

新时代高校心理育人工作质量提升路径

孙宁

天津理工大学 天津 300000

[摘要]心理健康教育是人全面发展的根本,高校心理教育职能的实现,是实现立德树人、提高学生心理素质、塑造学生良好个性的重要使命。高校要立足于学生的需要,因事而变、因势而变、因势而新,多渠道促进心理育人工作质量的提高,使心理健康教育课程和思想政治课并驾齐驱,全员、全过程参与心理育人,建立健全高职院校心理健康教育的综合素质教育服务体系。

[关键词]高校;心理育人;工作困境;应对策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2020.02.613

引言

高校心理健康教育工作的重点在于解决学生的心理问题,加强大学生的心理健康意识和综合素质,推动大学生的全面且自由地发展,促进学生心理健康教育是教育工作的一项重要内容。在进行思想教育的过程中,高校辅导员应充分发挥其特殊的角色优势,创新工作方式方法,探索行之有效的心理育人工作方式与途径,促进大学生自由、健康、快乐地成长。

一、心理育人的含义

“心理健康教育”与“育人”具有内在的逻辑联系,“心理健康教育”是“育人”的重要手段,它的内容、方法、举措,都符合培养新一代的标准。“育人”是其内在要求与终极目标,是起点,也是终点。心理育人体现了“心理健康教育”与“育人”相结合,是教育工作者立足于育人,遵循教育与教学的规律,尊重人的身心发展,通过心理健康教育的方法,有针对性、系统地进行积极的心理辅导,以培养全面、全面发展的时代新人为目标。心理健康教育应注重对学生的人文关怀与心理辅导,针对大学生的身心发展特征,把育心和育德结合起来,有针对性的心理健康知识和心理调节方式,注重培养理性、平和、积极的心态,加强大学生的思想道德素质和科学文化素质的培养。“心理育人”这个词的出现,强调了心理健康教育的育人价值取向,使学生从“育心”向“育人”转变^[1]。

二、高校心理育人存在的主要问题探析

(一)“三全育人”未形成齐抓共管的教育合力

心理教育与其他自然科学是不同的,教育的重点不是累积知识,而是对学生的精神素质的优化,需要学校在不同的部门中,还要老师和父母的合作来完成。高校“全员”观念还需要进一步强化,各部门还没有在教育领域形成合力。目前,高校心理育人工作大多集中在对个体的心理健康工作,然而,在高校里从事心理健康工作的老师,无论是从质量还是数量上都与实际需要有一定的差距,培养人才的能力十分有限;校园文化十分重视学风的营造,学校的工作重点是要创造良好的学术氛围和舒适的学习氛围,但缺乏良好的心理健康教育文化氛围;学校的后勤保障包括饮食、住宿、医疗等方面的服务,重视对大学生物质生活的保障,但在心理服

务方面,学生的心理健康状况还很差;学生的父母往往只关心他们的孩子的学业和工作,没有足够的重视儿童的心理健

(二)注重问题的解决,忽视技能传授和潜能开发

老子曾经说过一句很经典的名言:“授人以鱼,不如授人以渔”。“问题”总是解决不完的,教育的终极目标在于使学生掌握解题的方法与技巧,实现自身的蜕变。加强学校心理育人工作,这不仅仅是为了缓解他们在学习和感情方面的短期心理上的挫败感,而是教授他们保持精神健康和精神素质的基本技巧和方法,持续挖掘大学生的个人潜力,特别是心理潜力,大学生要做到自强自立,自育。当前,许多高校的心理健康教育工作,侧重于解决大学生各个层次的具体问题。比如,面对新生的“水土不服”现象,举办关于适应环境问题的专题讲座;在期末考试之前,对考生进行心理辅导,以减轻考生的考试焦虑;为毕业生找工作的高年级学生举办就业论坛等。尽管效果很好,暂时解除了同学们的种种忧虑与迷惑,但“问题的解决”仅仅是暂时的,是心理育人的基础工作而不是全部工作。在漫长的人生中,不可避免地会碰到更多的麻烦,培养学生良好的承受力和良好的心态调整能力是至关重要的。心理潜能的开发,是心理育人工作的中心环节,但在现实教学中,它是最薄弱的一环。许多大学的育人工作只停留在问题层面,缺少对大学生进行心理耐力、耐力和毅力的系统性培训,培养感受力、理解力、抗压

三、新时代高校心理育人工作质量提升的实施路径

(一)明确心育理念,实现“育心”向“育人”的转变

我国大学开展了心理健康教育以来,虽然有关的政策和大量的理论研究都对心理教育进行了明确的界定,但是,在教育实践中,往往会出现偏差。受多种因素的制约,目前,大学生的心理健康教育仅限于对大学生的心理预防与治疗,以提升大学生的心理素质为目的的“育心”层次。心理育人,不仅要注重心理健康教育的基础层面,也就是个人心理的健全与完善,而要把综合素质作为人的全面发展的目标,

从为党和国家培养人才的高度来看,组织和实施心理健康教育,从“育心”转变为“育人”。从个体的角度来说,大学生的心理健康对于他们的成长和成才至关重要的,而非充分条件。为此,我们必须牢固树立“以人为本”的教育思想,不能只满足于提升大学生的心理素质和心理品质上,要把其他需要具备的要素结合起来,比如能力、思想、价值观等诸多方面的教育。在课堂或心理辅导中,应注意传授技能,培养心理素质,培养潜能,以发展思维取代矫正思维。在社会层面,心理教育的目的是培养国家富强、民族复兴所需要的新人为目标,我们要把培养合格的社会主义建设者和可靠的继承者作为自己的责任。所以,我们广大的心理教育工作者,必须对党和国家的政策进行深入的研究,对现阶段,国家和社会对新时代人才的要求有清楚的认识,并以此作为教育的准则,继续加强和完善心理健康教育。其次,在心理健康教育的各个环节中,将个人的情绪和民族的繁荣联系在一起,重视对学生民族国家意识的培养^[2]。

(二) 心理育人工作要因事而化、因时而进、因势而新

首先,培养人才的心理育人要与学校的发展和学生的成才要求相适应。在充分考虑校园学生的心理特征的基础上,要充分认识到学校心理健康教育工作的特殊性和规律性,特别是由于种种复杂的因素带给学生心理状况的变化,探讨适合学校学生心理健康教育的有效途径。心理育人的实质是使个体、群体、组织形成理性、平和、积极向上、自尊、自信的态度,从而推动全社会的和谐、健康的社会心理。所以,心理教育要从解决学生最关心的问题入手,根据学生在学习、生活、人际关系和自我意识发展过程中的各种心理不平衡问题,及时对各类压力进行疏导,运用心理学的知识对学生进行指导和鼓励。其次,要适应和社会经济发展的需要;与时俱进,加强心理育人工作专业化水准。作为近年来的热门词汇,后真相的时代,泛娱乐性的年代“躺平”与“内卷”反映了当代大学生的一种心理特征。与事实相比较,学生更易受情绪的影响,要使学生正确地表达自己的情感,重视当代大学生情感特征,抓住学生的心理认知特征,顺势而为。最后,加强大学生思想道德建设,需要抢占新的网络教育阵地。网络已成为人们交流、表达意见的主要渠道,网络革命对当代大学生的生活、思想等各方面都产生了巨大的冲击,因此,要充分运用新的媒介和新的教学手段,运用好人工智能大数据对学校学生的个人心理需要进行分析,把心理育人工作融入课堂学习、课外活动相结合,宣传心理健康知识,要创造良好的教育育人环境^[3]。

(三) 将心理育人融入“三全育人”,共筑心理

育人一体化保障体系使心理健康教育和心理辅导工作贯穿于学校德育工作的全过程,在大学生们的成长和成才过程中,构建了一套以心理育人为核心的心理教育队伍、特色心理活动、心理治疗与危机干预、家校联动的心理教育保障体系。一是建立全面的每日监测和控制网络。建立一支资源互

补、相对稳定、素质较高的高校心理健康工作队伍。第一层是由宿舍的心理联络员组成的,是大学生心理健康的首要保障;第二层是由班上的心理学委员和专门的老师组成的,负责掌握班级学生的心理健康情况;第三层的包括学校心理社团学生组成,他们的首要任务是在同学之间建立起一种相互帮助的关系,为开展心理健康工作创造良好的学生基础和良好的学习环境;第四层是由辅导员和班主任组成的,指导学生的精神健康知识教育;第五层是由全职的心理健康老师组成,负责学校心理健康教育工作的组织和安排。建立起一个全面的预警和控制网络,为学生提供更多的社会支持,对有危机苗头的同学要及时进行救助。二是实施心理教育的活动网络。在每一学年的重要时间,组织开展一次大规模的心理健康教育宣传。加强心理健康教育的内容供给,在进行大学生心理健康教育工作时,应尽量避免与共青团、学生自发组织的同质性问题,在心理健康教育中应注重积极的情绪体验。让同学们在学习的过程中有所领悟,经历中有所成长。三是形成一张网络,形成全员协作的育人网络。学校是心理健康教育的主要力量,首先,要建立一套专业化、完整的心理辅导服务系统,提高专业辅导员的业务素质与能力,加强宣传和指导,能为学生提供个性化的心理发展和心理咨询服务,同时,要健全高校学生的心理危机干预机制,早发现、早干预和有效地控制心理问题。其次,要构建与家庭、学校之间的互动机制。在学生成长的过程中,家庭因素起着至关重要的作用,父母的心理健康状况和家庭气氛对其心理健康有重要的影响。要积极争取学生家属的支持,了解学生早期家庭创伤及亲子关系紧张状况,避免由于家庭矛盾、父母教养不当而导致的心理问题。最后,要积极寻求医疗和其他专业组织的合作,形成学校、家庭、社会共同关心学生心理健康的良好氛围^[4]。

四、结束语

总之,新时期的高校应充分认识到心理健康教育的重要作用,在高校思想政治工作中,加强对大学生的心理健康教育,根据工作特点,从当代社会的特点出发,结合当代大学生的个性特点,探讨了一种实用的心理教育方法。在不断探索、实践和完善的心理教育工作中,帮助学生解决他们的心理问题,树立健康、阳光、积极、平和的心态。

参考文献

[1]王渤洋.新时代大学生创业教育与高校思想引领工作融入的途径研究[J].未来与发展.2019,(2).73-77,84.

[2]郭瑞鹏,李良.工匠精神视角下高校学生工作精准育人的路径研究[J].未来与发展.2018,(6).88-91.

作者简介:

姓名:孙宁;性别:女;出生年月日:1990.0909;贯籍:陕西;民族:汉;学历:硕士;职称:助教;研究方向:思政。