

疫情期间学生工作浅析

刘娟 王迪

郑州财经学院 河南 郑州 45000

【摘要】2019年12月，一场新型冠状病毒疫情突然在我国华中地区爆发。疫情爆发后，以习近平同志为核心的党中央领导班子带领全国人民开始了“抗疫”战争。2020年2月10日，习近平总书记在北京调研指导新型冠状病毒肺炎疫情防控工作时，强调既要全力以赴抓好疫情防控，又要努力完成今年经济社会发展的目标。针对这次疫情，高校应该做到坚持以立德树人为核心和为祖国培养好合格的社会主义建设者和接班人这两项重要任务。

【关键词】疫情；爱国；学生；防护；心理

全民战“疫”打响后，寒假返回故乡的高校大学生，以高度的社会责任感、科学的知识积累、先进的媒介素养、有序的组织联动为疫情防控贡献坚实的青春力量^[1]。我们作为高校辅导员，针对受疫情影响在家学习的大学生，主要可以从爱国思想、防护措施、心理健康三个方面进行学生工作的展开。

1 爱国思想

习近平总书记在北京大学师生座谈会上的讲话中强调，“把立德树人的成效作为检验学校一切工作的根本标准，真正做到以文化人、以德育人，不断提高学生思想水平、政治觉悟、道德品质、文化素养，做到明大德、守公德、严私德”^[2]。

习近平总书记在纪念五四运动100周年大会上的讲话中指出，“新时代中国青年，要有家国情怀，也要有人类情怀”^[3]。疫情防控的关键阶段，高校要做好爱国主义教育和命运共同体教育，引导大学生在兼济天下的胸襟气魄中“明大德”“养正气”。

疫情期间，我们要既要加强学生们的爱国主义教育，又要加强理想信念教育。各党总支、各单位可以通过推送新闻视频、征集典型案例、召开网络主题班会等方式，教育引导大学生深刻认识中国特色社会主义制度优势，让他们了解到正是由于中国特色社会主义国家制度的优势，才使我们很快、很好的控制住疫情的爆发。通过这些教育，让同学们从心里自发的热爱我们的祖国、热爱中国共产党。

2 防护措施

疫情期间除了向同学们宣传新冠肺炎的知识，呼吁同学们减少外出之外，还要向同学们强调新冠肺炎的防护措施：

(1) 外出的时候一定要戴N95或者是一次性医用口罩。尽量不要去人多的地方或是通风不良的场所。建议减少外出和聚会活动，这样可以最大限度地避开潜在的病毒传播者。

(2) 勤洗手是一项重要的预防措施。要注意保持手卫

生，在饭前便后、咳嗽或者接触动物后，要使用肥皂或清水洗手，或者使用含有酒精成分的免洗手液。

(3) 如果需要接收外卖或快递的，最好让送货者放在门口，双方都减少接触，这样相对较安全。拆了快递或外卖后最好及时清洁手部，降低风险。

(4) 不要购买来源不明的禽类或海鲜。而且食物要煮熟后才能进食，餐具最好用消毒柜消毒后再使用。

(5) 在家可以适当、适度活动，保证身体状况良好。适当运动，会让负面情绪得到释放，而且对人体免疫力的提高一定是有帮助。

3 心理健康

疫情期间，关注大学生的心理问题也是非常重要的一个方面。受疫情影响，开学时间不断推迟，一些学生难免会出现焦虑的情绪。关注学生的心理健康就显得尤为重要。“心理防疫”也是重要战场，心理干预和疏导要遵循规律，因势利导。在复学的重要节点上，更应该关注学生心理变化，积极引导，以便同学们顺利完成本学期的学习目标。我们可以通过“云”班会的方式，列举一些同学们可能出现的心理问题，并找出常见心理问题的应对方式，防止学生们出现比较严重的心理问题。

常见缓解焦虑情绪的方式有以下几种：

3.1 接纳情绪

当我们试图消灭，不仅不利于调整，反而加重这种情绪。与其急着摆脱，不妨试着接纳它们，试着“退一步”，与它们保持距离，仔细观察它们。

3.2 关注当下

接触当下意味着不要沉湎过去或是过度地担忧未来，而是让同学们把自己的精力充分地投入到当前正在做的事情上。全身心地投入到正在做的事情中。

3.3 明晰价值，找到方向

当被一些负面情绪困扰时，可以让同学们想一想，在内心深处，什么才是重要的？生活中，肯定还有其他事情，

比“摆脱负面情绪”更重要。这些事情就像指南针，指引前进的方向。

3.4 制定目标，有效行动

当明确了自己的方向，接下来就是要行动。行动需要一个具体现实可行的目标，在目标的引导下，进行有效的行动，会让生活会变得越来越丰富而有意义。

4 结束语

在这场真正意义上的新时代疫情防控人民战斗中，大学生全天候、浸润式地接受了社会大课堂的教育，展现了立德树人、久久为功的育人成效。行百里，半九十，抗“疫”战争仍在继续，目前形势依然严峻，高校必须坚定信心、顺势而为，积极提取德育素材，统筹推进爱国主义教育，迎接最终的全面胜利！

【参考文献】

- [1] 倪佳琪, 张洪霞. 在战“疫”中提取大学生的思政教育素材 [J]. 北京教育 (高教), 2020(4):32-34.
- [2] 习近平. 在北京大学师生座谈会上的讲话 [N]. 人民日报, 2018-05-03(2).
- [3] 习近平. 在纪念五四运动 100 周年大会上的讲话 [N]. 人民日报, 2019-05-01(2).