

当代职业院校医学生心理健康教育的问题及解决方法分析

张羽

辽源职业技术学院

摘要:随着素质教育改革,人们越来越对心理健康增加了重视,教育也要树立心理健康第一的指导思想,经过不断地发展和演变,心理健康教育早已经是高职院校教学的最终目的。为了能够实现这一目的,教学任务要做出相应调整,还要加强现代心理教育观念,打破传统心理健康观的束缚,保证医学生在专业教学中获得身心健康的全面发展,本文从了解高校心理健康教育现状和制约因素出发,旨在探索提高心理健康教育能力的相关对策。

关键词:职业院校;医学生;心理健康;问题;解决办法

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2022.02.039

前言:目前职业院校教学与心理健康教育的结合成了新趋势,在基础教育改革运动过程中,心理健康教育发展越来越成为主流教学观念。有研究调查显示,目前高等院校心理健康教育开展仍然处于初级阶段,依旧没有深入地开展心理健康教育工作,学校的相关领导以及师生对心理健康教育的认知还存在不足,教育形式依旧单一,影响了高校心理健康教育的整体发展。因此,结合医学生心理健康发展需求,心理健康教育工作的开展,应结合医学本身的特性,对心理健康教育方式进行调整,缓解学生心理压力的同时,提高心理健康教育的综合作用。

一、职业院校健康教育能力发展现状

一方面,随着时代的发展和教育观念的不断创新,我国高校心理健康教育起步较晚,缺少相关的理论和思想指导,在最初的学校设置方面,只能单纯地帮助医学生解决学习和生活中的技能问题,没有形成具体的教学体系。缺少了相关法律法规的支持和政策指导,没有得到相应的重视,不利于心理健康教育工作者的能力提升。现阶段教育取得发展过后,现代教育和教师能力发展更加符合医学生的自身需要,能够做到从医学生实际出发,以更加科学的方法和手段设置课程内容,让心理健康教育符合最终的内容和目标,促使教育真正的发展起来,提升教师的综合能力。

另一方面,新课标实施以前心理健康教育的主要途径是通过课堂传授知识,但具体的课程设置并不乐观,长期以来工作处于次要阶段,这个问题始终找不到解决的原因,学校重视就业率的同时,忽视医学生心理健康教育,使教育越来越边缘化,课程设计和教师能力越来越得不到积极改善。就目前情况来说,我国心理健康教育的教师能力还需要加强,课程的建设不能够符合教师能力,阻碍了心理健康教育课程的具体设置。医学知识

的学习内容复杂繁多,缺少心理放松的时间,久而久之心理就会出现心理问题。医学生的思维能力和突破困境能力都呈现下降趋势,积极性也逐年下降,压抑的医学生越来越占据班里的主导地位,随着社会医学竞争的加剧和快节奏的生活,医学生的医学压力也会越来越大,无法自然疏解,形成越来越多的心理健康问题,进而导致危险状况的出现,威胁医学生的生命安全。

二、职业院校心理健康教育能力提升的制约因素

首先,心理健康教育观念落后。人们往往认为心理健康是仅仅停留在生物医学层次,没有正确认识到心理健康还包括思维和身体健康,更没有认识到心理健康还能够让环境影响医学生自身的道德健康,把心理健康单纯认为只要身体没有疾病就是心理健康。这样狭窄的认知不但能够影响心理健康内容的设置,还能够对心理健康目标的具体落实形成阻碍。医学生的教育认知始终处于初级阶段,成了口头上的口号,没有具体的实际行动,认为只要专业医学的好、成绩好、身体素质强,就是优秀的医学生,对思维发展不重视,导致医学生缺少自身心理健康提升意识的形成和思维道德的养成^[1]。

其次,教师授课能力有待加强。作为教学的重要引导者,教师的个人能力是优秀课程开设的基础,所以教师应该具备优秀的教学知识,能够通过正确的技术引导,发挥优秀的心理健康教学能力,完成教学任务,达成教学目标。我国职业院校目前没有专门开展心理健康教育课程相关培训,对于教师的能力没有系统性的考核与评价,担任心理健康教育的老师也没有系统性的人才培养和队伍建设,教师自身心理健康教育知识涉及面比较窄,无法为医学生正确传递心理健康教学知识,自然不能根据心理健康理念完成教学任务。

最后,课程的设置出现问题。通过调查和研究显示,许多的职业院校在心理健康教育课程的设置内容方

面过于狭窄，主要以表面的语言表达为课程内容中心，忽视了医学生心理素质培养，把最重要的教学目标边缘化，往往止步于一些心理健康活动的举办，没有深入挖掘教学内涵，表面形式虽然感觉上很强烈，但实际在医学生当中心理健康意识体系建构却很难造成影响，过分强调心理健康知识的重要性，根本不会激发医学生的学习兴趣和自身热情，体现的效果自然而然的就达不到最终想要的结果。当今社会快速发展，对医学人才的需求也日益多样化，课程的适当设置不仅能够让医学生的学习内容更加广泛，又能够促进医学生满足自身学习需要，方便医学生自由发展，提升自身综合能力的同时帮助适应社会需求。

三、提升职业院校心理健康教育能力的对策

（一）转变传统心理健康教育观念

要想实现高效心理健康教育课程的顺利开展，就要实现教学思想的更新，这是教学改革的前提，也是课程顺利进行的保障。要想能够贯彻落实心理健康第一的教学理念，就需要提高对心理健康教育课程的整体认知转变传统思想观念。相关部门要认识到素质教育的重要组成部分就是心理健康，从观念上得到应有的重视，也是能够贯彻心理健康第一指导思想的重要基础保障。长期以来，受传统观念的影响，学习成绩好坏已经是主流思想。首先就要让人们认识到心理健康不单单是学习技能，更重要的是增强心理素质，让自身得到全面心理健康的发展，通过强调心理健康教育的重要性来帮助主体转变教学观念，帮助心理健康教育顺利开展^[2]。

从目前职业院校开设的心理健康教育课程来看，多数仍然倾向于口头讲述，以知识传递为主的教学仍然占据主导。为了能够切实推进心理健康教育课程，提升教师心理健康教学能力，就要让心理健康知识体系建构完整的课程应用方案，让知识渗透在课程目标和课程内容中，作为一个独立的体系来体现教学，还需要根据社会经济发展变化和环境大趋势来进行心理健康知识的丰富和改善，让心理健康知识不断满足医学生变化需求。例如，结合医学生的实际发展需求以及心理情况，利用关爱、支持等，帮助医学生从心理障碍中走出来，面对挫折与压力时，要关注医学生的情绪变化，并通过心理疏导以及团队活动开展的方式进行引导，从而提高心理健康教育在医学生个人发展方面的综合应用效果。

（二）明确医学生心理健康教育教学目标

现阶段我国心理健康教育课程目标尚且不明确，课程设置方面也存在着一一些问题，导致课程内容和目标无法顺利完成，因此我国相关课程目标的设定需要进一步明确，首先要让医学生增强心理素质，通过学习掌握

心理健康知识和积极思考的能力，同时培养医学生的兴趣爱好，让医学生发挥自主性，养成独立解决问题的习惯。心理健康教育也要让医学生拥有良好的心理素质和人格发展状态，提高心理健康的同时发扬自身创造性思维，让医学生从态度转变出发，逐步地提高医学技能水平，最终完善医学知识，达成心理健康教育这一根本目标。教师要多维度对医学生进行目标的设置，改善由于课程受到重视少，课时安排不充分等问题，让医学生能够通过实际的目标设定完成最终落实效果^[3]。教师要丰富自身教学能力，达成心理健康教育课程的最终目标，重视心理健康教育，学校领导也需要对课程的设置和教师能力的培养建立起足够的保障机制，帮助教师提高自身专业能力，最终让心理健康教育课程目标有效达成。

要借鉴优秀心理健康教育课程目标经验，设置不同的教学内容，让课程目标回归生活教育本质，强调课程的实用性，让医学生通过心理健康教育的学习，掌握心理健康知识、了解相关思维习惯、培养自身心理健康意识，通过一系列的教育，能够实际增进医学生的心理健康行为，降低心理健康风险，进一步形成良好的生活习惯和行为习惯，帮助医学生提高自身判断力与思考能力，让医学生认识到心理健康的重要性，能够正确建立自身心理健康意识。教师要具备医疗等专业技能知识，要以教育学为实施背景，让医学生更好地掌握医学知识，能够结合医学生的个人因素分析影响医学生心理健康的各种因素，让医学生在心理健康问题出现之前就进行风险的规避，帮助医学生运用相关交流获得增进心理健康的能力，促进医学生养成良好的心理健康习惯，为后续的生活学习打下良好的基础。

（三）建构心理健康教育课程内容体系

医学生作为心理健康教学的主体，教育内容的设置必须要以医学生的兴趣爱好以及发展需求相适应，让心理健康教育课程与医学生情感上达到互通，让医学生从自身的认知方面认同心理健康教育课程，投入更多的情感，方便课程的顺利展开，促进医学生情绪与行为的高度统一。心理健康教育内容应该充分体现医学生需要的心理健康知识，保持知识的多样性传递和开放性传达，要扩大知识传递课程内容，让医学生了解心理健康知识的前提下，增强抑郁疾病的预防能力，把消极的思维舍弃，综合考虑医学生的发展前景，创新教学内容，让教学内容适应医学生的心理健康知识需要^[4]。

首先要建立心理健康教育的整体观念，心理健康教育是促进全民心理健康的重要途径。因此要想提升医学生的心理健康水平，为医学生的生活提供保障，就需要

建立整体性心理健康观念,让医学生不仅获得身体上的心理健康,还能获得心理上的健康以及环境健康。相关部门要贯彻落实心理健康第一的指导思想,树立正确的心理健康课程观念,通过丰富的课堂教学,让教师发挥自身教学能力,促进医学生的身心发展,确保医学生能够积极乐观地面对学习和生活,提升自我幸福感的同,让自身生命永远朝着心理健康的方向发展,让医学生能够幸福和谐的在校园里获得心理健康培养。

其次,要帮助医学生建立良好的生活学习方式。社会对高素质医学人才的需求越来越大,压力也无时无刻不在打压着医学生,因此心理健康教育要围绕着相关社会问题进行更新和创造,不仅要传授医学知识,更重要的是要把心理健康知识让医学生运用到实际生活中来,能够对自身真正地有所助益。除了培养医学生自身技能以外,教师要把医学生的压力和忧虑做到实时探查,要让医学生真正了解心理健康与社会环境的综合意识,让医学生有着把负面情绪转化为正面情绪的自我动力,让医学生从自身做起,用实际行动解决相关问题,这样才能让心理健康教育能够发挥重要成效,从根本上的推动和促进医学生的个人发展以及社会心理健康的共同进步,帮助医学生提升综合素质,获得心理健康发展。建立心理健康网络平台,最大限度地调动医学生获取信息的主动性与参与性。开发网络课程资源,引导医学生正确利用网络资源,创建良好的网络文化。通过飞信、QQ、微信这些聊天软件和他们沟通,加强对医学生心理健康的教育。

最后要创造心理健康教育的整体环境,在以往观念下,环境和心理健康是两个没有联系的领域,但这种观念往往会妨碍高校心理健康教育,也为教师的心理健康教育埋下了隐患^[5]。因此教师要根据心理健康与环境问题,积极寻求相关问题的解决方案,找到解决问题的最佳时期,在社会大环境的变化中,让医学生认识到消极环境对自身心理健康的危害,帮助医学生提升积极环境融合意识,让医学生通过意识的转变,提升自身心理健康保护观念,把心理健康保护做到尽善尽美,尽可能的为医学生提供更多的帮助,为医学生的后续发展提供源源不断的心理健康意识,促进医学生真正实现可持续发展。

(四) 建立心理健康教育评价体系

合理的课程评价能够对心理健康教育课程进行科学性的诊断,从而提升教师心理健康教育能力,在确定完成目标的程度方面,也可以通过评价进行相关教学内容的改善,进而综合性地提高教学质量。好的评价体系有利于教学管理,课程评价也是保障教师完成心理

健康教学工作的重要指导和基础。教师需要根据课程情况从三个方面进行评价,一是医学生的医学知识学习情况,二是教师自身的授课情况,三是课程的建设情况,从这几个方面能够对心理健康课程的设计与实施情况进行综合性评价,目前来说对于心理健康教育课程的评价还没有形成一个具体的体系,所以建构心理健康教育课程势在必行。

完善医学专业课程评价体系要注重学校的学习和教学评价相结合,将学校的医学课程依据相关单位的考核标准与医学生的行为习惯相结合,开展每学期教育课程评选,教师要根据医学生学期的学习表现,以学期观察测评为主,结合医学生的学习态度进行综合性的评估。对课程本身而言,评价是需要教师经常性的长时间判断和最终总结,教师要让这个总结能够为医学生的未来学习生活提供帮助,参与医学生学习计划的制定,帮助医学生完善自身综合素质。好的评价能够贯穿心理健康教育的整个学习过程,也能够反映医学生平时的成绩,综合性地考虑医学生的学习方式和自身接受能力,让医学生和教师双方共同进步,促进学校参与评价过程,最终让评价结果反馈给医学生的学习生活,为医学生的心理健康发展指明方向^[6]。

总结:由于我国心理健康教育课程整体起步较晚,教师的授课水平还没有形成具体体系且经验不足,所以心理健康教育还要继续加强教师的专业能力,自身意识也需要不断地提高,虽然还存在着许多的问题,因此,结合以学生的心理、就业压力等差异化需求,对职业院校的心理健康教育模式进行整改,提高心理健康教育的影响力,有助于转变以学生的思想观念,并实现与促进教育课程和教师能力的共同发展。

参考文献

- [1] 吕晓洁. 新时代医学生社会主义核心价值观认同研究[D]. 山东中医药大学, 2021.
- [2] 汪涛, 丛宁. 新时代医学生心理健康教育中存在的问题及其对策[J]. 卫生职业教育, 2021, 39(04): 152-153.
- [3] 高文凤, 官春晓, 栾青霞, 杜爱玲, 石福艳. 医学生人格特质、应对方式及心理健康状况的通径分析[J]. 中国高等医学教育, 2021(02): 41-42.
- [4] 李莉, 秦冰. 高职高专医学生心理健康状况及影响因素分析[J]. 甘肃科技, 2021, 37(03): 60-62.
- [5] 黄鑫. 医学生自尊、心理灵活性、心理健康的关系及干预研究[D]. 重庆医科大学, 2021.
- [6] 齐文皎. 医学生心理健康现状及影响因素研究[D]. 兰州大学, 2020.