

# 基于新媒体时代的技师学院心理健康教育路径研究

窦玉姣 陈毅钊

(广东省机械技师学院, 广东 广州 510450)

**摘要:**新媒体的盛行为技师学院心理健康教育带来了崭新的发展机遇,它与心理健康教育的新手段、新教育方式以及突出的教育效果息息相关。技师学院必须深刻认识到在新媒体时代背景下传统的心理健康教育方式已经不足以满足学生具体学习需求,也难以助力学生的健康长远发展。因此,技师学院必须依托新媒体创新心理健康教育的方式与方法,以此来增强心理健康教育的针对性与实效性。本文立足新媒体时代技师学院学生的心理特征,在详细分析心理健康教育的优势与不足的基础上重点探索了适宜技师学院心理健康教育的新途径,以便充分发挥出新媒体的优势,助力学生身心健康发展。

**关键词:**新媒体时代;技师学院;心理健康教育;有效路径

随着大数据以及信息技术的飞速发展,新媒体作为一种交互性、及时性且开放性都比较突出的新型教学辅助工具应运而生,并且慢慢渗透于技师学院心理健康教育的全过程中。尤其是对于新时代技师学院的学生,他们对“新媒体”一词并不陌生,更重要的是从生活到学习学生无时无刻不在享受新媒体的便利与快捷。当前,随着多元化思想的涌入,部分学生的思想与行为已经受到了严重影响。为了切实推进技师学院素质教育,加快高素质技术技能型人才培养,对心理健康教育路径改革凸显重要性,且不管是对学生还是学校发展都具有重要的现实意义。

## 一、新媒体时代技师学院学生的心理特征

在日益繁杂的新媒体环境中,新媒体的双面性特征愈发明显。一方面,在虚拟的网络世界中,技师学院学生的言论相对自由,另一方面,在虚构的网络世界中学生的心理特征形成与发展面临着重重挑战。

### (一)新媒体对学生心理健康的积极影响

首先,新媒体对学生认知品质的影响。学生的认知品质是其心理素养的重要组成部分之一,主要指的是他们对周围客观事物的一系列反映活动。新媒体的信息传播渠道多样化且内容丰富化,具有突出的时效性特征,正是因为如此,培养学生的认知品质才更方便快捷。通过智能手机学生能够更加熟悉周边环境,进而提高自身感知客观事物的思维与能力。

其次,新媒体对学生个性品质的影响。个性品质在整个心理健康教育体系当中处于核心位置,通过对学生有效的心理素质调节有利于帮助他们养成良好的行为习惯。微博、微信都是新媒体的重要代表,在这些平台上学生可以随时随地发泄情绪、表达自我。同时,在多方思想碰撞与交流的过程中,学生将形成独特的审视问题视角与风格,这对他们自信心与价值观的增强发挥着积极作用。

最后,新媒体对学生适应品质的影响。适应品质与心理健康教育有着密切的内在联系。技师学院心理健康教育的主要目标之一就是培养学生形成良好的学习、心理以及生活等方面的适应能力。新媒体真正为学生提供了表达、沟通的平台,营造了健康积极的环境,有利于进一步促进技师学院学生个体自我适应以及社会适应。

### (二)新媒体时代学生心理特征的异化

首先,虽然网络的开放与自由为技师学院学生沟通交流提供了便捷的沟通交流平台,但是部分学生的自制力较弱,很容易对网络产生过度的依赖心理,直接影响到学生的正常生活、学习。长此以往,部分学生慢慢变得孤僻、消极、自卑且对未来产生迷茫的心理,严重制约着学生在现实生活中人际关系的建立与发展,可能会造成部分学生社交恐惧、消极抑郁等。

其次,网络环境具有极强的虚拟性与开放性特征,正是因为这样,才更容易引发学生道德失范的心理异化。具体说来,网络世界的虚拟性从某种程度来看弱化了学生的社会责任与身份,也使得道德约束力量薄弱。

## 二、基于新媒体时代的技师学院心理健康教育的优势与不足

### (一)新媒体带给技师学院心理健康教育的优势

首先,有利于丰富心理健康教育方式。网络平台上的信息丰富多样,不仅仅是教师,学生也能自主通过网络浏览信息,整合资源,为深化心理健康教育改革贡献绵薄之力。

其次,有利于削弱师生交流壁垒,增强教育实效性。目前,很多技师学院已经开通了“线上问诊平台”,以便及时解决学生的心理问题,为他们健康发展创造有利条件。

### (二)新媒体时代技师学院心理健康教育存在的主要问题

首先,教育工作者的教育理念传统,对新媒体的认识不足。尽管心理健康教育得到了越来越多教育工作者的重视,但是在教育理念方面相关教育工作者并没有很好地与新媒体时代接轨,对学生人格健全与发展方面的关注度有待增强,难以助力学生的长远健康发展。

其次,心理健康教育方式、手段单一,与新媒体结合的深度不够,缺乏创新意识。同时,在教育过程中教师选用的案例比较陈旧,无法突出新媒体时代心理健康教育的时代性特征。

最后,技师学院心理健康教育工作者的新媒体素养有待提升。技师学院心理健康教育工作者无法熟练运用新媒体进行心理健康教育,导致新媒体与心理健康教育的融合程度与深度不够,最终直接影响心理健康教育质量与效率。

## 三、基于新媒体时代的技师学院心理健康教育有效路径

### (一)转变传统教育理念,增强教育实效性

从根本上来讲,每一位学生都是独一无二的,每位学生身上都具备无限的潜能与优秀品质,关键在于教育工作者怎样进行引导与挖掘。

首先,教育工作者主动积极构建新媒体思维。新媒体思维主要指的是教师在教育教学过程中应充分认识到新媒体对心理健康教育发挥的独特作用与服务功能,并且从理论层面有效落实到实践层面。在新媒体时代背景下,基于心理健康教育的具体要求,技师学院可以从两方面着手。一方面,站在静态层面的角度,心理健康教育工作者应拓展教育渠道,依托新媒体,构建虚拟+现实一体化心理健康教育平台,从根本上突破传统教育时空的限制,不仅要在传统课堂上传授给学生丰富的心理健康知识与专业的心理调适手段,而且在课前、课中以及课后等环节还应注重网络、手机等媒体作用的充分发挥;教师应多渠道整合教育资源,为学生安排丰富多彩的教育活动,如心理电影鉴赏、网络心理测试与

咨询等,进一步提升学生的心理素质。另一方面,站在动态层面的角度,鉴于新媒体具有便捷、及时以及迅速等诸多特点,心理健康教育工作者应充分发挥出新媒体教学平台的优势,利用好微信、微博等新型媒介方式,增强师生间有效的沟通交流,同时引导学生从多个角度针对某一心理健康问题进行深入探讨,将以生为本理念贯彻落实于心理健康教育的全过程,切实增强教育的全面性与实效性。

其次,更新心理健康教育理念。新媒体作为一种崭新的技术,为师生之间有效的沟通交流创造了有利条件,提供了便捷平台。教育工作者应通过新媒体这一渠道整合更契合技师学院学生心理特征且利于他们健康发展的实用性内容。在开发资源的过程中,教育工作者应注重挖掘样式新颖且具备较高教育价值的内容与新媒体软件,同时,构建共享开放的教育资源库。例如,教育工作者可以通过慕课获取资料并且分享至学习群,还可以组织相关的教育工作者自主开发与设计教学课件。

#### (二) 建设专业师资队伍,提升新媒体素养

任何时代,为了推动教育的快速发展,构建一支专业的师资队伍都是基础保障。由此出发,在新媒体时代,技师学院同样需要构建一支新媒体素养高、实践能力强的专业师资队伍,以便有效促进心理健康教育与新媒体的深度融合。

首先,鼓励心理健康教育师资队伍灵活使用多媒体。新媒体是教育工作者开展网络心理健康教育的前提,如此更能凸显出网络的积极主导作用。一方面,技师学院负责心理健康教育的教师应主动注册微博、微信等比较受欢迎的新媒体平台,通过亲身实践,深刻认识到新媒体对心理健康教育发挥出来的独一无二的价值。例如,教育工作者应有意利用新媒体平台整合与心理健康教育相关的重要链接信息并分享给学生,始终保持教育的积极正向引导。另一方面,技师学院应在官网上开辟专属的心理健康教育专栏并且鼓励教育工作者积极参与到网站运营的过程当中。在此过程中,离不开专业网络技术人员对教育工作者运营与管理方法的有效指导与帮助,真正为增进师生间沟通交流创造有利条件。

其次,提升新媒体心理健康教育工作者的新媒体素养。通常来说,新媒体素养主要指的是熟练应用新媒体进行心理健康教育,同时还应保持创新意识以及判断质疑的能力,最重要的是心理健康教育工作者应始终保持与时俱进的进取精神。教育部门联合学校应为教师提供更多与新媒体相关的外出学习与培训机会,以进一步增强教育工作者运用新媒体教学的理念,创新方式,锻炼他们新媒体教学能力,提升新媒体素养,以便教育工作者能够以更饱满的热情投入到新媒体心理健康教育进程当中。除此之外,心理健康教师队伍应熟悉微博、微信以及论坛等新型媒体,主动探究他们运作方式方法,探寻其特点,争取找到新媒体与心理健康教育更契合的着手点,以便充分发挥出来新媒体教育的优势。尤其当负面消息来临的时候,心理健康教育工作者应从根本上遏制不良信息的传播,主动掌握新媒体教育话语权。

#### (三) 构建新型教育平台,形成多元化矩阵

首先,加强校园网站以及论坛建设。当前,很多技师学院已经建立了功能不一、形式多样的心理健康教育网站,但是存在的最明显的问题就是不管是在平台使用上还是资源利用上都趋于形式化。校园论坛是当代技师学院学生使用率较高且参与积极性较强的网站,这里是他们发泄情绪、表达意见的主要场所,这间接地表明了心理健康教育主题网站开发的急迫性与重要性。在新媒体时代背景下,技师学院应立足学生各方面心理需求,从网站功能、网页设计、互动形式等多方面对校园论坛加以完善与考究。不管

是网页主题还是语言形式都应尽可能向学生兴趣以及生活靠拢,如此才能更加凸显出新媒体对于心理健康教育的关键作用。

其次,打造新媒体式慕课平台。慕课是基于网络环境新兴的学习与教学模式,技师学院慕课式心理健康教育课程体系建立与开展有利于缓解学生心理障碍问题,提高技师学院整体心理健康教育专业化水平。其一,在讲授与心理健康教育相关的理论内容时,教师可以借用配音PPT或者简约视频讲解的方式。为了及时掌握学生的心理健康状况,加强学生对自身人格的了解与认知,教师可以采用线上心理测试的策略。其二,要想帮助学生掌握基本的心理健康教育技能,提升自我调适与疏解能力,教师可以采用音频疗法,例如视频、在线小测验、配音PPT等都是极其常见的慕课表现形式。

#### (四) 建立健全教育机制,保障教育安全性

首先,构建新媒体时代技师学院心理健康教育预警机制。这种机制主要指的是在了解不同性格、不同专业、不同时期学生心理动态以及思想状况的基础上,构建心理健康教育信息预警数据库并且对各类预警信息进行归类总结,以便教师探索针对性的心理危机干预策略,制定个性化的教育方案,进而大幅度提升新媒体时代心理健康教育的时效性与有效性。该机制的建立必须依托新媒体技术,教育工作者应妥善利用新媒体技术通过网上调研、在线咨询、空间动态等多种途径及时了解与掌握本校学生的心理状况,以便为接下来心理健康教育工作开展提供真实有效的数据参考。一旦发现问题,教育工作者应及时向领导层反馈并且给出预警提示与建议,以便学校根据学生实际情况在关键节点对不良认知与思想进行有效阻挡,进而降低心理健康教育难度。

其次,构建技师学院心理健康教育新媒体平台的联动机制。在新媒体时代,技师学院应构建起来包含“辅导员、心理咨询室、心理委员、学生”在内的多级网络化心理监控联动机制。其中,心理咨询室主要通过专业科学的方法对已经出现或者将要出现心理障碍性问题的学生进行帮助与指导,更能彰显出教育的专业性特征。辅导员在技师学院心理健康教育中发挥着对学生心理健康问题预警的作用,同时,联合心理咨询室一同对出现心理健康问题的学生进行帮助。心理委员一般存在于班级当中,他们最主要的责任是对班级微信群、QQ群或者其他公共平台进行管理,当好辅导员的最佳助手,并且及时汇报班级内所有学生的心理动态,进行正当的网络舆论监督,以确保心理健康教育在安全、有序的新媒体环境中进行。

#### 四、结语

综上所述,在新媒体时代,心理健康教育工作者应善于整合媒体资源,构建多元化的心理健康教育矩阵,创新教育平台,以便为彰显技师学院心理健康教育育人价值创造有利条件。

#### 参考文献:

- [1] 周洁美慧. 新媒体背景下学生心理健康教育途径研究[J]. 河北旅游职业学院学报, 2022, 27(1): 83-87.
- [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): 147-148.
- [3] 楼成夷. 新媒体环境下中职心理健康教育探析[J]. 成才之路, 2022(5): 31-33.
- [4] 刘慧玲. 新媒体环境下高校大学生心理健康教育教学改革分析[J]. 山西青年, 2022(13): 187-189.
- [5] 王祎帆. 新媒体下的高职心理健康教育研究[J]. 山西青年, 2022(3): 190-192.