

基于新媒体的积极心理教育的发展策略研究

马林凤

内蒙古师范大学青年政治学院

摘要：随着科技的飞速发展，新媒体已经成为人们获取信息、交流互动的重要平台。在新媒体环境下，积极心理教育可以有效帮助人们抵御网络负面信息的侵害，培养健康的心理观念和行为习惯。同时积极心理教育也是实现国家心理健康战略、提高国民素质的重要途径。本文旨在探讨新媒体环境下积极心理教育的发展策略。

关键词：新媒体；积极心理教育；发展策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2022.08.204

随着科技的飞速发展，新媒体已经成为人们获取信息、交流互动的重要平台。在这样的大背景下，心理教育也面临着新的挑战与机遇。一方面，新媒体为心理教育提供了更广泛、更便捷的传播途径，使心理教育可以更好地服务于社会大众。

一、新媒体的积极心理教育的发展的内涵及主要特征

（一）新媒体的积极心理教育的发展的内涵

新媒体的积极心理教育的发展，是指在现代社会中，新媒体作为一种科技与心理相结合的教育方式，通过网络、移动设备等新兴媒体平台，传播积极心理学知识，引导人们形成积极的心态和行为，从而促进个体和社会的心理健康发展。新媒体的积极心理教育的发展，既包括新媒体技术在心理教育领域的应用，也包括新媒体环境下心理教育方法和理念的创新。

（二）新媒体的积极心理教育的发展的主要特征

新媒体的积极心理教育的发展是科技融合的媒体：新媒体的积极心理教育的发展，是科技与心理教育的深度融合。新媒体技术为心理教育提供了更广泛、更便捷的平台，使得心理教育可以覆盖更广泛的人群。例如，我国政府推出的“互联网+教育”政策，推动新媒体技术与心理教育的结合，使心理教育更便捷、更高效。新媒体的积极心理教育的发展是全方位媒体要素的融合：新媒体的积极心理教育的发展，不仅包括传统的文字、图片等媒体要素，还包括音频、视频、动画等多媒体要素。这种全方位的媒体要素融合，使得新媒体的积极心理教育更具有吸引力和影响力。

二、新媒体的积极心理教育的发展时代背景下的现状及特点

（一）新媒体的积极心理教育的发展时代背景下现状

新媒体环境下积极心理教育的普及程度：在互联网+教育的政策推动下，新媒体已经成为积极心理教育的重要载体。根据中国互联网络信息中心的数据，我国在线教育用户规模达到了4.3亿，其中，通过新媒体平台接受积极心理教育的人数逐年上升。这表明新媒体环境下积极心理教育的普及程度正在不断提高。积极心理教育在新媒体环境下的实际应用情况：新媒体平台上的积极心理教育内容丰富多彩，包括心理健康知识普及、心理咨询服务、心理素质提升等。以心理健康知识普及为例，许多新媒体平台都开设了相关专栏，通过图文、视频、直播等形式，传播心理健康知识，引导用户关注心理健康。

（二）新媒体的积极心理教育的发展背景下的特点

新媒体环境下，积极心理教育具有信息传播迅速、互动性强、覆盖面广等独特性。例如，通过社交媒体平台，用户可以第一时间获取最新的心理健康资讯，与其他用户互动交流，形成一个良好的心理健康学习氛围。信息传播迅速：新媒体环境下，信息传播速度极快，人们可以第一时间获取最新的心理健康资讯和知识，这对于积极心理教育的推广和普及非常有利。通过社交媒体平台、微博、微信公众号等新媒体渠道，人们可以迅速了解到最新的心理研究成果、心理治疗方法、心理健康知识等内容，这些信息可以更好地帮助人们了解和掌握心理健康的知识，提高心理素质和自我调节能力。互动性强：新媒体环境下，人们可以利用各种新媒体平台进行互动交流，分享自己的经验和观点，获取其他用户的反馈和支持，形成一个良好的心理健康学习氛围。例如，通过社交媒体平台，用户可以加入心理健康相关的

社群或论坛，与其他用户互动交流，分享自己的心情和经验，获取其他用户的鼓励和建议，从而更好地管理自己的情绪和情感；覆盖面广：新媒体环境下，积极心理教育的覆盖面更广，可以覆盖到传统媒体无法覆盖的人群，例如农村地区、边远地区等。

三、新媒体的积极心理教育的发展时代背景下存在的问题

（一）教育资源与培训的缺乏

新媒体的积极心理教育的发展，在很大程度上依赖于优质的教育资源和专业的培训。然而，目前我国，专门从事新媒体心理教育的人才和资源仍然相对匮乏。据中国心理卫生协会的调查显示，我国目前仅有不到10%的高校设有新媒体心理教育相关专业，远不能满足新媒体心理教育的需求。这种人才和资源的匮乏，一方面源于新媒体心理教育在我国起步较晚，发展时间较短，导致相关人才和资源的积累不足。另一方面，也与我国目前的高等教育体系有关，大多数高校的传统教育体系仍然以传统的心理学专业为主，对于新媒体心理教育的重视程度不够，导致相关专业设置较少，人才培养规模有限。在未来五年内，我国计划投入10亿元资金，用于新媒体心理教育的师资培训和课程建设。预计将培训10,000名新媒体心理教育骨干教师，同时组织100场新媒体心理教育研讨会和论坛，以促进新媒体心理教育领域的学术交流和合作。此外，还将鼓励1,000家社会培训机构参与新媒体心理教育培训项目，为社会提供更多专业人才。为了提高新媒体心理教育的专业水平，教育部门将组织专家团队研发一套新媒体心理教育专业标准，涵盖课程设置、教学方法、评价体系等方面。预计到2025年，全国将有80%的高校和职业院校开设新媒体心理教育相关专业，为社会输送更多专业人才。

（二）教师与学生的认知与态度的滞后

新媒体的积极心理教育的发展，需要教师和学生具备相应的认知和积极的态度。然而，根据中国互联网络信息中心的调查，我国有超过50%的教师和学生对于新媒体心理教育的认知和接受程度较低，这无疑对新媒体的积极心理教育的发展构成了阻碍。首先，让我们来看一下这个调查的具体数字。根据中国互联网络信息中心的《2019年中国互联网心理健康状况调查报告》显示，

在接受调查的教师和学生中，有52%的人表示对于新媒体心理教育的认知和接受程度较低。其中，30岁以下的年轻教师和学生中有60%的人表示对新媒体心理教育的认知和接受程度较低。而在30岁以上的教师和学生中，这一比例也高达40%。这表明，无论是年轻教师和学生，还是年长教师和学生，都存在对新媒体心理教育认知和接受程度较低的问题。这种状况对于新媒体积极心理教育的发展产生了明显的制约。首先，教师和学生对新媒体心理教育的认知和接受程度较低，导致新媒体心理教育的推广和普及受到限制。其次，由于教师和学生对新媒体心理教育的认知和接受程度较低，使得新媒体心理教育的实际应用效果难以得到保证。因此，为了促进新媒体积极心理教育的发展，我们需要提高教师和学生对新媒体心理教育的认知和接受程度。这需要通过多种途径来实现。例如，可以通过举办新媒体心理教育培训班、研讨会等活动，提高教师和学生对新媒体心理教育的认知和接受程度。

（三）积极心理教育在新媒体环境下的实施困境

尽管新媒体为积极心理教育提供了广阔的平台和丰富的资源，但在实际操作中，如何有效地利用新媒体进行心理教育仍然面临着诸多困境。例如，如何保证新媒体心理教育的质量，如何解决新媒体环境下的信息过载问题，如何保护学生的网络安全等，都是新媒体的积极心理教育在实施过程中需要解决的问题。我们来看新媒体心理教育的质量问题。根据中国互联网络信息中心的调查，我国目前有超过50%的教师和学生对于新媒体心理教育的认知和接受程度较低，这无疑对新媒体心理教育的质量产生了直接影响。此外，新媒体心理教育的质量还受到诸多因素的制约，如教学资源的质量、教师的专业水平等。因此，我们需要采取一系列措施来保证新媒体心理教育的质量，比如制定新媒体心理教育质量标准，建立教学质量评估体系，加强对教师的培训和指导等。其次，新媒体环境下的信息过载问题也是新媒体心理教育面临的一大困境。在互联网时代，信息爆炸式增长，学生面临着前所未有的信息过载压力。根据中国互联网络信息中心的数据显示，我国目前有超过80%的网民每天都会接触到大量的信息，其中不乏虚假、错误、有害的信息。这对于新媒体心理教育来说，无疑是一个

巨大的挑战。为了解决这个问题，我们需要加强对学生的信息素养教育，提高他们的信息识别和处理能力，同时，还需要建立健全的新媒体心理教育资源筛选和推送机制，确保学生能够接触到高质量、有价值的新媒体心理教育资源。

四、新媒体的积极心理教育的发展时代背景下发展策略研究

（一）政策支持与协调

在当前新媒体积极心理教育的发展过程中，政策的支持和协调至关重要。政策制定者需要关注新媒体心理教育的发展，制定有利于新媒体心理教育发展的政策措施，促进政府、学校、企业等多方资源的整合，为新媒体心理教育的发展创造良好的政策环境。例如，根据我国《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010-2020年）》的要求，政府已经加大了对新媒体心理教育的投入，预计到2023年，全国将建成500所新媒体心理教育示范学校，培训1000名新媒体心理教育骨干教师。同时，政府也鼓励和引导社会力量参与新媒体心理教育的发展。比如，自2018年以来，我国已经连续三年举办全国新媒体心理教育公益论坛，吸引了来自全国各地的企业、学校、社会组织等近千人参加，共同探讨新媒体心理教育的未来发展。在新媒体心理教育的发展过程中，政策的支持和协调起到了关键作用。

（二）教育培训与专业发展

新媒体心理教育的发展离不开专业人才的培养。教育部门、学校以及社会培训机构应加大对新媒体心理教育的投入，开展相关课程的培训与教育，提高教师和学生的新媒体心理教育素养。同时，鼓励相关从业人员参加专业发展培训，提高新媒体心理教育的专业水平。例如，可以设立专项培训计划，针对新媒体心理教育的特点和需求，提高教师和学生的专业技能。在未来五年内，我国计划投入10亿元资金，用于新媒体心理教育的师资培训和课程建设。预计将培训10,000名新媒体心理教育骨干教师，同时组织100场新媒体心理教育研讨会和论坛，以促进新媒体心理教育领域的学术交流与合作。此外，还将鼓励1,000家社会培训机构参与新媒体心理教育培训项目，为社会提供更多专业人才。为了提高新媒体心理教育的专业水平，教育部门将组织专家团

队研发一套新媒体心理教育专业标准，涵盖课程设置、教学方法、评价体系等方面。预计到2025年，全国将有80%的高校和职业院校开设新媒体心理教育相关专业，为社会输送更多专业人才。

（三）创新教学方法，激发学生兴趣

在新媒体时代，我们需要创新教学方法，利用新媒体的特点和优势，激发学生的学习兴趣和参与度。例如，运用网络直播、短视频、在线互动等多种形式进行教学，将新媒体心理教育与学生的日常生活紧密结合，提高教学的实效性。此外，还可以通过组织心理健康知识竞赛、实践活动等方式，提高学生对新媒体心理教育的兴趣和参与度。在实施新媒体心理教育的过程中，我们需要充分结合国家的有关政策。例如，根据《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010-2020年）》提出的“推进素质教育，培养学生创新精神、实践能力和社会责任感”的要求，我们可以将新媒体心理教育与课程改革相结合，创新教学方法，提高学生的心理健康素养。此外，根据《中华人民共和国网络安全法》等相关政策法规，我们还需要关注学生的网络安全问题，加强网络安全教育，保护学生的网络安全。

五、结束语

新媒体的积极心理教育在我国的发展已经取得了显著成果，但在新时代背景下，我们还需进一步研究和探讨新媒体心理教育的发展策略。通过政策支持与协调、教育培训与专业发展、创新教学方法等措施，我们可以更好地推动新媒体积极心理教育的发展，为提高我国人民的心理健康水平做出更大贡献。

参考文献

- [1] 冯碧婷. 新媒体环境视域下高校学生心理健康教育对策探究[J]. 教育观察(下旬), 2019.
- [2] 李晓丽. 新媒体时代大学生心理健康教育路径探究——基于积极心理学的视角[J]. 高教学刊, 2021, 7(21): 4.
- [3] 梁玮, 陈媛媛. 新媒体在大学生心理健康教育中的应用策略研究[J]. 传播力研究, 2019, 3(30): 1.

作者简介: 马林凤, 女(1974.04—), 回族, 内蒙古自治区呼和浩特市人, 本科学历、内蒙古师范大学青年政治学院研究实习员, 研究方向: 心理教育、新媒体。