

“三全育人”下大学生心理健康教育模式构建

林 燕

(郑州西亚斯学院 河南郑州 451100)

【摘 要】“三全育人”的教育方针是我国根据当前的教育环境提出的适应我国教育发展现状的方针。当前,我国教育体制改革有了很大的进展,教育的改革也是根据我国的经济水平而进行的,正所谓经济基础决定上层建筑。教育方针的改革一定要适应我国教育发展的水平,大学生心理健康教育亦是如此。“三全育人”以立德树人为根本任务,在社会主义核心价值观的引领下,培育适应社会的人才。“三全育人”视角下大学生心理健康教育理念是符合学生心理发展规律的新的教育理念,是促进现阶段我国大学心理健康教育的必然要求,也是弥补我国大学生心理健康教育缺失的必然要求。

【关键词】三全育人; 心理健康教育; 大学

DOI: 10.18686/jyyxx.v4i1.70607

近些年来,大学生的心理健康问题引起了各个高校及越来越多教育机构和家庭的关心。因为心理问题没有及时得到排解而自杀的学生不在少数,这引起了国家的高度重视。2019年,国家提出的“三全育人”理念对大学生心理健康的发展具有极大地促进作用。教育部明确指出,要大力地将“三全育人”教育理念融入学校教育的方方面面。各大高校要把学生的心理健康教育摆在重要的位置,如果学生心理方面出现严重的缺陷,不能及时得到帮助,那将对学生的一生造成严重的影响。因此,各级教学机构应该在国家大方针的引领下,切实地把学生的心理健康教育当做一项重要的事情去处理。

1 我国大学生心理健康教育的发展现状

1.1 心理健康教育方式不当

我们经常说,要身心协同发展,心理健康的重要性不次于身体健康。近些年来,我国高校的学生因为各种压力没有及时的排解而寻短见的现象节节攀升,给一个个家庭带来了沉痛的灾难。为此,在我国的绝大部分高校,心理健康课程成为了学生的必修课之一,心理健康教育课程的开设对学生的身心发展具有一定的促进作用,但是其不足之处也显而易见。心理健康课程的内容不仅包括老师用传统的方法授课,而且包含老师对学生课下的疏导等方面。学校是一个很重要的主体,在学生心理健康发展方面扮演着重要的作用。据调查,绝大部分学校都设立有心理健康课,一般是由专职心理健康教育老师授课。课程安排在大一或大二。上课形式和一般的上课形式没有区别,老师在课堂上为学生讲解,学生听讲。而据有关研究发现,产生心理问题的学生,他们一般不会主动地向外人倾诉心声,也很少有外人能真正地理解其内心。这种传统的心理健康教育模式对促进学生的心理健康发展有一定的局限作用。

1.2 心理健康教育重视程度不够

虽然近些年来高校安全事件层出不穷,但是大部分高校却没有从根本上重视起来,他们没有积极地研究如何使心理健康教育课程对学生发挥出最大的作用。还有一些院

校不定期组织心理健康讲座,邀请一些专家讲解心理健康知识,但是却没有采取有效措施来预防此类现象的发生。高校目前存在的主要问题,一是没有专门的心理健康教育咨询机构来专门处理学生的心理问题;二是没有专门的制度和流程来排查学生的异常心理状态异常行为;三是心理健康教育师资队伍力量薄弱,无法及时有效地应对学生的心理问题,甚至导致严重的后果。大学虽然是一个比较开阔的舞台,学生可以根据个人特点和爱好发展自己,但是心理健康的建设仍然是不能忽视的重要一环,各大高校必须要重视起来。

2 心理健康教育模式的构建方式探索

“三全育人”是国务院在2019年提出的全新的教育模式,它是根据我国当前教育的现实情况提出的一种教育模式。是符合当下教育的实际情况的教育理念。将“三全育人”的教育理念融入大学生的心理健康教育,一定会对学生的心理健康产生非凡的影响。各级教学机构要严格落实教育的方针,并不断地探索出新的教育方法,学生的心理健康教育是“全程育人”的过程,过程做的好,结果一定不会差。

2.1 以人为本, 重点发力, 全员共建

针对目前大部分高校在心理健康教育方面的缺陷,提出解决措施,要严格落实“全面”“全程”共建的方针,心理健康教育不能仅依靠学校的一个学院或者一个组织,而是应该由学校作为引领,统筹共建,全面协调各个组织,在学校建立网格化的心理健康教育机构。在“三全育人”的大方针引领下,学校各级部门应该协调一致,建立健全相关的心理问题服务、反馈机构,及时地处理学生发生的心理问题,学校的各级组织应该积极的相互配合,心理健康教育是一个系统的工程,不是某一个机构或者组织的事情,只有各级部门协调配合才能把心理健康教育工作做好。针对学生的心理发展规律,学校成立专门的教研机构,负责学生心理健康的研究、心理健康教育方案研讨等工作,在“三全育人”的大方针的引领下,学校也应该制定

相关的政策制度,细化到每一个部门,确保政策能够有效实施。除此之外,各大高校还应该整合一切资源,比如家庭、社会各界等相关的资源,凝心聚力,全力共建高校学生心理健康教育工作。

2.2 进行差异化心理健康教育建设

每一个学生具有不同的个性和性格,因此,心理健康教育建设工作需要“因人而异”。严重心理问题的学生往往想法都比较极端,他们绝大部分都很不愿意将内心的真实想法告诉别人,而是独自承受压力和痛苦。大学生是心理比较脆弱的一部分群体,尤其是大一新生,刚从高中过渡到大学,生活方式、习惯、地域、接触到的人群都发生了很大的变化,遇到挫折的时候,心理很容易受到伤害而找不到人倾诉,长此以往,负面情绪和压力就会积累变多,如果长期得不到排解,势必会造成严重的后果。“三全育人”视角下的心理健康教育建设就要充分的考虑到大学生每个阶段的不同心理发展规律,采取适当的方式、合理的举措对学生的心理健康做全方位的辅导。学校的心理健康教育课程也应该不断地做出调整,要根据本校的实际情况,采取差异化的教学方案,采取多方面的意见和建议,制定出合理的教学方案,差异化心理健康教育也是“三全育人”理念的要求之一。

2.3 促进师资队伍的提升

高校师资力量是心理健康教育建设的重中之重,师资力量和队伍的建设是高校心理健康教育建设的核心。一个完整的队伍应该包含多个方面,比如,应该具有专门的任课老师、负责帮助学生心理老师、负责学生心理发展变化和规律调查研究的老师,等等。很多高校存在师资力量队伍涣散的问题,缺乏专业的教育团队,一些老师的专业技能不过关,对学生心理健康教育的认识程度不够清晰。高校应该着重提高老师的专业技能,深化认识,定期组织老师学习心理健康教育的知识,研究国内外关于心理健康教育新的研究成果,结合本校的实际情况,将外来的成果应用于本校学生的教育,但不可一味地全盘采纳,而应该“取其精华,去其糟粕”,有选择性的学习。老师在课堂授课的过程中,要改变传统的教学模式,要创新教学方式,在课堂中引入相关的案例,吸引学生的学习兴趣,活跃课堂的氛围,增加趣味性教学,增加与学生互动的频率,充实课堂内容,形成活跃、愉快的学习氛围。老师之间要经常相互探讨,设立专门的心理健康辅导小组,专职负责了解学生的生活状况,确保老师能够及时地发现自己的异常情况,及时处理,避免学生的心理问题越来越严重。除此之外,各大高校

之间也应该加强合作、加强交流、相互分享经验,合力促进大学生心理健康教育的良好发展。

2.4 强化制度建设,在创新中进行心理健康教育建设

任何工作的开展都离不开制度作为保障。很多高校没有针对心理健康教育工作的制度,因此遇到相关的问题,不知道如何开展,甚至找不到相关的负责部门,或者虽然设有相关的规章制度,但是这些制度不够细化,没有具体地落实到每件事,导致遇到问题后还是找不到执行的依据。在“三全育人”的视角下,心理健康教育离不开规范的制度作为执行的依据。各大高校应该重视心理健康教育制度的建设,应该成立专门的研究机构,负责制度的建设、心理健康工作的研究与落实、协调统一各个部门执行。促使全校各个部门、不同职位的人员都能够积极地参与到心理健康教育上来。在课程方案的制定上,高校也应该充分地考虑到如何使心理健康课程的作用发挥到最大,不断地调整课程的安排特点。制定教学方案时,应该充分地考虑到学生心理的发展阶段,制定出符合实际情况的教学方案,使教学效果发挥到最大程度。除此之外,经常定期地组织心理健康教育活动也是非常重要的,这对促进学生的心理健康发展具有重要的意义。

3 结语

大学生的心理健康教育一直是国家、高校重点关注的问题,由于现在的大学生身心比较脆弱,心理极容易出现心理问题,他们遇到心理问题后,不会主动地向别人倾诉,消极的情绪越积越多,最后很容易造成严重的后果,针对大学生的心理健康教育是非常重要的。在“三全育人”的视角下,大学生心理健康教育的开展应该结合学生心理发展的规律进行。在国家的大政方针下,各大高校不应该只重视学生专业技能的提升,而应该投入更多的精力在心理健康教育上,在任何时候都不能放松,应该认识到大学生的心理健康的重要性。总而言之,高校应该不断深化教育教学的方法,探索出适应学生心理发展的心理健康教育模式,统筹协调各个部门、整合各方面的资源,加强教师队伍的建设,为学生的心理健康教育建设注入源源不断的动力,只有社会各界一起努力,才能充分将大学生的心理健康教育建设做到最好。

作者简介: 林燕(1988.5—),女,回族,河南许昌人,硕士研究生,研究方向:大学生心理健康教育,心理咨询。

【参考文献】

- [1] 刘胜男,贾晓丹.新时期高职院校“三全育人”教育模式的实施方案[J].襄阳职业技术学院学报,2016(3).
- [2] 蔡迎春.大学生心理健康教育在“三全育人”体系中的构建与实施[J].思想理论教育导刊,2012(7).
- [3] 郭君,孙丹娟.大学生心理健康教育工作 O2O 新模式的构建与实践[J].石家庄学院学报,2017(6):124-131.
- [4] 廖友国,何伟.大学生心理健康研究的文献计量分析[J].中国心理卫生杂志,2016(7):548-553.
- [5] 王涛,李琪娜.“三全育人”理念下心理健康教育新模式研究[J].现代商贸工业,2018(16).