

后疫情时代心理疏导在地方高校国际教育与管理中的应用研究

罗诗庆

(广西师范大学 广西桂林 541004)

摘要:现阶段我国的疫情防控工作已经步入了常态化状态,正处于后疫情时代。近年来疫情对社会的各行各业都造成了一定程度的影响,特别是我国的地方高校的教育。境外国际学生的网络学习存在时差,容易导致作息和生活不规律、时间概念模糊和自我控制力下降,长期持续会产生烦躁、拖延、心理空虚等负面情绪。线上教学方式的局限性,网课学习效果不尽如人意,正常学习生活恢复时间的不确定性也会引发国际学生的焦虑。虽然中国国内疫情得到了有效控制,但境外输入形势仍然严峻,国际疫情的持续蔓延和防控措施也不容乐观。在现阶段的高校中国际学生的心理状态与疫情之前的心理状态有着本质性的差别,既有着对复学之后自己学业的担忧,又有着对在居家时期身心状态未能充分调整的不满情绪。因此,国际学生的心理状态是不稳定的,在这种背景下心理疏导便应运而生。在目前的地方高校国际教育与管理过程中,应用心理疏导,在一定程度上可以使高校国际学生及时的调整心理状态,以便于使学业步入正轨。本文即是在此基础上对心理疏导在地方高校国际教育管理过程中进行的应用研究,仅供相关领域的专业人员参考分析。

关键词:后疫情时代;心理疏导;国际教育与管理

引言:突如其来的疫情不断地威胁着人们的身心健康,同时也考验着人们的心理素质,至今这种影响仍未被消除。在疫情期间,我国的地方高校普遍已经利用了心理疏导在线课程以及心理热线等形式为广大高校国际学生提供高效的服务,以便于改善国际学生的心理状态。在地方高校的国际教育管理过程中应用心理疏导这种方法的效果不言而喻,它既能解决国际学生对未来所担忧的根本问题,又有利于维护社会的安全稳定。因此,对后疫情时代的心理疏导在地方高校国际教育管理中的应用进行研究可以更好地为相关领域的研究提供充足的理论依据,以此来更好地发挥出心理疏导所具备的别具一格的潜能。

一、后疫情时代心理疏导与地方高校国际教育与管理相关概述

(一)心理疏导的定义

心理疏导,顾名思义,即是指对心理情绪的开通引导,它不是具体指代某一种职业而是指一项特定的岗位技能,现如今心理疏导已经被应用在很多相关的职业领域,例如:管理工作、教育工作等,目前应用最广泛的领域便是教育领域。由于学生时代个人情绪处于明显的波动期,因此通过心理疏导便可以对相应的情绪问题以及日常生活中遇到的困惑进行排解和引导,以便于改善学生的身心健康。心理疏导与心理咨询存在着根本性的区别,心理疏导的主要流程便是聆听人员的讲话内容,对内容进行区分、做出相应的提问、最后便加以反应与着重引导,它可以充分为高校学生排忧解难,因此其作用不容忽视。

(二)后疫情时代地方高校国际教育与管理

所谓地方高校国际教育具体指的便是与世界的主流文化价值观相接近的一种人员培养方式,它具体的内容包括了各种课程的安排以及与之相对应的教学平台建立。国际教育过去只单单被认为是出国或来华留学,但是随着受到的疫情影响,在地方高校的国际教

育与管理中不仅只具备出国或来华留学这一特点,它还属于一种文化交流与传承的一个主流分支,因此各地方高校的国际教育与管理就不能只理解为拿文凭。在后疫情时代的地方高校国际教育与管理中应用心理疏导可以使国际教育与管理的特点更加突出,实现国际教育与管理开展的开展目标。

二、后疫情时代在地方高校国际教育与管理中应用心理疏导的必要性

关注国际学生作为主体在后疫情时代所面临的心理问题,尊重其特有的积极或悲观的心理状态,积极引导其从担忧、焦虑、缺乏安全感等消极的心理状态向冷静、乐观、阳光等积极的心理状态转变,突显和实现了“以人为本”的精神,有着重要意义。

(一)心理疏导是地方高校国际教育与管理的有效途径

在后疫情时代,现如今的高校国际学生由于处于年龄发展的黄金阶段,情绪较为不稳定,容易以自我为中心,从而出现心理上的叛逆行为。因此,通过进行充分的心理疏导,便可以适应国际学生的内心需求,从而达到教育国际学生的目的。与此同时,心理疏导也符合国际学生的自身发展方向,更能从心理上充分把握住国际学生的心理思想观念,针对国际学生会产生的问题,经过有效沟通后打开国际学生内心中的心结,从而使高校的国际教育与管理得以充分实现。因此心理疏导不失为是一种有效的实现途径。

(二)心理疏导有助于降低疫情对国际学生心理健康的影响,有效缓解国际学生的应激反应。

疫情期间由于教育方式、学习方式、学习环境的转变,其学习状态和生活活态都发生了巨大的变化,极易对国际学生的心理产生巨大的影响。他们在短时间内容易出现诸多心理应激反应,例如紧张、焦虑、恐惧、悲观、烦躁、抑郁等不良心理反应,对其进行心理疏导能有效帮助国际学生缓解、抚平因疫情产生的负面心理情绪,积极引导其理性平和、积极向上与心理和谐的心态。因此在后

疫情时代当充分地运用心理疏导后,就可使国际教育与管理充分地深入人心,打开国际学生的学习症结,解决国际学生在教育过程中遇到的各种问题,从而使有关的教育工作能够落到实处,发挥出原本应具有的理想效果。

(三)通过有效的心理疏导可以提升国际学生在线学习的专注力及学习能力

在长期居家学习的环境中,国际学生较易受到身边家庭环境的影响而导致学习专注力下降,学习效果不理想。此时心理疏导就显得迫在眉睫,用科学有效的方法对学生进行引导,使其在线学习的过程中有归属感,保持较高的学习积极性,进而达到提升学生学习专注力与学习能力的目的,促进学生的自我成长。

(四)在以提质增效为宗旨的来华留学大背景下,国际学生的心理健康教育本身就是提高来华留学教育质量中必不可少的重要环节。

在国际化教育竞争日趋激烈的背景下,地方高校要想长远发展国际教育事业,必须要提高自身的竞争优势。在地域优势、名校效应等硬件短期内难以改变的情况下,课程设置、招生宣传、管理水平等软件则可以通过自身的努力在短期内可以提长。其中关爱国际学生,提高国际学生的心理素质,是软件提升的有效通道之一。

(五)应用心理疏导可使高校国际学生在国际教育与管理的过程中实现人格的自我完善

“良好的品格是成功的一半”,在高校培养国际学生树立正确的价值观、人生观至关重要。通过应用心理疏导的方法便可以根据国际学生的性格与心理特点而实现对其的人格塑造,从而纠正有思想障碍的国际学生,使国际学生的心理素质在一定程度上得到增强,最终便完善了国际学生的人格,提升了其基本的道德素质。其次,通过心理疏导便可以使青春期的国际学生克服内心的矛盾,实现应有的正确心理状态认知,摆脱不良情绪,从而更好地融入到学习生活中。

三、后疫情时代在地方高校国际教育与管理中应用心理疏导的过程中存在的问题

(一)高校国际学生对心理疏导不重视,思想观念有待完善

首先在后疫情时代开展心理疏导的过程中不同地区的高校对心理疏导的运用不重视。这主要是由于受到了传统的教育观念影响,而使得教育工作者不注重心理疏导,心理疏导在实际的地方高校国际教育管理中无法起到充足的实际效果,例如:高校把国际学生在过去疫情中遇到的心理问题当做极个别的性格现象,而不对其进行合理的引导,使得国际学生的心理问题长期得不到解决,由此形成了郁郁寡欢、孤僻的现象。其次,地方高校将心理疏导当做是一种对心理疾病的治疗,使得往往会出现小题大做的现象,不能够充分理解国际学生内心的矛盾,造成国际学生的在日的国际教育与管理授课过程中的学习效率不高,因此解决这问题至关重要。

(二)高校在国际教育与管理中应用心理疏导的相关机制不完善

首先,个别的高校在后疫情时代的国际教育与管理中应用心理疏导的疏导机制不完善,这是影响心理疏导运用的直接性因素。由于我国的心理疏导发展相对缓慢,因此在个别的高校中还没有建立

出完善的相关机制。例如:高校缺乏从下到上的梳理机制,使得在国际教育与管理中运用心理疏导不便捷,国际学生在出现心理问题后,并不能及时地找到专业性的心理疏导教师,从而使国际学生产生出很多心理问题,无法直接向心理疏导老师陈述,这在一定程度上便影响了国际学生的身心健康。其次,在个别的高校中,对于心理疏导机构的建设也不完善,在一所高校中,只有一个至两个心理疏导咨询室,是无法满足国际学生的实际需要的,因此这在一定程度上便影响着高校心理疏导工作的正常开展,因此改善这些问题是当务之急。

(三)高校应用心理疏导成果不明显,方法有待进一步提高

这主要指的是高校在后疫情时代的国际教育与管理中应用心理疏导的效果不高,方法有待于进一步提高。在高校的日常教学过程中,解决国际学生的心理问题主要依靠的是心理疏导咨询室,而在实际的心理疏导过程中,存在着形式主义的现象,例如:从心理疏导的内容上心理疏导教师并不能依据高校国际学生在疫情中产生的实际问题化解国际学生的思想障碍以及心理矛盾,只是采用以往传统的谈话疏导方式,因而无法使心理疏导工作达到教育国际学生的目的。其次,在进行心理疏导时,进行心理疏导的方式主要采用理论式分析的方式,而实际的实践过程则相对较少,缺乏相对的针对性,这便造成心理疏导工作在高校处于一种尴尬的境地,无法起到实际的心理疏导效果。如此便在一定程度上影响了国际学生的学习状态,使其学习积极性不高。因而解决这问题可从根本上取得在教育过程中事半功倍的效果。

(四)高校缺乏高素质的心理疏导人员,疏导效果有待提升

首先,地方高校的教育工作者与国际学生的日常接触最多,而教育工作者的主要职责便是管理国际学生的日常学习过程。但是,随着现如今时代的发展,对教育工作者的要求也越来越高,教育工作者在心理疏导方面的能力相对不足,因此在后疫情时代实际的地方高校国际教育管理过程中应用心理疏导效果并不高。例如:高校实际的心理疏导人员不是专业心理学的教师,在日常工作中缺乏与之相对应的专业知识而不能够用灵活的心理疏导方法疏导高校国际学生,造成部分国际学生的心理问题被搁置,无法通过有效沟通加以解决。因此在实际的地方高校国际教育与管理过程中的运用效果收效甚微。

(五)疫情影响,线上国际教育与管理存在一定的困难,心理疏导效果不佳

由于疫情影响,境外国际学生只能通过线上完成课程学习。为了兼顾所有国际学生,大部分地方高校国际教育采取线上、线下结合的形式进行。高校任课老师,更多的考虑是如何完成自己的教学任务,没有从心理学角度分析线上、线下国际学生的不同心理需求。而且,线上教育与管理,师生间的互动不够,无法真正了解到国际学生的真实情况,这对国际学生的心理疏导存在一定的困难。哪怕教师做线上教育与管理,效果肯定也没有线下做的好。

四、在后疫情时代在地方高校国际教育与管理中更好地应用心理疏导的方法

(一)改变国际学生思想观念,重视心理疏导

“思想观念决定一个人的日常行为”,首先若想提升在后疫情

时代的地方高校国际教育管理中应用心理疏导的效果,就要使国际学生在思想观念中接受心理疏导。通过转变国际学生的思想观念而抛弃对于传统的心理偏见。例如:高校心理疏导工作者定期对国际学生进行心理素质教育,主动找国际学生进行心理疏导,从而使高校国际学生在国际教育管理中克服自身的心理障碍,乐于接受心理疏导,如此便可使国际学生能够将心理疏导当做日常教育过程中的一部分,当有了这种观念认识后,便可轻易地解决国际学生在思想上以及心理上遇到的各种矛盾障碍,打开国际学生的心结,最后使国际学生能长期保持心理健康,促进身心成长。

(二)完善心理疏导机制,构建高校心理疏导环境

美国作家杰弗逊曾说“没有制度的国度是混乱不堪的”,在地方高校的国际教育与管理中同样如此。目前针对国际学生群体心理疏导的内容建设不够。不同于国内大学生心理健康的心理疏导内容,针对后疫情时代国际学生所面临一系列心理困惑与问题,需对其进行专业且有效的分析。因此,在后疫情时代,创建一套适合国际学生心理疏导的机制势在必行。例如:高校通过设立疏导机制,将心理疏导的过程,列入日常的规章制度中,当国际学生出现心理问题时,按照心理疏导的制度过程,找到相应的心理疏导人从而加以引导。此种方法具备有一定的专业性,可减轻心理疏导工作人员的日常压力,更可以为一些不善沟通的国际学生提供一定的便利。因此这种方法对于提高心理疏导的运用具有高效性,可谓是一举两得的方法。

(三)应用创新策略,实现合理疏导

著名教育学者陶行知说过“方法决定效果”,首先在后疫情时代,地方高校国际教育与管理过程中应用心理疏导,首先应创新策略,例如:在人文关怀的基础上进行心理沟通和疏导,以及时缓解他们的压力。针对尚未返校的国际学生,可通过形式多样的线上活动进行。改变传统的心理疏导教育模式,采用针对性、科学性的疏导方式,针对国际学生的个体差异设立专定的心理疏导部门,从而分类疏导,如对那些受疫情影响的国际学生由专业的心理疏导教师进行疏导教育,使其摆脱疫情阴影,而对那些因就业而产生心理问题的国际学生,采用专门的就业指导老师来进行心理疏导。其次,还可采用现如今高科技的技术,通过构建心理交流的网络平台,如微信、QQ等交流软件,利用线上讲座、线上主题班会、线上集中问答等多种国际学生乐于接受的方式对学生进行全方位、多维度的人文教育,请学生多发言、多提问和多分享,不仅有助于学生释放压力,形成健康乐观的态度和积极向上的精神面貌,也有助于老师及时了解和掌握学生的情况。

(四)提升心理疏导人员素质,创建优秀师资队伍

地方高校的心理疏导教师也是高校重要的组成人员之一,在日常的国际教育与管理中起着不可忽视的地位。在后疫情时代,心理疏导人员的素质直接影响着心理疏导的效果,关系着高校国际学生的成长,因此若想提升心理疏导的运用效果,就要创建优秀的师资队伍,例如:组建“留管人员+对外汉语教师+心理专业教师”三位一体的心理健康辅导团队,定期对国际学生管理人员和一线教师开展必要的心理健康知识培训,为面向国际学生的心理疏导工作打下

必备的理论基础。只有具备了一定的心理健康知识,掌握了相关的工作方法和技巧,才能对国际学生的心理健康状况具备敏感度,在第一时间发现国际学生的情绪异常和心理问题,并及时对其进行有效的心理疏导。提升心理疏导人员的工作综合能力,通过高校自身建立相应的人才招纳制度,招聘到一些高素质的专业人才,从而增强心理疏导的运用。其次,要在实际的教学过程中注重沟通,言传身教,对国际学生讲述心理疏导的作用,从而从根本上既能使心理疏导人员的素质得到提升,又可使国际学生在潜移默化中形成对于心理疏导的理解,最终使心理疏导工作者对国际学生的工作游刃有余。如此方法既增强了心理疏导人员与国际学生的感情,又可进一步提升国际学生的学习能力,促进其身心健康的发展。

(五)适时心理健康排查,关注重点对象,做到及时心理疏导

在后疫情时代下,地方高校任课老师、辅导员和管理员,要提高国际学生心理健康辅导的意识,加强教育与管理力度,发现学习状态不佳或者学习积极性不高的国际学生,要及时进行心理筛查和疏导,发现问题,及时解决和处理。国际学生心理问题,如果得不到及时解决,很容易引发心理健康问题,从而影响国际学生的学习和生活。有效的评估和排查是进行心理疏导的前提和基础,能确保心理疏导的针对性和有效性。在疫情易催生心理问题的特殊时期,国际学生管理人员要关注国际学生的心理发展,定期对国际学生的心理状况进行摸底和排查,及时掌握国际学生的心理动态和发现国际学生的心理问题,在综合研判的基础上形成对较为全面和精准的心理评估。根据排查和评估结果,分级分类制定相应的心理疏导措施。对于有严重心理困扰和心理危机倾向的国际学生,尤其要重点关注,并采取多种方法及时进行有效的心理疏导。

结束语:

总而言之,在后疫情时代在地方高校国际教育与管理中应用心理疏导仍要走过一段漫长的道路。目前,我国的高校国际学生在学习生活中遇到的心理问题已经在一定程度上影响到了国际学生的学习生活。因此,在应用心理疏导时就要“以人为本”,从国际学生的根本利益出发,完善学校的教学机制,改变传统方式,采用创新的方法,从而实现心理疏导的效果,使国际学生能够全面发展,健康茁壮地成长。

参考文献:

- [1] 英雯. 后疫情时代积极心理学在国际国际学生心理健康教育工作中的应用初探[J]. 年轻人, 2021(12):99,133. DOI:10.12214/j.1003-9147.2021.12.092.
 - [2] 陈琴,孔金. 基于积极心理学的高职院校大国际学生心理健康教育模式构建研究[J]. 滁州职业技术学院学报, 2019,18(2):19-23. DOI:10.3969/j.issn.1671-5993.2019.02.006.
- 课题: 2021年广西高校大学生思想政治教育理论与实践研究重点课题(心理健康教育类): 后疫情时代心理疏导在地方高校国际教育与管理中的应用研究, 课题编号(2021MXZ022)
- 作者简介: 罗诗庆(1978-), 男, 汉族, 广西玉林人, 职称: 助理研究员, 学历: 硕士, 单位: 广西师范大学, 单位邮编: 541004, 研究方向: 教育管理。