

# 新时代下高校心理教育的现状、问题及对策

汪 静

武昌理工学院 生命科学学院 湖北武汉 430000

**摘 要:** 随着我国教育事业的不断深化改革与发展,人们越来越关注高校学生的心理健康教育。高素质、高专业技能人才的需求逐渐增加,使得高校学生的学习压力越来越大,在人才市场中的同一岗位的竞争也日渐激烈,使得人才的心理压力逐渐增加,若不及时疏导,则会直接影响学生健康的身心发育,严重的话还有可能造成安全事故。所以,高校必须重视学生的心理教育,鉴于此,本文的主要内容是研究新时代下高校心理教育的现状、问题及对策。

**关键词:** 高校;心理教育;现状;问题对策

## The current situation, problems and countermeasures of college psychological education in the new era

Jing Wang

School of Life Science, Wuchang Institute of Technology, Wuhan, Hubei province 430000

**Abstract:** With the deepening reform and development of China's education, people pay more and more attention to the mental health education of college students. High quality, high professional skills personnel demand gradually increasing, make the college students learning pressure is more and more big, in the talent market of the same job competition is increasingly fierce, make the psychological pressure of talent gradually increasing, if not timely guidance, will directly affect the healthy physical and mental development, serious and may cause safety accidents. Therefore, colleges and universities must pay attention to students' psychological education. In view of this, the main content of this paper is to study the current situation, problems and countermeasures of college psychological education in the new era.

**Keywords:** university; psychological education; status quo; problem countermeasures

心理教育是我国近年来尤为重视的教育,心理教育对于高校学生心理素质以及个人发展都十分关键。所以,对于高校而言,必须要给予心理教育足够的重视,站在学生的角度,去重视与发现学生真正的内心需求,以此及时发现高校学生是否需要心理辅导,保证高校学生的心理健康。但目前,高校心理教育的现状仍存在部分不足与缺陷,所以,本文的主要内容是分析与研究新时代下高校心理教育的现状、问题以及相关的对策,为高校与教师提供参考与借鉴。

### 一、新时代下高校心理教育的现状

目前,高校对于心理教育的认知存在一定的片面性,对于现有的高校心理教育的实践而言,大部分高校心理

教育的发展呈现医学化、德育化的发展趋势。实际上,大多数高校对于心理教育的教育本质的认知存在偏差,将心理教育与心理健康咨询和治疗混为一谈,使得心理教育医学化的发展加剧。还有少数的高校将心理教育理解为道德思想的教育,并没有开设专门的心理教育课程,不仅使心理教育无法真正落实与推进,还在一定程度上制约了心理教育的发展,误导高校学生对心理教育的认知。与此同时,大部分高校通常将心理教育的主要目标群体放置于已经出现心理问题或心理疾病的学生上,对于大部分高校学生的心理教育反而不重视,这种现象是当前高校心理教育的通病。实际上,高校更为关注心理出现问题或疾病的学生并没有问题,但高校不能忽略的是,其他大部分学生群体的心理教育也是重点工作内容,只有有效防范大部分学生的心理健康,才可以从源头上减少出现心理问题或心理疾病的学生人数。也就是说,

**简介信息:** 汪静,女(1983.03-),汉族,湖北襄阳人,硕士,武昌理工学院,讲师,研究方向:心理健康教育。

高校应该做好个别学生的心理治疗与疏导,也要做好大部分学生的心理问题预防,以此做好两手抓的工作,从根本上解决高校学生心理问题逐渐增多的现象。

## 二、新时代下高校心理教育存在的问题

(一) 新时代下高校院校两级对心理教育的重视程度不一致

近年来,我国十分重视高校学生的心理教育,我国在党的十八大、十九大中都重点指出要将学生的心理教育作为高校育人的重点。但目前,大部分高校并没有建立统一的心理教育体系,其主要的原因是由于高校院级与校级对心理教育的重视程度不一致,一方面来说相对于校级的心理教育的重视力度而言,院级对于心理教育理念的认识或实施存在一定的滞后性,并不能充分体现出高校心理教育的作用与价值。另一方面是由于部分院级部门并没有成立相关的心理教育科室,对于专业的心理教育人员的资源配置也有所欠缺。不仅如此,高校招生的人数逐渐增加,学生管理与心理教育的压力也会随之增加,院级管理人员和心理教育老师若不能将三全育人的理念进行有效的落实,同时若不能够融合校园内部与外部、自主与他助、预防与治疗向,则无法充分满足心理教育的需求,使得在预防学生心理问题以及治疗学生心理上成效甚微。

(二) 高校心理教育的关注点存在偏差

我国地域辽阔,各地区的经济水平有所不同,使得部分高校的建设与教育水平相对较为落后,对于心理教育的仍旧以传统的心理学为主,导致高校心理教育的关注点存在偏差。换言之,部分高校的心理教育在落实的时候过于关注“消极”的方面,对“积极”方面的关注却少之又少,忽略其的引导作用。很多心理教师在开展学生工作的时候普遍将及时发现问题、处理问题当做心理教育的重点,同时尤为关注学生的人际交往、家庭生活、实习参与、社会活动等方面为心理教育的辅助切入点,还有部分教师将此种开展心理教育的方法,作为典型案例进行宣传,但实际上,此种方法忽略了学生人格、心理健康、自尊、人格特点等进一步的剖析与教育,使得心理教育的关注点出现偏差,心理教育工作的开展效果也不理想。导致大部分学生认为心理教育的目标群体是不健康的人群,使得学生不敢互动寻求心理教育教师的帮助,制约了高校心理教育的发展。

(三) 高校心理教育的教学模式设置不合理

对于高校而言,心理教育课程是贯彻高效心理教育的具体方法。目前,大部分高校都早已专业心理素质教育体系,而且也对课堂教学做出了提前准备,但主要的学习效果却并不理想<sup>[1]</sup>。其主要表现为,高校的心理教

育精英团队水准没有形成统一的标准,所采用的心理教育教材内容也是各有不同,一部分高校盲目跟风仿效别人作法,在心理教育课程中以变态心理学、普通心理学、精神医学为关键教学内容,而并没保证以学生自身的心理状态为立足点,没有根据具体情况来有目的性的解决学员处理心理健康问题<sup>[2]</sup>。此外,高校心理状态教育方式的设定过度机械化,教育工作者在课堂教学中较多选用的依然是填鸭式式的教学策略,学员缺乏单独表述,整节课课程内容十分沉闷乏味,不但没做到应有的心理教育实际效果,并且与提升在校大学生心理素质与精神品质的课程目标也本末倒置<sup>[3]</sup>。

(四) 高校心理教育在实施过程中缺乏有效的师生互动

分析现阶段我国高校心理健康教育深入开展的基本情况,发现各种因素的危害,高校已经基本认识到合作学习在心理状态提升过程中的必要性教学活动,并就合作学习水平提高心理状态教育质量进行了相对实践探索,取得了不错的教学成果。但综合分析现阶段我国高校心理健康教育的基本情况表明,师生合作不及时、合作学习不足的情况仍将长期存在,这将产生深远的影响,对高校心理状态教学活动的负面影响。在深入的心理健康教育中消除师生关系时,师生之间的沟通不及时,无法根据具体情况对学生进行合作学习与合作实施系统的教育指导学生,制约高校心理健康教育的实际效果。不仅如此,高校整体文化教育理念的误区,以基础理论文化教育为具体内容,没有从师生的相互合作出发,依靠教师的精力对学生的心理状态进行合理的实施在正确引导下,心理健康教育通常是正规化的,高校在心理健康教育层面缺乏高素质的心理健康教育精英团队,部分教师参与合作学习和师生合作心理健康教育的能力不足。降低合作学习和师生合作文化教育、教研活动的实际效果,不利于在高校深入心理状态教学活动过程中展现合作学习的使用价值,甚至降低合作学习、教育和科研的合理性。因此,在新形势下进一步推进高校人才培养改革与发展的过程中,应特别重视心理健康教育改革创新研究,引进新型升级教学理念和教学,从师生合作和合作学习开始。通过这种方式,对学生实施多元化的具体指导,为大学生营造和谐健康的心理健康教育环境,进一步提升高校人才培养的综合素质。

## 二、新时代下高校心理教育问题的解决对策分析

(一) 建立统一的院校两级心理教育体系

高校若想将心理教育现存的问题有效的解决,首先就是要建立统一的院校两级心理教育体系,在院级管理

中重视心理教育。对于高校而言, 校级与院级两个级别的心理教育应赋予同等的权力, 相关管理人员应在院级部门成立相关的心理教育科室, 而校级管理对于专业的心理教育人员的资源配置应合理划分, 给院级心理教育部门配置足够的专业心理教育人员, 并由校级部门对于各个院级心理教育部门进行统一的管理。

## (二) 创新与优化高校心理教育理念

创新与优化高校心理教育理念意味着高校心理教育者必须具备紧跟时代发展的教学心态。不难想象, 高校心理教育者对心理状态教学理念的理解和掌握, 将直接决定心理健康教育的效果和使用价值。高校心理状态教学理念的提出从理念上提高了心理健康教育知识的意识。过去, 大多数高校都会注重心理咨询。然而, 由于各种因素的存在, 心理咨询的方法和内容缺乏应有的发展, 这意味着心理健康问题或心理问题已经出现。有问题的学生被列为心理辅导对象, 对这些在学习训练、日常生活和就业中迷茫、压力大的大学生视而不见。众所周知, 要进一步提高高校心理文化教育的针对性, 必须从今天做起, 做到防患于未然, 逐步将文化教育的重心从治疗转向预防。从长远来看, 目前高校心理健康教育的覆盖面基本进一步扩大, 高校心理文化教育的广度和有效性得到了淋漓尽致的展示<sup>[4]</sup>。

## (三) 丰富高校心理教育的多元化服务

高校心理教育应从从全面发展、问题预防以及心理干预三个方面开展多元化的心理教育服务, 其中, 全面发展所针对的学生群体应是心理状态良好的学生, 此类学生的心理状态健康, 往往没有什么心理障碍或问题, 其心理接受能力与抗压能力较好, 所以对于此类学生只需传授一些基本的心理知识, 帮助学生能够更全面的了解自我, 进而帮助其能够树立正确的人生价值观与良好的道德品质。问题预防所针对的学生群体应是已经出现一些心理问题的学生, 此类学生往往在学习与日常生活中有困惑, 心理教育者需要有针对性的帮助这类学生排解压力, 帮助他们处理学习生活中面对的矛盾与冲突。不仅如此, 相关的心理教育者应灵活利用咨询治疗或转介治疗的方法, 与同学生家长共同以及相关心理健康机构来共同对学生进行心理教育服务, 帮助学生共同来解决心理问题, 帮助他们跨越难关<sup>[5]</sup>。

## (四) 强化高校心理教育师生互动

强化高校心理教育师生互动主要可以通过三个方面进行, 其一创新高校心理教育的教学方法, 心理教育教学方法的创新应基于搭建良好的学习氛围为基础, 结合现有心理教育的落实情况以及师生互动的实际需求, 合

理选择教学实施方法, 以更符合学生以及师生互动需求的教学方法, 调动学生的主动参与积极性, 以此增强心理教育的教学效果。例如, 教师可以借助多媒体教学工具, 为学生在课前创设良好的教学情境, 让学生在轻松、愉快的氛围中接受心理教育。其二是要构建学生的心理健康档案, 综合分析学生的心理变化, 以此更为精准的了解学生的心理情况。师生互动的方式便可以有效获取学生的心理情况, 在高校开展心理教育的时候, 应逐步构建学生的全过程心理健康档案, 以更多的心理情况数据去提供更为优质的心理教育服务。其三是要积极开展社会时间, 为教师与学生之间的沟通交流提供更多的途径, 一般而言, 社会时间高校心理教育体系中关键的组成部分, 教师需要按照相应的教学需求, 积极组织高校学生进行社会实践活动, 进而在社会实践中, 寻求合适的机会激发学生的阳光向上、乐观积极的心理。在开展社会实践的过程中, 需要注意的是, 教师应始终以平等的心态去与学生进行相处, 要落实平等自由的师生关系, 逐步与学生建立相互信任的关系, 同时要积极发挥教师领头羊的作用, 以教师自身的健康心理状态去感染学生正确的面对生活, 将心理教育融入至社会实践的各个环节之中, 以此提升心理教育的效率与质量, 为良好的师生互动做好铺垫。

## 三、结束语

综上所述, 在新的时代发展背景下, 我国高校教育越来越重视对学生的心理教育。心理教育的推进与改进需要学校、家庭、社会制度等多方面的支持与陪护, 而目前高校心理教育仍存在缺乏足够的重视、教学重心偏移等不足与缺陷, 高校应积极完善心理教育体系, 创新心理教育的方式, 不断完善与扩充心理教育的内容, 进而有效推动高校心理教育的发展, 保证高校学生的心理健康。

## 参考文献:

- [1] 马蓓颖, 蓝晨思, 吴亚若, 等. 网络生活化下的大学生网络心理健康现状分析及对策研究[J]. 理论观察, 2015 (5): 155-156.
- [2] 李美娟. 新时期大学生理想信念教育现状及对策[J]. 中学政治教学参考, 2022 (5): 后插12.
- [3] 陈信冰. 积极心理学视角下构建大学生和谐宿舍人际关系的对策分析[J]. 才智, 2022 (9): 116-119.
- [4] 李谷雨, 张丽. 高校心理健康教育资源支持社会心理服务体系研究[J]. 学校党建与思想教育, 2022 (6): 91-93.
- [5] 戚文静, 冉思远. 高校教育心理学教学的多元化分析[J]. 知识经济, 2022, 595 (2): 144-146.