

互联网时代开展心理育人存在的问题与对策

顾姗姗 杨忠 田小敏 王逸之

(金陵科技学院智能科学与控制工程学院 广西 南宁 530043)

[摘要] 本文探讨了互联网时代开展心理育人存在的问题和对策。首先阐述了心理育人的意义,其次根据互联网时代的特点,探讨了高校开展心理育人中存在的问题,针对这些问题,相应地给出了可行的方案和对策。

[关键词] 心理育人; 互联网时代; 心理健康

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.04.1368

一、引言

育人为本,德育为先。作为高校育人共同体的重要构成之一,心理育人是当代高校思想政治教育工作的其中一个重要组成部分。2001年和2002年国家教育部先后颁布了《关于加强普通高等学校大学生心理健康教育工作的意见》和《普通高等学校大学生心理健康教育实施纲要试行》。2004年,党中央、国务院颁发了《关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》。2005年教育部、卫生部、团中央颁发《关于进一步加强和改进大学生心理健康教育的意见》。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,坚持育心与育德相结合,加强人文关怀和心理疏导,深入构建教育教学、实践活动、咨询服务、预防干预、平台保障“五位一体”的心理健康教育工作格局,着力培育师生理性平和、积极向上的健康心态,促进师生心理健康素质与思想道德素质、科学文化素质协调发展^[1]。这些文件精神对于我国高等院校大学生心理健康教育工作具有强有力的指导和推动作用。

二、心理育人的意义

心理健康的基本含义是指心理的各个方面及活动过程处于一种良好或正常的状态,是一种持续且积极发展的心理状态,从而在生活实践中能够正确认识自我,自觉控制自己,正确对待外界影响,使心理保持平衡协调^[2]。

心理育人是一种以育人、以心育心的教育,就是从积极心理学的角度去关心和培养学生,发掘学生身上的闪光点,开发学生的心理潜能,使学生具备良好的心理素质和心理修养,更好适应学校生活和社会发展的需要。

有关研究和统计结果表明,我国大学生的心理健康状况不容乐观,形势严峻^[3]。此时大学生正处于青春期的中后期,情绪容易波动,缺乏理智控制。进入大学,刚刚摆脱高中繁重的课业,没有父母的唠叨和监管,一部分学生无法在短时间内学会自我约束,放纵自己的情绪,沉迷于网络游戏;一部分学生则会因为家庭条件问题,产生自卑的情绪,不愿意与人交流;一部分同学会发现大学生活没有想象中的那么美好,产生心理落差。此外,学习的压力、人际关系的压力、情感的困惑等都有可能发展大学生心理不适,如果处理不当,将有可能发展为各种各样的心理问题,日积月累,甚至造成严重的后果。

三、心理育人存在的问题

(一) 心理育人流于形式

一直以来,党和国家都高度重视大学生心理健康教育工作,各高校开展了一系列心理育人的研究试点工作和实践活动。但实际上,有些学校只是徒有虚名,搞形式化,或者用来装点门面赶时髦。有些学校只是做些心理测验,建立心理档案,并没有展开实质性的工作。有些学校领导不重视,认为心理育人可有可无,因此工作执行起来力度不够。此外,大多数老师没有经过专门的心理健康培训,不能专业地系统解决学生的问题,只能凭经验和热情,大大降低了心理育人的效果。

(二) 心理育人处境孤立

心理育人是一项系统工程,需要各部门相互配合,相互协调渗透。有部分高校在心理育人的过程中存在单打独斗的现

象。有些高校单独设立了心理健康教育中心,由其独立负责心理育人的工作,缺乏其他部门和老师的配合,导致心理育人工作孤立无援,难以取得良好的效果。

(三) 网络信息繁多,不易辨识

特在互联网时代背景下的今天,信息获取非常容易,网络上诱惑太多,负面新闻也很多。此时大学生刚刚离开父母的怀抱,面对获取的大量信息不会加以甄别,极有可能不论好坏,全盘皆收,容易误入歧途。

(四) 学生对心理育人存在抵触心理。

有些学生缺乏心理健康意识,对心理咨询很反感,认为心理问题很不正常。有些学生想去心理咨询,但又害怕贴上心理障碍的标签,害怕旁人异样的眼光。

四、心理育人存在问题的对策

(一) 加强对心理育人的重视

努力完善心理育人保障机制,建立健全的组织机构,完善各项管理制度。建立心理育人评估体系,使其有一个衡量标准和约束机制。同时还要建设专业性强的师资队伍,提高广大教师的心理育人水平。

(二) 心理育人与日常教育相结合

充分发挥学生管理工作队伍在心理育人工作中的作用,加强对辅导员、班主任、主要学生干部和党员的培训,使他们了解心理健康教育知识,增强心理健康教育意识,具备初步识别和解决心理问题的能力。推进课程思政,任课老师在上课时潜移默化地影响教导学生。充分利用广播、电视、网络等多种媒体广泛宣传普及心理健康知识,开展班会讨论,在活动中强化学生参与意识。

(三) 加强网络监管

有关部门要响应国家的号召,加强网络监管,从源头上阻止不良信息的传播。另外,学校也要开展多种形式的网络安全教育,提高学生的网络安全素养,营造健康的网络环境。

(四) 加强心理育人宣传

加强心理育人的宣传,使学生树立健康的心理意识。学校努力营造浓厚的心理健康教育氛围,通过举办素质拓展训练、团体心理游戏体验等活动,让学生明确新的健康概念,增强心理健康意识,使学生更加注重自我教育,主动把心理健康教育作为完善自我的一种途径。

参考文献

- [1] 李硕.从“问心”到“育人”[D].浙江大学,2020.
 - [2] 潘莉,董梅.高校心理育人面临的现实难题及其突破[J].思想理论教育,2019(03):90-94.
 - [3] 章少哨.高校心理健康教育育人功能实现的现实困境与应然路径[J].学校党建与思想教育,2020(11):80-82.
- 基金项目:江苏省高等学校自然科学研究面上项目(No.18KJB413003),金陵科技学院校级科研基金孵化项目(jit-fhxm-201705),金陵科技学院高层次人才科研启动项目(No.jit-b-201713, No.jit-b-202029),江苏省现代教育技术研究课题(2019-R-80918),江苏省第五期“333高层次人才培养工程”第二层次资助科研项目(No.2019)