

# 新媒体在大学生心理健康教育课程应用探索

陈美岐

(牡丹江医学院 黑龙江 牡丹江 157000)

**【摘要】**传播信息资源的新媒体极大的改变了大学生的学习方式,新媒体为大学生心理健康教育提供了新的机遇,同时也带来了新的挑战。还要从新媒体的共享性、互动性与社交性的特征出发,发挥其在心理健康教育中的积极作用,创新心理健康教育方式,满足学生个性发展的需要。

**【关键词】**高校; 心理健康; 新媒体; 教育方式

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.04.1023

新媒体为大学生获得知识提供了有力的渠道,有助于改变学生学习方式,转变学生的生活态度,进一步实现立德树人的教育目标,积极调整大学生的心理状态,帮助学生充分的了解自己。还要树立合理的大学生心理健康教育目标,实现各类教育资源的优化配置,满足学生心理成长需要。

## 一、新媒体对心理健康教育的影

### (一) 满足学生个性化的需求

借助新媒体渠道开展心理健康教育有助于满足学生身心成长需要,创新心理健康教育的方式,构建互动性、立体化和创新化的教学方式,既尊重了学生个体差异,有实现了心理健康资源的有效倾斜,突破了心理健康教育的时空限制,弥补了课堂资源的不足,激发学生心理健康学习参与兴趣。新媒体是信息环境下开展心理健康教育,打破传统心理健康教育限制的重要渠道。

### (二) 丰富心理健康教育内容

心理健康教育具有集中学习、人际交往、危机干预的特征,是优化大学生职业生涯规划,完善大学生人格,激发学生自主学习动机的重要手段。在新媒体环境下开展心理健康教育可以满足学生不同阶段的学习需要,可以发挥公众号、APP、社交群的作用,可以一直伴随学生进行心理引导,进一步弥补了教育载体的不足,实现各类教育资源的共享,拓展了心理健康教育的途径。

## 二、新媒体对心理健康教育的挑战

### (一) 教师能力问题

新媒体环境下的心理健康教育不仅要求教师掌握丰富的心理健康知识,而且具备在信息化环境下开展心理健康教育的能力,强调转变教师传统的教学模式。但是,有些从事心理健康教育人员不掌握信息化的工作方式,不具备应对复杂挑战的教育教学能力,心理健康教育信息化建设不足。

### (二) 课程体系问题

目前,心理健康课程的授课模式过于传统,课堂教学与在线教育融合不足,心理健康教育的实践性较低,互动性不充分,不能根据学生的个性需要补充教学内容。新媒体环境下的心理健康教育还要具有实践化的特征,强调合理配置各类教育资源,从而满足学生全面成长的需要。

## 三、新媒体用于心理健康教育措施

### (一) 采用互动化的教学模式

大学生心理健康教育的主要任务是传授心理健康知识,优化学生心理体验,指导学生行为实践。大学生心理健康教育具有公共课程的基本特征,是为了解决心理领域问题而设置的学科。为此,教师需要根据学生的特点、需求制定教学计划,合理安排学习任务,激发学生主动学习心理知识的兴趣。教师应当采用线上线下互动的教学方式,设置线上线下互动的心理健康讨论区,这样可以借助在线讨论和异步讨论的方式增加师生互动,优化学生自主学习的话题,拉近彼此之间的关系,增强学生的自主探究欲望,达到疏解学生情绪,优化学生内心感受的效果。教师还要在心理健康课上借助新媒体呈现教学资源,发挥微课辅助作用,基于互联网进行大学生心理状况调研,了解大学生的心理体验与认知水

平,从而有效调整课堂教学的内容。教师还要借助新媒体创新教育方式,组织在线学习活动,通过在线投票、在线分享经历、在线倡议等引导大学生心理状态,更全面的对大学生的心理健康状况进行全面有效的引导。

### (二) 合理渗透心理教育资源

教师应当把多种教育教学资源渗透到心理教育,进一步优化心理健康教育内容,倡导采用全民阅读的教学方式。首先,教师应当采用各种网页、APP或自媒体满足学生的心理健康学习需要,择优选择学生感兴趣的学习内容,实现对教材的补充,融入情境性或生活性的学习资源,采用多种案例进行教学。其次,组织开展心理健康书籍的导读活动,重视通过丰富的心理健康阅读资源启迪学生的智慧,优化学生的心理认知,引导学生在书籍阅读中获得心灵的滋养与洗礼。第三,围绕学生心理需求进行资源渗透,结合学生需要分享一系列调节学生心理状态的音乐或影视作品,基于一系列的动漫影视作品或欣赏评论达到优化学生心理的教育教学效果。新媒体环境下还要丰富教育教学素材,以学生理解的方式调动学生参与心理学习积极性,帮助学生自主调节情绪,从而达到提高学生心理认知水平,促进学生身心实现全面发展。

### (三) 发挥微信群的教育作用

现代心理健康教育不仅要发挥课堂教学的重要作用,还要实现心理健康教育向课外的广泛延伸,扩展心理健康教育的范围,发挥非正式教育渠道的积极作用。创建微信群可以提供实时、可靠、灵活的教育空间,有助于学生与教师进一步交流思想感情,探讨热点问题,满足了师生经常交流的需要。微信群可以集中讨论话题,实现信息同步供给,具有多模态的教育特征。它既可以由学生随时提问,也可以发挥每个群内成员的创造作用,学生既可以是信息发出者,也可以是信息传播者。在大学生人人具备手机的时代,通过微信群增大了大学生心理健康课程体系,促进学生在群内交换意见,并且可以建立良好的朋辈交流空间,发挥同学之间相互影响帮助作用。教师可以倡导学生自我管理,并且增加心理健康教育信息的实时供给,为学生提供即时交流的平台,促进心理健康教育范围的广泛延伸,满足学生心理成长的现实需要。

## 结论

新媒体技术为大学生心理健康教育提供了丰富的学习资源,为创新大学生心理健康教育提供了思路。教师还要从新媒体环境手出发,充分发挥信息技术的价值,采用灵活的心理健康教育方式,合理配置心理健康教育资源,培养学生健全的人格,促进大学生身心的全面发展。

## 参考文献

- [1] 王雅君. 新媒体时代加强大学生法治教育策略探讨[J]. 四川职业技术学院学报, 2018, 28(1): 103-104.
- [2] 刘琪琪. 新媒体时代高校思想政治教育时效性的构建[J]. 滁州职业技术学院学报, 2017, 16(4): 44-47.
- [3] 何科英. 试论自媒体背景下高职大学生心理健康教育课程教学改革[J]. 智库时代, 2019(18): 256-257.