

我国高校学生心理健康教育实践方法的思考

姜化彬 张学强 赵 冲

山东工程职业技术大学, 中国·山东 济南 250200

【摘要】伴随我国社会不断发展, 社会竞争更为激烈, 并且对于人才自身心理素质也提出更高要求。现阶段, 我国高校学生心理健康与科技兴国战略目标尚存有较大距离, 并且心理健康教育也无法达到理想效果, 难以为学生提供更为优质的心理服务。基于此, 本文将主要针对我国现阶段高校学生心理健康教育实践方法展开探讨。

【关键词】高校; 心理健康; 教育

现阶段, 我国社会发展正处于关键转型时期, 而高校学生由于年龄原因导致其心理尚不成熟, 并相对较为脆弱, 这令其在新时期当中的观念、情感、就业、人际交往等方面面临较大压力。根据近些年来相关研究与调查, 我国高校学生在现阶段心理健康情况整体较差, 并且大部分学生存有不同心理障碍, 而这一问题也呈现出愈演愈烈的趋势。

1 高校学生心理健康教育重要性

当代高校学生作为我国社会主义现代化接班人, 其心理素质对于整体民族前途与命运有着极为密切的关联。邓小平同志曾指出: “教育要面向现代化, 面向世界, 面向未来。” 若想在新时期对人才加以有效培养, 便需将强化其心理素质作为核心。心理素质是人才基本素养基础构成部分, 同时也是高校学生接受思想政治教育与文化科学知识的重要前提, 因此, 高校需针对学生心理健康教育加大重视力度。另外, 人才成长首先要决条件便是心理素质, 著名美国心理学家推梦在《天才的发生学研究》当中, 通过对一百五十名高智商成功者与一百五十名不成功者进行分析后得出, 两个群体之间主要差异主要体现在坚持精神、自信、社会适应能力、内心动力等因素。除此之外, 促进个人全方位发展也是马克思主义关于社会主义建设基本要求, 高校学生是中华民族未来发展的希望, 其发展对于社会主义建设事业有着直接影响, 在这其中, 心理健康恰恰是高校学生全方位发展不可或缺重要内容, 同时也是当代高校学生自身发展首先要决条件。首先, 其能提升学生自身综合素养, 并且在学生创新意识、自主人格、竞争能力、适应能力等能力的形成有着诸多裨益。其次, 其是学生人格发展基础动力, 对其人格发展有着直接影响。最后, 其能够对学生潜能充分发掘, 心理健康教育通过对学生信心充分激发, 帮助其站在更高角度对自我形成认知, 在实现角色转变的同时, 令其社会适应能力得到大幅度增加, 最终促进其潜能得到更深层次深入发掘^[1]。

2 高校学生心理教育主要存有问题

2.1 形式化。虽然我国教育部曾多次颁发强化高校学生心理健康教育相关批示, 并且相关专业也大力呼吁开展此工作, 虽然大部分高校也在响应政策与号召, 建设心理教育机构, 但是部分学校虽然表面在大力度开展心理健康教育工作, 但是往往华而不实, 导致心理健康教育流于形式。另外, 也有部分学校的心理健康教育仅仅是心理测量、建立心理档案, 以便应付上级检查与汇报。而部分学校虽然也在开展这一工作, 但是由于学校相关领导对其并未予以一定程度重视, 同时并未对这一工作重要性形成明确认知, 导致心理健康教育工作形式化愈演愈烈^[2]。

2.2 观念滞后, 认知不清。由于部分高校自身观念陈旧, 对心理健康教育的认知存有一定误区, 站在社会角度上来看, 由于我国自身历史、文化、传统等原因, 导致人们对于学生革新、心理品质等问题尚未予以更大关注、认知、研究力度, 并且心理问题被神话, 导致部分人对拥有心理障碍的群体视为无法讲理的邪恶之人或洪水猛兽, 导致心理健康教育无法得到相关人员青睐, 患有心理障碍的学生生有“讳疾忌医”这一心理, 而也正是因为

这种看法, 导致原先拥有强烈咨询愿望的学生为不被他人排斥, 往往只能作罢。站在高校自身角度上来看, 校方部分管理人员与教育者对于心理健康教育也存有一定认知偏差, 虽然会在名义上开展相关问题与实验研究, 并且开设相关课程, 但是由于其自身尚未转变与更新传统思想观念, 最终导致学生无法接受良好心理健康教育。

3 高校学生心理健康教育强化对策

3.1 转变观念, 强化学生心理健康教育意识。作为新生事物发展壮大首要前提条件, 思想观念在学生心理健康教育当中极为重要。伴随社会与经济不断发展, 心理健康教育若想获得进一步发展空间, 便需转变教育工作者与学生传统观念。首先, 作为校领导作为学校核心, 地方教育部门需与各校领导达成共识, 深入贯彻落实《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》精神, 对学生心理健康加以有效维护的同时, 促使学生心理能够朝向积极阳光方向发展, 从而令学生全方位综合发展这一教育目标得以切实实现。除此之外, 作为高校人才培养不可或缺环节, 心理健康教育也是高校自身发展所需, 更是科教兴国重要需要, 自身重要性并不弱于现阶段素质教育。因此, 相关部门与领导人员应将其纳入至重要议程, 做到抓紧抓实, 在实践过程中, 及时总结经验, 并对以下几点加以明确。首先, 高校学生心理健康教育并非知识教育, 而是一种教育理念, 同时也是在所有教育活动当中的一种教育信念与态度。其次, 心理健康教育是教育活动构成的重要教育工作, 因此, 不能使用常规教育方法开展心理健康教育。

3.2 强化心理健康教育课程改革与教材建设。根据我国教育部所颁发《关于加强普通高校学生心理健康教育工作》一文, 其明确指出: “心理健康教育应以课堂教学、课外指导为主要渠道。” 由此不难看出, 大学生心理健康教育需将其作为选修课纳入至教学计划当中。另外, 还需对心理健康教育特殊性形成明确认知, 通过加快心理健康教育课程改革, 使其成为高校课程建设构成部分, 同时根据学生年龄阶段身心特点, 针对其课程体系加以专业化设计, 确保其具有连续性、科学性、层次性。最后, 在设置心理健康教育课程时, 可通过选修课形式, 针对学生问题或需求, 开设多元化选修课与专题讲座, 从而确保心理健康教育能够在高校当中更深层次开展。

4 结语

综合上文所述, 现阶段高校学生心理健康教育虽然存有一定问题, 因此, 相关部门与领导应对其加以反思, 通过找出问题, 解决问题这一方式, 促使高校学生心理健康教育实效性能得到切实强化, 而这也正是现阶段高校自身发展所需亟待解决问题。

参考文献:

[1] 石东升. 新时期高校心理健康教育的实践与思考[J]. 智富时代, 2019 (006): P. 1-1.

[2] 郝淑颖. 论完善我国高校学生心理健康教育的对策及思考[J]. 科技资讯, 2019, 017 (028): 197-198.

作者简介:

姜化彬 (1992.06.27—), 男, 汉族, 山东省济南市, 研究生, 助教, 学生管理方向。