

三全育人视域下地方高校心理育人路径研究

李静静

(郑州商学院 河南郑州 451200)

【摘要】根据当前素质教育的大背景,地方高校应重视对大学生的全方位培养,结合“三全育人”理念,落实对大学生的心理健康教育,也可以将其作为育人的有效路径,建立全员、全方位、全过程的心理健康教育模式,帮助地方高校更好地实现“以德育人”教育目标。秉承“三全育人”的教育理念,使大学生的专业能力得到有效培养的同时具备良好的个人品格,促进地方高校大学生身心健康、全面发展。以地方高校大学生实际状态为出发点,并且站在“三全育人”的角度去分析目前大学生的心理状态,探索有效的心理育人途径,让大学生可以形成良好的心理素养,为大学生的未来发展奠定良好的基础。

【关键词】三全育人;地方高校;心理;路径研究

Research on the path of psychological education in local universities under the perspective of three comprehensive education

【Abstract】 According to the current background of quality education, local colleges and universities will pay attention to the all-round training of college students, combined with the concept of "three complete education", implement the mental health education of college students, can also be taken as an effective way to educate people, establish a full, all-round, whole-process mental health education mode. To help local colleges and universities to better achieve the educational goal of "moral education", adhering to the educational concept of "three comprehensive education", so that their professional ability can be effectively cultivated and have good personal character, and promote the physical and mental health and comprehensive development of local college students. Take the actual state of local college students as the starting point, and stand from the perspective of "three complete education" to analyze the current psychological state of college students, explore effective ways of psychological education, so that college students can form a good psychological literacy, and lay a good foundation for the future development of college students.

【Key words】 comprehensive education; local universities; psychology; path research

DOI: 10.12361/2705-0416-04-04-82933

地方高校心理健康课程是培养大学生积极提升心理品质和心理健康水平的重要途径,但传统的心理健康课程模式已然无法适应新时代大学生的身心发展需求。因此必须结合心理健康课程目标,以积极心理学为导向,探索“纵向深度贯通,横向多元融合”的心理健康教育实践教学体系构建,围绕学生日常管理中“哪里教、如何教、谁来教”三个关键要素,通过“三全育人”视域为地方高校心理健康教育实践教学的有效实施提供了新思路和新路径。

1 “三全育人”视域的背景

“三全育人”理念简单来说是指全员育人、全程育人、全方位育人三个方面,充分发挥了中国特色社会主义教育的特色,更在育人、育心、育德方面下足了功夫。高等教育使我国国民素质普遍提高,也为培养“具备健康的心理素质、思想政治素质和职业素养”的新时代技能型人才提供了良好的基础,更全面加快了推进教育现代化,减少文盲率以及建设教育强国的进程。但是在全方面育人这一方面,我国对于大学生心理发展状况的重视程度相对较少,当部分大学生面对经济、生活及学习压力等问题时,没有足够的资源去协助学生解决相关问题,容易造成心理压力不断累积,导致心理问题的出现,严重时会导致出现心理疾病,对于学生的身心健康和社会层面都会造成不利的影响。因此,从“三全育人”视域下,高校教育者需要重视地方高校心理育人的做法以及成果。

2 当代大学生的心理特征

当代大学生虽然接触新事物能力逐渐增强,但未形成科学而健全的个人价值观、世界观和人生观,对自身约束力不足,想法比较天马行空。因此,处在年轻躁动时期的大学生易在平时学习生活中出现问题或困惑,易遭受错误观念的影响。外部影响极易导致大学生心态上的失衡和思维上的迷失,例如,现如今流行的消费主义,“只有消费才能更好的赚钱”与“吃饱了才有力气减肥”的口号有着异曲同工之妙,大学生如果消费不理智,看到同龄人拥有奢侈品,心理产生落差,就会想尽方法得到,容易产生攀比和虚荣心理,为了赚钱而走捷径,极易导致大学生心态上的失衡和观念上的迷失。经济社会的持续发展对技能型人才培养的需求也在日益增加,大学生不但需要掌握系统的专业技能基础知识,具备一定的社会实践工作能力,还要不断完善自己思想政治素质和心理素质,这样才能在激烈的竞争中脱颖而出。没有健全的三观同样也会造成大学生的“理想与现实”的落差,未经历社会的磨砺,会过高的期待工作收入,而真正步入工作行列,则会产生一定的差距,容易造成自我怀疑,甚至全面否定自己。因此,在高等教育中,如何从“三全育人”的角度来审视当下的心理健康教育路径,是地方高校心理育人亟待探讨的方面。

3 地方高校心理健康实践教学现状

心理健康实践教学应以提升心理素质的实践训练活动为载体,以体验感知为教学内容,以学生为主体,使大学生通过亲身经历体验实践活动感受周围的一切人事物,实现自我内化,最终形成良好的心理素质和思想政治素质。但目前,地方高校的心理健康课程实践教学普遍存在以下问题。

3.1 课外实践教学课程体系单一

大学期间,不同年级的大学生对心理健康教育的需求不尽相同。而目前,心理健康课程不管是必修课还是选修课,均以课堂教学为主,教学方法以知识灌输为主,缺乏体验感,形式较为单一,大学生个性化需求无法被充分满足。心理体验是指个体以情绪情感为核心,因亲身经历和感受而产生和赋予意义的内在能量,它是一种发展模式情绪情感、认识认知、思维意识的心理活动过程。实践教学是开展大学生心理健康课程的关键载体,其核心是通过使大学生参加课堂内外和校内校外心理素质训练、团体辅导活动、角色扮演等互动活动来获得对周围事物的感知。

3.2 高校重视程度不高,专业心理教师不足

由于各个高校有着不同的师资力量和软硬件设备配置,对于有限的公共资源,大部分的高校都会选择把资金用于自己的长期项目以及基础设施的建设,对于心理咨询相关的板块兴趣不高。因此部分高校也不会耗费大量的人力物力,导致专业的心理教师队伍师资不够,勉强达到国家规定的心理师生配比,而必要的大学生心理健康课程大多让其他专业的教师兼职,专业性大打折扣。心理健康课程教学虽然设置了知识、能力和素质目标,但受不同地方高校实际教学条件等方面限制,往往无法落到实处,导致大学生虽然了解了一些心理知识,但在面对现实生活的心理困惑时,无法采取有效措施加强自我调节。而大学生没有接受专业的心理教育,对于心理教育的重视程度可想而知。

4 “三全育人”视域下地方高校心理育人的措施

4.1 落实学风建设常态化,发挥辅导员的职能

高校辅导员作为大学生在学业、生活中最亲密的朋友和指导老师,也是大学生联系班主任、任课教师、教辅人员的重要向导,辅导员要结合当下影响大学生形成良好学风的主要因素,针对学习生活模式的转变,发挥好引导作用,对大学生进行心理教育。对此,辅导员要努力实现学风建设工作常态化。大学阶段的学习不应局限于课堂知识,德行、心智、能力要全方位提升。辅导员要将学风建设向科研、实践、文化、网络、心理、服务、资助、组织等“十大育人体系”扩展,多维度作用、协同发展,营造良好学习氛围,培养全面发展的高素质人才。

对此,辅导员可以通过开展心理健康教育的主题班会,为大学生提供了解学校心理健康教育中心的渠道,并转发相关专业科普知识的文章和培训,为学生提供了解各种心理疾病的机会,让大学生

及时察觉自身的心理问题,为日后的积极配合治疗打好基础。辅导员还应当多鼓励新生参加学生心理相关活动,让新生在实践中锻炼多种能力,进行全方位心理学习。另外,辅导员可以发挥新媒体优势,通过线上、线下方式大力宣传心理疾病与日常身体疾病是同样可以治疗的,让大学生懂得心理疾病是很正常的,每个人都可能会产生。除此之外,辅导员还可以开辟在线答疑板块,为大学生答疑解惑,以大学生喜闻乐见的方式开展心理工作。

4.2 完善地方高校心理健康实践教学

地方高校心理健康课程是一门兼具学科性质和实践体验活动的课程,应以大学生的自我感受和心理体验为主。其教育教学的实质不仅是为大学生提供心理健康的理论知识,更是为满足社会发展的需求。因此,在“三全育人”背景下,地方高校如何强化理论教学,有效开展心理健康教育实践教学,营造积极向上的教学氛围至关重要。总而言之,可以在四个方面进行完善。一是创新体验式课堂,使大学生变“被动”为“主动”。创新教学方法,通过多重互动体验开展心理素质训练,激发学生兴趣,提升参与度,促进教学相长。二是开展课外实践,由一课堂向二课堂延伸。依托二课堂开展系列主题团体辅导、朋辈培训、心理情景剧和园艺心理等实践课程,引导大学生自我完善。三是拓展社会实践,践行社会服务,联合校团委、社区、行业协会等开展各类社会服务,并针对留守儿童和空巢老人群体开展“三下乡”特色心理关爱社会实践项目。四是结合大学生多元需求,助力自我成长。结合不同年级大学生身心发展特点,分层分类制定实践任务,通过适应力训练与团队建设、沙盘游戏体验、就业心理与面试技巧等课程解决学生多元化需求。这样的做法创造性地提出了“学生主体、积极导向、夯实理论、拓展实践”的教学理念,地方高校以积极心理学理论为导向,打破心理健康教育主要针对大学生消极心理特质实施教育学的传统模式。以大学生为主体,通过心理健康理论知识学习和实践教学中的积极心理体验,营造积极活跃课程氛围,实现理实一体化,以培养大学生产生积极的价值观、激发大学生潜能,使之形成健康、积极心理。

5 结语

辅导员的职责定位与“三全育人”的关系非常密切。大学生历经紧张的高中生活和激烈的高考竞争之后,来到了与高中截然不同的大学,容易产生懈怠情绪,且学习生活模式的转变、大学的不同授课特征等影响着大学生产生不同的心理问题。落实学风建设常态化,发挥辅导员的职能;完善地方高校心理健康实践教学,建成复合型心理实践教学师资队伍;加强对大学生心理健康积极关注和普及教育,建立班级心理管理体系也只是“三全育人”视角下地方高校心理育人路径的一部分,后续仍需要进一步完善。

作者简介:李静静(1991.9—),女,河南周口人,硕士研究生,助教,研究方向:教育与发展心理学。

【参考文献】

- [1] 钟罗梅.“三全育人”视域下高校“1+4+4+2”心理健康教育模式探析[J].现代职业教育, 2022(5): 46-48.
- [2] 王晓敏.“三全育人”理念下高校心育工作实践探索[J].中学政治教学参考, 2021(48): 23-25.