
- [2] 王彩云. 职业院校学生心理健康教育改革与创新策略[J]. 科学咨询, 2022(14): 26-28.
- [3] 屈婉聪. 职业院校学生心理健康教育与辅导员工作的有机结合[J]. 才智, 2019(1): 47.
- [4] 陈英. 加强职业院校学生心理健康教育[J]. 文教资料, 2007(8): 45-46. [5] 张艳红. 论大学生心理健康教育对职业发展的影响[J]. 前沿, 2014(23): 154-155.

### 作者简介:

马英泰(1978.08-), 男, 土族, 青海乐都, 重庆大学土木工程专业, 本科, 工作单位: 青海建筑职业技术学院, 副教授, 研究方问: 建筑工程方面。