

# 新质生产力背景下辅导员开展大学生心理健康教育工作的挑战与应对措施

王璐

西安培华学院 陕西西安 710000

**摘要:** 大学生心理健康教育是高校辅导员重要工作内容之一, 如何加强对大学生的心理健康教育值得深入探索, 本文研究旨在为相关辅导员开展心理健康教育工作提供一定参考资料, 促进高校心理健康教育工作提质增效。采用了文献资料法、调查分析法、行动研究法、归纳总结法等研究方法。新质生产力背景下辅导员开展大学生心理健康教育工作的挑战主要为: 开展线上心理健康教育模式的挑战、点对点心理健康教育工作的挑战、辅导员综合素养提升的挑战等; 可通过拓展新媒体心理健康教育渠道、打造优质线上心理健康教育内容、加强对大学生心理健康监测、开展点对点心理辅导、应用虚拟现实技术、加强辅导员综合素养等解决现有挑战。

**关键词:** 新质生产力; 高校辅导员; 心理健康教育; 挑战; 对策

## 引言

新质生产力具有数字化赋能、技术革命性突破等特征, 结合大学生心理健康教育而言, 主要体现在拓展新媒体途径、打造自媒体教育、实现点对点教育、虚拟现实技术应用等方面。在新质生产力背景下, 高校辅导员心理健康教育有了全新的解决方案与实践对策, 相关辅导员需要积极探索新质生产力在大学生心理健康教育中的体现与应用途径, 持续探索先进教法应用, 多方面提升对大学生心理健康教育工作的有效性、实效性, 尽职尽责完成心理健康教育工作, 意义重大。

## 一、新质生产力

新质生产力是由技术革命性突破、生产要素创新性配置和产业深度转型升级而催生的当代先进生产力, 是2023年9月习近平总书记在黑龙江考察调研期间首次提到的新的词汇。新质生产力通常有着数字技术赋能、治理能力现代化、生产要素创新配置、相关模式深度等特征。在大学生心理健康教育语境下的新质生产力, 则主要体现在新媒体教育、学生实情动态监测、点对点教育、虚拟场景体验等方面<sup>[1]</sup>。

**课题项目:** 2024年西安培华学院校级辅导员工作专项研究课题《新质生产力背景下辅导员开展大学生心理健康教育工作方法探究》(编号: PHFKT202417)。

**作者简介:** 王璐(1993-08—), 女, 汉族, 陕西省宝鸡市, 助教, 硕士研究生, 研究方向: 思想政治教育。

## 二、基于新质生产力加强对大学生心理健康教育的价值

随着时代的发展, 大学生心理健康问题日益严重, 大学生常见的心理健康问题包括: 躯体化、强迫症、焦虑、抑郁、恐惧、人际关系敏感、敌对、偏执、精神分裂、反社会等等, 是由个人、家庭、学校及社会环境等多因素共同作用形成的。比如部分学生因理想与现实产生矛盾, 在不健康的同学关系、舍友关系、两性关系中感到不舒心、压力巨大, 对就业感到压力、迷茫等, 因而产生焦虑情绪。

落实对大学生的心理健康教育意义重大, 是高校辅导员的重要工作内容之一。而新质生产力代表着技术、资源、模式的升级与创新, 意味着对大学生心理健康教育的路径、技术、模式的升级与创新, 为大学生心理健康教育提供了全新的解决方案与实践对策。相关辅导员积极探索新质生产力的内涵及其在大学生心理健康教育中的应用, 让心理健康教育更加深入、更有针对性、方式更加多元化, 提升大学生心理健康教育的深度与广度, 真正实现心理健康教育“入脑入心”, 才能全面提升高校辅导员心理健康教育工作的有效性<sup>[2]</sup>。

## 三、新质生产力背景下辅导员开展大学生心理健康教育的挑战

### (一) 开展线上心理健康教育的挑战

新质生产力背景下, 数字化治理方式、教育途径的拓展与创新, 是高校大学生心理健康教育的必然发展方向, 同时, 开展线上心理健康教育, 对高校辅导员来说

也是一次重大的工作挑战。就现状而言,部分高校辅导员对线上心理健康教育的重视程度不足,未能及时拓展线上心理健康教育途径,或者在制定线上心理健康教育内容时做得太过“官方”,内容教育性强但趣味性弱,知识灌输多但启发性弱,导致线上心理健康教育的实效性也会有所不足。

### (二) 点对点心理健康教育工作面临的挑战

新质生产力背景下,提倡对大学生心理健康教育从点对点教育发展成点对点教育,从而提升对大学生心理健康教育的深度,但说起来简单做起来却难,如何构建点对点心理健康教育工作,是高校辅导员开展大学生心理健康教育的又一个挑战。高校辅导员的精力与时间有限,难以对所有学生展开点对点教育,因此,发现存在特殊舆情的学生,分辨存在心理健康问题或隐患的学生,是实现点对点心理健康教育的关键一环。

### (三) 先进技术应用面临的挑战

一些先进技术的应用,如大数据技术、人工智能技术在学生心理健康舆情方面的监测,以及虚拟现实技术在学生心理康养方面的应用,可增强大学生心理健康教育的有效性。目前先进技术应用仍面临一些挑战,主要在于建设成本较高、相关工作模式不成熟的问题。

### (四) 辅导员综合素养提升的挑战

新质生产力背景下,逐渐形成依托新媒体、大数据、虚拟现实技术等开展心理健康教育的新教育生态,需要辅导员提升综合素养,掌握通过新媒体平台开展心理健康教育工作的技巧,掌握与学生一对一共情谈话的艺术,掌握利用虚拟现实技术等先进技术开展心理健康教育的方法等。这对于辅导员也是一个不小的挑战<sup>[3]</sup>。

## 四、新质生产力背景下辅导员开展大学生心理健康教育的对策

### (一) 健全线上心理健康教育模式

第一,拓展新媒体心理健康教育途径。在新质生产力背景下,最显著的特征就在于新媒体教育渠道的开辟与应用,对于大学生心理健康教育工作而言,新媒体教育渠道的开辟与应用,为大学生心理健康教育提供另一条途径,切实增加对大学生心理健康教育的“触点”,让学生做到随时随地学习、体验、感悟,无时无刻不受到正能量影响。并且,新媒体内容的直观性、体验性特点,也能够让学生获得更丰富、沉浸式的心理健康教育体验,比常规的说教形式更能引发学生内心情感共鸣,心理健康教育的效果也就会更加出色。因此高校辅导员应积极拓展心理健康教育新媒体途径,并做好引流,吸引学生

关注并发言,渗透心理健康教育,潜移默化影响学生健康成长。在新媒体平台辅导员也可开拓“论坛”模式,引入心理健康教育话题或者社会热点时事,引发学生讨论或点赞,形成师生之间思想碰撞、智慧交流的生动场景。

第二,打造优质线上心理健康教育内容。在拓展新媒体心理健康教育途径的基础上,辅导员也需要打造优质的线上心理健康教育内容,增强线上心理健康教育的吸引力、感染力和说服力,真正引发学生情感共鸣。辅导员可选取一些有价值的心理健康教育视频,比如上传纪录片《人生七年》,视频《我们如何对抗抑郁》《幸福实验室》、BBC高分纪录片《压力的真相:实用减压技巧》,德国治愈系动画《如果你有个被鼓励的童年》等,这些心理健康教育视频故事简单但内涵深远,较好地向学生普及心理健康知识,激发学生的内心积极能量。辅导员也可将学生成长动态上传到线上空间,比如上传学生参与学校体育运动、志愿服务、社会劳动、社团活动及舞台表演等活动的精彩瞬间,让学生感受生活之美好、活动之趣味、同伴之帮助,渐渐地也会增强学生内心积极情绪,让学生不再感到孤独、恐惧、焦虑等。辅导员也可将一些典型的心理健康问题案例或原因引入线上心理健康教育空间,比如将宿舍矛盾、两性交友、恐惧就业、迷茫未来、家庭问题等内容作为重点,选出典型案例,让学生认识心理健康问题的各类现象与原因,并向学生教导解决现实问题、提升心理适应能力、情绪管理能力的方法<sup>[4]</sup>。

与此同时,在自媒体时代下,人人都是信息的制作人、获取者和传播者,因此,高校辅导员也可组织学生参与拍摄心理健康教育小视频,学生可以在大主题下自主拟题、创作,设计故事与场景,选择道具,进行分工,然后一步步拍摄、剪辑制作出新媒体心理健康教育微视频。这一过程学生将获得沉浸式的体验,心理健康教育的效果也会更加出众。

### (二) 利用大数据技术加强对大学生心理健康监测及实现点对点教育

第一,在大众媒体时代,新媒体平台因其自由性成为人们日常交流与发表个人想法的平台,也能够更充分地体现学生的心理状态。因此,高校辅导员通过大数据技术、人工智能技术应用,将校园各级微信、微博、抖音、快手、小红书、B站等学生聚集的网络平台进行整合,对关键数据进行采集,并基于智能化技术生成学生心理健康画像,让辅导员能够了解学生,抓住学生的政治态度、立场观点等内容,从复杂的网络舆情中窥探学

生内心的独白，密切关注学生的核心诉求。以及，高校辅导员通过网络联系授课辅导员、联系家长、联系班委等，多方及时交换学生有关于心理健康状况的信息，对存在特殊舆情的学生重点关注，敏锐捕捉存在心理健康问题类型与原因。或者，在线上心理健康咨询室，辅导员对来访学生谈话，找到存在心理健康问题或存在隐性隐患的学生，学生参与线下心理健康咨询室通常会在心理上放不开，害怕受到教师或同学的歧视，而在线上较为私密的空间学生往往会更加大胆地吐露心扉。总之，基于大数据技术，通过各项渠道，辅导员加强对学生的心理健康监测，快速找到存在心理健康问题或存在隐性隐患的学生，后续对他们可进行针对性教育，提升心理健康教育的深入性。

第二，利用媒体互动功能开展点对点心理辅导。从点对点教育发展到点对点教育，将实现心理健康教育模式的升级与创新，让心理健康教育工作更加先进、更有深度，也是新质生产力在高校辅导员心理健康教育工作中的应用体现之一。传统模式中，辅导员的精力与时间也有限，难以对所有学生展开点对点心理辅导，而通过大数据技术、人工智能技术等对学生进行心理健康监测，寻找到已存在心理健康问题或者存在潜在隐患的学生，可便于辅导员与他们进行一对一共情谈话，指引他们了解自身心理健康问题或隐患，帮助他们制定纾解心理压力、增强心理适应能力、落实情绪控制的措施，来促使学生养成良好的心理品质，减轻学生心理压力，从而缓解学生的心理健康问题、打消隐患。在此之后，辅导员对这些存在心理健康问题或隐患的学生进行持续性关注与观察，了解学生的心理状态变化，直至学生解决心理健康问题<sup>[5]</sup>。

### （三）应用虚拟现实技术创新心理健康教育方式

伴随着技术的飞速发展，一些先进技术应用可以创新心理健康教育的方式，带给学生更丰富、更美妙的心理康养体验。运用虚拟现实（VR）和增强现实（AR）技术就是其中之一，是心理健康教育领域的新质生产力之一，高校应积极配置相关技术硬软件，有条件支持下，高校辅导也可应用虚拟现实技术来创新对大学生的心理健康教育。比如，利用虚拟现实技术打造“文化+”心理康养场景，打造沉浸式文化体验空间，学生仿佛穿越时空，亲身感受历史名人的个人魅力，感受文化艺术作品的独特内涵，以文化润人，来增强学生的心理适应能力、调节能力等，缓解学生的心理问题。再比如，利用虚拟现实技术构建“森林+”心理康养场景，学生进入虚拟空间，仿佛漫步在森林之中，观看花草树木等自

然事物，聆听风声、雨声、鸟鸣声、水流声等自然声音，感受生命的律动，得到内心安宁<sup>[6]</sup>。

### （四）提升辅导员综合素养支持新质生产力落地

新质生产力背景下，大学生心理健康教育的方式方法将随之创新，这就需要高校辅导员具备数字素养、创新素养、心理健康教育素养等综合素养，掌握通过新媒体平台开展心理健康教育工作的技巧，掌握与学生一对一共情谈话的艺术，掌握利用虚拟现实技术等先进技术开展心理健康教育的方法等等。因此，高校需要持续加强对辅导员综合素养的培养，通过组织校本培训或教研活动等，将新质生产力背景下的大学生心理健康教育新方法、新模式传输给辅导员，持续提升高校辅导员的综合素养，支持心理健康教育新质生产力落到实处。

### 结束语

综上所述，在新质生产力背景下，辅导员开展大学生心理健康教育的方法与途径在不断变化，有助于提升心理健康教育的有效性。辅导员应积极探索新质生产力在大学生心理健康教育中的应用，围绕新媒体心理健康教育、学生心理健康状态监测、点对点教育、构建虚拟化心理康养场景等方面展开创新，多措并举，提升心理健康教育的有效性。

### 参考文献

- [1] 李燕, 李玲. 数字技术赋能听障大学生心理健康教育的作用机理、现实困境与行动路径[J]. 中国特殊教育, 2024, (11): 3-9.
- [2] 董旭冉. 新媒体背景下大学生媒介素养与心理健康教育探究——评《新媒体时代下高校思想政治及心理健康教育研究》[J]. 传媒, 2024, (20): 99-100.
- [3] 玛丽亚·玉素甫江. 新时代高校大学生网络育人创新模式研究——以心理健康教育为例[J]. 华章, 2024, (10): 123-125.
- [4] 孙继红. 大学生心理健康教育的数字化转型：线上平台的整合应用与挑战[J]. 黑龙江医学, 2024, 48(17): 2143-2145.
- [5] 刘子斌. 微信公众号在高校大学生心理健康教育平台构建中的应用[J]. 山西青年, 2024, (16): 115-117.
- [6] 吴爱梅, 陈森. 基于元宇宙环境下大学生心理健康教育课程改革与实践探索——以福州软件职业技术学院为例[J]. 太原城市职业技术学院学报, 2024, (09): 162-164.