

# 青年心理健康视角下高职学生管理的应对策略

韩子旭

(襄阳汽车职业技术学院, 湖北 襄阳 441021)

**【摘要】**在我国社会快速发展的背景下, 青年人的生活压力与学习压力不断提升, 使很多青年学生的心理出现一些问题, 影响到青年学生未来的发展, 进而对于我国社会的发展产生不利的因素。在此情况下, 高职院校需要对于学生心灵健康问题的关注度逐渐提升, 对学生的不良情绪进行合理的引导, 使学生能够走出思想误区, 保持积极向上的生活态度。但是从目前阶段来看, 大部分的高职院校在对于学生的心理健康问题进行管理的过程中, 仍然存在一些不足之处, 有待高职教育工作者对其进行完善, 以此来帮助学生树立良好的生活观念与价值观, 为学生未来的学习与发展奠定坚实的基础。基于此情况, 这篇文章将从青年心理健康视角下, 对于高职院校的学生管理工作进行探索, 并给出具体的应对策略, 希望能够给广大的高职院校教育工作者提供一些有价值的参考意见。

**【关键词】**青年; 心理健康; 高职; 学生管理

## 引言:

高职院校是我国培养高素质技术型人才的主要基地, 与普通的高校之间存在着较大的差异性, 教育工作者需要对于高职院校的整体教育工作进行探索, 使高职院校不仅对于学生的专业技能进行重点培养, 而且需要对学生的职业素养进行培养<sup>[1]</sup>。但是由于高职院校学生的生源学习能力相对较低, 在开展专业课程学习的过程中, 自主学习能力较差, 难度较大的知识会让学生感到难以接受, 出现厌学叛逆、自控能力差等现象, 甚至有些学生直接放弃学习专业知识, 想要走一些职业发展的捷径, 最终误入歧途。这些问题充分地体现了高职学生心理的健康问题, 并在西方文化入侵的现阶段越来越严重, 对于高职院校学生的发展产生一定程度的阻碍作用。因此, 在现阶段以青年心理健康视角对高职学生的管理问题进行探索是具有一定必要性的, 需要引起高职教育工作者的重视, 根据本校的实际情况与学生的基本情况, 对学生心理健康管理工作不断的完善, 为学生提供较为良好的学习环境, 树立正确的学习观念<sup>[2]</sup>。

## 一、青年心理健康视角下对高职学生管理的重要作用

### (一) 有助于提升学生的心理素质

在我国人才市场竞争激烈的现阶段, 高职院校毕业生的职业发展受到一定程度的限制, 此种情况更需要提升学生的心理素质, 让学生能够理性地看待职业发展问题, 以积极向上的心态应对人才的竞争<sup>[3]</sup>。

因此, 高职院校以青年心理健康的视角对学生进行管理是正确的, 能够引导学生以良好的心态看待就业困难的问题, 及时对于学生的负面情绪进行梳理, 避免出现学生情绪被忽视, 最终使学生形成心理疾病的情况。在高职院校对于学生心理问题进行合理处理的过程中, 能够提升学生的心理素养, 以理性的心态去面对生活中的阻碍, 有助于推动学生的全面发展。

### (二) 有助于营造和谐的学习氛围

在我国经济快速发展的现阶段, 社会对于人才的需求标准不断提升, 不仅仅要求人才需要拥有较高的专业知识水平, 而且需要大学生能够具有较高的抗压能力。在高职院校对学生心理健康问题进行重点关注的过程中, 对学生的不良情绪进行引导, 能够使学生的情绪进行疏导, 使学生能够建立良好的人际关系, 从而有助于营造和谐的校园氛围<sup>[4]</sup>。近几年在新闻上偶尔会看到一些大学生由于心理问题出现自残, 甚至是自杀的情况, 受到了社会的广泛关注, 高职院校是大学教育主体, 更应该重视大学生的心理健康教育, 积极对大学生的健康进行管理。

## 二、目前高职院校学生管理工作中存在的不足之处

### (一) 高职院校教学团队的教学质量有待提升

在应试教育的背景下, 大部分高职院校教师受到的影响较深, 教师在开展教学的过程中, 只重视学生专业课程的教学, 而忽略了对于学生心理问题的关注。尽管有些高职院校开设了心理健康教育课程,

但是由于重视程度较低,高职院校的心理健康问题管理工作效果并不显著。同时,大部分高职院校并没有设置专门的心理健康教师,一般都是由其他学科的教师兼任,教师并不能充分地发挥出健康教学课程的作用,造成高职院校学生的心理健康无法得到保障<sup>[5]</sup>。

### (二) 心理健康教育理念较为落后

在我国教育事业不断改革的背景下,教育部门对于高职院校的心理健康教育工作提出了新的要求,指出高职院校需要设立专业的心理健康教育课程,为大学生的心里进行良好的引导,减少学生由于心理问题而对于专业水平产生影响的现象<sup>[6]</sup>。但是从目前阶段来看,高职院校的教育工作者没有对于心理健康教育理念进行深层次的理解,缺乏对于心理健康教育理念的更新,使心理健康教育课程形同虚设,并没有对学生的心理健康问题进行解决,甚至有部分高职教育工作者认为心理健康教育与政治思想教育是同一内容,不需要专门设立教学课堂。与此同时,由于高职院校的心理教育工作者所接触到的心理健康教育知识较少,不能够接触到较为新的教学理念,使教师的心理健康教育理念较为落后,不利于教师对学生的心理问题进行合理的引导。

### (三) 心理健康教育活动较为单一

从目前阶段来看,高职院校的教育工作者在开展心理健康教育活动中,只是单纯地运用灌输式的教学方式,将心理健康相关的知识传授给学生,并没有对本校学生的实际情况进行分析,使学生接收到的知识与所需的知识不相匹配,导致高职院校的心理健康教育效果并不显著<sup>[7]</sup>。同时,由于高职院校的学生对于知识的学习兴趣较低,不愿意自主地参与到教学课堂上,若没有将学生感兴趣的元素融入教学活动中,无法吸引学生的注意力,学生的学习成果自然较差。

## 三、青年心理健康视角下高职学生管理的应对策略

### (一) 提升教师专业素养,完善心理管理工作机制

科学的心理管理工作机制是高职院校开展心理健康教育工作的基础。首先,高职院校的教育工作者需要从学生的年龄特点、学习基础、性格差异等等因素入手,对学生的实际情况进行充分的掌握,结合高职院校的教学特点,为大学生设计出完善的心理健康教育内容,以此来保障学生的身心健康发展。其次,高职院校需要对心理健康工作教师团队的专业水平进行提升,有助于高职院校心理健康教育工作的有效

进行。高职院校需要聘请一些专业的心理健康专业的教师,为心理健康教育工作团队注入新鲜的血液,使教师能够有危机感,对自身的教学水平进行提升,从而增强高职院校心理健康教育团队的整体教学水平<sup>[8]</sup>。同时,学校还可以组织教师进行定期的研讨会,让教师们互相分享开展心理健康教育活动中遇到的问题,以及对于问题的解决策略,教师之间互相借鉴经验,能够增强教师对于心理健康工作的教育理念。除此之外,学校还可以聘请一些心理健康教育的专家,为高职院校的心理健康教师进行授课,转变教师的心理健康教育理念,让教师意识到开展心理健康教育的重要性,有助于提升教师对于心理健康教育工作进行深度的探索。最后,高职院校需要将班级辅导员以及心理健康教育工作者的考核,与学生的心理健康教育进行联系,依据班级学生的心理健康水平对班级辅导员以及心理健康教育工作者的工作进行评判,提升班级辅导员以及心理健康教育工作者对于学生心理问题的关注度,以此来保障学生心理问题得到良好的重视。

### (二) 提升心理健康教育工作的重视程度,创新心理健康教育模式

在我国科学技术迅猛发展的背景下,“互联网”已经成为现代大学生喜爱的词语,受到广大学生的追捧,在互联网技术的衍生产品中大学生容易接收到负能量的信息,对于学生的思想产生消极的影响,甚至让学生做出一些反常的举动。在此情况下,高职院校的教育工作者需要对大学生的心理健康工作进行重点关注,发现学生的不良情绪及反常行为,教师及时的介入,对学生进行谈心工作,使学生能够与教师倾诉,教师可以对学生进行有针对性的引导<sup>[9]</sup>。与此同时,高职院校需要提倡教师将心理健康教育工作融入日常教学课堂中,让教师意识到开展心理健康教育不仅仅是辅导员的工作,每科教师都应该对其提升重视程度,教师之间相互辅助配合,解决学生产生的心理问题。在实际教学课堂中,教师需要将心理健康教育内容渗透到专业知识中,使各科的专业教师能够从不同的角度对学生进行教育,让学生在潜移默化中受到教育,从而有助于培养学生良好的心理素质。

### (三) 借助多元化的教学活动,提升学生的心理健康水平

对于高职院校的学生而言,他们的整体学习水平较低,教师在开展心理健康教育活动中,需要考虑到这一问题。高职院校可以通过多样化的社团活

动,丰富心理健康教育活动内容,调动学生参与心理健康活动的积极性,锻炼学生的心理素质,帮助学生建立积极向上的生活态度。在实际开展社团活动过程中,高职院校可以通过社团活动,引导学生对自身情绪进行宣泄,让学生能够将心中的不良情绪表达出来,通过学生之间的交流,消化这些不良的情绪,进而提升学生的心理健康水平。同时,高职院校的教师可以组织一些校外实践活动,激励学生自主地参与进来,帮助学生拓宽视野,还能够通过教师与学生的接触,拉近学生与教师之间的距离,有助于教师心理健康教育活动的顺利进行。除此之外,高职院校还可以组织学生进行一些培养意志力的实践活动,例如,爬山、马拉松等等,以此锻炼学生面对困难时的勇气,让学生敢于面对失败,有助于帮助学生以良好的心态面对就业困难及生活中的问题,从而提升学生的心理素质。

(四)借助互联网教学技术,开辟心理健康教育新渠道

目前,互联网技术已经被人们运用到各个行业中,为人们的生活带来了便利,自然也被教育工作者融入教学课堂中,为教师的教学改革提供了新的思路。在高职院校教师开展心理健康教育的过程中,教师需要借助互联网技术中的QQ、微信、微博等APP,主动与学生进行交流,了解学生的真实想法,及时对于心理有问题的学生进行辅导,使学生能够以积极的心态面对问题,从而增强学生的心理综合素养。高职院校的教师可以通过微信的动态,对学生的心理变化进行了解,教师可以及时对学生的实际情况进行掌握,避免学生情绪被忽略,造成学生做出较大的反常行为,对于学生发展产生消极的影响。同时,由于学生在面对教师时,会出现紧张的心理,有一些问题不能够以良好的表达,使教师与学生的沟通效率较低,也不利于教师对于学生的心理问题进行准确的判断,而运用线上沟通的方式,可以让学生对于自身的想法进行充分的表达,让教师能够第一时间对学生的问题进行了解,并给出合理的建议,使学生的心理问题被良好地解决。

#### 四、结束语

综上所述,在我国社会不断发展的现阶段,教育工作者已经意识到心理健康教育对于学生的重要性,其中高职院校学生的心理健康问题已经成为现在主要探索的内容之一。但是目前阶段来看,高职院校的心理健康教育工作中的问题十分的显著,需

要教师积极地转变自身的心理健康教育理念,认识到心理健康教育与思想政治教育之间的不同,将提升学生的心理素质作为教学工作的目标,不断完善心理健康教育工作制度,为学生提供良好的学习平台。在实际开展心理健康教育的过程中,高职院校的教师需要借助现代化的教学手段,构建良好的交流平台,采用线上+线下的教学模式,让学生能够随时随地与教师进行沟通,有效地提升了高职院校教师的教学效率与质量。

#### 参考文献:

- [1] 孔留生.高职院校学生心理健康优化对策研究——基于对54名学生心理健康谈心谈话的分析[J].现代职业教育,2023(29):138-141.
- [2] 赵文斌,赵世航,冯会利等.高职学生心理健康教育探析[J].河南农业,2023(27):23-24.
- [3] 彭国霞.社会性视角下高职心理健康教育发展研究[C]//中国陶行知研究会.2023年第九届中国陶行知研究座谈会论文集.2023年第九届中国陶行知研究座谈会论文集,2023:307-309.
- [4] 薛艳秋.团体心理辅导对高职学生心理健康的实效性研究[C]//中国陶行知研究会.2023年第九届中国陶行知研究座谈会论文集.2023年第九届中国陶行知研究座谈会论文集,2023:512-515.
- [5] 谢宇.高职学生社会支持对心理健康问题的影响——基于MetaSEM模型[J].科教文汇,2023(12):176-179.
- [6] 龙小倩.基于积极心理学视野下的高职学生心理健康教育[C]//中国陶行知研究会.2023年第五届生活教育学术论坛论文集.2023年第五届生活教育学术论坛论文集,2023:293-296.
- [7] 刘景清.心理健康教育融入高职院校学生管理工作的模式探讨[J].山西青年,2023(11):181-183.
- [8] 孙冰冰.浅谈新媒体背景下心理学知识在高职学生管理中的应用[J].数据,2021(11):149-151.
- [9] 罗雪瑶,杨秋萍,王仲尧等.关于心理健康教育融入高职院校学生管理工作的模式思考[J].现代职业教育,2021(43):208-209.

#### 作者简介:

韩子旭(1992-),男,汉族,湖北襄阳人,教育学,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。