

# 新时期大学生心理健康教育管理发展研究

李文静

(燕京理工学院 河北 廊坊 065201)

**[摘要]**近年来我国社会主义各项事业蓬勃发展,大学生作为我国社会主义未来发展的核心力量,其心理健康教育已成为我国社会主义事业发展的重要工作内容。我国大学生心理健康教育管理体系虽然起步较晚,但通过多年发展,已形成一套行之有效教育管理体系。为新时期更好更快地完善大学生心理健康教育管理体系,助力社会主义持续发展,将从以下几方面进行探索,其中包括完善心理健康教育管理体制、拓展心理健康教育途径、扩充心理健康教育内容、加强教育主体专业化建设和更新发展心理健康教育教材。

**[关键词]**大学生;心理健康;教育主体;社会发展

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.08.019

近年来我国各项事业飞速发展,新技术、新行业不断涌现,在互联网加持下,各领域继续向着更高水平发展。当代大学生处于一个日新月异且信息纷繁复杂的时代,因此保证大学生健康成长也是新时期教育领域的重要课题。心理健康教育作为现代教育的重要组成部分,对促进大学生健康成长有着重要的现实意义。对于大学生心理健康教育体系而言,主要目标就是要着力塑造大学生健全人格,培养大学生的全方位、全面发展。

## 一、新时期大学生心理健康教育的内涵

新时期大学生心理健康教育,具体是指通过社会、学校、家庭等环节密切配合,追求大学生的全方位、全面发展,将大学生树立成具有社会主义使命感,能担当中华民族复兴使命的时代青年的心理成长全过程。大学生心理健康教育的核心内涵是培养大学生的社会主义责任感和历史使命感。大学生心理健康教育要以正确认知社会性质和正确价值观为基础,追求社会正确发展方向为重要内涵。大学生在我国社会历史发展建设进程中,起着至关重要的作用。心理健康教育首要的是注重培养大学生有优秀的心理品质,在心理教育工作中尽全力鞭策大学生,打造健全人格。我国传统的大学生心理健康教育仅仅将大学生心理的适应状态和非病状态作为教育目标,从而忽视了心理健康教育的更深层次内容,即培养独立的、积极地、负责任的、勤奋的大学生心理品质。因此大学生心理健康教育除了适应问题和避免心理疾病,更要注重培养优秀的心理品质。心理健康教育中不仅要运用和遵循大学生自我意识心理变化,提高大学生的自我完善、自我管理、自我教育能力,也要高度关注大学生的自我认知的矛盾和偏差。对大学生加强关注和关怀程度,既要坚持对大学生理想的支持与帮助,给予大学生感知以及更加具体的实际帮助,引领他们自身理想不断前进,让他们具备调节情绪,抵抗挫折的素质。也要通过培养大学生自律、自爱、自强、自律、自尊心理品质培养,指引当代大学生向更加积极向上的人生态度和执着信念前进,将其打造成为具有社会主义责任感和历史使命感的社会主义人才。

## 二、新时期大学生心理健康教育的特性

第一,基础性。大学生心理健康教育作为进行其他教育的基础,具有广泛的实践基础性。大学生心理健康教育是组成其他所有教育体系的基础。心理健康教育担负着大学生培养的非智力基础。大学作为新时期社会主义人才培养的基地,大学所负责的主要任务就是培植人才,即有担当、有思想、有理想、有丰富精神的时代青年。作为社会直接接班人的时代青年培养基础并不是以智商而定,而是包括性格、气质、文化涵养、人文精神等方面的非智力因素。所以,作为以培养非智力因素为主的大学生心理健康教育,也就承担起了人才培养中的非智力基础的意义和价值。

第二,全员性。大学生心理健康教育作为一项由社会、院校各教学主体、教学客体全员参与的教育活动,具有极广的全员性。大学生心理健康教育是由教师、家庭、社会等各教学主体的共同参与的培养大学生正确心理的教育活动。同时大学生作为心理健康教育的客体存在,接受各式各样的心理教育内容。心理健康教育活动的基本目标就是让所有受到教育的大学生能够了解心理健康基础知识,了解和发展自身、提高自我心理调整能力。这对全体大学生心理素质的提高具有极高的价值和意义。

第三,互动性。大学生心理健康教育中的教育主体与客体在教育过程中具有极多的相互作用和相互影响,体现了广泛的互动性。心理健康教育活动中,老师与大学生之间或者大学生与同龄人之间相同或相近生活方式与价值观的互动关系可以满足不同层次的心理需要。在大学生心理健康教育活动过程中,精神方面的问题只占极小部分,而更多部分是涉及生活、事业、未来、情感、人际关系等日常活动的心理问题。人作为社会形成的基础,其日常心理问题和情绪波动可以通过社会活动中交往、互动得以排遣和消融。心理健康教育管理实际过程,就是在实际生活、学习过程中贴近大学生心理需求,解决大学生心理问题的全过程。通过建立主体和客体之间的互动,形成具有相同或相近的价值观、生活方式、人生经历的互动关系。

第四,针对性。大学生心理健康教育作为大学生群体开展心理活动以及帮助大学生健康成长的,具有很强的针对性。在心理健康教育活动中,教育主体可以针对大学生生活的不同阶段、不同方式开展具有针对性的教育活动。大学新生的思想品质、生活习惯往往由其大学前生活和学习经历而决定,由于新生的生活环境、兴趣爱好、学习基础、家庭条件等均有所不同。因此,面对新生的心理教育活动主要是帮助其调整好心态,找准定位,快速适应大学生活,以全新的面貌朝气蓬勃的面对大学生活。而进入大学几年的老生则对大学环境十分熟悉,拥有自己独特的做

事风格与独立见解,已经形成了个性化的生活方式。因此,针对老生就应该根据其自身发展制定个性化方案,完善其心理发展,从而更加从容应对毕业竞争。心理健康教育针对大学生中不同群体的特殊性开展教育活动。大学生心理健康教育也可以针对性别差异、贫富差异、学习差异等不同群体的开展不同心理辅导,对症下药的开展心理健康教育。

## 三、新时期大学生心理健康教育管理发展路径

进入新时期以来,随着社会快速发展,大学生作为建设社会主义的未来核心群体,其心理健康成长得到更多关注。因此,如何科学发展大学生心理健康教育管理体系成为教育中重要研究领域。

1.完善心理健康教育管理体制。按传统大学生心理健康教育来看,其工作内容一般是由校内心理咨询中心以或者校内心理健康教育中心负责。高校心理咨询服务机构一般负责心理健康教育心理咨询辅导活动和各项活动的开展,以及心理危机干预和处理等工作。在高校组成中,各院系的辅导员和班主任同样是心理健康教育管理体系的重要组成部分,他们对于大学生的实际生活和学习情况更为了解和熟悉。班级集体活动和宿舍集体活动也是开展心理健康教育管理工作的有效方式。高校在班级设立心理委员,定期在班级内开展心理健康的主题班会或活动,对于帮助大学生树立正确心理健康观念也有很好的效果。依托团委、党委和其他组织吸引大学生主动参与心理健康教育活动开展专题实践活动、会议,有助于大学生心理素质提升,提高大学生心理健康水平。高校心理健康教育工作的顺利开展需要各环节的共同协助,各部门积极协同配合,这都为开展大学生心理健康教育工作提供了有力支持。

2.拓展心理健康教育管理途径。首先,心理健康教育管理要发挥心理课堂的主渠道作用,通过不同形式、不同内容的心理健康课程,使大学生掌握心理健康知识,促进大学生在人际交往、学习、情绪以及求就业方面的进步和发展。其次,随着新时期新技术的迅猛发展,网络也已成为当代大学生获取信息和资源的首要途径。在构建心理健康教育管理体系进程中,应该积极利用互联网优势,循序渐进的推进心理健康教育工作的完整化、信息化,构建与时俱进的心理健康管理体系。在此,可以进一步通过微信、微博、贴吧等网络平台不断的传播心理健康知识,提升对大学生健康心理培养的宽度与广度。

3.扩充心理健康教育管理内容。从满足大学生心理健康教育需要出发,提供更加全面的心理健康教育管理内容。新时期大学生的心理健康教育体系需要专注于在未来择业和职业发展、人际关系、学习进步等实际发展需求之上。现阶段现行的大学生心理健康教育管理模式总体来说仍以预防为主,成长发展为辅。因此为使心理健康教育管理内容更加丰富,就要使大学生正确认识和处理好社会交往、健康生活、学习成才、人际关系、情绪管理、求职就业等方面具体理解心理健康内容。

4.加强教育主体专业化建设。根据我国大学生心理健康教育管理现状,在今后发展过程中,应进一步提高教育主体专业化水平,首先注重提升教师的心理健康建设、敬业精神以及品行道德。教育主体要遵循人人平等的理念,与大学生做朋友,当知己,贴近大学生实际生活。有研究证明,大学生心理健康的重要影响因素是自尊。在对教育主体进行专业化过程改革过程中,要对从业人员的专业技能、学历背景以及心理行为等方面进行严格审核,从而从源头上保障大学生心理健康建设。

5.更新发展心理健康教育教材。进入新时期以来,我国大学生心理健康教育管理水平已经取得了突飞猛进的成绩,相关心理健康教育课程也已如雨后春笋般如火如荼地开展而来,但是当前心理健康教育教材还是缺乏高质量内容,一定程度上影响了心理健康教育管理的效果。因此,更新发展心理健康教育内容方面的教材也已成为心理健康教育工作中的当务之急。

## 参考文献

- [1]吴霞.改革开放以来大学生心理健康教育研究[D].西南大学,2015.
- [2]吴雯雯.我国高校大学生心理健康教育途径研究[D].青岛大学,2012.
- [3]孙冠霖.互联网时代高校心理健康教育管理问题的思考及对策研究[J].高教学刊,2019(23):180-182.
- [4]于嘉欣.大学生心理健康教育的现状、问题及对策[J].中外企业家,2019(25):203-204.

## 作者简介:

李文静,1990.8.1,女,满族,河北省秦皇岛市,燕山大学硕士研究生,燕京理工学院辅导员,研究方向:思想政治教育。