

心理干预在大学生社会实践能力培养中的应用分析

许志鹏

(牡丹江医学院 黑龙江牡丹江 157011)

摘要:基于心理健康对大学生的社会实践能力提升有促进作用,所以,研究心理干预在大学生社会实践能力培养中的应用,可对大学生的实践行为、心理状态、思想观念、情绪调节等方面进行综合培养,可实现复合型人才的培养目标。因此,从大学生心理危机类型着手,分析结合大学生心理危机类别及影响,并从理论教育、思维引导、实践活动的家都,对大学生的社会实践能力进行培养。通过心理干预,了解大学生的心理动态,将心理教育与社会实践教学结合在一起,旨在实现大学生社会实践能力的进一步提升。

关键词:心理干预;大学生;社会实践

引言:大学生社会实践能力的培养,要从大学生心理、行为等角度,对大学生整体素质进行培养。心理干预工作的开展,对大学生生理、心理、文化素养等角度进行培养,有助于进一步提高大学生的社会实践能力。大学生社会实践能力的培养与提升,以学生的自我学习能力、实践能力、自信心的综合培养为目标,在大学生日常生活与学习过程中进行心理干预,消除大学生自卑、孤独等消极情绪,有助于进一步提高大学生的社会实践能力^[1]。在这一背景下,结合大学生社会实践中遇到的难点以及心理障碍,采用心理干预的方式,对大学社会实践能力、心理障碍等进行分析,采用有效的方式进行心理干预,培养大学生面对困难的勇气,提高大学生的理智思考问题的能力,有助于提高大学生的社会实践能力与个人发展水平。

1. 大学生心理危机类别与影响

学习压力危机,大学相对自由的学习环境,降低了大学生的学习紧张感,沉溺于网络、游戏中,对大学生的社会实践与个人发展等会产生直接的影响^[2]。

人际关系危机,大学生的心理素质差异比较大,成长经历相对比较安逸,面对陌生的人际关系,会出现猜疑、自行惭秽等不良情绪。与此同时,部分大学生沉迷于游戏世界、网络聊天过程虚构的人际关系中,对大学生现实中的正常情感、心理情况等会产生很大的影响。在网络视角下,部分大学生脱离现实社会,现实中的人际交流与沟通能力比较弱,且缺少信任感,愈加的依赖网络世界,导致部分大学生出现自闭、抑郁等情况^[3]。

情感困扰危机,大学阶段学生的情感变化比较明显,面对爱情缺乏理智的思考,容易出现心理不平衡的情况,对大学生的生活、工作、情绪、行为等会产生直接的影响。恋爱问题对大学生的人生规划、工作能力等会产生一定的影响,部分大学生的性格比较冲动,且在感情方面不善于表达,虽然学校采用禁止的方式约束大学生的感情新闻给,但是,并不能有效的解决大学生的情感问题。就业心理困境危机,社会实践能力是学生就业的核心技能,在激烈的岗位竞争下,大学生的就业心理出现了变化。一方面,职业需求以及社会人才需求的认识不足,大学生的个人自我定位过高,导致部分大学生无法对当前就业形势有理性的看待,导致出现不满、烦闷、气愤等不良情绪。另一方面,大学生在社会实践中,缺少语言技巧以及竞争能力、专业素养,导致大学生在就业过程中,仍然处于不利地位,心理情绪不稳定,影响大学生的个性化发展^[4]。

2. 心理干预在大学生社会实践能力培养中的主要手段

2.1 思想分析

为锻炼大学生的社会实践能力以及综合素质水平的提升,心理

干预工作在实际发展的过程中,以观察学生的个人动态为前提,结合学生的性格特点,对学生的思想、行为等进行引导,通过大学生的综合能力训练与培养,可实现学生的个性化培养。与此同时,在大学生社会实践训练中,可通过送爱心、下乡、科技扶贫等多种社会性活动的开展,引导学生关注社会事件,并逐步提高学生的行为分析能力以及实践能力。通过组织学生进行科技发明比赛、社会调研等活动,促使学生具有独立精神、改革观念以及实践技能。与此同时,还可以通过开展夏令营、旅行活动等,培养大学生坚强的意识以及竞争观念、互助精神。组织学生参与军训以及体育竞赛等相关项目,并开展勤工俭学、自立自强、自尊自爱等相关的教育活动,对提高心理干预的综合发展水平方面有促进作用^[5]。“吾日三省吾身”视角下,尝试引导并鼓励大学生对自身问题、行为、思维变化等进行审视,可在理论教育与社会实践活动的视角下,帮助学生分析事情的本质,并改变自身的处理方式,提高大学生的社会实践能力。在实现这一目标的过程中,对观念以及行动进行分析,并对事情发生的前因后果进行总结,加深自我认识,提高大学生的自我反思水平。因此,以合理的理论为依据,深刻的了解自己,体现自我学习的最高境界。

2.1 心理引导

利用社会实践活动,帮助大学生了解个人发展需求,并帮助学生树立正确的人生价值观,对提高学生的社会适应力以及个人发展水平等方面有促进作用。社会生活中会出现不平等的情况,所以,大学生可结合自身的个性特征、个人发展需求与人生规划,调整个人观念,通过个人能力训练与思维引导,实现学生的自我评价能力提升。以此为依据,对大学生的品质素养进行培养,提高大学生的综合能力^[6]。大学生心理干预工作的开展,还需要从朋辈教育的角度,以陶行知教育理论为依据,在日常生活中,帮助大学生建立良好的朋辈关系,并通过思维训练以及团体活动等方式,逐步减轻大学生的心理负担,以朋友圈,提高大学生的安全感,针对性的开展心理疏导以及朋辈互助等教育工作,帮助大学生通过正确的心理疏导进行调节,提高大学生的调节能力,树立正确的思想观念^[7]。

2.3 实践引导

通过集体活动的开展,对大学生的日常生活以及思维方式等进行训练,在团队协作训练的视角下,拓展学生的思维,鼓励学生正面对社会实践与问题。教师在利用集体活动对大学生的思维、行为等进行引导的过程中,通过了解大学生的实际情况,肯定大学生自身的优点,帮助大学生消除自卑、自惭、孤独等消极情绪,对提高大学生的自信心有积极作用。组织开展优良风尚等活动,构成团结上进的学习气氛,最大程度的发挥个人潜力,突破自我。因此,大学开展心理干预教育的过程中,考虑到大学生的宿舍生活、实习

生活等,重点关注大学生的内在需求以及个人行为变化,在此基础上,可通过宿舍文化,以校园组织集体活动的方式,关注学生的心理活动变化,如果大学生存在心理障碍,则需要对学生精神思想方面进行引导,提高学生的社会实践能力^[7]。

帮助大学生通过自己的能力改变自身的状况,解决问题,并实现个人的既定目标。自信心是提高大学生个人社会实践能力的关键,所以,结合大学生自身的短板,对社会实践过程、思想观念等进行综合分析,并建立具体的心理干预策略,可实现大学生的心理健康教育水平提升。

3. 心理干预在大学生社会实践能力培养中的实践策略

3.1 建立“三个到位”支撑体系

心理干预是以“曲线救国”为基本思想,帮助大学生摆正思想观念,从社会发展的角度,从心理、思想、行为三个角度,对大学生的社会实践能力进行锻炼,从班级及宿舍层面,开展思想工作,从校园层面,开展社会实践性活动,从社会方面,以校企合作的方式,对大学生的心理、行为、思想观念等进行引导,可实现大学生的社会实践能力、抗压能力的进一步提升。多角度建立心理干预机制,侧重点是从心理辅导、教育机制搭建的角度,对大学生的社会实践活动体验、心理障碍的引导等进行综合培养,通过社会实践活动与心理教育工作的融合,提高大学生的社会实践能力。心理干预的支撑体系是从大学生心理教育的角度,开展专项的心理教育活动,并将心理教育落实到社会实践教学中,可实现大学的社会实践能力提升。

3.2 建立“三项制度”,落实心理干预工作

建立校园、学院、班集体、宿舍结合的心理健康监测、干扰体系,并对心理干预的各个环节紧密的联系到一起,互相交流,形成完整的心理预防工作系统。第一,提高师生之间的交通沟通水平,通过校园文化活动,对校园、校医院、心理辅导老师之间的交流信息进行总结,以此保证心理健康辅导工作的有序开展。第二,成立信息上报制度,结合心理干预的实际情况,对大学生的心理异常情况进行上报与处理,发现大学生的异常心态后,及时诊断、干预与治疗。第三,建立心理干预制度,重点对心理干预过程、心理教育方式等方式进行优化,在教育拓展与心理干预的基础上,对大学生的社会实践能力、沟通交流能力等方面进行重点培养,对大学生的个人行为、社会交流、个人发展等进行综合培养,提高心理干预在大学生社会实践能力培养中的应用效果。

3.3 培养“三支队伍”

社会实践能力培养与大学生心理干预工作的结合,对帮助大学生了解、认识社会有促进作用。结合大学生的实际情况,对大学生的自身行为、观念等进行调整,帮助大学生分析社会环境的变化,并在环境适应的视角下,逐步提高个人发展水平,通过社会实践与能力训练,提高大学生的社会实践水平。心理健康的培养,则需要培养大学生综合能力的基础上,考虑学生心理特征的差异性,转变大学生的思想观念,建立系统化的心理干预机制。例如,建立针对大学生社会实践的调查队伍、心理干预队伍以及监督队伍,利用信息平台,对大学生的社会实践进行实时跟踪,了解大学生在社会实践中的实际情。

积极开展心理干预工作的过程中,建立心理咨询团队、学生会心理辅导组、班集体心理委员会等,将专业的心理干预与大学生的日常生活、学习、社会实践联系到一起,从而提高大学生的心理辅

导效果。心理咨询团队是以专业成员构成,针对大学生整体的社会实践能力、个人发展等进行统筹管理,并对大型、专业的心理咨询活动进行策划与落实,定期开展专业的心理辅导讲座、社会实践活动等,提高大学生心理干预的专业性与规范性。学生会心理辅导会则是以学生会为主导,对大学生的心理动态变化、社会实践需求、个人发展等进行信息采集与整理,并通过心理教育工作的开展,提高学生会心理教育中的地位与价值。班集体心理委员会则是在社会实践的目标下,对大学生的心理干预活动进行组织与通报,提高心理干预与社会实践活动的执行力。三个体系建立联动机制,并建立协同交流机制,并提高社会实践能力训练的综合水平。

3.4 社会实践与心理干预的融合

在社会实践能力培养的过程中,以心理干预为核心手段,开展社会实践活动,并将社会实践与心理健康知识结合在一起,针对大学生的情感观、世界观、价值观、文化观等进行引导,将社会实践与心理干预融合在一起,通过校园组织培训、网络互动等方式,帮助大学生解决自身的情感危机、朋友关系、团队协作等问题,达到社会实践训练的目的。考虑到大学生的心理教育过程存在一定的差异性,所以,以德育教育为基础,以情感进行疏导,建立双向沟通机制,对情绪表达以及教育过程等进行完善,提高心理干预在大学生社会实践能力中的培养水平提升。教师本身的特点以及情感对大学生的行为、思想以及情感等有直接的影响,所以,帮助学生树立明确的行为目标,帮助学生养成良好的道德行为规范。

结论

心理干预对大学生的社会实践能力会产生直接的影响,大学生的个人行为、思想观念、处世态度等也存在一定的差异性,所以对大学生进行培养与教育的过程中,以心理调节的方式,促进大学生健康发展,并重视心理干预与社会实践的融合,在社会实践中,对心理干预过程进行完善,鼓励学生勇于探索与创新,对校园资源进行整合,提高心理干预的综合发展水平。在心理干预视角下,根据学生在社会实践方面的综合表现,对社会实践过程、实践方式等进行调整,可在组织专业而培训、社会实践活动的方式,进一步提高大学生的社会实践能力。

参考文献:

- [1]贾俊飞.大学生心理压力来源与心理干预对策研究[J].平顶山学院学报,2021,36(06):119-123.
- [2]张晓瑜.不同干预方式对大学生心理应激水平影响研究[J].山西大同大学学报(社会科学版),2021,35(06):124-127.
- [3]罗桔芳.心理干预在大学生社会实践当中的应用及重要性[J].经济师,2021(11):173-174.
- [4]许芳,朱永虹.情绪干预理论在大学生心理健康教育中的应用效果[J].山西大同大学学报(自然科学版),2021,37(05):102-104+120.
- [5]谢腾云.高校大学生社会实践能力培养研究[J].文学教育(下),2020(09):124-125.
- [6]叶灵云.民办高校大学生社会实践能力培养研究[J].产业科技创新,2020,2(12):123-124.
- [7]杜岳青,李俊.新时代大学生社会实践能力培养创新研究[J].现代商贸工业,2019,40(26):109-110.
- [8]张莉.高校大学生社会实践能力的培养[J].西部素质教育,2019,5(11):69+71.