

高校社团活动对学生心理健康的作用

◆王媛

(山东农业工程学院)

摘要: 高校社团是构建校园文化中重要的一部分, 在学生进行自我教育和自我管理过程中起着重要作用。在本文中, 笔者分析了高校社团活动对学生心理健康产生的积极和消极作用, 并提出了改进建议。

关键词: 高校社团; 心理健康; 积极作用; 解决对策

近年来, 高校发展越来越重视学生社团的发展, 作为校园文化中至关重要的一部分, 通过社团活动对学生自我教育和管理起着重要的作用。而且从实践情况来看, 社团活动对于学生起着重要的积极作用, 进一步影响学生的心理健康。但是事物都是具有两面性, 社团活动亦是如此, 对于学生带来的消极影响也需要给予重视。在此背景下, 笔者在文中探究了社团活动对于学生心理健康产生的积极和消极作用, 并提出了一些见解和建议。

一、高校社团对于学生心理健康产生的积极作用

(一) 有助于激发学生的学习兴趣和树立正确的思想观念

一般情况下, 高校社团都是由学生自己组织起来的, 参与成员也都有相同或相似的爱好兴趣。而且一些研究也表明, 因为学习压力较大或者遇到其他问题时大多数学生会选择向朋友求助和倾诉。而社团活动为学生结交朋友, 形成健康积极的心理状态起到了积极作用。同时, 在社团中学生的兴趣爱好相同, 交流起来也会比较顺畅, 在融洽的环境里, 会给学生一种归属感和信任感。

(二) 有助于学生实现自我管理和自我调节

高校社团是由学生自主管理和组建的组织, 也是学生从被管理者转变为管理者的重要体现。所以在社团活动过程中对培养学生的管理意识起到重要作用。而且高校社团是一种非营利性的组织, 比社会团体更为人性化, 但是对学生的要求也比较严格, 需要学生做到自我管理和调节, 树立管理观念和意识, 不断优化管理方式, 这样才能使整个社团长久发展下去。因此, 在社团中学生也应该学会从多角度去思考和观察问题, 学会理解和善待其他学生, 对以后步入社会起着重要的指导作用和积极影响。

(三) 对治疗患有心理疾病等特殊学生群体起着积极作用

在学生群体中难免会有一些学生各种各样的心理疾病, 比如对于贫困生来说, 在进入大学校园后自尊心受挫, 有孤独感和胆怯心理, 不喜欢与其他同学交流等只会影响他们的健康心理, 甚至造成更为严重的后果。在高校社团中, 学生都是根据兴趣爱好选择的, 不分高低贵贱, 所以对于贫困生来说, 参加社团活动是一种树立信心, 养成健康心理的重要途径。同时, 一些高校社团也会为患有不同程度心理疾病的学生提供展示自己的机会, 鼓励这类学生群体参加各种社团活动, 不断追求自己的理想。因此组建社团有助于患有心理疾病学生养成健康的心理, 树立积极向上的心态与自信。

二、高校社团对于学生心理健康产生的消极作用

(一) 高校社团缺少专业指导老师, 活动重复性强

在高校社团中因为是由学生自发组织起来的, 缺少专业指导老师, 且活动频繁进行, 缺少创新性, 重复性强, 无形中给社团干部施加了压力, 也会直接影响其他成员的积极性。因为缺少专业老师指导, 在开展各项活动时不够科学, 也缺少具体计划, 而且开展社团活动会占有学生学习实践, 影响学生学习和正常作息, 甚至还会对部分学生造成心理压力, 学习成绩下降, 影响健康心理养成。

(二) 社团成员存在厌烦心理

一些研究表明, 参加社团的学生都会存在不同程度的厌烦心理。存在这一问题的重要原因在于社团内部建立的激励机制不规范, 影响学生的积极性和热情, 长此以往, 必然会使学生形成一种厌烦心理, 甚至不愿意参加社团开展的活动。一些学生片面的认为社团活动只是一些比较优秀的人作秀, 很多时候并未考虑到其他成员的心理。或者一直以来社团活动的开展都是由策划者组织, 按照策划者的思想和社团干部的主观思想来进行活动。在这种管理模式下, 社团活动缺少新颖, 也未得到其他成员的认可, 忽略了其他成员的感受, 只会影响其他成员的活动参与意识。因为在高校社团内部存在这些消极的看法, 很容易影响社团活动的开展及规模壮大。

(三) 社团核心人物的思想意识会直接影响其他成员的心理与行为

在高校社团中核心人物具有很大的权威性, 其思想意识和经营理念会对其他成员产生一定的影响, 甚至导致其他成员心理与行为严重偏离和失误。比如, 在社团中核心人物具有很大的权威性, 很多成员只能拥戴和服从, 即使核心人物做出错误的决定时, 也会有其他成员附和, 失去自己的理智。如果核心人物出现严重的偏差, 必然会对其他成员的心理和行为产生负面影响, 进而影响整个社团的活动和行为, 甚至带来更为严重的后果。

三、消除社团对大学生心理健康产生负面影响的对策

高校社团的发展已经成为教育事业中重要的一部分, 其重要性是不言而喻的。但同样高校社团对学生产生的积极与消极作用也需要正确对待, 才能促进高校社团长久的发展。

(一) 重视对大学生的心理健康指导

在大学生群体中有很大一部分学生存在心理问题, 因此高校应该鼓励学生多参加高校社团活动, 选择适合自己身心发展的活动。但是大学生应该明确大学生阶段的重点和中心, 灵活运用课余时间参与社团活动, 并充分发挥社团的重要作用, 不断提升自身的综合素养和能力。同时, 学校的相关部门, 比如团委可以对各个社团进行指导并配备专业指导来时。此外, 在倡导社团进行自主管理的同时, 也应该制定相应的规范, 要求社团活动选择合适的时间与地点, 避免耽误学生的学习。这样才能促使社团得到更加科学规范的发展, 才能做好大学生心理健康指导, 营造一个良好的社团氛围。

(二) 完善公平的激励机制

在社团中应该建立完善的、公平的激励机制。比如社团的评优应该是在征求其他社团的意见基础上制定再公布出来。同时也应该与社团考核联系在一起, 有助于激发各个社团的竞争意识, 为社团成员提供公平的竞争机会。通过建立完善的激励机制, 可以激发社团成员的归属感与认同感, 促进高校社团的健康积极发展。

(三) 提高社团领导者的综合能力

作为社团的领导者, 应该明确自己的职能, 提高思想觉悟, 提升自己的综合素养, 为其他成员树立榜样, 这样才能促进社团全体成员共同进步, 得到更好的发展。

(四) 落实“以人为本”的理念

高校社团开展应该坚持“以人为本”, 开展有益于学生身心健康的活动。高校相关部门也应该指导各社团坚持自己的宗旨开展活动, 营造一个温馨、和谐的社团环境, 为学生提供相互交往、沟通交流的机会和场所, 帮助学生调节自身的情绪, 形成健康的心理。此外, 在社团内部理应建立完善的管理制度, 同时还要吸取其他成员的意见和看法, 不断改进不足之处才能使社团得到更好的发展。并且高校社团也应该与时俱进, 多引进一些新颖的活动, 丰富社团活动, 为学生营造良好的校园氛围, 才能逐步培养大学生健康的心理。

结论

高校社团不仅有助于提高大学生的综合素质, 还可以提升大学生的交际交流能力, 为大学生毕业进入社会奠定良好的基础。而且一些研究也表明, 各类社团活动对大学生养成健康的心理起到积极的作用, 所以高校应该鼓励学生组织社团, 开展各项社团活动, 构建和谐的、健康的校园文化氛围。

参考文献:

- [1]冯昭昭.大学生社团的价值研究[D].华中科技大学,2016.
- [2]尹余萌.高校艺术社团提升大学生心理健康水平初探[D].天津理工大学,2017.
- [3]王欣.大学生心理社团建设存在的问题及对策[D].华中师范大学,2012.

作者简介: 王媛, 1982年3月, 女, 汉族, 山东省济南市, 现任山东农业工程学院人文学院, 副科级辅导员, 讲师, 硕士研究生, 主要研究方向管理学。