

“大思政”格局下的大学生心理健康工作的创新

林 雪

武汉文理学院, 中国·湖北 武汉 430345

【摘要】在“大思政”格局下,大学生学生心理健康工作将迎来新的发展,我们需要思考如何将高校心理健康工作需要融入“大思政”的格局中,利用全流程和全方位的现代育人体系,将心灵美深耕到全体学生的心中。在大学生心理健康工作中,我们应强化学生主体地位,建立家校设协同机制,推动科技手段与心理健康工作的统合,强化师资力量队伍建设,为学生搭建一个开放健康向上的精神文化交流平台。针对现代大学生的心理特征,持续进行创新,探索出一条适应时代需求的心理健康工作新路径。

【关键词】“大思政”;大学生心理健康

在2023年4月,教育部联合其他16个部门共同发布了《新时代全面加强和改进学生心理健康工作专项行动计划(2023-2025年)》,明确指出需要加强学生心理健康工作的力度与质量,并强调提高学生心理健康素养的重要性。在习近平新时代中国特色社会主义思想理论指导下,全面落实党的教育政策,坚持培养党和国家所需的人才,贯彻立德树人的核心主体任务,贯彻执行健康优先的教育观念,将心理健康工作置于教育工作的重要位置。通过“五育并举”的路径将心理健康教育融入学生教育成长的方方面面,贯穿于整个教育的核心体系、各类教学活动、学生管理服务和学生个人发展的不同阶段。在整个过程中,要强化学生的理想信念,引导他们培养深厚的爱国情感,夯实人生理念,树立正确的世界观、人生观和价值观。因此,当代高校学生的心理健康工作应依托“大思政”这个更加全面的综合化平台,利用“大思政”的各项资源,充分发挥其主导作用,开创一条符合新时代特色的高校心理健康工作的创新之道。

1 “大思政”概念及对大学生心理健康工作的积极意义

“大思政”具体指的是围绕习近平新时代中国特色社会主义思想,以培养社会主义建设者和接班人为核心任务,通过全员参与、全过程覆盖和全方位育人的方式,将各种课程与思想政治理论课整合协调,产生协同促进的效应。这是一种强调把立德树人作为教育根本使命的综合教育体系,在培育人的理想信念的同时提升专业能力。“大思政”教育内涵的全面阐述了当今教育的新要求和新目标,同时也准确回答了“为谁培养人”、“培养什么样的人”和“如何培养”这三个重大问题。“大思政”强调思想政

治教育在高校教育中的主导地位 and 核心作用,旨在培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。培养身心健康的人是根本,是培养担当民族复兴大任的时代新人的出发点和落脚点,是落实立德树人根本任务的前提和必然要求。

新时代“大思政”格局对于高校学生心理健康工作带来了积极的推动作用和指导意义:

1.1 强调思想引领,树立积极人生观

“大思政”强调高校在教育过程中,应重视学生的思想以及政治素养的培养。在价值引导的基础上,心理健康对学生同样至关重要。通过教育引导,促进学生建立正面的人生观和价值观,有助于提高他们的心理健康状态。思政教育注重塑造学生的社会主义意识,使其拥有正确的政治观念和价值体系。高校学生心理健康工作也应该通过宣传教育和心理服务,帮助学生树立社会主义意识,增强对社会主义发展的认同和参与。通过形式多样的“大思政”课堂将主流的价值观传递给学生。例如,引导学生树立“奋斗创造幸福”的价值观,能使其在面对挫折时保持乐观态度,主动寻求解决问题的方法,从而有效提升心理韧性。当学生将个人价值与社会价值相统一,认识到自身在国家发展中的责任与使命时,这种深层次的价值认同会转化为强大的内在动力,促进心理健康状态的持续改善。

1.2 增强社会责任感,积极融入社会

“大思政”理念始终强调学生社会责任意识的觉醒与践行,倡导青年学子将个人理想融入国家和社会发展的宏伟蓝图中。学生不仅是知识的接受者,更是社会进步的推动者,只有深刻认识到自身对国家、对社会的责任担当,

才能在时代浪潮中找准定位,实现人生价值。高校学生心理健康工作与社会责任感培养存在着紧密的内在联系,二者相互交织、互为促进。从心理学角度来看,当学生意识到自身对社会的影响力,并积极投身于社会实践与公益活动时,能够有效提升自我效能感,增强对生活的掌控感。这种积极的心理体验,有助于缓解因自我认知迷茫、社会适应困难等引发的心理问题。鼓励学生通过全流程的育人活动,融入社会和学校团体,探寻自己的个人价值,从而获得更多的社会支持。

1.3 促进全面发展,推行五育并举

大思政强调德智体美劳全面发展,提倡培养学生多方面的能力。在新时代教育深化改革的浪潮中,“大思政”以其系统性、整体性的育人理念,锚定德智体美劳全面发展目标,致力于培养具备综合素养的社会主义建设者。当前,高校学生群体面临学业竞争、社交压力、未来规划等多重挑战,心理健康问题呈现多样化趋势。这要求高校心理健康工作必须突破传统局限,主动对接“大思政”的全面发展要求,构建多维协同的育人体系,将学生的身心健康、人际关系、兴趣特长等纳入核心关注范畴,真正实现以心育德、以心启智、以心强体、以心育美、以心促劳,助力学生成长为堪当民族复兴重任的时代新人。高校学生心理健康工作应该关注学生的全面发展,不仅关注学业成绩,还要关注学生的身心健康、人际关系、兴趣爱好等方面,帮助他们全面发展,成为全面发展的社会主义建设者和接班人。通过丰富多彩的育人渠道,切实将德育、智育、体育、美育、劳育融入心理健康教育的概念,全方位开展心理健康教育。

2 “大思政”格局下的大学生心理健康工作的创新策略

新时代当用新方法,新时代学生工作的开展当符合当下新一代大学生的心理和身体的需要,坚持以人为本的教育理念,时刻思考学生真正需要的是什么,我们能如何给予学生支持和帮助,将学生心理健康工作的我想学生如何转变成学生自己要如何。当谈及高校学生心理健康工作的创新,以下是我个人对于创新策略的思考:

2.1 强化学生主体地位,培养学生自主性和创新性

“大思政”格局下,学生是教育的核心和主题,因此,在高校学生心理健康工作中,应该充分发挥学生的主体地位,关注和倾听他们的真实需求和声音。比如,在高校可

以通过开展问卷调查、学生座谈会等方式,了解学生对心理健康工作的期望和建议,了解学生希望参与的心理健康活动类型,收集学生当下的困惑或者感兴趣的热门心理话题,从而更好地有针对性的提供相关服务和开展学生工作。在心理健康领域的实践中,应重视增强学生的自主意识与创新能力。通过鼓励学生参与自我管理和自我发展的活动,比如学校心理健康中心或者学院心理健康中心可以成立心理健康小组、学生互助中心等等,激发学生的内在动力和积极性,体现心理互助的作用。比如:心理健康小组可采用“专业引领+学生自治”的运行模式。由心理教师担任指导,选拔具有责任心、沟通能力强的学生担任组长,以班级或专业为单位组建小组。小组成员定期开展主题活动:如围绕“压力应对”主题,通过分享各自的解压经验、集体制定学习计划,让学生在相互启发中掌握情绪调节方法;针对“人际交往困惑”,设计情景模拟、角色扮演等互动环节,引导成员在实践中提升沟通技巧。

2.2 建立全员参与的工作机制,搭建起家校社沟通的平台

高校应持续改进和完善心理健康服务体系,为大学生提供全面支持,包括心理咨询中心、心理教育中心以及心理健康培训基地等设施。例如,高校还可以和当地的专科医院或者社会政府机构合作,提供专业的心理咨询、心理测评、心理辅导和心理教育等服务,以满足不同学生群体的需求。高校还需要与社会资源进行有效整合,可以尝试积极与相关心理健康服务机构、社区组织和志愿者团队建立合作关系,开展丰富多样的心理健康活动和志愿服务活动,让更多的人参与到心理健康服务中。

此外,高校应主动构建家校合作机制,与家长保持密切沟通,共同关心学生的心理健康需求。学生的心理健康需要家庭的支持与关怀。大学可以建立家庭和学校之间的合作机制,比如定期举办心理健康知识讲座、校园开放日、课外活动表演等,为家长提供心理健康教育和支持,帮助他们更好地理解和支持孩子的成长。

2.3 强化心理健康教育,搭建互联网时代精神文化建设平台

除了传统的心理咨询和辅导外,学校还可以通过开设心理健康课程、举办心理健康讲座和培训等方式,比如要求校外专家开展积极心理学、人际交往心理学、恋爱心理学

等等丰富多彩的讲座和互动交流活动, 提高学生的心理健康意识和心理素质, 帮助他们更好地认识和管理自己的情绪、压力和人际关系。

我们不仅应重视学生的心理健康, 还应积极开展精神文化活动。通过组织文化艺术活动提高学生的审美情趣和人文素养, 培养积极向上的精神追求。比如, 我校每年组织的心理剧活动就深受学生们的喜爱, 学生通过自发进行组队、编导、组织、策划, 最后通过集体表演的方式将一个个触及心底的心理故事展现在舞台上, 让观众们产生共鸣, 同时也让更多的人正视心理困惑, 积极面对心理问题, 培养阳光心态。目前, 吸引到了众多对心理剧感兴趣的学生计划开展戏剧心理学技能培训, 提升心理剧演员的专业技能, 再通过学生们感兴趣的抖音和小红书视频平台分享心理微短剧的形式提升大学生群体关注度。

2.4 推动科技与心理健康的融合, 搭建数字化健康监控平台

在大数据和人工智能的时代, 可以借助科技手段推动高校学生心理健康工作的创新。例如, 在智慧化校园的基础上搭建在线心理咨询平台和手机应用APP, 提供便捷的24小时在线咨询服务, 帮助学生进行自我评估和管理; 利用大数据分析和预测技术, 及时发现学生心理问题的趋势和风险预警, 进行精准干预等, 但同时也需要注意保护学生的个人隐私和信息安全。让学生随时随地需要帮助的时候都能有支持的平台, 同时也能借用健康监控平台结合学生出勤情况、寝室活动情况、消费习惯、学业情况等一系列数据的链接, 建立更加立体的学生健康档案, 完善每位学生的个性画像, 随时发现问题和解决问题。

2.5 加强师资队伍建设, 培养一支专业的学生管理队伍

为了在大思政格局下创新高校学生心理健康工作, 学校需要大力提升教师队伍的能力建设。学校可以培养和选拔具有心理学背景和专业技能的教师和辅导员, 并为他们提供持续的专业培训和发展机会, 提高他们的专业水平和服务能力, 将他们培养成心理咨询和学生谈心谈话的主力军。对于新入职的辅导员队伍, 学校应定期开展心理知识培训和谈心谈话技巧的专业培训, 鼓励辅导员自主学习和

参与心理专业的学习和考试, 提升发现问题和解决问题的能力。

每个学院至少配置一名心理健康兼职教师, 负责本学院心理健康工作的开展和指导工作, 组织开展学生活动, 配合辅导员和教师完成心理困难学生的帮助和心理危机事件的干预。当发现学生出现心理问题时, 兼职教师要第一时间介入, 运用专业知识对学生的心理状况进行初步评估, 并根据严重程度制定分层干预方案。在心理危机事件干预中, 兼职教师要发挥组织协调作用, 在危机发生时迅速启动应急预案, 配合学校相关部门开展心理救援, 同时做好事后的心理安抚与跟踪回访, 确保学生顺利度过危机期。

3 结语

高校心理健康工作的创新需要多方共同努力, 结合思想政治教育阵地和互联网时代背景, 满足当代大学生心理需求, 才能切实有效提升心理健康工作的效率和质量, 帮助大学生健康成长。一方面, 我们需要强化学生的主体定位, 采取多元化的形式, 激发学生的自主参与意识和互助意识。另一方面, 我们需要利用“家-校-社”三方的协同配合, 搭建好心理健康教育的预防反馈干预联动机制, 建立全方位的支持体系, 及时发现和干预学生心理问题, 共同推动高校学生心理健康工作的创新发展。

总之, 在宏观思政格局中, 高校开展心理健康工作的创新旨在更好地满足学生所需, 推动其全面发展及健康成长。通过创新形式和多方联动, 不断提升高校学生心理健康工作的质量和效果, 为学生的身心健康保驾护航。

参考文献:

- [1] 高国希. 大中小学思想政治理论课一体化建设的思考[J]. 思想理论教育, 2019(05): 22-27. DOI: 10.16075/j.cnki.cn31-1220/g4.2019.05.004.
- [2] 王慧, 陈晓倩. 基于平台理论的“心理+”高校思想政治教育模式创新研究[J]. 教育探索, 2021(01): 62-65.
- [3] 宋洁宇. “大思政”视域下高校心理育人质量提升路径研究[D]. 大连海洋大学, 2023. DOI: 10.27821/d.cnki.gdl-hy.2023.000247.