

构建“六全”模式，全力守护学生心理健康 ——广西某高等专科学校学生心理健康教育工作实践

卢文忠

(广西幼儿师范高等专科学校)

摘要: 首先分析大学生心理健康教育的背景,接着从课程教学全覆盖、心理普查全过程、咨询服务全天候、日常活动全渗透、心理调查全方位、危机干预全参与(简称“六全”模式)六个方面阐述广西某高等专科学校(以下简称“学校”)学生心理健康教育工作实践模式,最后对“六全”模式进行总结与反思。

关键词: “六全”模式;大学生心理健康;总结与反思

心理健康教育是提高大学生心理素质、促进其身心健康与和谐发展的教育,是高校人才培养体系的重要组成部分。学校致力于构建“六全”模式,全力守护学生心理健康,是新时代使然,是高校使命使然。

一、大学生心理健康教育背景分析

随着经济社会的发展,大学生面临的环境越来越复杂,面对的挑战越来越多,心理问题也日益凸显。我国 2020 年心理健康蓝皮书《中国国民心理健康发展报告(2019-2020)》显示,大学生中有 18.5%有抑郁倾向,有 4.2%有抑郁高风险倾向,有 8.4%有焦虑倾向。大学生跳楼、跳水、服药、割腕等自杀等事件屡见报端。党和国家高度重视大学生学生心理健康教育工作,2018 年 7 月,中共教育部党组印发《高等学校学生心理健康教育指导纲要》(以下简称《纲要》)。《纲要》要求根据学生身心发展规律和心理健康教育规律,科学开展心理健康教育工作。同时,要注重方式方法创新,分层分类开展心理健康教育,满足不同学生群体心理健康服务需求。2021 年 7 月,教育部办公厅发布《关于加强学生心理健康管理工作的通知》(以下简称《通知》)。《通知》指出,要进一步提高学生心理健康工作针对性和有效性,切实加强专业支撑和科学管理,着力提升学生心理健康素养。面对大学生心理健康突出问题,学校以《纲要》和《通知》为科学指引和根本遵循,在《纲要》提出的“教育教学、实践活动、咨询服务、预防干预‘四位一体’的心理健康教育工作格局”基础上,构建了“横向到边,覆盖全面;纵向到底,全员育人”的大学生心理健康教育“六全”模式,全力守护学生心理健康。

二、“六全”模式的运用分析

面对新形势,根据政策要求,结合学生特点,以提高大学生心理素质,促进其身心健康和谐发展,着力培养德智体美全面发展的社会主义建设者和接班人为出发点,学校从课程教学全覆盖、心理普查全过程、咨询服务全天候、日常活动全渗透、心理调查全方位、危机干预全参与六个方面进行了具体探索和实践。

(一)课程教学全覆盖

教学是学校的中心工作,课程是教育的重要核心载体,是育人、教学质量提升的主要渠道。《纲要》强调,要健全心理健康教育课程体系,把心理健康教育课程纳入学校整体教学计划,对新生开设心理健康教育公共必修课,实现大学生心理健康教育全覆盖。学校贯彻落实《纲要》要求,将《大学生心理健康教育》列入人才培养方案,设置为公共必修课,共计 32 个课时 2 个学分,面向大一新生分 2 个学期开设,每个学期 16 个课时。课程结束后,进行考核,成绩合格才能毕业。课程主要通过理论教育、活动体验、行为训练、团体辅导、案例教学、心理情景剧表演、观看影视、网络学习等多种形式进行。同时,学校紧扣“幼”、“师”和女生居多的特点,由

分管校领导带领心理健康教育专任教师、心理健康教育与咨询中心(简称“心康中心”)专职人员、二级心理健康工作站负责人、辅导员和班主任等有关人员共同编写了《心海导航:大学生心理健康教育》校本教材。教材主要包含自我意识、人格塑造、人际交往、情绪管理、学习心理、恋爱心理、挫折应对和生命教育等专题,使得心理健康教育更加贴近生活、贴近实际、贴近学生,提升心理健康教育工作实效性。总之,通过心理健康教育课程教学全覆盖,形成了人人学习心理健康,人人熟悉心理健康,人人关注心理健康的良好局面,为有效开展心理健康教育奠定了基础。

(二)心理普查全过程

心理健康普查是做好大学生心理健康教育的前提和基础。为精准掌握学生心理状况,实现分类指导,将心理健康教育工作做实、做细、做出实效,学校采购了专业的心理健康普查系统。每年 10-11 月对大一新生开展心理普查,每年 4-9 月对大二、大三学生进行跟踪调查,从而实现学生在校期间全过程心理普查。通过心理普查,建立全体学生心理健康状态档案。同时还根据疫情、考试等极有可能造成心理问题的事件进行有针对性的调查,建立起动态的学生心理健康状态信息库。学校心康中心、辅导员、班主任精确掌握学生心理健康状况,及时对预警学生提供精准的心理咨询和辅导服务,并定期追踪复查,随时掌握学生“心情晴雨表”。总之,通过定期普查和有针对性的调查相结合,让学生全程沐浴心理健康教育的阳光雨露,根植沃土,向阳而生,逐光而行,茁壮成长。

(三)咨询服务全天候

心理咨询是心理健康教育的重要组成部分。为了应对学生各种心理问题,提供有效的心理咨询、心理辅导、心理纠正等服务,促使学生健康成长,学校致力于构建“学校—系部—班级—宿舍”四级全天候的心理健康教育管理与咨询服务体系。首先,成立了由校领导担任组长,副校长担任副组长,有关职能部门负责人、系部书记担任成员的学校心理健康教育工作领导小组,整体统筹学校心理健康教育工作的开展。另外,成立了由学工处牵头,专兼职人员组成的心康中心。心康中心主要负责落实上级有关心理健康教育工作的政策和要求,执行学校心理健康教育工作领导小组的决议,统筹学校心理健康教育与咨询工作,建设“四级”心康工作队伍,指导系部二级心康工作站工作和提供心理咨询、心理辅导和危机干预等心理健康服务等。心康中心设有预约热线,为有需要的学生提供全天候预约服务。同时,还设有 QQ、微信、信箱等多种更具个性化的预约、咨询服务渠道。心康中心安排有专兼职老师 24 小时值班,设有预约咨询室、阅览室、个体和团体咨询室、团体活动室、情绪宣泄室、沙盘游戏治疗室、音乐放松室、心理测评室等功能室。其次,在系部建立二级心理健康教育工作站。每个系部由具有心理学

专业背景或者受过专业心理辅导训练的系部领导或辅导员担任二级站负责人。二级心理健康教育工作站主要落实学校心理健康中心布置的各项工作,组织系部学生开展“3.20”心理健康活动周、“5.25”心理健康活动月、班级心理委员培训和心理健康普查、调查等活动。辅导员、班主任、心理健康教育专任教师等系部心理健康教育队伍全天候值班,随时为学生提供心理健康服务。同时在团总支设立心理健康部学生组织,协助学校心理健康中心和系部二级心理健康教育工作站开展心理健康教育有关活动。第三、在各班级设立心理委员。班级心理委员在二级心理健康教育工作站的指导下,具体负责班级学生的心理普查和日常心理健康教育等工作。第四,在宿舍设立心理健康观察员。宿舍心理健康观察员主要负责观察宿舍成员的心理状况,当发生心理危机事件时,能第一时间反馈给辅导员,以便第一时间做出处理。总之,通过快速高效的“四级”联动机制和暖心的24小时咨询服务服务,为同学们的心理健提供了全天候守候“心理健康110”真情服务,守护同学们的心理健。

(四) 日常活动全渗透

活动是学生工作的重要组成部分,心理健康教育离不开丰富多彩的活动。学校十分重视心理健康教育活动的开展。一是全力做好“3.20”心理健康活动周,“5.25”心理健康活动月系列活动。主要有“生命之旅”、心理微电影、心理情景剧、榜样“她”力量沙龙、“爱要大声说”心语分享、“心灵羽翼”读书分享会等活动。在活动中传递生命之贵,心态之诚,大爱之暖,让学生在活动中中学会尊重生命,理性平和,追求阳光。二是组织“同向同行,育心化人”学工队伍素质拓展训练营活动。育人者必先育己,立己者方能立人。加强师资队伍建,是做好大学生心理健康教育工作的关键。学校依托素质拓展训练营,每学期邀请专业人员到学校素质拓展训练营给辅导员、班主任、心理健康专任教师等心理健康教育有关教师开展培训活动,提高大学生心理健康教育队伍的身体和心理素质,提高服务意识和心理辅导服务质量。三是加强日常宣传教育活动。充分利用网站、宣传栏、宣传手册等宣传心理健康知识,传递心灵鸡汤。四是积极开展“互联网+心理健康教育”活动。随着互联网成为新宠,学校顺势而为,借势而进,造势而起,乘势而上,积极开展“互联网+心理健康教育”活动。通过网站、微信、QQ群、云班课等推送心理微电影、心理健康美文欣赏、大学生心理防护手册、新生心理适应宝典等,让心理健康教育触手可及,让心灵之光照亮成长之路。

(五) 心理调查全方位

调查研究是谋事之基、成事之道。没有调查,就没有发言权。为了充分了解学校心理健康教育工作的“所得”“所失”“所缺”,完善心理健康教育工作,提高心理健康教育工作质量,学校定期开展全方位的心理健教育工作调查。主要通过调查问卷、座谈会、信箱反馈、电话反映、网络留言、专家诊断等方式进行收集意见,听取建议。最后,凝心聚力,改革完善,形成整改方案。通过全方位的心理健教育工作调查,一方面,改变了师生对心理健避而不谈,谈“心”色变的忌讳、畏惧状态。另一方面,端正了师生对心理健问题的态度,凝聚了共识,形成师生齐关心、齐支持心理健教育工作的良好局面。

(六) 危机干预全参与

危机常常是出人意料、突如其来,具有不可控制性。学校十分重视心理危机干预工作,制定了《心理危机干预实施方案》,明确了危机干预的工作制度、操作流程和各部门的工作职责。构建分层负责、多方联动、多管齐下、协调高效的危机干预机制。一是在“四

级”联动机制下,迅速反应,辅导员接到学生心理危机信息后,第一时间联系校医室,并赶赴现场,掌握第一手材料,即时采取应对措施,控制事态扩大。二是辅导员及时将学生心理危机情况向系部领导汇报。系部作出决策,并上报学工处和心康中心,让心康中心更专业的人员介入心理危机干预。三是辅导员及时与家长沟通,取得家长的支持和配合。父母是孩子的第一任老师,对孩子的情况更为了解。从父母那里,我们将获得更多的信息,特别是当事人的病史和近期突发情况等。另外,父母赶赴现场,有亲人的陪伴,学生会更放心,同时还有利于第一时间对危机事件做出决定,以便及时干预、处理。四是与有关医院联系,做好转介工作。教育部颁发的《普通高等学校学生心理健康教育工作基本建设标准(试行)》要求,高校心理健康教育和咨询机构、校医院、精神疾病医疗机构等部门之间建立科学有效的心理危机转介机制。学校与医院保持良好的“合作”关系,当需要转介时,能够第一时间安全转介,使得患者得到及时、专业的治疗。

三、“六全”模式的总结与反思

实践表明,“六全”模式突出育人导向,紧扣立德树人根本任务,聚焦心理健康突出问题,着力构建“横向到边,覆盖全面;纵向到底,全员育人”的四级联动机制,全力守护学生心理健。

(一) 横向到边,覆盖全面

《纲要》要求“心理健康教育的覆盖面、受益面不断扩大”。在“六全”模式中,一是通过将心理健康教育纳入人才培养体系,实现心理健康人人覆盖。心理健康教育成为全体学生的必修课,硬指标,学生不但要修,而且要修好。通过课程设置,使得心理健康教育进教材、进课堂、进校园、进心灵。二是通过心理普查,实现了学生人人建档立卡。学校要求全体学生参与心理健康普查,建立大学生心理健大数据库。总之,通过“课程教学全覆盖”“心理普查全过程”,实现了心理健康教育横向到边,覆盖全面的目标。

(二) 纵向到底,全员育人

《通知》要求“高校要健全完善‘学校-院系-班级-宿舍/个人’四级预警网络”。“六全”模式是在“三全育人”的理念上建立起来的。致力于构建“学校心理健康中心-系部二级心理健康工作站-班级心理委员-宿舍心理健康观察员”四级心理健康教育联动机制。形成层次分明,职责明确,多方联动的机制。特别是“危机干预全参与”过程中,体现了纵向到底,全员育人的功能。

(三) 协同不足,尚待加强

实践表明,在“六全”模式中还暴露了一些问题,主要体现在协同不足,尚待加强。一是部分家长不配合,隐瞒患者关键信息或者未尽监护人应尽责任。对儿女不关心,不照顾,不配合治疗。存在“推”“等”“靠”现象。二是部分学生隐瞒病史、病情,不主动就医治疗,不配合学校管理。存在“赖”“等”“靠”现象。

总之,大学生心理健工作直接关系到学生身心健与成长成才。学校致力于构建“六全”心理健教育模式,为培养学生积极向上的健康心态保驾护航。然而,探索永无止境,“六全”模式也将在实践中得到进一步完善。

参考文献:

- [1]教育部.高等学校学生心理健康教育工作指导纲要[EB/OL].
- [2]杨波.构建“六全”新模式 开创德育“心”局面——徐州市心理健康教育工作实践[J].江苏教育,2021.2

作者简介:卢文忠(1984—),男,广西桂平市人,广西幼儿师范高等专科学校学前教育系党总支副书记、副教授。主要研究:大学生心理健康教育。