

高校学生管理工作中心理健康教育问题分析及对策探究

张龙洁 高雪 侯志浩 薛涵 褚凤娇

(青岛黄海学院 山东 青岛 266000)

[摘要] 随着社会经济的发展与人们生活的不断丰富,使得当前社会上人们的价值观、人生观、世界观都发生了巨大变化,尤其是在校学生的心理成长更容易受到社会文化的影响。不管是在身体健康还是心理发育方面,对学校学生管理工作的开展都会除了更高要求,因此本文就以高校学生管理工作中心理健康教育的进行分析,通过对心理健康教育工作中的作用与存在于问题的阐述。从而为学校教育工作与学生心理健康的发展起到有效的推进与提升作用。

[关键词] 心理健康; 高校学生; 教育

1、进行心理健康教育的主要原因

当前社会对于人才的能力技术与心理素质都提出了更高要求,社会与单位对于人才的筛选要求越来越严格,使得很多人包括学生都是长期处于高压力的工作中状态下,尤其是在校生正处于心理承受力与思想认知力发展的初期,很容易由于外界的因素影响出现情绪波动与亚健康问题。所以对于学生可能出现的心理健康问题学校教育者应该给予高度的关注。帮助学生在复杂的社会环境下树立一个正确的人生观、价值观、世界观。在塑造学生最好的自己也能够帮助学生实现社会与人生价值。

2、学生管理工作与心理健康教育的关系

学生管理工作在心理健康教育中主要有以下几点作用,第一学生管理是影响学生自身健康教育的关键环节,学生管理工作是否到位、能否顺利进行。直接决定了学生在校内的心理发展情况,第一学生管理工作与心理健康教育的结合是建设和平安定校园环境的不可忽视因素,学校各种创新教育理念的实现、现代化教育的体现都需要良好的心理健康教育作为基础,只有在学生管理工作中落实心理健康教育才能开创学生管理工作的新局面,及时了解学生真正的需要,有效避免学生管理工作的盲目性和滞后性,做到“以人为本”的教育理念才能真正服务于学生。

3、校园心理健康问题的处理

3.1 心理压力

在校学生所面对的压力主要有来自学校、自身、家庭三方面的压力。首先学生压力包括考试、学习的压力,这种压力对于学生发展来说有一定的好处,一定的压力还是有助于学生学习效率与重视程度的提升,其次就是自身所带来的压力,这种压力主要与学生自身的情况有效,主要就是人际交往、师生关系、恋爱压力等,这也是学生管理工作与心理健康教育主要解决的压力问题。这些压力会严重影响到学生在校的学习生活,甚至会让学出现一些极端行为,比如学生之间的矛盾等或者因为不喜欢某一老师而放弃这科的学习等,需要学校在管理工作中及时发现并进行有效的引导。最后就是学生在家庭生活中的压力也是我学校管理工作要处理的问题,学生大部分时间都是在学校中度过的,很有可能因为家庭教育的问题,影响到自己在学校中的心情。比如家长过于重视学生的成绩、缺乏对学生心理成长的关怀。这些问题都会影响到学生在校的学习情况。所以学校的心理健康管理工作需要从学生发展的多方面进行发展。

3.2 挫折

俗话说“人生不如意十之八九”,人们在通过目的地的过程中会遇到各种各样的阻碍与瓶颈,有时候甚至努力过后仍然看不到想要的结果。而且很多种学生在困难的过渡上缺乏相关的经验,对于存在着挫折的抵抗性与看法能力存在一定不足。甚至会因为挫折产生一些攻击、冷漠、幻想等不良情绪或攻击行为。所以学生管理工作需要在学生受到挫折打击后可以快速提供帮助,帮助学生再生理与心理阶段的发展成熟。

3.3 焦虑

所谓焦虑就是我们平常所说的预感,这与每个学生的思维习惯有着很大关系,轻度的焦虑能够帮助学生提升对事情的重视程度,提醒学生提前做好相关工作准备,关键眼看着学生怎么处理自己的焦虑,一种是学生在感觉到焦虑后会积极思考解决方案并

做好前期工作,这种焦虑虽然会对正常生活带来影响,但是在解决问题后所取得的成功感也是最幸福的。这时候焦虑对于工作学习来说是利大于弊的。另一种就是在面对焦虑问题时态度消极。采取回避、无所谓的态度会让自己变得更加焦虑。而且越积累就会发现自己的焦虑在不断增加中。这种问题就需要学校的心理健康教育中做好引导。通过求助老师、家长、身边的人来克服焦虑。

4、学生管理工作与心理健康教育相结合

4.1 学生管理要深入了解学生的心理需求

现代学生从小就接触到很多新鲜的文化知识,很多学生的认知能力与思维模式都有了一定成长。虽然学生的思维能力成长对学生的行为有了一定的提前性培养。但是也对学校的心理健康教育提出了高要求。出现了很多性格各异的学生。所以学生管理在进行学生心理健康教育工作时。传统的整体式教育已经不适合有一定心理思维能力的学生了,最好能够抓住现阶段学生心理康的特点。进行以人为本人、因材施教的心理健康教学。

4.2 在日常管理中融入心理健康教育的内容

辅导员是学校班级的管理者,需要对班级活动与学生学习行为进行随时管理。很多班级管理活动都需要与学生进行交流协调。所以可以通过辅导员将心理健康的教育内容进行班级活动的有效融合。从平常的教学工作中进行心理健康教育内容的普及。在一些班级活动中,让学生之间进行互帮互助,鼓励学生去积极帮助他人,比如让学生之间进行礼貌用语的使用,平常学习生活中多对人道谢,让学生将帮助他人、照顾尊重的行为品德逐渐养成习惯。

4.3 要求任课教师掌握基本的心理健康教育知识,积极应用于教学中

有时候学生的心理健康问题更喜欢和自己关系好的老师进行沟通,所以新形势下对于学生进行心理健康教育工作的有效开展,首先教师就要有足够强的心理健康知识素养,充分学习《大学生守则》和《大学生日常行为规范》的内容,并与新形势下的教学要求与学生素养进行结合,根据学生的心理健康的成长需求进行有效应用。同时将自己的教学工作与心理健康教育工作的进行探索发展,不断充实提升自己的同时,也是的心理健康教育的内容为班级管理进行促进。对新形势下的心理健康教学工作进行创新发展,实现学校心理健康教育与日常的教学活动结合发展。

5、结语

综上所述,心理健康教育一方面是当前素质教育发展下学校实施的基本要素。并帮助学校检验自身素质教育的程度与效果,另一方面其心理健康教育也直接关系到学生自身的健康发展,最直接的反馈就是在应用心理健康教育后校园事故是否能够有效减少,在预防学生心理疾病的同时有效规范学生在校园中的行为。而且当前学校现代化教育与创新教育理念的发展也是学生管理工作必要过程。

参考文献

- [1] 朱以财,任扬.高校“问题学生”引导教育策略探析[J].鸡西大学学报,2008(03).
- [2] 黄建春.积极心理学理念下高校心理健康教育模式的构建[J].湖南社会科学,2014,(4):247-250.