

# 应用型本科高校心理育人开展过程中存在的问题与对策分析

王逸之 田小敏 满朝媛

(金陵科技学院智能科学与控制工程学院 江苏 南京 210000)

**【摘要】**本文从应用型本科高校学生的心理育人开展情况出发,分析了心理育人的重要性,从学生和专任教师的角度分析了当下高校心理育人开展存在的问题,并从心理健康角度和智慧校园的角度给出了具有可行性的应用型本科高校心理育人指导方案。

**【关键词】**心理育人;心理认同;预案与对策

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-627X.2021.05.1274

## 1. 心理育人及意义

2017年12月4日,中共教育部党组印发了《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》,提出要充分发挥心理育人功能,切实构建“心理育人质量提升体系”。所谓心理育人,就是指通过心理健康教育来实现育人的目的。

当代大学生的心理问题不容忽视<sup>[1]</sup>。他们刚脱离了压力较大的中学阶段,结束了繁重的学习状态,在部分高中老师的渲染下,大学没有高强度的学习和竞争压力,可以较为自由地玩乐。因此,不少学生高考后压力突然释放易引起情绪激荡,此时一旦受到外界环境的刺激,容易因情绪过激导致冲动行为,例如与同学和老师产生意外冲突,产生心理危机。另外,一部分学生对大学生活充满了各种憧憬和美好想象,当入学以后发现大学生活与之期待不一致,就会形成剧烈的落差感。此时再遇到一些挫折,如班干部竞选失败、被学生会招新拒之门外、挂科导致重修等等,引起剧烈的情绪起伏,进一步引发一系列的冲动行为,从而发展成心理危机。如果高校老师们不能及时对上述的这些心理困惑和心理问题进行觉察,很容易酝酿出心理危机,最终导致不可挽回的后果,如2004年云南大学的“马加爵事件”,2013年复旦大学的“投毒事件”以及2020年山东理工大学“虐猫”事件等。

心理危机实际上就是一种心理失衡的状态,也是现有的资源不够解决当下的问题的情况。其实心理危机的发展过程要经历心理困扰、心理问题、心理障碍最终才发展到心理危机这几个主要阶段<sup>[2]</sup>。而心理困扰的发生往往隐秘而微小进行心理育人的作用就在于尽可能降低的学生心理困扰发展成心理危机的概率<sup>[3]</sup>。大量事实说明,一个人如果只有健康的躯体,而没有健康的精神和心理状态,不算真正的健康。高等学校的一切工作都是为了给社会输送有用的人才,以育人为本。任课老师们及从事学生相关工作的老师们只有从学术和心理的角度去关心和培养学生,通过与学生的接触和沟通,培养学生具有良好的心理修养,才能最终培养出心境稳定、能适应社会发展的需要的新时代人才。

## 2. 心理育人存在的问题

### 1) 预案覆盖面针对性较弱

新生入学以后,大多数高校都会以各种形式组织心理普测,针对重点人群安排班主任谈话、辅导员谈话,还安排定期心理咨询。此外,许多高校已经意识到学生心理健康的重要性,每年都组织比较丰富的心理健康教育月活动。这些措施在一定程度上为同学们普及了心理健康的重要性,同时也让同学们对心理咨询了解得更为深入,降低心理咨询污名化。如此预案稍显不足之处在于,往往心理比较健康的人,更愿意参与到上述活动中去,而心理压力较大、心理本就存在一定问题的同学,可能更羞于去寻求帮助,而这样的学生才更应该是高校心理预案的重点。

### 2) 专任教师参与度较弱

任课教师授课以课堂教学为主,上课来下课走,与学生

交流时间相对较少。有的学生性格内向,有问题不敢提问,最终像滚雪球一般在专业课的学习上就会产生较大的挫败感,由此会引发一系列心理问题。

### 3) 教师自身专业水平限制

a. 部分教师入职后未接受专业训练,同理心过强导致自己情绪过度卷入,乃至对教师本人造成心理影响,完全不能达到心理育人的目的;

b. 部分教师入职后虽经过专业训练,但或者停留在理论层面,实际操作还有难度;或者同理心过弱,过于照本宣科,不能恰当的对学生进行引导,心理育人效果较差;

c. 教师本身情绪不够稳定,跟学生形成对峙:不论是辅导员、班主任还是专任教师,他们首要身份也是人。不同的人会有不同的性格,就算同一个人也可能会因为不同的情境产生不同的心境,如果教师已经处于低心境状态,此时再与学生产生冲突,可能更难以保持理智。

## 3. 心理育人存在问题的对策

立足于新兴应用型大学的大学生心理育人需求,本文针对上述几个情况提出对策如下:

### 1) 增强心理预案针对性并加强对教师的培训

心理预案重在预防,而心理咨询正是防范心理危机发生的有利手段。然而由于社会大环境和认知差异导致的心理咨询污名化问题,始终没有较好的解决方案。针对这种情况,应从根本上去消除学生对心理咨询的恐慌,不能让学生普遍认为找心理医生进行咨询就是得了“精神病”。学生工作老师、班主任及任课教师等应在平时讲课、谈话中就引导他们,看心理医生不是一件大事,从源头上弱化心理障碍,从社会支持系统角度来说提供信息支持。

### 2) 恰当利用智慧校园APP

针对心理普查数据较多、心理危机干预实时性较差等问题,可有意识的依据智慧校园去构建社会支持系统,通过改进的心理测量量表收集数据、采用人工神经网络对数据进行分析并采用数据库构建的方式,着重为大学生提供信息支持和大学生心理监测,必要时可引入专人介入。

## 参考文献

[1]吴金铃.民办高职学生的心理危机及其预防与干预研究[D].江苏:南京师范大学,2010.

[2]冯然军,肖爱民.应用型本科大学生心理危机干预体系构建研究[J].山西青年,2017(12):248.

[3]徐思师.广东药学院危机管理机制建设研究——基于学生工作角度的思考[D].广东:中山大学,2008.

基金项目:本文系教育部产学合作协同育人项目《新工科背景下应用型高校师资队伍建设方案探究与实践》(编号:202002192004)、江苏省现代教育技术研究课题项目《新工科专业课程体系改革研究》(编号:2019-R-80918)和金陵科技学院校级教育教改课题(课程思政专项)项目《自动化专业课程思政教学体系的探索与研究》(编号:KCSZ2019-5)的研究成果。