

大学生心理健康教育与咨询工作创新浅析

晋娇燕

云南机电职业技术学院

[摘要]大学生心理健康教育与咨询工作是我国高校目前的重要工作内容之一,本文主要针对目前大学生心理健康教育与咨询工作中存在的问题,结合现实情况,浅析大学生心理健康教育咨询工作的创新理念以及工作模式。

[关键词]大学生;心理健康;教育咨询;创新工作;分析

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.02.1698

大学生心理健康教育与咨询工作在教育部以及各省市的相关文件精神的大力指导下,近年来得到了迅速的发展,大学生的心理健康状况同时也得到了一定程度上的改善,但是总体上待进还需一步提高。本文结合当前存在的问题,针对大学生心理健康教育与咨询的创新工作做一些浅要分析。

一、目前大力加强大学生心理健康教育与咨询工作的必要性

主要表现在以下两个方面:其一是大学生的心理健康的教育直接影响着大学生的健康成长。首先,拥有良好的心理状态,可以为大学生的学习提供较好的精神状态,拥有正确的生活态度,能够保持对学习和生活的积极性;其次,一个健康的心理状况可促使学生树立正确的世界观、人生观和价值观,能够使学生充分地了解自己,选择适合自己的生活和学习目标,以理性平和、积极乐观的心态对生活学习;第三,建立和谐稳定的人际关系,能够很快融入大学大团体中,毕业后更好地适应社会。其二是目前大学生存在着很多心理问题。根据有关调查分析,现在大学生由于学习压力大,生活环境变化快,就业压力比较大,人际关系复杂及自身控制能力较差等等各方面的原因,造成了大学生各种心理健康问题的产生,如果学生心理问题不及时正确处理,会对大学生的健康成长造成障碍。

二、树立大学生心理健康教育与咨询创新工作的新理念

树立大学生的心理健康教育咨询工作的新理念体现在以下三个方面:首先是高等院校要积极搭建心理健康教育与咨询工作的体系。大学阶段是大学生完成社会化的一个重要过程,在入学之前,鉴于高考的压力,学生、家长及学校都较少关注学生的心理健康,很多大一新生误以为进行心理咨询就相当于承认自己精神有问题,不愿意主动预约心理咨询。因此,高等院校应该主动分析研究制约大学生心理健康教育与咨询工作发展的各种原因,积极搭建心理健康教育与咨询工作的体系,而不是被动地等着学生求救与咨询。其次是高等院校要树立面对全体学生的理念。教育发展性的原则明确指出:应该树立促进每个学生全面发展以及全面促进所有学生的发展的理念。这就需要高等院校把心理健康教育咨询工作面向于全部的学生,而不仅仅是那些少数心理有问题的学生。只有面向于全部的学生做好心理健康教育与咨询工作,才能真正意义上普遍提高学生的心理状态。最后是高等院校要重视大学生健康人格的发展,树立全新的理念。有些人认为大学生心理健康教育咨询工作,只需确保学生不发生危及生命的问题即可,其实这种低层次的工作要求已经不能适应不断发展的社会要求,是对心理健康教育咨询工作的艰巨性、发展性以及长期性缺乏认识的表现,并且阻碍大学生心理健康的发展,我们要重视大学生健康人格的发展,抓好大学生处于从青春后期转变为成年早期的重要阶段促进其健康人格的发展。

三、大学生心理健康教育与咨询工作创新路径

随着网络技术的发展与成熟,不但帮助大学生形成了使用网络进行学习的习惯,也为高校教师带来了全新的工作方式,以高校的心理健康教育为例,结合互联网和大数据技术带来的信息传递效率优势和大数据分析技术优势作为工作革新的

契机,重新对高校大学生的心理健康教育工作进行定位,在确保大学生心理健康教育理念的同时,切实提高心理健康教育工作的科学性与时效性,最终为广大大学生提供符合时代要求的心理健康教育与咨询服务。针对以上两方面的问题与不足,下文提出了具有针对性的创新意见和路径。

(一)开展心理健康教育体系机制建设创新

一方面,以现有高校的现有组织架构为基础,选择适合自身实际情况的心理健康教育工作部门设置方式,但重点在于明确以下三方面:首先,明确高校心理健康教育工作在高等教育阶段的重要地位,即高校大学生的心理健康问题的重要性。其次,打通心理健康教育工作在高校教育体系内的沟通渠道,向上连接学校内各部门各二级学院,确保专业的心理健康教育工作在校内顺利开展,向下贯通各二级学院学生工作,保障心理健康教育工作能够融入学生的日常学习生活,开拓扎实的学生群体作为基础资源。最后,利用“互联网+”背景,积极开展网络技术与大数据技术在校内的应用,依托心理咨询系统等实现心理健康教育工作的信息互通、资源整合,以校为单位,针对收集到的大学生心理健康相关数据进行整合并分析,把握大学生心理发展情况,对心理健康问题做到早预防、早发现、早疏导。

(二)探索基于大数据视域下的心理健康教育新形式

首先,融入具有时代特征的新颖教学形式,例如翻转课堂、微课、慕课等教育形式与大学生心理健康课程进行融合,为学生提供新颖的学习方式,再加上大数据技术的加持,能够在确保课程内容完成的基础上根据学生个体需求进行个性化推荐,提高学生的学习兴趣,有利于弥补传统教育方式乏味和枯燥的学习感受,提升学习效果。

其次,依托互联网技术提供线上线下结合的心理健康教育与咨询模式。考虑到心理健康教育课程的内容与专业课程具有较大差异,不但学生的个体需求不同,而且涉及学生的个人隐私,线下的公共课程难以实现点对点的教育服务,因此,利用互联网优势,在提供线上教学的同时开设线上教师咨询服务,能够有效解决学生自身的心理健康问题,为学生提供量身定制的心理健康服务,切实有效的提高大学生的心理健康水平。

结论:

总而言之,大学生的心理健康教育与咨询工作任重而道远。高校要做好相关的工作,积极探寻心理健康教育与咨询工作的新模式,全方位地关注学生的心理动态,研究出一套合理有效的工作方式,为培养四有人才提供动力,勇于打开高等院校心理健康教育咨询工作的新局面。

参考文献:

[1]杨坤,孙婉,许勇.新时期大学生心理健康教育与创新精神培养深度融合的实践与研究[J].经济师,2018, No. 352(06): 188-189.

[2]司慧积.互联网“+”教育背景下大学生心理健康教育体系建构研究[J].佳木斯职业学院学报,2017(11): 204-205.