

心理咨询技术在高职院校思政工作中的应用研究

陈静

(山西职业技术学院 山西省太原市 030000)

摘要:随着我国社会的不断发展,大学生接触到的事物越来越多,在此背景下产生心理问题的几率逐渐增加。通过调查研究分析发现,当前我国大学生的心理健康问题越发严重,从而导致在高职院校管理的过程中相关思政工作质量相对较低。在此背景下,必须要使用相应的心理咨询技术,提高高职院校思政工作质量。目前在高职院校教育教学中,思政工作起到了非常重要的作用,所以相关领导人员和教师必须要加大对思政工作的重视程度。基于此,本文通过分析心理咨询和思政工作的关系,通过相关案例明确心理咨询技术在高职院校思政工作中的具体应用措施。

关键词:高职院校;心理咨询;思政工作

Research on the application of psychological counseling technology in ideological and political work in higher vocational colleges

Chen Jing

(Shanxi Vocational and Technical College, Taiyuan, Shanxi 030000)

Abstract: With the continuous development of our society, college students come into contact with more and more things, in this background, the possibility of psychological problems is increasing. Through investigation and analysis, it is found that the mental health problems of Chinese college students are becoming more and more serious, which leads to the relatively low quality of ideological and political work in the process of higher vocational college management. In this context, we must use the corresponding psychological counseling technology to improve the quality of ideological and political work in higher vocational colleges. At present, ideological and political work plays a very important role in the process of education and teaching in higher vocational colleges, so relevant leaders and teachers must pay more attention to the ideological and political work. Based on this, this paper analyzes the relationship between psychological counseling and ideological and political work, and makes clear the specific application measures of psychological counseling technology in ideological and political work of higher vocational colleges through relevant cases.

Key words: Higher vocational colleges; Psychological counseling; Ideological and political work

引言:

为了使高职院校的学生能够保持身心健康,必须要加大对学生心理健康方面的教育,并且要对学生给予更多的关心和爱护。为了体现以学生为本的教学思想,需要对学生心理健康问题给予高度的关注,并且要将更多的心理咨询技术应用于思政工作过程中,进而使高职院校学生在毕业以后能够为社会做出更大的贡献。同时由于高职院校学生的心理发展具有明显的特点,并且其敏感性相对较强,所以还应该采取合理的心理咨询技术,对思政工作内容进行相应的调整和完善,使高职院校学生在思政教育过程中得到更多的收获。

一、心理咨询与思政工作之间的关系分析

通过调查研究分析发现,思政工作和心理咨询具有较为密切的关系,首先两者的主要目标和工作任务相同,并且在针对相关人员进行心理辅导和思政工作教育的过程中,层次高低有所不同。心理咨询的主要工作对象是高职院校学生,而思政教育工作的主要对象同样是高职院校的学生,两者在实际应用的过程中,都可以为高职院校的学生提供一定的心理帮助,并且使高职院校学生时刻保持心理健康状态。为了使高职院校学生能够更快的适应工作的需求,必须要对思政工作中对相关理论基础进行全面的教育。例如要教给高职院校学生马克思主义列宁思想以及毛泽东思想等。心理咨询的主要理论基础是各类心理学的相关原理,所以两者虽然工作目标和工作任务相同,但是其在实际操作的过程中所依据的基础理论具有一定的差别。思想政治工作的主要目的是能够肯定高职院校学生的价值,并且强调了高职院校学生对于社会及集体的作用。心理咨询同样对高职院校学生的价值给予了高度的肯定,并且还明确了高职院校学生要想更好的适应社会所应该做出的改变,同时也使高职院校学生在心理咨询的过程中能够获得更多的自由与权利。两者对比可以发现,思政工作更加偏向于学生思想方面的培养,而心理咨询则更加侧重于对高职院校学生心理方面的教育,通过两者共同作用,可以使高职院校学生具有较高的思想政治觉悟,并且培养出良好的性格。通过将心理咨询技术和思想政治工作有机结合,能够取

得更好的教育成果,进而提升高职院校学生的整体素质。

同时心理咨询技术和思想政治工作的基本原则也大致相同,在实际操作的过程中,均遵循了启发性原则、主体性原则以及因材施教的原则。同时在使用心理咨询技术的过程中,对学生给予了充分的尊重,并且要在心理咨询的过程中引导学生保持充足的热情,以诚恳的态度,动之以情、晓之以理。在思想政治工作进行的过程中带有较为明显的教育色彩,其主要目的是能够让学生掌握正确的思想认知,并且具有准确的思想动态。对于高职院校的学生来说,因为其在某一阶段的学习过程中成绩相对较差,并且对于学校制定的相关管理制度,可能会存在较多抵触的心理。针对这一问题,必须要加强对高职院校学生的思想政治教育,并且为了使其教育成果更加显著,还应该结合使用心理咨询技术,通过了解高职院校学生的心理状态,采取合理的心理教育措施,使思政工作的工作质量得到明显的改善。总之在针对高职院校学生进行教育的过程中,要充分结合心理咨询与思政工作的特点,进而在相关工作进行的过程中形成新的教学思路。

二、心理咨询技术应用的作用分析

当前心理咨询技术在高职院校思政工作中起到了非常重要的作用,其主要体现在以下几个方面。首先由于高职院校学生的学习压力越来越大,并且也面临了就业以及步入社会等相关压力,所以在人际关系越发复杂的前提下,必须要对高职院校的学生展开一系列的心理咨询和疏导活动,进而保证高职院校的学生能够更加顺利的步入社会,为社会做出更大的贡献。在高职院校学生思政教育工作中,心理咨询技术的应用起到了非常重要的作用,其不仅提高了思想政治工作质量,也为思想政治工作提供了更多的技巧。通过调查研究分析发现,目前部分高职院校的学生均存在一定的心理障碍,如果其心理障碍无法得到消除,不仅会引起严重的心理危机,还可能会导致高职院校的学生出现反社会心理障碍,产生较为恶劣的社会危害行为。在此背景下,必须要加大对心理咨询技术的应用力度。

其次心理咨询技术对于高职院校教学质量水平的提升也具有良

好的推动作用。通过对高职院校的学生的学习状态进行分析,发现目前部分高职院校中的学生学习状态相对较差,并且学习态度不积极。其原因是大部分高职院校的学生并没有良好的学习态度,并且由于某一阶段的学习成绩落后,所以逐渐衍生出了相应的心理障碍问题,在此背景下可能会导致学生对于高职院校中相关教学内容的学习失去兴趣,进而影响高职院校学生在相关技能方面的培养。所以必须要注重对学生的心理咨询与教育工作,并且要采取更多心理咨询技术。为了提高学生的学习成绩,不仅要加大思想政治教育的工作力度,还应该在其中引入心理咨询的相关方法,使学生能够在思想境界上有所提升。

最后随着我国社会的不断发展,国家对于高职院校的学生给予了高度的重视,并且在高职院校基础过程中也开展了心理学教育一些思想政治课程,例如毛泽东思想和马克思主义列宁思想等,同时也对高职院校学生制定了相应的管理规则。为了使高职院校学生具有更强的规则意识,在步入社会以后能够适应社会的发展速度,需要针对高职院校学生制定完善的发展目标,既要使高职院校学生具有良好的身心状态,又要使其德才兼备。在此背景下使用心理咨询技术,起到了非常重要的作用,并且心理咨询技术在开展思政教育过程中具有较强的可行性,尤其是在针对新观念和新知识的学习过程中,应该以培养高职院校学生相关能力为主要目标,而利用心理咨询技术,可以从心理上解决学生的疑虑问题,进而使学生具有更强的主动性及积极性。

三、实践案例分析

为了明确心理咨询技术在高职院校思政工作中的具体应用,需要对相应的案例进行全面的分析,进而使其应用效果得到显著提升。在本次探究过程中所选择的案例基本情况是某高职院校的女学生,20周岁,学习文科专业。由于父母在外务工,所以从小由爷爷奶奶照顾,因此造就了性格上的自卑和内向。在学校生活和学习的过程中,经常独自一人,并且在课堂上发言也相对较少。家庭成员中还有一个学习成绩相对优异的弟弟。由于两人学习成绩的差异,因此父母对于弟弟的关注度相对较高,同时受到传统重男轻女思想的影响,导致爷爷奶奶对此学生的喜爱程度也相对较低。通过对此学生进行相应的心理疏导,发现该学生的心理问题较为严重,并且时常会因为心情烦躁而产生失眠现象。在交流的过程中发现此学生认为世态炎凉,并且在学习的过程中无法集中注意力。

通过对此案例进行分析可以发现,当前该学生的心理状态主要有自卑、冷漠以及封闭等,其主要原因是家庭环境的影响,同时在心理状态上出现了失眠焦虑等情绪,并且在课堂上也无法集中学习注意力,严重影响了其学习和生活。在针对该学生问题进行处理的过程中,应该掌握相应的心理咨询技巧,并且要明确该学生的心理问题以及相应的心理诉求,要频繁与该学生进行沟通,并且要在心理咨询和疏导的过程中加强对该学生的关注度,并且要在心理咨询时注意安抚该学生的情绪,逐渐缓解学生的心理压力。还要告知学生应该走出原生家庭造成的影响,并且要学会和同学分享,在遇到困难时可以积极的向同学或者老师寻求帮助,并且要多参加集体活动。一段时间以后发现该学生已经能够和同学共同完成相应的学习任务,与同学之间的对话逐渐增多。同时发现该学生在日常学习过程中注意力更加集中,学习成绩越来越好,并且在一些思想政治教育基础课程中能够积极的参与完成教师布置的任务。因此可以证明心理咨询技术在高职院校思政工作中起到了非常重要的作用,不仅可以缓解学生的心理压力,疏导学生的心理问题,还能够提高高职院校整体的思想政治工作水平。

四、心理咨询技术在思政工作中的具体应用分析

1. 正确处理两者之间的关系

为了使心理咨询技术在思政工作中起到更大的应用价值,必须要正确处理心理咨询技术和思政工作之间的关系,要保证通过心理咨询技术,能够提高思政工作质量,而不会阻碍思政工作的推进。相关管理人员必须要加强对心理咨询工作和思政教育工作的关注度,不应该单独强调某一方面的作用,而应该将思政工作的内容与心理咨询技巧进行有机结合,进而保证能够在心理问题上对高职院校学生有所帮助。同时不要将二者混淆,既要充分发挥思政工作的优势及价值,从根本上解决高职院校学生的思想问题,又要明

确心理咨询技术所包含的相关方式方法,以面对面的方式解决高职院校学生在心理层面上的问题。通过心理咨询技术的应用,能够使高职院校学生敞开心扉,而通过思想政治工作能够使学生们掌握正确的思想品质,进而从整体上提高学生的综合素质以及学习能力。要通过心理咨询技术使学生对于思政教育内容具有更高的学习积极性,并且要在思政工作进行的过程中,利用学生的学习积极性给学生提供更多正确的理论思想。

2. 充分利用心理学相关知识

心理咨询技术的主要理论基础为心理学相关知识,所以在思政政治工作进行的过程中必须要对心理学相关知识给予高度的关注,并且要根据思想政治工作的相关教育内容,引入心理学的教学原则和教学方式方法,进而提高整体的思政工作质量。要善于通过使用心理学,明确各高职院校学生在学习过程中的具体特征,并且为了使思政工作效率得到显著提升,应该加强教育的针对性。首先可以按照心理学的相关原则将学生进行分类,例如可以将其分为多血质、胆汁质以及抑郁质等不同的气质类型。然后按照学生的不同气质类型,对思想政治教育内容和教育流程进行灵活的调整,对于多血质和胆汁质的学生来说,应该灌输更多思想理论知识,而对于抑郁质和粘液质的学生来说,则应该是先对学生进行心理疏导,让学生能够积极的接受思想政治教育内容。为了使所有学生均能够在思政教育过程中获得更多的收获,必须要针对不同类型的学生采取相应的教育方法,要关注学生的学习动态及学习情绪,并且开展针对性思政教育工作,进而增加整体工作效率。

3. 开展网络心理咨询活动

在思政教育工作过程中,必须要意识到网络信息技术的作用。可以利用网络开展相应的心理咨询活动,由于目前我国互联网信息技术在各行各业中均得到了广泛的应用,所以高职院校的管理人员在思政教育工作过程中,也应该积极使用网络平台开展相应的心理咨询工作。目前高职院校的学生相对较多,如果使用心理咨询室的方式对学生进行一一的心理观察和疏导,其整体效果相对较差,而通过网络平台让学生积极的将自己的心理问题表达给相关人员,则可以有效提升心理咨询应用价值和工作效率。同时利用网络平台进行心理咨询,还具有一定的保密性,既不会对高职院校学生心理造成一定的伤害,也能够保护学生的个人隐私。利用灵活多样的宣传方式使受众面相对较广,可以拉近学生之间以及老师和学生之间的距离,进而更好的为高职院校的思政工作服务。思政工作需要促膝谈心,而心理咨询的专业性相对较强,更需要掌握其使用技巧,所以必须要对心理咨询技术进行深入研究与分析,并且将其更好地应用于思政工作过程中。

结束语

综上所述,现阶段在针对心理咨询技术进行分析的过程中发现,其在思政工作中的应用还存在诸多问题,所以高职院校的管理人员必须要加大对心理咨询技术的研究力度,并且明确思政工作的主要目标,进而为提高高职院校学生的整体素质奠定良好的基础。

参考文献:

- [1]史进,杭云,新建高职院校思政教育工作现状及对策研究[J].科教导刊,2022,(11):64-66.
- [2]王明珠.高职院校思政工作“十大”育人体系优化探赜[J].成才之路,2022,(10):4-6.
- [3]廖鹏.高职院校思政教育工作创新策略探索[J].产业与科技论坛,2021,(23):125-126.
- [4]李庆梅.试析心理咨询技术在高职院校辅导员学生工作中的应用[J].科技资讯,2019,(13):236-238.
- [5]王东梅.心理咨询技术在高职院校学生思政工作中的应用研究[J].创新创业理论与实践,2019,(04):178-179.
- [6]陈炜.高职院校心理咨询工作存在的问题与对策初探[J].知音励志,2016,(22):13.

作者简介:陈静,(199008-),女,汉族,山西省平遥县,山西职业技术学院,讲师,硕士研究生,电子商务专业、课程思政、团学工作。

基金课题(须有编号):2021年度山西省高等学校哲学社会科学研究项目(思政教育专项)课题编号:2021zsszx231