

# 核心素养视角下提升农村大学生心理健康教育的途径

赵焱

(哈尔滨师范大学 150000)

**摘要:** 随着时代的不断发展,我国教育理念也发生了不同程度的变化,现在高校对学生进行人才培养时,不仅要注重学生知识能力的提升,另外一方面还需要对农村大学生的心理健康教育进行多方面关注,帮助学生在校园内部可以实现身心健康发展。因此本文主要分析了核心素养视角下提升农村大学生心理健康教育的策略,希望可以给相关人员提供一些帮助和思考。

**关键词:** 核心素养;农村大学生;心理健康教育;途径

## 引言:

社会经济飞速发展背景下,人们对学生的学习质量提出了新的要求,传统的人才培养模式已经无法满足现在高校学生的发展需求,所以高校相关人员需要创新教学手段,帮助学生做到全面发展。农村大学生因为自身的发展环境问题,在大学生活中很容易出现心理健康问题,所以高校相关人员需要注重这方面工作的开展,为学生营造一种良好的生活环境。

### 一、提升农村大学生心理健康的意义

#### (一) 利于提升大学生核心素养,保持心理健康

从我国现在的发展情况和整体发展模式来讲,农村学生的心理素养比较好,多数学生对生活依旧可以形成良好的生活态度。但随着经济的不断发展,人们的生活水平逐渐提升,部分农村学生的心理开始出现问题,不利于他们在今后做到全面发展。我国现在对大学生的核心素养提出了新的要求,强化农村学生的心理素养,可以保证他们在校园相处时,拥有一个良好的心态,对社会形成一种健康的价值观,避免受到外界不良信息的影响。对现代农村大学生而言,高校中的学生家境情况比较复杂,需要大学生正确地对待每一位学生,这对学生在今后的生活与发展中可以拥有较强的适应能力。所以高校管理人员需要对农村大学生心理健康工作内容进行重视,多方面实现农村大学生做到核心素养全面发展,为他们在今后的发展打下坚实基础。

#### (二) 有利于培养学生形成完善的人格

农村大学生在进入高校之后,由于一些外界环境或者家庭环境因素的影响,人格组成比较复杂,如果高校在人才培养中只是重视学生知识方面的培养,未能关注农村学生的心理健康,会让他们形成一种不完整的心理,严重影响着学生的发展,严重者还容易出现人格障碍的现象。所以高校对学生开展心理健康教育活动可以帮助农村大学生转变思想认知,感受到高校对学生的人文关怀,激发学生调整自身情绪的能力,从而形成一种良好的思维模式,这对农村大学生在后期的高校生活中具有十分重要的意义<sup>[1]</sup>。由于地理环境位置因素的影响,一些农村大学生之前的学习环境比较差,在高校中与其他学生相比,很容易出现自闭心理,不利于学生后期在社会中生存与发展。加强农村大学生的心理健康教育,能够帮助他们在学习期间主动的接触社会,掌握社会知识能力,遵守相应的道德规范,从而形成完整的人格,实现核心素养综合发展。这是高校对农村大学生进行心理健康教育活动的意义,希望相关人员可以正确看待,重视其中的教育价值,制定出科学的教育方案。

### 二、影响我国农村大学生心理的因素

#### (一) 农村社会教育环境

从我国目前农村教育环境来讲,虽然国家已经对农村学生尽可能提供较多的教育资源,然而农村学生在大学之前接触的教育同城市对比,还具有较多的缺陷。这些社会环境因素的不断出现,给农村大学生带来了角度的心理问题,特别是在一些地域比较偏僻的学生来讲,社会问题更加复杂,这些不利因素的出现,给大学生在人生观和价值观方面都提出了较多不利影响<sup>[2]</sup>。像现在比较常见的贫富差距现象,给农村大学生在高校生活中带来了不小的阻碍,并且长期压抑学生的思想,导致学生在塑造心理自信,发展核心素养时,无法形成健康的学习心理。此外,高校教育对农村学生的心理健康尽管已经做出教学调整,然而受到一些教学资源 and 教学因素的影响,导致高校在强化学生心理健康教育活动质量时,未能制定出良好的心理健康教育工作方案,影响了学生的综合发展。

#### (二) 家庭因素

家庭因素是农村大学生容易出现心理健康问题的主要因素,根据我国的调查结果显示,农村家长的学历比较低,多数家长是初中毕业,促使他们对学生的心理健康问题无法形成一种正确认知。很多家长直接忽视了学生的心理健康问题,这对农村大学生在生活中带来了较多的负面情绪。而且思想教育的不断发展,可以看到现在我国教育理念也在发生变化,多数农村家长因为自身的文化素养,无法同现代生活理念和教育模式进行分析,既不能给学生在青春期对他们讲解心理发展的规律,也不同为他们提供较多的方法,这些现象的出现,导致农村大学生在生活期间,常常存在着较多的问题,对他们在后续的发展中也带来了较多的阻碍。

此外,家庭因素除了父母的文化素养以外,还有家庭教育方式也存在着一些不足,因为家庭环境的局限性,很多父母对农村大学生进行教育时,主要是以物质作为主要的激励方式。长期的物质奖励对子女的成长带来了不小的伤害,导致他们的人生观和价值观出现了较多的不利影响<sup>[3]</sup>。而且很多家庭对子女出现了溺爱的现象,这些不良因素的出现,是现在农村大学生出现心理健康问题的主要原因。高校在开展农村大学生心理健康教育活动时,需要对这些原因展开分析,从而减少农村大学生的消极情绪,帮助他们在新时代下正确看待生活,形成一种良好的价值观,实现核心素养发展。

### 三、核心素养下提升农村大学生心理健康教育的措施

#### (一) 转变教学理念,完善教学体系

转变教学理念,给学生带去一种人文关怀,可以给农村大学生普及心理健康教育的现实价值,帮助他们认识到心理健康教育的重要性,从而形成新的学习理念,朝着正确的方向发展。在转变教学理念期间,高校可以利用网络调查的方式,对校园中的农村大学生思想现状进行调查,分析他们在生活中经常遇到的问题与困难,之

后针对学生的心理健康问题设计出不同的学习方案,帮助学生对社会发展形成正确的认知,强化学生的适应能力与发展能力,为他们消除不良情绪,实现核心素养发展。高校管理人员可以加强重视力度,在转变教学理念活动期间,开展相应的讲座,给农村大学生普及心理健康教育知识内容<sup>[4]</sup>。例如比较常见的内容有:人格测试、环境调节与人际关系;心理冲突与心理调节等这些内容,通过这些讲座的开展,可以给农村大学生形成一种正确的认知,让他们认识到家庭环境因素对心理健康的影响,推动学生可以正确看待自身,形成一种健全人格,可以在今后的生活中控制情绪,降低出现校园矛盾的几率。

此外,高校对学生进行心理健康教育活动时,可以专门建设相应的心理课程,之前高校受到核心素养教学环境影响下,已经开设了相应的课程内容,但由于教师重视力度不足,对农村大学生的心理健康教育存在认知缺陷,导致心理课程知识内容无法做到全面落实,对他们起不到太多的帮助。因此高校可以对心理课程教学内容做出调整,完善教学体系,将心理课程建设内容,融入高校必修课程内容当中,从而引起师生的关注,调动他们的积极性,从而帮助农村大学生在高校中可以正确地看待自身发展现象与社会环境,增强学生今后的社会适应能力与发展能力,多方面提升学生的心理素养,给农村大学生带去较多的人文关怀。在完成教学体系内容时,需要结合我国核心素养对学生心理健康要求标准,引导学生更新健康观念,多个角度提升学生的人格,培养他们养成良好的生活态度。

#### (二) 同学科知识融合, 引导学生心理训练

高校对农村大学生开展心理健康教育活动时,可以将这种教育渗透在学生专业课知识内容当中,这是高校对农村大学生开展心理健康教育的重要手段,也是核心素养下提升学生学习质量的重要要求。结合我国近些年的高校教学活动,可以发现高校专业课知识内容拥有较多的心理健康教育因素,农村大学生由于自身的特殊性,如果单独对他们展开教学,容易促使学生形成一种不利的心理,这对他们价值观的正确引导也具有一些阻碍<sup>[5]</sup>。因此,通过心理教育活动同学科知识内容的有效融合,可以让教师将学生的心理需求以一种他们比较熟悉的方式表现出来,从而提升学生的精神素养,潜移默化转变农村大学生的人生观念。想要达到这种教学模式需要高校提升教师教学素养,引导教师在教学期间可以创新教学手段,带给学生不同的学习体验,引导农村大学生感受教师的重视。

此外,高校教师将心理教育活动同学科知识融合以后,还可以创新教学手段,引导学生进行心理能力训练。通过不同的实践活动,帮助学生自我调控,从而改变学生的生理状态心理健康,这对学生在后续生活中,可以形成一种良好的生活态度,帮助农村学生自我结局情感、认识以及社交方面的障碍,多角度提升他们的心理能力。在面对农村大学生时,教师可以将他们的心理健康问题进行整理和分析,生活中多关注他们的状态,及时反馈信息,利用强化规律,改变这类学生的思想认知,从而提升学生的学习积极性,进一步削弱农村大学生的消极情绪<sup>[6]</sup>。在引导学生进行训练时,可以给学生设计科学的心理训练活动,促使农村大学生在这些活动期间,可以认识到自身不良情绪的来源,正确看待自身,认识到自身学习的重点,通过外界的方式,不断调整自我控制能力,可以实现核心素养发展。教师进行训练时,可以选择不同的训练方式,例如自信心训练、情绪控制训练,借助社团活动、角色扮演活动等等,吸引学生的注意

力,从而提升心理健康教育活动效果。

#### (三) 注重家校结合, 营造良好的校园氛围

高校对学生开展心理健康教育活动时,可以重视家校教育模式的开展,这对学生形成良好的价值观具有十分重要的意义。从之前的家庭环境问题分析中,可以发现家庭因素是学生不良情绪的主要渠道,所以高校想要提升学生健康教育质量,可以对农村大学生的家庭情况和家庭背景进行调查,针对一些贫困类的学生,可以对他们进行补助,缓解家庭中出现的困难,这样不仅可以让学生形成一种感恩心理,还可以转变家长的教育观念。在家校结合期间,可以利用信息技术手段,学校同家长之间做到及时沟通,如果学生在这个阶段出现了一些思想问题,可以通过微信或者电话的方式,与家长共同解决。在开展心理教育活动时,高校需要同家长达成一种共识,借助学校官方网站为家长进行普及,转变传统的教育观念,保证心理健康教育活动的质量。

此外,高校对农村大学生开展心理健康教育活动时,可以营造一种良好的校园氛围,强化校园文化建设,努力给学生营造一种良好的校园环境,这种校园文化的建设,可以让农村大学生放下戒备心理,积极同其他学生进行交流与沟通,避免出现孤独或者逃避的现象。营造校园文化氛围时,可以借助多种多样的校园活动,给农村大学生提供比较多的平台,帮助他们在课余时间能够不断参加业务活动,丰富他们的精神世界,改善他们的适应能力,这样可以有效实现心理健康发展<sup>[7]</sup>。在举行活动期间,根据农村大学生比较感兴趣的事物,例如社团活动组织学生观看心理电影,音乐演唱会以及心理咨询活动等,推动农村大学生可以在校园中呵护自身的心理健康,形成科学的价值理念。

#### 四、结束语

总而言之,高校想要对农村大学生展开心理健康教育,一方面需要重视农村大学生消极情绪出现的原因,另外一方面要重视开展心理健康教育活动的意义,这样可以给农村大学生带去不同的校园生活。此外,教师还需要提升自身教学素养,对核心素养和心理健康教育进行多维度分析,确保学生在今后的生活中可以做到全面发展。

#### 参考文献:

- [1]王猛.农村大学生心理健康教育模式创新探索[J].核农学报,2021,35(10):2454-2455.
- [2]陈新,马永红,王艺霖.城市生活压力事件与农村生源大学生心理适应:情绪的中介作用[J].心理月刊,2021,16(21):32-35.
- [3]黄桂玲,颜剑雄,林佳丽,陈方兵.大数据背景下农村大学生心理危机问题及其干预路径研究[J].农业经济,2021(04):131-133.
- [4]熊少青.德育维度在农村大学生心理健康教育中的融入——评《大学生心理素质教育研究》[J].热带作物学报,2021,42(03):942.
- [5]郝梅.农村大学生心理健康教育的途径分析——评《心理健康辅导》[J].热带作物学报,2021,42(02):629-630.
- [6]毕海燕.网络时代农村大学生心理健康教育的路径创新——评《大学生心理健康教育》[J].热带作物学报,2020,41(12):2597.
- [7]杨五英.农村大学生心理健康教育课程体验式教学——评《大学生心理健康教育》[J].热带作物学报,2020,41(12):2614.

作者简介:赵焱,1999.10,女,汉族,河北邢台人,哈尔滨师范大学,硕士研究生在读,研究方向:心理健康教育。