

# 我国大学生心理健康教育研究的现状与展望

孙晓

(山东畜牧兽医职业学院 山东 潍坊 261061)

**[摘要]**随着我国的不断发展与建设,现代化人们物质生活水平提升基础上心理健康问题日益受到关注,大学生作为国家未来发展与建设的储备人才和动力,对他们的教育也非常重要。但是从实际情况作为出发点分析目前大学教育中对心理教学还是普遍没有得到重视,尽管素质教育改革基础上明确提出加强和完善大学生心理健康教育问题,却一直没有受到各高校关注。虽然有部分高校在这方面展开了相关教学,效率却往往差强人意。因此,如何才能对我国大学生心理健康教育效率和质量进一步提升还需要相关工作的深入研究,并找到和解决问题。本文先阐述了我国大学生心理健康教育的现状还有我国大学生心理健康教育存在的问题这两个方面,然后又对我国大学生心理健康教育展望展开讨论,并提出了个人的见解。

**[关键词]**大学生;心理健康教育;现状;展望

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.06.1559

## 引言

心理健康教育指的是在人们成长过程中根据他们的生理和心理发展需求所提供的一种综合引导教育措施,心理健康教育具体分析就是以关心与引导作为出发点,使学生逐渐树立起健康情感价值观念,并在一个合理的环境下进行学习和成长,逐渐成长为综合实践型人才。在素质教育不断深入的基础上,大学生心理健康教育目前已然受到全社会所关注,他也是实现素质教育的有效路径。

### 一、我国大学生心理健康教育研究现状

尽管目前在中央教育部门推动下各地区教育单位都已经提出了大学生心理健康教育创新完善工作要求,因此有必要对心理健康教育各方面创新和完善,但是现状还是与理想存在的一定差异。根据调查发现我国大学生心理健康教育在教材上必须有充分的支持才是提高教育效果的核心要素,从整体上分析这方面教育内容涉及到大学生心智引导还有他们的人生观、世界观、价值观、人际关系、情感等方向,致力于健全他们的人格<sup>[1]</sup>。对大学生心理健康教育的有效路径可以划分为4个方面:首先是要建立完善的心理健康辅导课程教学体系,这一点是为了为大学学生的学习提供可靠路径。其次是大学生心理辅导必须有一个合理咨询平台,他需要全方位给大学生心理健康学习提供优质服务。最后是针对于大学生心理健康方面建立档案,时刻记录教育还有大学生发展情况,为他们营造一个良好学习成长环境。除此之外,应当定期组织大学生参与实践活动,让他们提前接触还有融入社会,从而在此期间实现自身价值。除此之外,经过长期努力当下大学生心理健康教育已经取得了良好成绩,要想进一步完善还需要加以努力,把教学和实践有机结合到一起,让大学生树立健康思想情感状态,以此来为现在的学习和以后的生活和工作打下良好铺垫,从而进一步促进大学生心理健康教育的科学化<sup>[2]</sup>。

### 二、我国大学生心理健康教育研究现状分析

针对于目前我国大学生心理健康教育工作实际情况进行分析,会发现其中存在的很多问题:首先,大学生心理健康教育理论缺乏支持,在这项工作上中国的起步时间比较晚,很多高校没有成功的案例可以借鉴,如果是借鉴于国外教育体系那么会与实际情况不符合,所以大多数高校的现状还是教学内容和方式体现出局限性。其次,我国大学生心理健康教育在教学环境上存在明显问题,许多高校没有针对于这项工作制定科学完善的制度体系,从不同层面上会间接影响大学教师和学生,站在教师角度上分析他们缺乏科学制度体系的引导和制约,大多都秉承着完成基本工作就行,工资和付出比例不平衡且福利待遇不高,所以工作积极主动性很低,导致教学效率低下。另外,大学心理健康教育缺乏信息化技术支持,现代化计算机信息技术的发展和普及使得他在各行业当中广泛运用,如果高校没有在心理健康教育上结合这项技术,因此没有更好的环境,无论是高校还是教育工作者之间交流不合理,心理健康教育各

方面滞后。最后,大学生心理健康教育缺乏专业人才,这也是影响教育效果的主要因素,因为高校对这方面工作重视程度不足所以缺乏支持,制度体系不完善,奖惩不明确,导致高校很难留住心理健康专业教育人才,包括一些这一方面的人才也不愿意到学校中就职,更希望能够去待遇好的高校就职<sup>[3]</sup>。

### 三、我国大学生心理健康教育未来展望

目前大学生心理健康教育经过长期发展建设已经取得了相应的成绩,但是也不能就此停步,需要进一步从心理健康教育领域加以创新和完善。在实践调查中证明目前中国大学生心理健康教育已经经过改革创新得到明显优化,创新工作内容与整体格局已经成为发展趋势,会把工作联系学生日常学习生活,希望能够从各方面儿找到问题并引导大学生树立正确人文素养价值观。在未来的工作探索过程中也是希望各高校能够把对学生的心理健康教育实现学科交叉性,让各专业教师都能努力做好这方面工作,使学生能了解自身存在的不足很有优势,从而进一步完善自我。另外,大学生心理健康教育并不能只停留在教材和课堂上,要让他们在实践中证明和完善自我,充分了解社会发展现状与趋势,这一点可以从参与社会实践活动作为出发点,让他们更加了解自己所生活的环境与空间。通过实践能够让大学生全面认识社会,这是他们成才必经之路。比方说由心理健康教师引导他们在节假日的时间去参与社会公益活动,包括烈士陵园扫墓、陪伴养老院老人或者给他们打扫卫生和做家务以及清理城市垃圾等等,通过这些实践可以让大学生更深入的了解社会同时为他们发展打下良好铺垫<sup>[4]</sup>。

#### 总结:

综上所述,面对目前我国大学生心理健康教育工作实际情况,各高校和教师需要从多维角度入手,考虑心理健康教育方面存在的问题,找到优势和劣势,从而在人才培养上实现多元格局化。开展实际工作过程中,各教师需要明确自身职责,积极创新和完善教育理念内容和方式,打破传统心理健康教育壁垒,全方位促进高校大学生成长。

#### 参考文献:

- [1]王珠.我国大学生心理健康教育演变与展望[J].黑龙江高教研究,2020(12):135-139.
- [2]马永亮,王军.大学生心理健康教育课程建设现状与展望[J].安徽工业大学学报(社会科学版),2020,37(01):81-83.
- [3]郝颖.我国大学生心理健康教育的历史回顾与展望[J].教育现代化,2019,6(90):291-292.
- [4]耿素.我国大学生心理健康教育现状及问题探析——基于积极心理学的视角[J].纺织服装教育,2019,34(05):383-385+393.

#### 作者简介:

姓名:孙晓 1986年5月10日生 性别女 民族汉族 籍贯:山东省聊城市东阿县

最高学历:硕士研究生,职称:讲师,研究方向:大学生心理健康;邮编:261061,单位:山东畜牧兽医职业学院