

“三全育人”理念下高职学生的心理健康与管理模式

于国庆

(襄阳汽车职业技术学院, 湖北 襄阳 441021)

【摘要】在高职教育教学中,应重视心理健康教育,将其融入“育人”工作中,全面实现育心和育德的融合,这一点在高职院校育人教育工作中的重要性十分明显。在“三全育人”理念下,积极做好高职学生心理健康教育资源统筹、凝聚心理健康教育力量,同时构建全员育人、全程育人、全方位育人的心理育人体系,不仅可以促进学生心理素质的提升,同时也能够健全学生人格。基于此,本文主要分析“三全育人”理念下高职学生心理健康与管理模式,希望可以为相关人士提供参考和借鉴。

【关键词】“三全育人”;高职院校;学生心理;心理健康管理;思考

引言:

在“三全育人”理念要求下,需要重视学生发展,使学生可以健康成长、成才,推进高职院校教育创新发展。心理健康教育可以说是促进学生全面发展的关键举措,高职院校应关注学生心理健康问题的解决,通过心理健康教育转型来更好的服务与培养学生。“三全育人”理念下高职心理健康教育需要做到在人、教育、管理等层面的全面覆盖,持续加大教育力度,进一步实现教育深度贯穿。

一、“三全育人”含义与特征

“三全育人”理念即为借助全员、全程以及全方位的方式来将教育理念与高职院校教学进行结合,其中全员育人是指高职院校全体教职工作人员都参与到学生心理健康教育管理中;全程育人则是指学生在校阶段,学习与生活都应融入心理健康教育内容;全方位育人即为在高职院校各学科教学环节中融入心理健康教育元素,通过这样的方式来拓展心理教育工作开展阶段的施教对象,使学生心理问题能够及时得到解决,这对于强化学生心理与身体状态具有一定的促进作用。另外,“三全育人”教育的理念需要实现以生为本,重视学生们的主体意识,积极做好心理健康教育宣传,健全心理健康教育规划管理,通过授课方式与授课理念的转变来完善教育结构,使高职生能够形成良好的行为习惯和心理状态。

二、高职院校学生心理健康教育管理的重要性

(一)有利于促进学生职业发展

高职生具有积极向上的心态和过硬心理素质是确保其实现自身职业发展的关键要点,学生在面对

学业、家庭、就业以及社交等多方影响时,容易出现消极思想、情绪波动以及自卑焦虑等情况,如果学生自身缺少解决问题和调节自身情绪的能力,那么学生就会产生自暴自弃、悲观、意志消沉等不良心理,长时间学生则难以正常生活和学习,使学生学业发展和职业规划等受到一定阻碍。而有效开展心理健康教育可以帮助学生疏导自身矛盾心理,保障学生树立起乐观、健康的学习与生活态度,这样学生就能够逐步掌握自我调节的能力,进而恢复学习与生活的自信心。另外,也可以提升学生心理素质和人际交往能力,使学生为自身职业发展奠定强有力的基础。

(二)有利于落实大学生思政工作要求

随着《关于加快构建高校思想政治工作体系的意见》政策提出,对高职院校心理健康教育工作提出了较高的要求,即为:发挥心理健康教育教师、辅导员、班主任等育人主体作用;规范发展心理健康教育和相关咨询服务、提升预警预防以及干预转介工作的前瞻性,这属于高职院校学生思想政治教育工作的关键内容。在新时期背景下,培养自信自强、健康向上的大学生群体十分关键,全面落实思想政治教育目标是实现立德树人的关键环节,可以使学生人生观、价值观都得到有效树立,促进学生德智体美劳全面发展。

(三)有利于满足经济社会发展需要

职业教育法中明确规定了职业教育与普通教育同样重要,都属于国民教育体系与人力资源开发的关键组成,是培养人才且推动人才就业创业的主要路径。针对高职院校来讲,其承担着育人的重要使命,通过培养高素质技能型人才,就能够为经济社

会发展提供人力保障。但需要注意的是,当前人们的就业竞争压力普遍较大,出现心理问题的概率也随之增加,高职院校学生正处在身心发展的关键阶段,同时也会面临诸多方面的压力,如校园环境改变、学习方式改变以及社会竞争压力等等,在过程中如果不能有效调节自身心态,那么就容易出现心理问题或严重心理疾病。高职院校做好学生心理健康教育就能够及时帮助学生调整不良心理状态,通过这样的方式能够使人才培养更加有效,进而满足经济社会发展的实际需要。

三、阐述“三全育人”理念下高职院校学生心理健康教育管理对策

在新媒体技术及现代社会快速发展的背景下,高职院校学生心理出现了一些新变化,同时也体现在了学习与生活中。针对高职院校学生心理健康教育来讲,既可以借助心理健康教育课程实现,也可以将“三全育人”理念融入其中,以此来确保高职院校心理健康教育更加有效。

(一) 整合多方力量 做好知识宣传提升全员育人思想意识

高职院校心理健康教育应融合学校、家庭、社会以及医院多方力量,构建起四位一体的心理疗愈体系,同时也应建立社会支持系统,如家长、辅导员、心理咨询师、同学朋友等等,强化全员心理健康意识。

1. 课程建设发挥思政课程作用。高职院校在开设普及性心理健康课程的基础上,例如大学生心理健康、积极心理学、幸福心理学等等,使学生可以快速融入不同的社会环境中,在这一基础上应关注将其他课程与心理健康教育课程进行结合,如思想政治教育的课程。目前,很多大学生群体都出现了不同程度的心理健康问题,这一问题出现原因与学生缺少精神信仰与依托有直接关联,而借助的思想政治教育的引入就可以使学生更加坚定共产主义信仰,这对于充实学生内心世界有一定的促进作用。另外,不仅需要做好爱国主义教育和集体主义教育以及理想信念教育等等,也需要对高职阶段学生开展法律知识教育和道德自律教育以及文明诚信这一专业教育,依照当前社会实际发展情况和形式来与高职院校人才培养模式进行融合,借助这样的教育模式来降低学生们的学业心理负担,使学生们可以重新拾起自信心,这对于学生明确学业发展目标有一定的帮助。

2. 积极认知循序渐进发挥辅导员能动性。在高

职院校心理健康教育管理中,应融入积极心理学内容,使学生可以挖掘出自身的内在潜能,进而打破自身心理障碍。积极心理学主要是从“全人”角度出发,在学生将注意力都放在挖掘自身潜能、美德以及正向动机中时,那么学生们的精神面貌和行为就会发生改变,特别是有焦虑情绪时,积极心理学可以教授学生积极正确进行自我认知评估,同时也能够鼓励学生接纳自己、认识自己,形成一种自强自立的心理特质,在遇到问题时正确面对解决,使学生可以具有顽强拼搏的毅力和精神。

3. 做到快速反应、家校共育健全社会支持系统。

每一个人在成长阶段都容易受到原生家庭的影响,当然高职生也不例外,其心理状态、心理问题与自身家庭有极大关联,甚至部分学生出现心理问题的原因则是家庭。家庭关系良好且沟通流畅的学生可引导家长日常多观察,了解自己孩子的心理与生活情况,避免出现异常情况。而针对家庭关系较为紧张的学生来讲,学校心理健康教育需要做好人文关怀,发现问题及时与家长沟通,同时向家长传递学生心理健康的重要性,在家校共育的背景下正确引导学生,通过联动的心理健康教育模式使学生身心健康发展。

(二) 掌握学生发展全过程使学生形成良好心理品质

1. 大一:社团活动与职业规划使学生适应转折期。从学习角度分析,高中阶段是被动接受和填鸭式的教学模式,想要使学生转变成为主动学习和自主学习以及参与社会活动对高职院校大一新生来讲较为困难。因此,高职院校心理健康教育人员及辅导员需要引导学生树立起良好的职业规划,具有长远职业目标,然后在这一基础上制定行动计划,精准找到自身定位。另外,鼓励学生借助心理健康教育来正确认识自己,了解自身优缺点,从较多的社团中找到适合自己的社团并参与其中,以此来丰富自身课余生活。

2. 大二:教学设计与师生沟通掌握技能学习关键期。针对学生学习困扰来讲,专任教师应肩负起自身责任,不仅要有耐心,还要有责任心,为学生学习答疑解惑。另外,不同专业在构建人才培养方案与设计教学的过程中,应依照学生学科基础与接受能力以及学习水平来做到以生为本,既要尊重与接受学生不足,也需要在教学阶段体现出层次性。同时专任教师与辅导员都需要做好师生关系跟进和修复工作,积极主动地与学生进行沟通,在学生在校学习与生

活遇到困难时, 亲切交流且帮助学生解决实际问题, 这样的方式可以使更加信任教师, 进而重新拾起学习的自信心。

3. 大三: 访企拓岗与就业指导做好就业帮扶。当前, 部分高职生心理问题产生与就业不确定、担心未来职业有一定关联, 这一阶段特别容易使学生出现焦虑情绪。在过程中高职院校心理健康教育管理应了解市场大环境就业情况和学生技能水平, 然后组织开展心理调适讲座, 向学生介绍不同专业的就业前景与薪酬水平, 以此来提升学生就业信心。另外, 高职院校也应进行访企拓岗, 为学生开拓出更多的就业渠道, 针对就业指导来讲, 可进行就业政策讲述与简历撰写以及模拟面试等活动。如果部分学生家庭有困难, 可为其提供经济与心理以及资源等方面的帮扶, 使学生可以顺利就业。

(三) 完善教育途径构建立体化平台 实现多维度全方位育人

1. 创新教育资源实现线上线下融合。在高职院校心理健康线下教育中, 教师可定期组织开展心理健康教育知识普及与宣传, 引用多元化的教育形式, 如案例研讨、线下阅读、留言墙、树洞的秘密以及心理沙盘等等, 也可以在现场进行心理辅导; 在线上教育中可开展心理测评, 借助互联网来将文字和声音以及图画进行融合, 以此来为心理健康教育开展提供更加形象且新颖的方式。

2. 优化教学模式实现理论与实践的融合。其一关注理论知识教学引导, 例如心理学知识与心理问题表现以及心理调适方式等等, 做到着眼现实问题, 融入体验式教学、参与式教学、辅导式教学, 打破心理健康教育的距离感, 这样才可以使学生积极主动参与其中; 其二高职院校应提升学生社会实践, 引导学生进入企业、社会, 可以是实习锻炼, 也可以是志愿服务, 这样的教育模式可以使学生直观了解社会, 以免在未来就业时出现各种各样的心理问题。

3. 区分辅导模式实现个体与团体融合。针对已经存在心理问题的学生, 高职院校可运用个体咨询或跟踪的方式来实施一对一疗愈, 依照学生们的实际情况来开展心理辅导与个体咨询。而针对其他学生, 可在心理健康教育中融入积极心理学理念, 运用团体辅导的模式来调动学生们的内在潜能, 改变学生一些抵触情绪, 调动学生的学习动力和良好品质, 通过团体辅导来使学生找出自己的人生价值。

结束语:

结合全文, 在“三全育人”理念下, 对高职院校教育教学开展也提出了全新的要求, 针对心理健康教育来讲, 为确保学生健康学习与成长, 应将这一教育环节放在突出位置, 使学生能够高素质发展。在心理健康教育管理中, 应依照新要求来打造专业化教育团队, 加强心理健康教育水平, 同时构建心理健康教育新形势, 以此来助力心理健康教育作用全面发挥, 使学生更好发展。

参考文献:

- [1] 刘彤, 侯青, 黄羽西. 基于大数据驱动的高校学生心理健康评估研究 [J]. 信息技术, 2022(10):41-45.
- [2] 王芳, 赵小明. 基于多模态社交情感分类的高校学生心理健康分析 [J]. 计算机与数字工程, 2022, 50(10):2166-2170.
- [3] 黄婷. 新形势下高校学生心理健康问题解决路径探析 [J]. 山西青年, 2022(17):172-174.
- [4] 龙兰, 叶忠, 朱玲. 行为活化对高校抑郁焦虑学生心理健康的影响分析 [J]. 心理月刊, 2022, 17(11):8-10.
- [5] 梁悦. 基于高校学生社团的大学生心理健康教育探索 [J]. 产业与科技论坛, 2022, 21(05):152-153.
- [6] 何锐, 李文秀, 盛笑莹等. 高校学生心理健康状况及心理服务需求分析 [J]. 齐齐哈尔医学院学报, 2022, 43(02):173-178.
- [7] 林丽妹. 基于大数据技术的高校学生心理健康动态评价体系研究 [J]. 齐齐哈尔大学学报(哲学社会科学版), 2021(11):181-185.
- [8] 浦昆华, 尹可丽. 新时代高校学生心理健康服务的创新路径选择 [J]. 黑龙江科学, 2021, 12(09):45-46+49.
- [9] 聂敏, 罗炜敏, 邓辉等. 高校学生心理健康情况对其社交网络结构的影响研究 [J]. 电子科技大学学报, 2021, 50(02):317-320.
- [10] 刘红红. 基于区块链技术的高校学生心理健康管理系统设计 [J]. 自动化技术与应用, 2021, 40(03):62-64+73.

作者简介:

于国庆(1992-), 男, 汉族, 湖北宜城人, 辅导员, 助教, 研究方向: 高职院校学生思政教育及学生管理工作。