

新形势下高职学生心理健康教育创新机制研究

张堃 王建涛

(山东交通职业学院 261206)

摘要: 本文针对新形势下高职院校心理健康教育存在的问题, 提出了丰富校园文化、课堂教学方法、健全心理健康保障体系、干预机制、预警机制等建议, 以促进高职院校心理健康水平提升。

关键词: 心理健康教育; 问题; 措施

一、引言

在经济全球化背景下, 疫情肆虐, 严重影响了国内外经济的发展, 工厂倒闭, 收入锐减, 失业潮频现, 中美冲突不断升级等等, 加重了焦虑心理。新形势下, 新生代“00”后大学生心理状况又会如何, 如何能够借此契机指导高职院校大学生形成健康心理, 给予及时适当的指导帮助, 培养高职院校大学生能够正常心态去面对社会危机与未来的人生挫折。高职院校又需要怎样做好教育指导工作, 而这些都是目前高职院校需要面对解决的关键问题。

二、高职学生心理健康教育存在问题

1. 心理健康教育尚未重视

在高职院校高速发展的背景下, 学校重视优质项目的申报与建设, 往往忽视了心理健康教育, 心理健康教育没有提高到应有的重要地位上, 心理健康教育落实上流于形式, 例如学生入学心理健康问卷调查等工作, 很难筛选出需要帮助的、受心理问题困扰的学生; 开展心理健康咨询, 咨询学生寥寥无几。部分心理健康教师授课时不能体现以学生为主体, 按照心理健康课程标准、教材“中规中矩”授课, 缺乏针对性。

2. 心理健康教育师资薄弱

高职院校心理学等相关专业的科班出身教师数量少, 仅能满足一般性教学要求。实际上对学生进行心理疏导的重任落在专职辅导员身上, 专职辅导员队伍中心理健康教育能力参差不齐, 加之缺少相应的培训, 导致高职院校缺乏一支素质过硬的心理健康教育队伍。

3. 学生缺乏心理健康维护、咨询认识

很大比例的高职学生不能正确看待心理健康教育, 缺乏心理健康维护及咨询意识。当在学习、生活及人际交往等方面出现心理问题时, 部分高职生缺乏相应的心理健康知识、心理健康维护意识及主动心理咨询意识, 对心理咨询没有正确的认知, 甚至抵触心理咨询, 把心理问题深藏心中, 唯恐家长、老师和同学知道。错过心理疏导的最佳时期, 导致心理问题不断积累和加剧, 直到严重到无法正常学习、人际交往时才“被迫”心理咨询。

三、高职学生心理健康教育创新机制措施

(一) 丰富校园文化, 以文化人

良好的校园环境是隐形的教育资源, 净化学生心灵、调动学生情绪, 起到“不言而喻”的绝好效果。广泛开展形式多样的校园文化活动, 在活动中渗透心理健康教育元素, 心理健康教育与学生活动“润物细无声”无缝融合。例如在校园的各宣传平台, 院系官方微博微信公众号、抖音、院系宣传网站、校报校刊、校园广播平台等都开辟心理专栏, 开展以“爱”、“理解”、“尊重”为主题的各种宣传教育活动。开展各类学生活动, 如野营拉练、案例赏析、学生辩论赛、心理健康讲座、心理剧表演等, 营造一种阳光、积极向上、正能量“爆棚”的校园文化氛围, 助力学生形成正确地“三观”、大度看世界, 从容过生活。指导学生创立心理相关社团, 针对同学交往、情绪调节、大学生恋爱、就业焦虑心理疏导等不同的主题, 设计开展“五花八门”社团活动。

(二) 健全心理健康工作队伍, 完善心理健康保障体系

1. 重视心理健康工作队伍的建设

建设“五位一体”的高职院校心理健康教育工作队伍, 以三全育人为宗旨, 形成育人合力。将心理健康专业教师、心理咨询工作人

员、辅导员(教师)、学生家长、心理委员(朋辈)等纳入全员体系中, 确定其明确分工任务。根据工作分工不同, 制定针对性、专业性的培训方案, 即一人一进修学习方案。培训内容包括心理健康知识、基本的心理知识培训、心理咨询技能, 谈话技巧、心理问题的辨识力、朋辈心理咨询师的基本素养等。

2. 完善心理健康干预、预警机制

构建完善的预防与心理危机干预机制, 组建心理咨询中心、心理健康教师、班主任、心理委员等多级预警系统。加强贫困、离异、单亲、重组等特殊家庭以及大龄学生等特殊群体的人文关怀, 有针对性地做好健康教育。建立家校联合机制, 畅通班主任、家长沟通渠道, 双向交流, 及时掌握学生心理状态。充分发挥学生朋辈作用, 在危机发生之前上报班主任, 利于采取心理辅导措施, 避免危机的发生。

(三) 发挥高职院校教育资源开设特色心理健康教育课程, 优化课堂教学方法

依据专业特点、学生个性, 针对性地开发、设计符合学情特点、专业特征的特色心理健康教育课程, 课程开设贯穿于学生校内学习始终, 即大一至大三均开设该门课程。心理健康教师应加大课程改革力度, 教学设计体现学生主体地位, 采用案例教学法、小组讨论教学法、角色扮演教学法、翻转课堂教学法、任务驱动教学法等, 学生灌输心理健康教育重要性的同时, 更要注重教授学生解决普遍存在的心理问题技巧。重视心理测试工作, 根据不同的年级灵活设定测试内容, 因材施教开展教学。例如, 大一时开展学生入学适应、专业学习适应和人际关系适应的相关教学, 大二时开展意志、品质以及价值观塑造等教学, 大三时开展择业就业压力疏导等培训。根据学生的实际情况, 适当穿插教学内容, 比如校园内部分大学生存在吸烟的问题, 在课前将“大学生吸烟”主题的学习内容共享到教学平台, 学生自主学习相关内容, 并完成课前作业。课中设置了抽烟利与弊的探讨, 学生普遍表达自己的观点, 发现了一些共性问题, 如提神、无聊等, 学生在表达观点时对自身有一定的调节作用。

四、结语

心理健康教育是高职教学教育工作中极为重要的一部分, 针对存在的学校缺乏重视、师资力量薄弱、学生缺乏心理咨询意识等问题, 高职院校需提高重视程度, 通过开展丰富多彩的校园活动、加强师资队伍建设和建立健全心理健康工作机制等措施, 促进高职大学生身心健康的发展。

参考文献:

- [1] 吕文婷. 当代大学生心理健康问题及教育创新提升策略[J]. 黑河学刊, 2020, (3): 78-80.
- [2] 孟令安, 陈博, 丁建云, 杨志波. 高职大学生心理健康状况及影响因素研究[J]. 思路文化, 2020, (9): 110-111.
- [3] 钱荣. 职教改革背景下高职院校心理健康教育提升策略[J]. 宁波职业技术学院学报, 2020, (2): 29-33.
- [4] 锁冠侠, 薛小明. 探析高职大学生心理健康教育的路径选择与诊改要素[J]. 高等学刊, 2020, (20): 45-48.

课题名称: 新形势下高职院校大学生心理健康教育创新机制研究

课题标号: 2020QZJ295