

# 心理健康教育融入高校学生管理工作的路径探索

邱琳

郑州师范学院 450000

**摘要:** 心理健康教育是结合学生心理发展特点采取适宜心理教育方法培养学生形成健康的心理素质,是素质教育的重要内容,也是新世纪高质量人才培养的重要环节,通过心理健康教育增强学生的心理适应能力,开发学生的良好品质,引导学生养成良好习惯等促进学生的全面发展。本文简述了高校心理健康教育存在的问题,分析了心理健康教育融入高校管理工作的意义,并对心理健康教育融入高校学生管理工作的路径进行了探讨,希望可以为提高学生管理成效提供一份参考。

**关键词:** 心理健康教育; 学生管理; 以人为本; 管理工作

## Exploring the way of integrating mental health education into college student management

Lin Qiu

zhengzhou Normal University 450000

**Abstract:** Mental health education is a significant part of quality education and a critical link to cultivating high-quality talents in the new century. It can enhance students' psychological adaptability and develop their good qualities through mental health education. Guide students to form good habits to promote their overall development of students. This paper briefly describes the problems of mental health education in colleges and universities and analyzes the significance of integrating mental health education into college management. It discusses the path of integrating mental health education into college student management, hoping to provide a reference for improving the effectiveness of student management.

**Keywords:** mental health education; Student management; People-oriented; Management work

高校的重要目标是为社会培养全面发展的高质量人才,而德智体都蕴含着丰富的心理因素其发展也要以心理健康教育为基础,并且通过心理健康教育能够激发学生的信心使其在更高层次实现角色转换,有利于学生优良品质的形成,正确人生观、价值观的树立,因此,心理健康教育作为高校提升学生综合素质的重要手段不容忽视。

### 一、高校心理健康教育存在的问题

首先是管理体系单调,心理健康教育是系统性工程,需要有计划的对学生心理施加影响才能有效提升其心理健康水平,但目前高校的心理健体体系单调组织规范无序,而且管理体制已经无法满足教育体系的创新要求,致使心理健康教育价值处于失控状态,需要加以更新与调整。其次心理健康教育理念有待更新,高校的心理健体教育需要结合学生的心理问题进行全面指导教育,包括学生的心理变化、心理适应等等,要由解决一

般性心理问题逐渐向深层次系统递进,因此需要将教育观、社会观等有效融合,依据先进教育理念指导心理健康教育工作。但实际上很多高校缺乏现代心理教育意识,在开展心理健康教育活动时仅停留于表面局限于知识讲座,泛化心理健康教育概念,不利于心理健康教育目标的实现。最后是讲授课程杂乱,心理健康教育的最基本途径就是通过课程讲述为学生普及心理健康知识,高校心理健康教育意见中强调要结合学生心理特点进行有针对性的心理健康教育,但很多高校设计心理健康教育活动时杂乱无章,缺乏统一标准难以发挥出心理健康教育的价值<sup>[1]</sup>。

### 二、心理健康教育融入高校管理工作的意义

一是有利于调动学生的积极性,一个人具有健康的心理就会有效控制自己的认知活动,对外界变化做出积极反应,在高校学生管理中融入心理健康教育体现出以学生为主体,既能方便管理人员的工作又能调动学生的

积极性为其日后生活工作奠定坚实基础。二是有利于思政教育活动的开展,在高校思政教育意见中强调要结合学生的实际生活将思政教育与心理健康教育有效融合,有针对性的帮助学生解决学习生活中所遇到的具体问题,这是思政教育内在要求也是理性升华的重要趋势,通过心理健康教育使学生具有健康思维与行为,提升学生的心理素质与认知能力,促进学生的全面发展。并且有利于与思政教育形成优势互补,促使思政教育者认识到工作中存在的局限性,将其心理咨询密切配合,在最大程度上发挥出思政教育的最佳优势。三是有利于拓展学生管理新思维,很多大学生思想问题根本原因是心理障碍所致,开展心理健康教育能够使管理者更好的了解学生心理行为实质,并以新视角为其提供帮助,推进学生管理工作的科学化进程。

### 三、心理健康教育融入高校学生管理工作的路径

#### (一) 构建和谐校园环境,强化课程融入

首先在构建和谐校园环境中融入心理健康教育,坚持以人为本以学生的全面发展为出发点,将自然属性与精神属性有机整合,高校作为社会人才培养的重要场所,一个重要功能是进行社会文化与文明的引导,培养学生树立正确的人生观、世界观,而以人为核心的最终目标就是实现人的全面发展,包括自然与社会的协调发展、德智体的全面发展,构建和谐校园就是一种积极健康的心理也是心理健康教育的重要内容。其次从教学入手以课程为中心融入心理健康教育,心理学是研究人的心理活动的科学,在人的价值体系中有低级需求也有高级需求,其中低级需求包括食物、水、空气等物理需求和自身安全、感疾病痛苦等安全需求,高级需求包括在成长过程中所需的友谊、爱情等社会需求以及个体价值、自我实现需求等,不同时期会产生不同层次的需求。因此,高校要结合学生的实际需求有针对性的设置管理模式,将心理健康教育与学生管理有效融合,以课程为中心让学生更好的理解心理健康教育价值,选择典型事例为学生传递健康心理的重要性,引导学生树立正确的人生观、世界观以及从性格完善、思想心理等方面进行自我管理,以更加饱满积极的心态学习生活。选择典型案例时不可脱离主题,要以课程为基础以点盖面扩展教育覆盖面,例如:设置心理健康教育必修课形成良好的心理健康教育氛围,搜集其他学科所涉及的心理教育素材将其渗透于学生的学习生活中,发挥积极心理的暗示作用促进学生的健康成长。最后要在建设健康校园文化中渗透心理健康教育,校园文化是师生在长期教育与实践创造出来的,是师生及学校的价值取向、行为规范的折射,良好的校园文化能够营造健康的育人环境,也对陶冶师生思想情操起着积极作用,高校要结合时代主题挖掘特

色文化内涵,创建健康积极的校园文化,促进学生心理的健康成长<sup>[2]</sup>。

#### (二) 创新教学形式与管理模式

心理健康教育融入高校学生管理工作中,一方面要强化教学形式的创新,不但要在管理理念上予以重视,无论是高校领导还是学科教师都要意识到心理健康教育的意义齐抓共管,重视心理健康教育的各个环节提升心理健康教育效果,也要创新教育形式,如利用互联网平台为学生提供自由讨论、敞开心扉表达的机会,在学生的讨论表达中发现学生所存在的心理问题,进行有针对性的疏导,使学生能够拥有积极乐观的状态。或是利用互联网平台转载心理健康教育素材为学生提供心理引导,或是发布赞颂型文章发挥榜样力量,鼓励学生向模范看齐,引导学生树立正确的价值观与世界观。除了依托互联网力量开展心理健康教育活动外也可结合新生入学教育进行心理健康普查,根据测试结果引导学生掌握正确心理调节方法,对于个别严重心理障碍的学生要积极采取措施避免安全事故的发生,或是有针对性的开展心理咨询活动,如自我认知失调、恋爱心理问题等,增强学生的调试能力、维护学生的心理健康。另一方面要创新管理模式,首先要由管教式向服务式管理进行转变,高校要结合全方位发展理念构建学生管理模式,落实以人为本理念,对学生管理目标进行重新定位,重视学生个体需求,遵循学生心理认知规律,将管理工作与学生生活实际相结合潜移默化的渗透于日常管理中,逐步转变为服务式管理,促进学生的全面协调发展。其次要由浅层次向深层次管理进行转变,将说服教育、思想疏导、文明建设等进行有机融合,在保障学生综合素质发展的基础上重视学生内在潜能的开发,否则如果只是面上管理,极易由心理问题转变成心理障碍影响学生的健康发展,因此要从行政管理、制度建设、政策导向各个方面强化学生主体意识,推动学生合理应用心理学知识进行自我调节和自我心理健康分析维护,打造深度管理模式。最后是由条块式转变为项目式管理,传统的学生管理都是各部门分工明确,表面看起来无懈可击但却存在着各自为政问题管理效果不佳,而项目式管理是一种创新性管理,通过各方联动参与使职能管理更加优化,在心理健康教育与学生管理工作融合中采取项目式管理模式能够使各部门结合实际情况进行变通,更好的发挥出协调作用帮助学生养成健康心理<sup>[3]</sup>。

#### (三) 构建心理健康教育与学生管理结合模式,拓展管理教育途径

心理健康教育与学生管理的结合模式构建,一方面需要做好机构人员设置,首先要由领导班子组建心理健康教育领导小组,进行心理健康教育规划、检查评估。

其次由心理健康教育中心组织设置心理咨询室、教研室,宣传心理健康知识、开展系列讲座、指导心理协会活动的开展、维护心理健康教育网站等。最后要构建心理健康教育三级网络,形成以辅导员、专科教师为主,其他教师与管理者为辅,专兼结合的心理健康教育团队。另一方面需要不断的拓展管理教育途径,促使心理健康教育朝着更好方向发展,如将思政教育与心理健康教育融合,利用网络教育平台中的实事政策等思想政治网站对学生进行心理健康教育,或是在校园网上成立心理咨询专栏,利用校园广播定期播放心理健康文章,创建心理健康专刊,引导学生进行心理动态历程分析,坦白自己的困难、挫折树立积极进取的生活态度。在高校学生管理过程中要抓住四个着力点进行心理健康教育融合:一是自尊心与自信心的培养,管理者要引导学生正确认识自信自负、自尊他尊等关系,能够做出客观真实的评价。二是情绪与情感的管理,学生在学习生活中如果能够正确处理情绪与情感,会对学生产生积极影响,否则会阻碍学生的健康发展,高校学生管理者要指导学生提升情绪情感控制能力。三是自控力与挫折承受力,每个人在学习生活中都会遇到困难与挫折,有的会迎难而上也有的会避而不谈,学生管理者要适当的组织抗压能力活动,如户外拓展训练增强学生的自制力,将所遇困难化为动力,正视挫折与失败。四是自觉性与责任感,在管理过程中要抓住事情关键,利用言语与行动引导学生树立持之以恒品质,增强学生责任感,能够做到自我发现、自我反思、自立自强、积极乐观。另外,要开展特色心理服务活动提高贫困生的心理素质,结合心理咨询案例观察和学生的人际关系资料可以看出贫困生的人际关系相对欠佳,因此,需要结合贫困生团体情况构建心理温馨港湾,培养贫困生群体的人际交往能力提升贫困生的心理健康素质。例如:组织星期六俱乐部活动满足贫困生的交际交往需求,为贫困生的优点展示提供平台,增强贫困生的交往信心实现其对自我的肯定。

(四)寻找心理健康教育与学生管理融合切入点,强调协调管理

心理健康教育在高校学生管理中的融入要找准切入点,首先要构建管理机制,在学生管理中融入心理健康教育是否能够取得实效与管理机制构建息息相关,高校要将心理健康教育体系中的管理人员、教育工作、管理工作相互协调构建管理机制,如以管理学角度出发制定心理健康教育规章制度,指导心理健康教育工作的落实,根据学科发展要求加大经费投入保障硬件设施的提供,以学生实际出发结合学生在学习和生活中遇到的问题进行集体备课、教研,明确心理健康教育重难点,增强心

理健康教育的针对性。其次要通过具体行为推理成因找出内在需求,从心理学角度分析一个人的行为分为潜意识、意识以及表象层,其中潜意识决定了意识活动,而意识活动指导表象层行为,当一个人产生冲动时潜意识与表象层会产生保护墙,当保护墙允许冲动进入时就会产生意识行为,而人的潜意识欲望是寻求最大满足,压抑欲望的主要方式是心中的道德约束。在高校学生管理过程中考试作弊现象十分普遍,考试作弊的最终目的就是为了取得好成绩,但学生在作弊时的心理活动却不同,需要学校从学生本身入手分析作弊原因,才可以更好的帮助学生消除作弊心理,高校要揣摩学生作弊时的心理状态对作弊学生开展心理辅导活动,如果学校都没有端正态度意识到作弊的危害性放任学生作弊,那么对于学生来讲这种违规行为会对其日后生活、工作造成严重后果。最后要强化对心理知识的宣传,制定心理教育方案多层次的开展知识普及,如开展主题性班会、组织学生进行心理知识竞赛活动,引导学生树立自尊、自爱、自信、自强的高尚品质,能够正确处理虚荣、嫉妒等不良情绪。在学生管理中要了解学生的心理特点,以发展眼光看待学生,合理的组织团体心理辅导,做到发展与预防并重。并强化家庭教育,家长的情感和道德会对学生产生较大影响,高校要加强与学生家长的联系,引导家长关注学生心理健康情况通过家校联动促进学生的心理健康发展<sup>[4]</sup>。

#### 四、结论

综上所述,一名合格的大学生既要具备良好道德素养、文化素养,也要具备创新精神、积极情绪等良好心理素质,目前很多学生都存在心理问题影响着健康成长,需要引起重视,而且高校传统的学生管理模式已经无法满足学生的成长需求,因此要合理融入心理健康教育,构建心理健康教育与学生管理结合模式,拓展管理教育途径,创新教学形式与管理模式,促进学生形成良好心理素质更好的适应社会发展。

#### 参考文献:

- [1]孙晓妍.高校学生管理工作中大学生心理健康教育存在的问题及对策研究[J].黑龙江教师发展学院学报,2022,41(02):101-103.
- [2]吴燕燕.心理健康教育视域下高校学生管理模式创新探讨[J].江西电力职业技术学院学报,2021,34(12):103-104.
- [3]夏洁雯.心理健康教育融入高职院校学生管理工作的模式思考[J].知识窗(教师版),2021(11):62-63.
- [4]靳小三,武鹏坤.新时代背景下高校学生管理模式的创新路径——评《新时代大学生管理工作的探索与实践路径》[J].中国科技论文,2022,17(02):238.