

# 高职院校学生心理健康教育发展趋势探究

◆桂佳兵

(长春师范高等专科学校 吉林长春 130216)

摘要:人的全面发展包括多个方面,其中心理健康教育也属于一项重要内容。就高职院校的属性来讲,技能型人才是其培养的主要目标,但是学校在开展教育活动的同时不能忽略对学生心理潜能的开发,这样才能使他们具有健全的人格,形成正确的思想观念。基于此,本文主要针对高职院校学生心理健康教育发展趋势进行详细探究,希望能够对提升学生的综合素质有所帮助。

关键词:高职院校;心理健康;教育发展;趋势探究

引言:在我国大学生队伍中,技能型人才所占的比例逐渐上升,社会需要优秀的专业型人才,国家也需要高级技术人才,所以高职院校在日常教学过程中比较侧重专业技术知识的灌输,对于学生心理健康问题关注的比较少。本篇文章首先对高职院校学生的心理健康状况现状进行介绍并指出其中存在的一些问题,然后有针对性地提出关于解决高职院校学生心理健康教育现状的相关对策,以期促进学生全面、主动、协调发展!

## 1 高职院校学生心理健康现状

我国政府高度重视教育体制的改革,多次强调高等教育事业的重要性,鼓励支持高职院校应不断扩大规模,所以该类学校每年招生的人数也呈现上升态势。尽管高职院校的学生已经有了一定的知识储备和人际交往经验,但是由于他们参加社会实践的机会比较少,自身的心理承受能力不强,所以一旦遇到困难和挫折时,可能不会采取正确的解决办法去冷静处理,对其身心健康发展十分不利。一般来讲,高职院校的学生们文化基础比较薄弱,对于学习的自觉性和主动性较差,遇到一些难以理解的专业知识时,容易造成心理负担,影响学习效果。在日常的学习过程中,一些学生对于自身的期望值较低,不能正确认识自己的专业水平,对于专业技能缺乏自信。面对当前严峻的就业形势,他们难免会屡次受挫,加上自身的抗压能力不强以及各种外界因素都会对高职院校学生的心理健康发展产生影响。

当前社会发展迅速,就业竞争压力越来越大,但高职院校的大学生们对自身的发展前景和生活规划都还没有一个明确的目标,残酷现实与美好理想之间的落差逐渐使他们产生了焦虑和担忧的不良情绪。久而久之,学生们就会出现一系列的心理障碍。

## 2 当前高职院校心理健康教育存在的问题

### 2.1 心理健康教育机制不健全

上文已经提到,高职院校的规模不断扩大,招生人数也逐年上升,在多种外界因素的影响下,学生们的心理问题日益凸显。但从整体上讲,我国高职院校学生心理健康教育仍然处于初期的探索阶段,缺乏系统的机制和方式来指导各项工作的顺利开展。尽管相关部门已经意识到心理健康教育的必要性和重要性,要求各类学校必须要开通心理咨询渠道,但是由于没有受到上级部门的持续关注,这些咨询室的建立形同虚设,根本没有配备专门的心理咨询师,许多都是由其他科教师进行兼任。高职院校的心理健康教育仅仅是一个摆设,没有落实到具体行动上,只有建立健全相关的教育机制,才能保证相关工作的有效性。

### 2.2 心理教育认识误区

大部分高职院校对于心理健康教育存在错误的认识,校园领导层认为只要做好自身的思想工作,学生们的心理健康就不必担心了。由此可见,他们片面地将思想政治课与心理健康教育混为一谈,两者虽然存在相同点,但是其本质的概念是有很大差异的。相比较而言,思想教育重视的是学生们的道德素质,心理健康教育包括的内容则比较全面,其中道德素质只是其中的一项。如果高职院校不能采取科学的方式解决该类问题的话,将会使学生的心理发展出现畸形,严重影响学生技能学习积极性和热情。

### 2.3 心理教育师资力量有待加强

高职院校将自身的工作重点放在如何提高就业率上对于学生心理健康教育缺乏重视导致在该方面的师资力量十分薄弱,没有配备专门的心理咨询师。尽管部分学校设置了心理咨询室和教

师,但是这些教师大部分都是辅导员或者任课教师兼职的。他们不论是从专业知识还是解决心理障碍方面与正规专业教师之间都存在较大的差距,无法保障心理健康教育辅导质量和水平,更不能科学引导学生的全面发展。为了彻底改变这一现状,学校必须要加大心理健康教育的资金投入,设立专门的场地,建立一支强大的师资队伍,更好地为学生心理健康教育服务。

## 3 解决高职院校学生心理健康教育现状的相关对策

### 3.1 完善高职院校心理教育机制

要想使高职院校的心理健康教育有序开展,必须完善自身的教育机制,设置相对应的管理机构,将上级指示切实落实到具体行动上。学校的财务部门应当预留出一部分的专项资金用以开展心理健康教育活动,让学生们感受到来自外部的关怀,降低其心理负担。此外,在心理教师人员配备方面,学校也应当聘用具有心理咨询师资格证书的人员,从源头上控制教师质量。如果条件允许的话,学校还应该为每个班级配一个专门的心理教师,便于及时解决学生们的心理问题。

### 3.2 构建系统的心理健康教育工作体系

心理健康教育涉及到多个方面,包括学校、家庭、社会等,只有形成三位一体式的工作体系,才能达到事半功倍的效果。学校应该给每个学生建立一个家庭联系卡,定期与家长进行沟通交流,不断拓宽教育思路,以期形成多渠道的工作体系。大众也需要给学生们营造一个轻松愉悦的社会环境,使其充分感受到来自他人的关心和爱护。总之,系统化的心理健康教育体系的构建并不是一蹴而就的,它是一个长期的过程,需要我们共同努力。

### 3.3 努力建立健全学生心理健康档案

为了更加全面、科学地了解学生心理状况,学校应当为他们建立专人档案,这便于日后对其健康状况进行科学的筛选。当前,档案资料在各行各业的发展中具有重要的参考借鉴作用,比如病人的病历档案、职工的工作档案等,所以高职院校也要努力建立健全心理健康档案,以便针对具有心理问题的学生的及时跟踪测试。学校还可以根据问题的性质和程度对学生制定合理的治疗方案,帮助他们早日摆脱压力。

### 3.4 开展心理健康方面的专项训练活动

高职院校需要将心理健康教育作为一门必修课让学生们学习,该方式不仅能够将心理学的知识进行普及还能不断渗透心理教育的理念,帮助学生学会自我调节、自我完善。学校应当定期开展心理健康讲座针对学生群体中存在的就业压力、情绪焦虑、社交难题等进行详细的开导,并传授给他们一些情绪管理方法,提升抗压能力。

结语:综上所述,高职院校应当重视起来学生们的心理健康教育,科学引导他们全面发展。对于大学生的健康成长来讲,心理健康教育至关重要,我们只有准确把握学生的心理变化情况,才能准确了解到他们的情感需求。在日常的教学过程中,高职院校要形成以学生为中心的授课模式,尊重学生的意见和选择,积极开展心理教育课程和活动,为社会培养出一批又一批优秀的技能型人才。

## 参考文献:

- [1]陈运明.高职院校学生心理健康教育工作初探[J].教育研究与实验,2018,(8).
- [2]李龙江.高职学生心理健康问题及对策研究[J].中国成人教育,2017,(4).
- [3]曾金强.高职心理健康教育面临的问题困境及目标体系构建[J].职业教育研究,2018,(1).
- [4]张大均.心理健康教育:十大问题亟待解决[J].中国教育报,2017,(6).
- [5]李爱娟.高职院校大学生心理健康教育现状的分析[J].商业经济,2018,(18).

作者简介:桂佳兵,男,吉林省长春市人,本科,助理讲师,长春师范高等专科学校,主要研究方向:心理学。