

# 新媒体时代高校心理健康教育路径研究

王慧

(锦州医科大学医疗学院 辽宁 锦州 121007)

**[摘要]**随着互联网时代的到来,对于各行各业的发展都带来了新挑战和机遇。对于高校心理健康教育过程中,新媒体作为一种全新的教学工具成了高校心理健康教学必不可少的一部分,并且逐渐在高校心理健康教育课程中占据越来越高的位置。新媒体工具的快速发展,也给高校心理健康教育课程带来了新的教学手段和教学方式等等,使得高校心理健康教学更加具有高效性。因而,当前对新媒体时代下高校心理健康教育的途径研究十分必要,如更新心理健康教学内容,创新教学方法;议程设置把关,加强对于心理健康教育内容的管理;统筹优化网络资源,给高校学生带来更加高效的教学资源,提高学生的心理健康教育水平。基于此,本文针对新媒体下高校心理健康教育教学的必要性以及路径进行探究。

**[关键词]**新媒体;高校;心理健康教育;必要性;路径

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.07.437

## 引言

由于互联网技术的快速发展,可以说互联网已经从各个方面逐渐渗透到高校学生的日常学习和生活中,并且已经逐渐变成高校学生日常生活的一部分,对于高校学生的学习、生活以及心理健康发展都有一定的影响。因而,高校教育工作者必须要重新审视新媒体时代的环境下,对于高校学生心理健康教育的影响,并且要积极地从新媒体中挖掘出对于高校大学生心理健康教育有利的因素,探索新媒体对于当前大学生心理健康发展的新路径。从而将传统的高校心理健康教育方式与新媒体时代下的教育方式相互融合,使得传统心理健康教育方式与新媒体形成新的教学方式,为培养高校大学生心理健康教育与发展提供强大的支撑。

### 一、新媒体下高校心理健康教育教学路径的表现方式

#### (一)教学方式多元化

在新媒体时代下,新媒体的教学中表现出了教学形式的多元化与开放性。这与传统教学方式产生了很大的不同,打破了传统教学中教育方式一维化的瓶颈。在传统的心理健康教学中,教师就是主要通过讲课的方式给学生传授知识,形成了长期以来的教学一维化的模式。在新媒体下,教师可以通过多元化的教学方式打破了传统的一维化教学。比如说,教师在上课的过程中可以采用PPT的文字加图片的授课方式,也可以采用观看教学视频的方式等等。当然,学生还可以利用手机或者是电脑等新媒体工具进行线下学习,将传统点课堂教学逐渐转变为线下教学与课堂教学相互融合到教学方式,对于学生心理健康教育有着重要的促进作用。因而,新媒体时代下,有力地拓宽了高校心理健康教育的途径选择。

#### (二)教学内容更加及时丰富

在新媒体时代下,新媒体教学中表现出了教学内容更加丰富,教学资源更加及时。传统的教学内容比较单一,而且不具有及时性,主要内容来源于教师的知识已经课本中的知识,学习的内容都是当前所能看到的知识。在新媒体时代下,对于心理健康教育的教学内容不再单一地局限于课本和教师,而是面向整个新媒体的教学资源。在新媒体下,学生可以利用新媒体终端工具手机、电脑里面的微博、知乎、各种贴吧以及浏览器等等获取更种各样心理健康教育的知识,为学生提供更加快捷、即时、互动、准确的学习内容。这种形式比较新颖的教学方式,能够非常有效地激发学生的学习兴趣,对于提高学生学习能力有着重要影响。

#### (三)教学起点更加平等

在新媒体时代到来之前,对于心理健康教育的传统的教学方式主要是依靠教师,然而这种情况下就逐渐造成了优势资源集中以及劣势资源集中的情况。也就是说比较优秀的教师都想去比较优秀的高校,而对于那些普通高校来说,最终只是留下来了一些教学水平并不是很高的教师或者是一些没有太多教学经验的新教师,这些教师由于教学水平和比较优秀的高校的教学水平相比有所欠缺,导致在心理健康教育的教学中的教学效果往往也不如优秀高校的整体教学水平。然而,在新媒体下,通过互联网可以实现各个高校直接教学资源互利共享,对于一些优秀的教学资源其余的高校也可以借鉴使用,这对于高校心理健康教学的发展来说是比较平等的,学生可以从一个基本上相同的起点出发,对于培养学生的心理健康发展以及综合能力的提高都有着重要意义。

#### (四)存在一定的隐形弊端

在新媒体时代下,虽然说拓宽了学生的心理健康教育学习内容,为学生心理健康发展注入了新的活力,但是新媒体下信息的快速性、及时性以及多元性也给学生学习的过程中带来一定的隐形弊端。主要就是表现在对于网络信息资源筛选的过程中可能会导致价值取向功利化,也可能被一些不良信息所影响,或者是沉迷于网络导致学习能力和心理健康发展都受到了一定程度的影响等等,网络信息太过于庞大,对于学生产生的消极影响也是在日常的生活和学习中不断渗透的,因此教师加强对于学生新媒体资源的管理也是十分重要。

### 二、新媒体时代下高校心理健康教育路径研究的必要性

#### (一)新媒体对高校心理健康影响的新背景

在前几年所召开的十二届三中全会上,总理李克强就提出了要发展互联网技术的战略。并且,在随后的报告中制定了“互联网+”行动计划,并且积极推动互联网技术与大数据以及物联网等现代化制造业相结合,从而可以推动互联网在电商以及实体企业中的发展和应用,能够进一步提高我国整体发展水平了。随着“互联网+”技术逐渐提上日程,互联网可以说真正的逐渐走入千家万户,对于企业的发展和和社会的发展都起到了重大的推动作用,并且互联网的快速发展也逐渐应用到各个行业发展之中,对于新媒体时代下心理健康教育的教学就是互联网技术融入教育中的一个方面。在2015年4月,教育部通过的线上开发课程管理意见为慕课的上线奠定了基础。慕课形式的出现,可以说真正地将线上教学提上了日程。在慕课教学的推动下,各大高校也是纷纷响应并且进行了教育改革,并且付出了很多人力和物力。比如说中国的两所最厉害的高校清华

大学和北京大学目前已经建成了中国高质量的“慕课”平台，可以说对于中国教育的发展做出了重大贡献，也为其他高校提供了更加丰富的教学资源。在“互联网+”背景下，对于高校的心理健康教育的路径选择也带来了更多的挑战和机遇，同时也给高校心理健康教育的教学模式带来了更多点创新和发展。

### （二）传统高校心理健康教育过程中的瓶颈制约

在传统高校中的心理健康教育工作中，已有的教学方法，教学模式以及教学思路都逐渐不再适应当前高校的心理健康教育。这其中最主要的原因就是传统的教学模式和思维比较固化，而且教学内容也是面向大众化的广泛教学，忽视了心理健康教育中个性心理教学，从而导致教学内容比较广泛，缺乏实际教学引导，并且形式陈旧，思路不清晰等等，使得学生在学习过程中感受不到实际的学习效果。当前高校学生受到互联网的影响，思维已经变得更加活跃，思想上也逐渐更加成熟，传统的教学模式必然是很难满足当前学生的学习要求。在新媒体教学环境下，可以给学生创造一种全新的教学体验，新媒体下学生不仅仅可以获得更加丰富点的学习知识，也可以在新媒体的教学环境下感受到心理健康教育对自己未来发展的重要意义，对于树立学生坚定学习信念具有很重要的作用。同时，在传统高校心理健康教育中，还存在着许许多多的瓶颈问题，比如说教师的教学资源就是一个非常重要的问题。在新媒体时代下通过资源共享，不仅仅可以提高学生对于心理健康教育的认知，教师也可以通过别人的讲解来不断丰富自己的知识，可以说是一举两得的事情，对于解决传统教学中存在的一些关键问题十分有意义。

### 三、新媒体时代下高校心理健康教育路径的选择策略

#### （一）更新心理健康教育内容，不断创新教学方法

想要在心理健康教育中及时地获取新的教学内容，首先要做到的就是资金的投入。只有保证基本资金的投入，才能确保新媒体运行过程中资源更加系统性，从而才能更好地实现信息化资源互利共享。投入资金之后，要注重开发和获取大量的心理健康教育相关的教学内容，要在校内设置心理健康教育咨询信息库和咨询中心，将获取的大量的心理健康教育资源都储备到心理健康教育信息库。当需要心理健康教育方面的教学资源，可以到心理健康教育咨询中心进行咨询，然后咨询中心给出合理的心理健康教育信息，就可以从信息库中回去各种各样的心理健康教育资源进行学习和交流。当然，在信息资源获取的过程中，要注意获取的心理健康教育资源要能够符合学生身心健康发展以及使得学生感兴趣的内容，因此，教师在新媒体下获取信息的过程中，也要结合学生的实际情况进行综合分析，选取适合学生发展的心理健康教学内容。

其次，在新媒体时代的引导下，可以通过建立心理健康教育主体网站来使得学生更加感受到心理健康教育学习的乐趣和意义。对于主题网站的建立，需要有丰富的教学资源作为支撑。就目前来看，很多学校的心理健康教育资源信息库都没有完整地建立起来。为了能够将心理健康教育的主体网站建立起来，对于信息资源库的获取方式有多种，比如说可以通过慕课的大背景下，通过整合网络各大高校的优秀教学资源和教学信息，将资源进行优化设计；教师也可以组织相关教师团队进行心理健康教育教学课件的开发等等。心理健康教育主题网站建立的时候要充分考虑学生的实际情况，要将思想性、知识性以及趣味性等融合在一起，从而使得主题网站能够发挥出道德和

能力双管齐下的重要作用，使得心理健康教育能够发挥出应有的效力。

#### （二）议程设置把关，加强对于心理健康教育内容的管理

所谓议程设置指的是对于大众传播来说，往往其传播内容并不能决定人们对于某一件事的看法或意见，但是可以通过给他们安排相应的议题以及提供相关的信息，就可以逐渐来改变他们对于一些事情的看法。换句话说，虽然说大众传播并不能影响人民怎么想，但是却可以影响大家想什么。在当前新媒体的教学环境下，由于新媒体带来的信息内容可以说既多元化又复杂化，虽然包含着很多有用的信息，但是同样也会出现一些不利于学生身心健康发展的信息。由于当前高校很多学生的自我约束能力较差，在进行新媒体的教学方式下很容易陷入到一些错误的人生观和价值观中，从而影响学生健康发展。高校开展心理健康教育的最终目的就是培养学生形成健康发展的人格，因此在新媒体下的教学中，高校应该充分认识到网络对于学生可能产生的影响，通过议程设置把关，加强对于新媒体信息的监督和管理，保证学生在新媒体教学环境中，能够将心理健康教育知识正确掌握，发挥出新媒体下心理健康教学的重要的管理能力。

#### （三）统筹优化网络资源，提高心理健康教学水平

将新媒体下的教学方法融入传统的心理健康教育教学中，可以说在心理健康教育过程中是一次创新，也是一次具有典型意义的改革。可以说，将心理健康教育内容通过网络心理教学的方式确实是一种心理健康教育优化的有效手段。比如说，在教学课堂中可以将虚实的教学结合起来，给学生构建更加丰富的教学体验，还可以利用新媒体平台建立网上心理咨询室、心理辅导室等等，为学生在心理健康教学中出现的问题及时保驾护航。因此，教师要充分利用好网络心理教学资源，将网上心理教学资源与实际情况进行整合优化，从而形成适合高校学生心理健康发展的高质量网络资源，提高学生的心理健康教育水平，从而实现心理健康教育与新媒体技术的完美结合。

### 结语

新媒体的出现，确实给高校学生各个方面都带来了积极的作用，对于学生的心理健康教育发展也具有促进作用。因此，教师在今后的教学过程中，要积极探索新媒体下的教学模式与心理健康教学模式，如何能够更好地相互融合，从而创新出更加高质量的心理健康教学方式，促进高校学生的心理健康发展。

### 参考文献

- [1] 新媒体时代大学生心理健康教育探析[J]. 蔡文文. 创新创业理论与实践. 2020(23): 87-89.
- [2] 新媒体环境下高校大学生心理健康教育路径思考[J]. 赵子童. 智库时代. 2019(26): 77-80.
- [3] 新媒体环境下高校大学生心理健康教育路径探析[J]. 朱永华. 传媒观察. 2016(05): 34-36.
- [4] 吴秀红. 现代传媒下大学生心理健康教育问题研究[J]. 新闻战线, 2014(11): 203-204.
- [5] 兰伟彬. 新媒体背景下优化高校心理健康教育研究[J]. 襄阳职业技术学院学报, 2019(01): 115-118.

#### 作者简介:

王慧, 1988年7月13日出生, 女, 辽宁凌海市人, 汉族, 本科, 讲师, 研究方向: 思政方向,