

民办高校大学生心理健康教育探索

芦珊

(陕西国际商贸学院 712046)

在新的社会与时代背景下,大学生心理健康教育工作需要开创新的思路,同时也是一项长期而艰巨的任务。要完成这项任务,需要民办高校全体教职员工的积极参与,需要全社会的关心。只有这样,才能有效地解决民办高校大学生心理健康教育中存在的一些问题,促进大学生的身心健康和全面发展。

民办高校作为中国教育事业的有力补充,在我国高等教育发展中发挥着重要的作用。民办高校学生的心理问题具有不同的层次,从一般适应性问题到严重的心理问题或精神疾病都有可能存在,但其中真正有心理障碍的人数很少,大部分学生主要存在的是心理困惑、心理压力和心理矛盾。因此,通过实践探索如何有效地实施心理健康教育,及时发现和化解大学生中存在的心理问题,从而为进一步加强和改进民办高校大学生心理健康教育工作,探索民办高校心理健康教育工作新思路提供参考,是值得思考的问题。

一、民办高校大学生心理健康现状

民办高校大学生的心理健康状况和普通高等院校的学生相差不多,但根据实际情况观察,民办高校大学生存在的心理问题有几方面是比较突出的,像是在就业方面,由于历史发展的原因,民办高校的发展起步比较晚,社会上对民办高校的认可度偏低使得学生在就业的时候面临的竞争激烈,选择面窄,就业压力大。在学习生活方面,民办高校的学杂费和生活费一般都比较贵,学生和家庭的经济负担加重,特别是家庭经济困难的学生,他们为了减轻家里负担,在读书期间可能还要兼职多份工作,耽误了学习时间,同时与普通学生相比也更容易产生自卑心理。在理想与现实方面,因民办高校的办学时间一般比较短,还没有形成深厚的学术文化沉淀,一般来说民办高校都不是学生心目中理想高校的首选,或许因为种种原因,学生来到民办高校就读,会与自己心目中的高校相比较,产生心理落差。

二、民办高校心理健康教育存在的问题

1、缺乏完整的心理健康教学体系

民办高校都把教学任务的重点放在专业学科上,注重培养学生的专业素质能力,而对于学生心理健康教育课程没有足够的重视,上课模式比较传统,课堂气氛比较沉闷,课时比较少,一般都在大一新生中开展心理健康教育,课程不能贯穿整个大学生涯,检验教学的成效多采用考察的方式,这大大降低了开设心理健康教育课程所要达到的目的,反而成了阻碍心理健康教育工作的绊脚石,不利于学生身心健康发展。

2、专职人员配备不到位且培训不足

国家要求一所普通高等院校专职心理健康教师的比例是2:5000,这要求很多民办高校都不达标,而且很多心理健康老师都是由辅导员兼职的,兼任的心理老师可能本身就不是学习心理学出身的,缺少专业的心理学知识,降低了心理教育的专业性。学校对于心理健康教育的培训投入也较少,使得教师的知识水平提升慢。

3、心理健康教育与德育考核混淆

目前民办高校还是把德育考核放在首位,心理健康教育归属德育教育其中一部分,但德育考核更注重的是对学生思想、政治、道德方面的教育,心理健康教育则更注重学生心理素质,精神方面的教育,两个侧重点不用,不能简单的把心理健康教育等同于德育教育,这样将会很难发挥心理健康教育的重要价值。

三、民办高校学生心理健康教育工作的思考

1、更新心理健康教育理念

新媒体是“互联网+媒体”的产物。移动互联网时代,传统的心理健康教育受到了明显阻碍。面对互联网时代民办高校大学生不断提高的心理健康教育需求,民办高校的心理健康教育者更应该与时代接轨,摒弃传统教育理念中的糟粕,用新思维新意识将新媒体更好地与心理健康教育融合。心理健康教育者可以通过互联网发放问卷进行调查,在了解学生的心理困惑之后,利用新媒体环境并结合相关传统教育模式进行合理规划。比如以面对面的心理教育、心理疏导为主,以网络教育、网络咨询为辅,两相结合,互为补充[2]。同时,心理教育者也应了解新媒体环境的复杂性,明确不当使用会对学生造成的不良后果,从而引导学生辨别各类有害信息,选择浏览健康向上的心理资讯,从而帮助学生树立正确的世界观、人生观和价值观。

2、建立完善心理健康教育组织机构

政府教育部门和学校方面都应加大对心理健康教育课程和科研方面的经费投入与重视,为更好的实施心理健康教育提供了强有力的支持。成立大学生心理健康咨询辅导中心,逐步形成以心理健康专、兼职教师为主体、专职辅导员为骨干、班级学生心理委员“机体”的工作格局,建立二级分院心理健康辅导站、班级心理委员、宿舍心理信息员四级心理健康教育网络。制定了心理健康教育管理制度,根据上级有关规定,结合学院工作实际,建立心理健康工作四级网络体系、明确心理危机干预实施方案、以及心理咨询师工作职责,全面保障心理健康教育工作的开展。

3、提升工作队伍专业水平

提高心理健康教育与咨询工作水平心理健康教育是一门专业性很强的工作,要不断提高教师和心理咨询师的专业素养。通过这种方法心理健康教育教师可以在进行本职工作的同时兼顾向专业化发展的趋势。教师首先必须有从事心理健康教育必须的基础知识,除此之外还应具有实践性的知识储备。改善心理健康教师待遇低,职称评审无保障的局面。就民办高校来说,还没有专门针对民办高校心理健康教师职称评审的条款,心理健康教师的流失主要是待遇和职称方面无法得到保障。所以急需通过相应的政策完善各种保障机制,提高心理工作者的积极性,确保心理健康教育开展的效果,促进民办高校心理健康教育工作的有序发展。

4、创新心理健康教育模式

通过心理测试、角色扮演、心理小游戏等方式,或推荐相关音乐和电影激发学生的学习兴趣,使其不由自主地投入到心理健康教育课程的学习之中。这种学习方式可使学生带着问题进课堂,从而促使他们在课程的学习过程中不断探索。体验式教学可在具体理论的讲解中穿插各类团体训练活动,且活动的设计也符合课堂所讲解的内容。传统的心理教育模式不注重反馈这一环节,而这恰恰是对心理教育进行完善和改进的必要环节。利用网上问卷、APP等让学生自主评价上课内容、课程形式和教学效果等,并允许学生提出相应的建议,这对于教师改进教学内容,制订出切合民办高校大学生特点的心理教育体系尤为重要。民办高校要做好心理健康教育,受课堂容量所限,必须发展第二课堂。通过微课、MOOC等方式,学生可以在网上自主学习心理健康教育的相关内容并进行体验。