

新质生产力视阈下高校心理健康教育模式探究

吴泽鹏

广东机电职业技术学院 广东广州 510400

摘要:近年来,高校学生心理问题日益凸显,成为社会大众关注的热点问题。传统心理健康教育存在师资力量缺乏、教学内容单一、教育观念滞后等问题。本文基于新质生产力视角,探索运用人工智能、大数据等新兴技术,构建符合新时代发展需求、科学高效的心理健康教育模式,推动心理健康教育工作高质量发展。

关键词:新质生产力;高校学生;心理健康教育模式;人工智能

引言

随着社会的多元发展和人们生活节奏的日益加快,大学生群体所面临的挑战日益严峻,包括沉重的学业压力、复杂的人际困境、激烈的就业竞争及感情生活的波动,这些问题无一不凸显出学生心理健康问题的严峻性,导致心理问题学生数量逐年攀升。如何更好维护和提升学生的心理健康素养,助力学生健康成长,成为社会各界普遍关注的热点问题。近年来,国家层面对于学生心理健康工作的重视程度越来越高,相继出台了一系列政策,2023年教育部等十七部门联合印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》,这一举措标志着学生心理健康工作已被提升至国家战略高度,彰显了国家对于学生身心健康和全面发展的深切关怀;2024年3月,国务院总理李强在第十四届全国人民代表大会第二次会议上所作的《政府工作报告》中,再次强调了“要加强学生心理健康教育”。因此,如何在新时代的浪潮中,与时俱进做好高校心理健康教育工作,创新高校心理健康教育模式,成为每一位心理健康教育工作者必须思考的问题。基于此,本文立足新质生产力视角,旨在构建一个符合新时代发展要求的、科学高效的大学生心理健康教育模式,为广大高校心理健康教育工作者提供有力的理论指引和实践参考,助力高校学生心理健康教育工作高质量发展。

作者简介:吴泽鹏(1995.05),男,汉族,广东汕头人,助教,研究方向:高校学生心理健康教育,邮箱:psyzpwu@163.com。

一、高校心理健康教育发展现状

1.心理教师力量匮乏:学生求助的隐形壁垒

近年来,随着高校心理问题学生人数逐年增多,学生的心理咨询服务需求随之增多。但高校心理教师队伍力量严重不足,导致许多学生在遭遇心理困扰时,时常得不到及时的心理援助。同时,高校心理教师队伍中不乏非“科班出身”的教师“跨界”工作,他们虽热衷于投身心理健康工作,但由于缺乏系统的心理学专业知识和丰富的心理危机干预能力,他们难以精准识学生复杂的心理问题,更无法为学生提供有效的心理支持。这种“跨界”工作的现象,不仅使高校心理健康教育工作的效果大打折扣,甚至可能会因处理介入不当而加剧学生的心理问题,给学生造成二次伤害。

2.心理课程形式单一:亟待完善的系统工程

当前,虽然高校普遍开设了大学生心理健康教育课程,但课程教学效果却不尽如人意,这缘于大多数心理教师授课方法单一、教学内容陈旧,难以激发学生的学习兴趣,更无法让学生产生共鸣。同时,心理健康教育课程过于侧重理论知识的教授,忽略了学生自主实践能力的培养,导致学生在面临实际心理问题时常常感到无所适从,难以将所学心理知识应用于实际生活。

3.心理教育观念滞后:亟待转变的传统思维

长期以来,部分高校对于心理健康教育工作存在认知偏差,错将心理健康教育工作视作“补救性”教育措施,认为心理健康教育只是针对心理问题学生开展的教育,这种错误的认知观念忽略了心理健康教育的预防性、发展性功能。实际上,心理健康教育应当贯穿学生成长发展的全过程。高校在开展心理健康教育工作应更多地注重培养学生积极乐观、理性平和的健康心态,让学生

在遇到心理问题时能自我疏导、及时求助，做到“预防为主、防微杜渐”。

4. 心理管理系统低效：亟待增强的信息技术

当前，许多高校心理健康教育的管理方式较为传统，信息化智能化水平低下，多数学校在建立学生心理档案、心理报表时仍沿用纸质档案管理的方式，这种传统的管理方式存在着信息冗余、查找困难、保存不便、共享性差等缺点，易增加心理教育工作者的工作量，严重影响了工作效率与成效。

二、新质生产力引领高校心理健康教育的意义

新质生产力指创新起主导作用，摆脱传统经济增长方式、生产力发展路径，具有高科技、高效能、高质量特征，符合新发展理念的先进生产力质态。针对当前心理健康教育存在诸多问题，高校应提高创新意识和创新思维，充分运用新兴技术手段，在新质生产力背景下推动学生心理健康教育工作高质量发展。将新质生产力引入心理健康教育领域，意味着可以利用人工智能、云计算等技术，通过大数据抓取的方式，实现心理健康教育精准化、智能化。通过利用大数据分析，可以科学分析学生的行为习惯，再用算法模型预测学生的心理状态，从而做到精准掌握学生的心理状况，在学生心理问题刚刚萌芽时能及早介入。同时，引入人工智能技术搭建心理测评平台，根据学生心理数据库对心理问题学生进行分级分类，做到“因材施教”，实现学生心理测评工作科学高效。基于新质生产力视角开展心理健康教育工作，将大大提高心理健康教育工作的质量与效率。

此外，新质生产力将大力推动心理健康教育模式的创新。以往传统的心理健康教育往往以“教师主讲，学生倾听”的方式为主，而基于新质生产力的教育模式则更加注重学生的主体性与参与性。通过构建心理健康教育云平台，学生可以在海量的心理知识资源库中获取自身所需的心理健康知识，习得自我调适的方法，增强自身的心理韧性。教师可以通过智能技术手段优化课程设计、智能评估学生的学习进度，提升教学工作的质量。

总之，基于新质生产力视角开展心理健康教育工作是时代发展的必然趋势，心理健康教育工作的创新与新质生产力的发展是相辅相成，相互促进的。通过运用新兴技术手段和创新教育模式，能更好地满足学生的心理健康需求，帮助学生更科学有效地解决具体的心理问题，提升学生的心理健康素养与心理自助水平。

三、新质生产力赋能高校心理健康教育的实践探究

在新质生产力视域下，构建符合新质生产力发展要求的心理健康教育新模式，对于推动心理健康教育高质量发展具有重要意义。

1. 智能化与数字化深度融合

当前，大多数高校都存在心理问题学生基数多，心理老师人数配比少的突出问题。学生的心理问题纷繁复杂，心理老师的力量却十分有限，老师们跟进学生心理问题时常觉有心无力。引入人工智能技术手段，可搭建起个性化、精准化的心理健康状况分析平台。该平台依托学生心理健康数据库为基础，通过深入分析学生所填的心理问卷，利用先进的算法模型，科学识别学生潜在的心理问题，并以此为依据将学生的心理健康状况进行分类，这不仅仅大大提高了心理健康工作的效率，还能确保测评结果的客观性与准确性，避免了个体主观上的偏差。随后，心理老师可根据评估结果，实施更具针对性的干预措施。对于存在严重心理问题的学生，心理老师必须第一时间采取措施，为这类学生提供专业的心理咨询服务，必要时还应引导其至精神专科医院进行进一步的评估诊断与治疗，以寻求更为专业有效的援助。而对于存在一般心理问题的学生，则可通过日常的关心与监测，定期了解学生的心理动态，适时帮助学生排忧解难，确保学生心理状态平稳有序发展。借助新质生产力的智能化、数字化手段，能有效实现心理工作关口前移，做到及时将学生心理问题扼杀在萌芽状态。

2. 线上与线下深度互通

以往高校心理健康教育工作仅停留于课堂教学中，这种单向的、缺乏互动式的宣传方式稍显枯燥，难以激发学生的学习兴趣，也难以让心理健康知识真正深入学生内心。因此，可充分利用现代科技手段，打造线上线下相结合的心理健康教育体系，实现心理知识普及全方位、多方面覆盖。在线上，可通过抖音、B站等平台，以短视频、直播、新媒体专栏为活动方式，开展生动有趣、互动性强的心理知识科普，包括高校学生心理发展特点、高校学生常见心理问题疾病等话题，全方位、多方式向学生普及心理健康知识，从而减少学生对心理疾病的病耻感和污名化，引导学生正视心理问题，提高学生心理自助能力。同时，还可利用开学季、考试季等特殊时间节点，开展线上访谈活动。通过邀请心理专家，就学生感兴趣的心理话题进行深入探讨，在互动中增强学生对于心理知识的兴趣，引导学生关注自身的心理健康，提

升学生心理健康水平。在线下,可通过举办心理专题讲座,帮助学生更好地认识自我,理解心理现象,了解常见的心理问题;通过开展心理团辅、心理沙龙,为学生提供安全、开放的交流环境,让学生在活动中倾诉自我、倾听他人,帮助学生缓解自身心理压力,增强学生的心理归属感、安全感。

3. 全员关注与个性追踪并行

每一个显性行为的背后都隐藏着一个隐性的心理问题。在推动心理健康教育高质量发展的过程中,需要关注每一位学生的心理状况。通过人工智能技术,心理教师可实现对每位学生心理状况的全面掌握与精准把握,做到底数清、情况明。同时,教师应清楚地意识到,每位学生的心理问题都有其独特性,针对不同的心理问题要“量身定做”解决方案,这就需要运用大数据对学生的心理问题进行分析,构建起学生个性化的心理健康画像,并根据学生的实际情况制定切实可行的追踪、干预方案,包括定期心理评估、个体咨询、危机干预等措施,以确保每位学生都能获得最适合、最有效的心理健康支持与服务。

4. 全员参与与协同合作相结合

做好新时代心理健康教育工作,需建立起学校-家庭-社会三方共同参与的心理健康教育体系,为学生打造一个全方位、多层次的心理健康防护网。学校作为教育工作的核心主体,应担任起心理健康教育工作的主要责任。通过引入人工智能技术,学校可搭建集交流、评估、反馈于一体的心理健康知识培训平台,配备专业水平高、素质能力强的心理老师为家长开展心理健康知识宣讲,让家长掌握科学的心理教育方法;家庭是学生心理健康的第一道防线,家长在掌握了基本的心理专业知识以后,要通过日常交流、情绪观察,了解学生的心理状态,恰如其分地给予学生关心与支持。同时,家长应与学校保持密切联系,互相分享学生的心理状态变化,共同制定个性化心理干预方案;社会作为学生心理健康的外部保障力量,要大力发挥其资源优势 and 系统支持作用。社会应形成关爱学生心理健康的良好氛围,通过媒体宣传、公益活动,提高社会大众对学生心理健康问题的关注度和认识度;最后,学生是自己心理健康的第一责任人,应更加关注自身的心理健康状况,主动学习并掌握专业的心理调适技巧,学会理解和调节自己的情绪。

结语

基于新质生产力视角开展心理健康教育工作是时代发展的必然要求,高校应顺应时代发展大势,将人工智能技术深入学生心理健康教育全过程、全环节。首先,依托人工智能技术,能提升心理问题筛查的效率与准确性,利用人工智能进行心理测评和数据分析,能更快速精准地识别出心理问题学生,及时给学生提供支持和帮助。其次,人工智能技术可以辅助心理老师进行心理问题的源头防治和过程疏导,通过分析学生的行为数据,可以为学生制定个性化的心理健康干预方案,为学生提供更具有针对性的建议。此外,高校在推进心理健康教育工作时,应有效整合各方力量,形成多方合力。总之,高校应树立“新质生产力”发展意识,贯通心理健康服务全流程,全方位保障学生心理健康。

尽管人工智能技术给学生提供了高效科学的心理健康支持服务,却始终无法代替心理老师提供的情绪价值、情感温度。如何平衡心理工作与人工智能的关系,使人工智能技术更好地为心理健康教育服务,是新质生产力背景下高校心理健康教育工作者需要深入思考的问题。

参考文献

- [1] 第一观察 | 习近平总书记首次提到“新质生产力”.新华网
- [2] 李书慧, 章耀文.教育数字化转型背景下中小学心理健康教育策略研究[J].中国现代教育装备, 2023, (22): 17-19+30.DOI: 10.13492/j.cnki.cmee.2023.22.001.
- [3] 姚琼, 张畅.数字化时代学生心理健康教育的机遇与挑战[J].教育文汇, 2024, (05): 8-11.
- [4] 崔倩倩.高校心理健康教育改革创新研究[J].公关世界, 2024, (11): 4-6.
- [5] 曾文峰, 余鸿璋, 张婷, 等.互联网背景下高校心理健康教育创新发展研究[J].西部素质教育, 2024, 10 (07): 1-4.DOI: 10.16681/j.cnki.wcqe.202407001.
- [6] 汪金英, 潘祖贤.新质生产力引领大学生劳动教育的价值意蕴与实践理路[J].郑州轻工业大学学报(社会科学版), 2024, 25 (04): 53-60.
- [7] 李丹, 李红, 刘颖.新质生产力背景下高校体育教育智慧化新发展研究[J].文体用品与科技, 2024, (15): 175-177.