

民办高校心理健康教育与劳动教育融合研究

徐黎光

(郑州升达经贸管理学院, 河南 郑州 451191)

【摘要】随着互联网的发展和短视频的兴起,碎片化时间的增加,对民办高校学生的意识形态、心理活动和生活习惯受到很大的影响和冲击。学生心理健康是在校期间全面发展的最基本要求,也是顺利进入社会岗位的前提保障。劳动教育是学校培养和发展学生能力的重要路径,在劳动的过程中,可以推动学生情感态度、认知能力、智商、逆境商、道德等多方面的发展,从而增强学生的心理健康。高校中心理健康教育和劳动教育连结的紧密性正在不断加强,在劳动教育基础上开展大学生心理健康教育,不仅能使学生养成良好的生活习惯和道德素养,同时帮助学生完善人格,促进学生心理良好发展。首先,本文研究民办高校学生心理健康教育和劳动教育发展现状。其次,新时代民办高校心理健康教育与劳动教育的关系。最后,新时代高校心理健康教育和劳动教育的建议。

【关键词】大学生;心理健康教育;劳动教育;有效融合

引言:

大学的根本任务之一就是培养学生的综合素质,为中国特色社会主义事业培养有道德有担当的社会人才。随着心理健康教育和劳动教育有关文件的陆续发布,心理健康教育和劳动教育在民办高校课程和实践活动的定期开展,民办高校学生的心理健康教育和劳动教育愈加得到重视。民办高校学生和公办高校学生有相似的心理品质,同时因为社会地位、评价等与公办大学的不同从而产生不一样的心理、思想和行为。劳动是教育过程,不应该被学校和家作为惩罚手段,目前民办高校大学生中存在的劳动意识淡薄、劳动知识匮乏、劳动技能较差等现实问题。劳动教育在提高学生的身体素质,形成劳动习惯和增强劳动精神方面有着关键作用,除此之外,还可以培养学生良好的心理品质,帮助他们提升自我认同感,培养团队协作精神,增强人际交往能力和社会责任感,培养团结协作精神,增强人际交往能力和社会责任感,从而形成健全的人格,对推动高校大学生心理健康教育具有积极的影响。

一、民办高校学生心理健康教育和劳动教育发展现状

我国大学生心理健康标准概括为:能够在心理上正确认识自己、悦纳自己;能较好地适应现实环境;具有和谐的人际关系;具有较强的自我调节能力;能较好地协调与控制情绪;具有合理的行为;具有完整统一的人格品质。民办大学作为普通高校的重要组成

部分,其对学生的心理健康的要求也应达到以上标准。民办高校学生既有普通高校学生身心发展共同规律的同时,又具有比较突出的特殊性。相对于普通高校学生,民办高校学生在独立性、学习能力、情绪稳定和自信心等方面较弱。民办高校学生心理需求趋于多元化,对社会活动能力和参与意识比较强。民办高校普遍重视学生心理健康教育工作,对新生进行心理健康普查,建立心理健康档案,配备专门的心理健康教师或心理咨询人员,对学生心理健康的现状进行调查并分析原因。但也存在一些问题:工作过于简单化,师资专业化程度不够,心理健康教育与其他学科、与校园文化结合力度不够,应加大团体心理行为训练的

力度。劳动不仅创造了物质和精神财富,同时在劳动的过程中,也促进了人的全面发展。民办高校学生在思想上对参与劳动教育并不抵触,多数同学对在校期间参与劳动实践持赞同的态度,并有意愿积极参与。目前,民办高校也在不断开展劳动教育实践活动并取得一定成果,但是民办高校学生劳动教育的过程中还存在以下问题:首先,家庭内部对学生的劳动教育缺乏引导,导致学生的劳动技能不足,因此学生缺乏劳动的积极性和主动性。其次,民办高校学生在校期间参与劳动教育活动的局限性较强,且社会舆论氛围缺乏对学生劳动教育的积极引导。

目前研究民办高校心理健康教育和劳动教育融合的研究较少,且研究的侧重点大多为心理健康教育

视角下民办高校劳动教育相关课程和组织形式的改进,较少涉及在劳动教育的过程中学生心理问题的缓解,和在心理健康教育过程中提升学生的劳动意识和树立正确的劳动观。

二、新时代高校心理健康教育与劳动教育的关系

(一) 心理健康教育与劳动教育的融合性关系

随着高等教育的发展,大学生人数不断增加,然而“脆皮大学生”一词的流行,显示当代大学生的身体异常脆弱,也引起人们对当代大学生身体素质的担忧。大学生长时间久坐不动,平时缺乏锻炼,加上常常忽视身体警告,导致身体出现问题甚至心搏骤停。尤其是过度沉迷于网络与电子设备形成熬夜的习惯,给大学生的身体和心理带来不可估量的伤害。大学生处于人生中的青少年时期,情绪波动性大,过多的刺激和网络信息容易引起青少年情绪的剧烈变化。情绪和身体的健康密不可分,情绪剧烈变化对身体的伤害很大,会影响身体的免疫力、治疗,有可能导致疾病,改变内分泌及神经系统功能。

劳动教育可以增强学生的身体素质。目前,越来越多的学生因为长时间坐在电脑前,缺乏运动而导致身体健康受到威胁。劳动教育能够改变这种局面,让学生熟悉自然环境和劳动场所,锻炼身体,提高身体素质和心理素质。劳动教育可以使学生获得与自然环境和社会实践相结合的健康生活方式,增强学生的自信心和自我克制能力,同时还能够帮助他们养成良好的生活习惯和饮食习惯,预防各种疾病的发生。

(二) 心理健康教育与劳动教育的相互促进作用

高校学生属于青少年时期,这个时期是身心健康发展的关键期。身体健康和心理健康密切相关,目前民办高校学生在身体和心理上大多处于亚健康状态。

随着相关文件的发布,民办高校中劳动教育愈加得到重视,劳动教育课程更加系统化。劳动教育对学生心理健康教育的促进作用更加明显。首先,劳动教育有利于培养学生的独立性和意志力。意志力薄弱的人无法按照自己的计划或者意愿完成任务,会出现拖延、掉队的情况,形成恶性循环,最后无视组织纪律。通过劳动教育增强学生的独立性和意志力,有利于培养学生吃苦耐劳的精神,更容易获得激励和成就感。其次,劳动教育可以增强学生的人际交往与团结合作能力。高校劳动教育一般分班级和组别进行,在进行劳动教育的过程中,有

利于学生对自己有更加清晰的认知,在和组内成员沟通的过程中,有助于人际交往能力和团队协作能力的提高,避免在进入社会后产生心理问题。再次,在进行劳动教育的过程中,有利于学生压力的释放和不良情绪的缓解。最后,劳动教育不只是体力劳动,还包含脑力劳动,劳动教育在脑力方面的开展,有利于学生思维和创造性能力的发展。劳动教育的社会实践证明,劳动教育的动力和行为习惯的重点在于培养学生良好的心理素质,从而为更好的生活和适应社会提供支持。

首先,劳动是日常生活中至关重要的一部分,心理健康教育通过对高校学生劳动态度、技能和劳动习惯的强化,让学生在劳动教育的过程中获得精神财富。其次,心理健康可以帮助学生正确应对劳动过程中的困难和挑战,提高劳动效率。健康积极的心理可以释放学生的创造力,创造力是解决问题和创新的关键,因此心理健康教育有助于学生在劳动的过程中取得更好的成果。最后,心理健康教育有助于学生正确地认识自我,精准地进行自我定位,从而克服就业心理障碍,树立正确的就业观与择业观。

三、新时代高校心理健康教育与劳动教育的建议

心理健康教育和劳动教育是民办高校学生教育的重要组成部分,充分发挥两者的课程优势和教育育人特点,将两者有效融合,优势互补,不仅能够创新心理健康教育与劳动教育课程改革,提高教学质量,还可以拓展两者教育实行的新途径,有利于培养全面发展的社会建设者和接班人。

(一) 从高校课程的角度

1. 落实心理健康教育与劳动教育实践教学计划方案。从制度上着手,落实心理健康教育与劳动教育的实践教学方案并规范开展。创建实践教学的场地,购置实践教学材料,让实践课程可以落地开展。学校提供更多的相关培训,提高心理健康和劳动教育教师相关能力。设置合理的考评制度,促进心理健康教育和劳动教育课程高质量发展。

2. 课程内容的融合。民办高校劳动教育包含劳动思想、技能、实践三个方面内容,对于学生来说,可以选择参与感和实践较强的劳动内容,例如:志愿者活动、勤工助学、社会实践、种植物等等,这样可以提升学生的心理综合素质和价值感。

在教学的过程中,可以把心理健康教育主题和劳动教育的具体活动相结合。比如:在讲“人际交往”主题时,开展“我为身边人做实事”活动,让学生

体会奉献精神 and 坚忍的心理品质对个人和社会的重要性。在“生命教育”主题时,可以开展“种植物”活动,使学生在陪伴植物生长的过程中体会生命的意义,从而珍爱生命、敬畏生命、尊重生命。用学生喜欢和可以接受的方式开展实践活动,使心理健康教育和劳动教育在课程内容上相融合,突出理论和实践相结合。

3. 课程评价方式和过程相互融入。基于大学生心理健康教育和劳动教育课程性质的特殊性,传统的课程评价方式不符合课程目标的要求,我们可以在心理健康教育的课程评价中加入劳动实践。比如:增强心理健康教育课程作业的多样性,不限制于书面作业,通过心理剧、心理课外读物分享、小组汇报等多种形式让学生参与。心理健康教育课程评价中加入劳动实践活动,有助于心理健康教育课程技能和认知目标的完成。

(二) 重视各个层面,共同发挥效用

在社会大环境的影响下,大学生劳动教育意识存在着不足,高校学生的心理健康整体素质需要增强,两者的相互融合也存在着挑战,大学生作为国家未来的建设者和接班人,他们的心理健康教育和劳动教育任重道远。高校增强对心理健康教育和劳动教育的重视,投入了大量的经费和师资来落实。但对于劳动教育的重视程度远远不够,开展相应的劳动教育活动效果也达不到要求。目前形势下,为了学生整体综合素质的提高,高校应将劳动教育融入工作的全过程,与心理健康教育相结合共同发挥作用。在社会层面上,心理健康教育与劳动教育需要全社会的共同参与和支撑,营造良好的劳动教育氛围。目前,多数人认为学生在校学习的重点是开发智力,学习理论知识,忽略劳动意识和劳动技能的学习,如果学校组织劳动教育会受到不良舆论影响,从而影响学校正常教学活动。从家庭方面,需要重视学生心理健康教育和劳动教育,让学生养成良好的劳动习惯,并做好指导和帮助。重视学生的心理健康教育,发现问题时需要认识到严重性,并及时寻求帮助。

(三) 创建良好的师生关系

高校教师在组织劳动教育过程中,需要使用积极心理学的观点,以学生为中心,设身处地的感受学生的内心,最大限度地激发学生的学习兴趣,提高学生的学习动机,从而促进学生全面发展。创造良好的师生关系,通过翻转课堂,改变传统课堂中

以教师为主讲的方式。经过师生平等氛围的塑造,和学生建立信任关系,充分让学生感受到尊重和平等。和学生交流分析内心情况,探索心理异常的根源性原因,鼓励学生勇于面对问题,悦纳自己,解决学生的心理困扰,促进学生自我成长。在这一过程中,高校教师使用倾听技术、解释、指导、信息提供、自我暴露、推理和结论等技术与学生产生共情并促进学生的成长。

四、结语

综上所述,在互联网和短视频快速发展的背景下,心理健康教育和劳动教育想要取得良好的效果,需要创新教学方式,将两者相互融合。因此,文章全面分析了民办高校学生心理健康教育和劳动教育发展现状,新时代民办高校心理健康教育与劳动教育的关系和两者之间的相互促进作用。从而为心理健康教育与劳动教育提出建议,为高校心理健康教育和劳动教育工作有效融合再添助力。

参考文献:

- [1] 陈伟,张宁.民办高校与普通高校学生心理特征的比较研究[J].上海青年管理干部学院学报,2013,(02):39-42.
- [2] 陆静静,黎天业,黄玉赞.国外高职院校心理健康教育研究综述[J].科教导刊(上旬刊),2014,(07):226-228.
- [3] 严冬.民办高校大学生劳动教育探究[D].吉林大学,2016.
- [4] 迟宝策.学生全面发展视角下劳动教育中的心理效应分析[J].内蒙古电大学刊,2020,(05):73-76.
- [5] 丁闽江.劳动教育:高校心理育人的实践途径[J].集美大学学报(教育科学版),2021,22(03):31-35+88.
- [6] 庄坚俚,高磊.劳动教育的国外模式与课程实施[J].思想政治课教学,2021(02):77-81.
- [7] 郑莉.劳动教育对青少年积极心理品质培育的价值及影响[J].经济师,2021(01):39-40.
- [8] 刘青霞,施庆晖.劳动教育对心理健康教育的促进作用[J].现代商贸工业,2021,42(24):72-73.
- [9] 陈涛.民办高校心理健康教育研究:现状与展望[J].高教学刊,2022,8(02):67-71.

基金项目:河南省民办教育协会立项课题:民办高校心理健康教育与劳动教育融合研究(编号:HNMXL20230813)