

# 浅谈新时代下的高职学生心理健康问题与教育策略

付秋林

(宜宾职业技术学院 四川 宜宾 644000)

**[摘要]**在对高职学生心理健康问题进行解决的过程中,教师需要加强对高职学生心理问题类型和特点的重视程度,在近几年来随这学生就业压力的不断增加,学生在学校生活中,在心理问题的数量方面,逐渐呈着增长的趋势而发展,对高职学生进行心理健康教育,已经成为高职学校的一项重要工作内容,教师要在实际工作过程中加强对这一问题的重视程度,根据学生当前的学习需求以及认知能力提高心理健康教育的针对性和有效性,从而使得高职学校能够具备特色化的办学特征。

**[关键词]**高职学生;心理健康;问题;教育策略

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.05.517

## 1. 我国高职学生心理健康教育存在的问题

### 1.1 对高职学生的心理健康教育政策不完善

随着时代不断变化,社会的经济体系在加快发展,心理健康教育工作的相关实施纲要也需要按照社会的发展变化进行更新,从当前高职的心理健康教育指导思想以及教育任务能够看出,教育的最终目的就是为了更好地提升高职学生的心理素质以及健康状态,从问题导向出发进行积极心态的引导,从教育内容入手进一步提升高职学生的人文关怀以及对自身的心理辅导能力,让学生可以积极地面对在社会就业方面遇到的问题。

### 1.2 心理健康教育实施条件较为有限

许多高职院校的心理健康教育辅助系统尚未完成,实施效果不明显,并且操作程序尚未标准化。许多高职院校的软硬件投入不合格,财务支持较低,这使得其心理健康教育工作相对薄弱,没有满足相关要求和标准。部分专兼职教师无法提供专业的心理咨询服务,这表明部分高职心理健康教育人员的专业化水平较低。与高等院校相比,高职院校在心理健康教育工作上仍然存在较为严重的滞后情况,仍然需要通过加强多方面的工作来为学生创造更加良好的心理健康教育条件。

## 2. 我国高职学生心理健康教育的方法

### 2.1 完善心理健康教育的教育体制

通常来说,高职学生所进行的心理健康教育工作主要由心理健康教育研究中心或者心理咨询服务中心整体负责,该机构负责学生的心理健康教育工作中的各项经济活动的开展与推进、日常生活课程的开设,以及学习心理咨询与辅导工作等。在院系层面,高职学校的各个院系的辅导员以及班主任对学生会有一个深入的了解。此外,他们自己也是心理健康教育服务工作中不可缺少的重要部分。班级和宿舍也是对学生进行心理教育的重要场所。当前,部分高职院校会设立相对应的心理发展委员,并在班级中进行活动开展与主题班会,这样可以更好地提升心理健康教育的效果。党团以及学生社团组织与社团组织工作也可以根据高职院校的校园文化情况开展社会心理健康教育活动。

### 2.2 改善心理健康教育管理模式,提高心理健康教育水平

学校应当建立专门的工作机构并加强机构责任。学生心理辅导机构主要负责心理健康教育的日常管理,组织各种宣传活动、组织心理健康教育培训、开设心理健康公共课程、提供心理咨询服务以及危机干预和解决方案。学校应加强机构服务的责任感和意识,建立激励机制并指导心理健康教育。此外,学校应当完善各种心理健康教育制度,例如制定和改进工作规则与工作流程,以确保和心理健康教育措施有关的工作是科学的并且基于标准。学校应当建立一个运转良好的工作网络,在学校、院系、班级和宿舍这四个层次上,进一步完善心理健康教育工作网络。学校的管理层应当组成一个联合小组,共同做好心理健康教育并改善学生心理健康教育管理模式。工作组应设有教师办公室、学生接待室、心理咨询室、团体辅导室、箱庭室、宣泄室等以确保工作顺利进行。其次,专职人员需配备齐全的办公设备,如电脑、打印机、心理学课本、辅导材料、心理测评软件等。在这一过程中学校应有专项工作的经费支持,

且必须保证专项资金用于学生的心理健康教育工作,每名学生的平均经费可以根据当地教育的实际情况确定。

### 2.3 拓宽学生心理健康教育的途径

积极开展心理健康教育,采取多种方式开展心理健康教育课程。高职教学教育学生掌握心理健康的知识能力以及调节方式,促进自己工作能够在日常生活学习、人际交往以及情绪展现方面有积极的心理状态。除此以外,随着信息技术的不断推进,网络的使用已经变成学生心理服务系统中信息收集的关键手段。学生可以选择该种形式进行知识查询,利用网络的优势,更好地构建心理健康服务体系模式,让当前的心理健康可以达到信息化的需求,达到与时俱进的体系模式。

### 2.4 新媒体平台的运用

在对学生进行心理辅导时,教师要实现双向的互动和交流,从而对学生在生活和学习过程中遇到的问题进行针对性的解决,在实际工作的过程中,教师要对交流方式进行有效的创新,在进行网络平台建设时,要增加交流模块拉近和学生之间的距离,随着信息技术和新媒体技术的不断发展,大学生已经成为手机使用者的主要人群,并且每一个大学生基本是人手一部手机,手机已经成为学生获取信息和接受信息的重要途径之一,学生每天花在QQ或者是微信上的时间是比较多的。在学生心理辅导工作中,通过微信文章和音频来和学生进行良好的互动以及交流,并且利用先进的网络技术搭建新的沟通和交流平台,更加符合和了解学生当前的学习需求以及心理特点。随着我国当前网络技术和新媒体技术的不断发展,学生是使用网络的主要群体,并且再加上微信平台的不断推广微信,在高校学生中的使用频率是逐年提高的,微信作为新媒体的主要载体,在信息传播和沟通的过程中速度是比较快的,再加上沟通方式是比较简单,已经成为学生获取信息的主要途径之一,教师在进行心理辅导时,要充分地把握这一时代机遇,根据学校心理辅导的要求和标准进行网络平台的建设,从而使学生的心理辅导学习能够具备主动性和科学性的特征,教师也可以利用微信平台为学生推广一些心理上的文章来让学生进行学习,并且也可以在微信平台中为学生推广一些学校内的一些新闻,对学生的价值观念和心理健康水平进行有效的指导和引导,帮助学生的健康成长。

## 结论

高职院校应当增强自身的危机意识和防控意识,建立四级心理危机服务体系,同时加强心理健康教育和研究工作,鼓励专兼职教师和辅导员不断提高业务能力,掌握高职学生的心理运行规律。在这一过程中,学校应当及时总结心理健康教育工作中的得与失,积极帮助学生寻求成长,找到与学校特征相符的新方法,创建心理健康教育服务模型并提高学生心理健康教育工作的质量,使学校的心理健康教育工作更上一层楼。

## 参考文献

- [1] 刘小琴. 高职院校心理健康教育课程学生需求的调查与分析[J]. 创新创业理论与实践, 2020, 3(19): 82-84.
- [2] 李春艳. 高职院校学生心理健康教育现状与实施策略探究[J]. 国际公关, 2020(11): 59-60.