

# 高校加强心理育人工作的若干思考

戴振华

上海工程技术大学 上海 201620

**摘要:** 心理育人工作是现阶段高校大学生教育工作的重要组成部分, 其重要性日益凸显。中国式现代化进入建设新时期, 高校所承担的“为党育人、为国育才”的任务更为艰巨。进入新时代后, 中国社会发展进程中仍然面临许多不确定影响因素: 如经济疲态化、价值观多元化、群体内卷化等, 这些对当前大学生心理都会造成很大影响甚至冲击, 导致相当可观数量的大学生出现焦虑、抑郁乃至更为严重的心理问题, 从而对高校教育和校园和谐稳定工作带来极大考验。当代大学生是中华民族实现第二个百年奋斗目标的主力军, 只有采取各项积极有效的应对举措, 通过打造多样化教学形式、推动互动式教学应用进程、大力加强心理育人队伍建设、构建在读大学生心理健康情况的一档一档等手段, 不断提升他们的心理素质水平, 培育良好的心理品质, 确保他们在现有的变局和未来的大潮大浪中经得起冲击和考验, 成为合格的建设者和可靠的接班人。

**关键词:** 心理育人; 互动式教学; 队伍建设; 一生一档

## Some thoughts on strengthening psychological education in colleges and universities

Zhenhua Dai

Shanghai University Of Engineering Science, Shanghai, 201620

**Abstract:** Psychological education is an important part of current university education for college students, and its importance is becoming increasingly prominent. With the entry of China's modernization into a new era, the task of "educating people for the party and cultivating talent for the country" undertaken by universities has become even more challenging. In the new era, there are still many uncertain factors in the process of China's social development, such as economic stagnation, value diversity, group inwardness, etc., which will have a great impact on the current mental health of college students and even pose a great challenge to the work of higher education and campus harmony and stability. Contemporary college students are the main force for the Chinese nation to achieve its second centenary goal. Only by taking various positive and effective measures, such as creating diversified teaching forms, promoting the application of interactive teaching, vigorously strengthening the construction of psychological education teams, and building a lifelong psychological health record for current college students, can we continuously improve their psychological quality level, cultivate good psychological qualities, and ensure that they can withstand the impact and test of the current situation and future challenges, becoming qualified builders and reliable successors.

**Keywords:** psychological education; interactive teaching; team building; One student, one file

党的十九大报告指出, “经过长期努力, 中国特色社会主义进入了新时代, 这是我国发展新的历史方位”<sup>[1]</sup>, 站在新的历史起点上, 高校育人工作更为重要, 任务更为艰巨。心理

育人工作作为高校教育工作的重要组成部分, 其重要性日益凸显, 面临的形势异常严峻。近些年来, 国家已逐步将高校大学生心理素质列为新时期社会经济发展目标, 并且将心理健康

列为影响社会经济进步的核心条件，基于新时代背景下的新要求，高校应积极挖掘心理育人工作的教育价值，更加重视心理健康工作，加强相应的队伍建设，构建科学完善的心理工作网络体系，为大学生身心健康发展保驾护航。

## 一、高校心理育人工作的作用

### （一）德育方面的作用

#### 1. 打造学生基础道德认知

对于大学生来说，心理育人教育课程能够引领其形成正确的思想道德，从而发挥出理论认知因素在思想道德建设中的实际作用。从心理教学视角出发，积极引导大学生对于社会主义核心价值观体系 and 核心价值观进行科学解读，从而助力大学生对党和国家的大政方针有清晰认识、正确理解，让大学生可以从心理层面认同自己的未来社会建设者身份，树立接班人意识，进而从根本上提升大学生思想政治素养，确保大学生成长方向不偏，目标明晰。

#### 2. 培养大学生较高道德素质和情感素养

在大学生学习和生活过程中，情感始终贯彻其中，并对大学生思想道德的养成、发展以及整合具有重要作用。心理育人教学有利于学生在学习环节上树立正确的道德标准，生活上丰富其情感体验，爱国主义、集体主义、荣辱感、信任感、同理心等道德情感得到强化。此外，心理育人还有利于通过培养大学生正确的思想道德观念，积极引导大学生在日常生活和学习上以积极向上的情绪与态度面对可能遇到的挫折和挑战，始终以乐观正确的心态面对周遭环境，勇于担起大学生身份对应所负的家庭和社会责任，从根本上帮助大学生形成一种情绪管理能力<sup>[2]</sup>。

### （二）智育方面的作用

#### 1. 提高大学生心理健康水平

一般而言，大学生进入大学阶段后，自身会具有较高的求知欲。但由于离开家庭在校开始集体生活，面临与入大学前大不相同的生活和学习环境。如果不能较快调整适应，就容易出现情绪的较大波动乃至心理困扰，甚至还有部分大学生是带着心理疾病就读大学，必然影响其理论知识学习效果，情况严重者会无法正常完成学业。根据对我国某地区大学信息调查显示：大学中由心理疾病或者心理障碍导致退学的学生人数占据总体退学人数的64%左右。

由此可见，当前严重心理障碍或者精神疾病是学生退学的主要因素之一。

从大学阶段学生学习实际情况综合分析，大学生在接受高质量知识教育时所习得的理论知识，是完成从感性知识上升到理性知识的主要条件之一，是学生认知世界的基础能力，心理能力在其中发挥重要实际作用。心理健康水平的高低决定着大学生自身是否具有稳定的情绪管理能力和完成正常学业的能力，只有心理健康、具有积极向上的学习兴趣和态度，自身才能确保稳定持续的学习动力，才能更好的适应外部环境变化，保持良好的学习状态，取得理想的学习效果。比如：在学习理论知识过程中，具有健全心理的大学生在学习和生活方面上具有积极的情感，能够促使自己对于理论知识快速掌握和吸收，进而保持对理论知识学习的信心和热情。又比如：学生在学习环节上如果具有良好的性格，那么会对学生学习产生积极影响，不仅有利于学生学习专业知识，获得更改变品质的学习体验，还可以从根本上提高学生学习效率<sup>[3]</sup>。

#### 2. 激发大学生学习动力

心理育人教育的实施能够很好地激发出大学生对于知识获取的渴望，对真理探索的热情，对生活的热爱。随着现代化社会的不断发展进步，大学生不仅需要怀揣民族复兴的梦想，还要掌握建设现代化强国所需的技能和本领。高校必须积极引导大学生明确学习目标，端正学习态度，提升学习能力，激发出大学生刻苦学习的内在动力。此外，大学生在学习过程中不仅需要在课堂上汲取专业理论知识，还应通过社会实践锻炼拓宽知识面和开阔视野，逐步去认知社会、积累社会经验，达到知行合一、学以致用目的。在此过程中，以正向、包容、乐观的心态心理去直面校园内外各类现象和事件，形成自己的独立思考，做出理性的判断和抉择，这对大学生而言非常重要。

## 二、高校心理育人工作的现状

### （一）心理教学形式单一

目前我国各高校基本都已开设了心理类教育课程，以必修课或选修课的形式供学生修读。但在实际的心理教学课程中，普遍存在着教学形式单一化、教学方式较为落后等问题。当前心理课程教学主要采用集中课堂大班教授的方法

式，部分教师依然沿用传统教学模式，重点教授心理健康知识，很少借助直播、5G、人工智能等技术丰富教学载体和手段，明显缺少互动式教学和案例分析，很容易导致课堂学习氛围死板、枯燥，师生间无法有效沟通，大学生对于心理育人课程缺乏学习兴趣，对心理学知识理解肤浅，教学效果无法保证。此外，学校实际开展心理育人教学时，无法将其与学生日常生活、课堂实践相结合，导致学生所学习的心理知识仅仅停留在理论阶段<sup>[4]</sup>。

## （二）信息化技术应用不全面

根据对我国部分地区高校心理育人教育现状进行详细分析，至少 68% 的高校建立了心理咨询网站，至少 64% 的高校设立心理咨询微信公众平台，甚至小部分高校已经完成了心理教育信息化运转，可以说新媒体平台在心理育人工作中已被重视并加以应用，但是普及度和覆盖率仍然偏低，尤其是在现代化大数据时代背景下，高校心理育人教育的开展仍然存在知识教学不全面、心理检测数据不精准、心理跟踪制度不完善等问题，无法做到对大学生心理健康精准调控。同时，高校还未全面推广新媒体平台，导致一些心理健康知识在宣传和推广中不畅通和及时，大学生对于学校所宣传的心理健康知识并没有给予足够的关注。

## 三、高校加强心理育人工作的策略

### （一）打造多样化教学形式

心理课堂是高校开展心理育人教学的核心平台。高校想要强化育人工作效果，就必须确保大学生心理教育课程的教学质量，通过构建多样化的教学形式和平台，完成从线下到线上的教学延伸。以线下课堂为根本，夯实基础。学生心理健康教学课程和心理行为专业训练在引导大学生心理科学调适、提高大学生心理素质等方面具有重要作用。各高校务必求实，将线下教育课程作为心理育人的主要教学渠道，并将其纳入教学培养方案，确保心理教学百分百全覆盖在校生。针对此种教学环境和现状，学校应严格按照教育部门对于学生心理健康教学要求制定出一系列教学方案，确保学生在课堂学习过程中都可以接受全面且科学的心理健康教育<sup>[5]</sup>。以线上课堂为拓展，丰富内容。心理健康教育线上课堂主要利用互联网平台的教学环境和资源，完成心理育人教学资源的共享和

更新，以先进便捷的互联网教学模式和教学资源辅助传统线下教学模式，确保教师可将线上线下教学有效融合、取长补短。大学生也可在有限的课堂学时之外，根据个人的兴趣和偏好，自行选择心理教学资源，以此作为线下课堂学习的有益补充，帮助解决当下学校心理教育团队人手缺乏的困境。线下课堂教学设计中也可以留出充足的课时来开展团体辅导、校外专家讲座等活动。

### （二）推动互动式教学应用进程

高校应积极推动大学生心理健康教学改革和创新，广泛应用互动式教学模式，营造情景式课堂氛围。所谓的互动式教学模式是主要将实际案例分析、心理知识测试、角色扮演、团体辅导游戏等多元化的教学方式有效结合使用，通过师生互动、同学间互动、情景体验等，让大学生从中加强对所学心理健康理论知识的理解和掌握，获得心理体验和感悟，让大学生在双向互动中擦出更多的思想火花，帮助大学生获得情绪的调适、心理的成长。目前有高校开发了诸如《乌龟与乌鸦》、《快乐加减法》、《雨点变奏曲》等小游戏，较好地调动了大学生学习心理知识的兴趣。除此之外，学生还应积极开展《驿站传书》的交往联系，《大树》的冥想训练等<sup>[6]</sup>。高校也要积极借助信息化手段和多媒体平台，加强心理健康教育知识的传播和推广。

### （三）大力加强心理育人队伍建设

高校应在人财物等方面投入充足的资源来构建一支结构合理、人员充足、能力突出的心理育人队伍，以适应当下高校所面临的心理育人形势。高校一定要足额配齐心理专职教师，聚焦主责主业，专职教师必须具备博士以上心理学专业学历或拥有实操经验的副高以上高级职称，以专业化的素养在学校层面统筹开展各项心理教学和咨询工作；高校在招聘新进辅导员时，可以考虑将心理学专业背景或心理咨询师资格证书作为遴选的重要参考条件；对于存量辅导员，学校要开展全员的心理专题培训，将获得心理咨询师证书作为辅导员职称晋级或晋升的约束性指标，督促和鼓励辅导员去考初级、中级咨询师证书，相关费用由学校统筹承担；用好学校专任教师中具有心理学教育背景的老师，出台激励措施吸收他们加入学校育人工作

队伍,参与到心理咨询、大学生心理健康教学、大学生心理团队辅导等工作中来,充实心理育人队伍。同时,高校还要积极借助社会资源,可以聘请校外心理咨询专家、心理学研究学者、精卫中心执业医师等担任高校的心理育人导师,协助学校开展相关心理咨询,指导开展相关团辅活动,开设高质量心理讲座等。

#### (四)、构建在读大学生心理健康情况的一档一档

大学生自入校以来,学校就要开展覆盖百分之百的心理普测,目前的做法是通过普测后,对测试结果非正常的学生开展一对一谈话,评估后认定心理重点关注学生名单,建档立卡,动态跟踪。笔者认为,随着高校大学生德育评价体系的构建,加之当前大学生心理非健康人数比例的大幅上升,现在已经很有必要借助大数据和德育评价的推行,为每一位大学生建立心理健康档案,将大学生每一学年(甚至每一学期)的心理健康状况做出评价,对心理异常表现予以如实档案记录,在符合隐私保护的前提下,做好大学生在读期间的全周期考察和跟踪记录,为可能将来出现的心理问题做出预判和预警。

#### 四、结束语

新时代的心理育人工作是一项系统化、全面化的工程,对大学生的个人成长成才具有重要影响,高质量的心理育人工作不仅能够帮助大学生构建积极向上的过硬心理素质,还可

以展现出新时代发展背景下的社会核心价值。高校需要直面现实问题和困难,以更包容、更科学、更人文关怀的举措来帮助大学生应对心理层面的挑战,确保校园的和谐稳定。

#### 参考文献:

[1]习近平.《决胜全面建成小康社会,夺取新时代中国特色社会主义伟大胜利——在中国共产党第十九次全国代表大会上的报告》(2017年10月18日),单行本,人民出版社。

[2]许继亮.高校建立健全心理育人机制论析[J].思想理论教育,2022(12):108-111.

[3]滕丽.新理念 新探索 新实践 加强高校思政教育中心育人的有效策略研究[J].吉林教育,2022(29):76-78.

[4]孙冰红,赵托.“三全育人”视域下高校心理育人路径探析[J].山东高等教育,2022,10(05):10-14.

[5]吴红,刘取芝.心理育人视角下高校学生组织功能拓展及实现——思政教育新途径探索[J].南京晓庄学院学报,2022,38(05):116-120+124.

[6]田辉,孙雅男,赵春霞,杜立文,温雅丽.心理育人融入高校思想政治理论课教学的理论与路径探索[J].河北科技师范学院学报(社会科学版),2022,21(03):117-122.

**基金项目:** 上海工程技术大学“辅导员工作室”培育项目资助