

“三全育人”视域下大学生心理健康教育新路径分析

孙方姣

江苏师范大学文学院 江苏 徐州 221132

摘要:“三全育人”即全员育人、全程育人、全方位育人。随着心理健康教育在全球范围内受到越来越多的重视,中国高校在“三全育人”指导思想下,不断探索并创新心理健康教育模式。本文在分析当前高校心理育人工作问题的基础上,从建立专业队伍、融合教学内容、完善评估机制、强化社会合作以及创新教育平台五个方面,探索“三全育人”背景下高校心理健康教育模式创新对策。

关键词:三全育人;大学生心理健康;教育创新

引言:

高校学生在面对竞争激烈的学习环境、复杂的人际关系以及未来职业规划的压力下,心理问题频发,亟需有效的教育干预支持。这种背景下,高校应构建符合“三全育人”教育方针的心理健康教育体系,推动教育政策的改革以及教学实践的革新,解决师生比例失衡的问题,并创新教育模式,以更好地满足学生的心理健康需求。

一、“三全育人”背景下高校心理育人工作存在的问题

心理健康教育的专职师资不足是一个突出的问题。大多数高等教育机构面临教师与学生的比例失衡,导致不能为日益增长的心理健康需求提供充分的支持。此外,由于大部分大学生成长的背景差异,如独生子女现象、家庭教育的缺失及早期教育的不足,学生在心理发展上出现了诸多问题。这些学生在未接受充分的心理教育与辅导的情况下,进入高校后面临着更复杂的社交环境与学习压力,往往难以自我调适。心理教育课程的设置在很多学校中更多是形式化地处理,缺乏针对性及实效性,进一步削弱了心理教育的实际效益。课程内容往往脱离学生的真实需求,无法触及学生实际面临的心理困扰,从而导致教育成效不佳。加之,心理健康问题的认识普及程度不足,许多学生在问题严重到影响学业甚至生命安全之前,往往不会主动寻求帮助,反映出高校在提升学生心理咨询意识方面存在明显短板。在此情况下,即便是提供了辅导资源,学生的利用率也可能不高。高校中除了专职心理教师的培训不足,其他任课教师和管理人员在心理教育方面同样缺乏必要的知识及训练,这使得其在面对学生心理问题时,往往采取不恰当的应对措施,有时甚至加重学生的心理负担。而整体的教育管理部门在参与心理育人工作时缺乏积极性,也影响了心理教育整体策略的实施效果。

二、“三全育人”背景下高校心理健康教育模式创新对策

(一) 建立专业队伍,提升教育质量

高校需进行针对性的培训计划与专业资格认证,

确立教师在心理健康领域的权威性,赋予其专业能力,从而在学生心理发展与教育中发挥核心作用。此外,高校应激励教师持续进修学习,深化其心理学理论与实践技能,使教育内容与方法与时俱进,适应学生日益多样化的心理需求。专业化的心理教育团队还须具备跨学科的知识结构,在处理复杂的学生心理问题时,能提供多角度的解决策略与支持。教师参与定期的心理健康研讨与案例分析会,能够相互学习,共同进步,不断优化教育策略,形成有效的教育支持系统,提升教师解决问题的能力,增强学生对心理健康重要性的认识与自我调节的能力。高校构建专业的心理健康教育队伍,能够为学生创建一个包容性强、理解力深、支持性全面的学习环境。在此环境下,学生能够获得必要的心理支持,有效应对学习与生活中的挑战,促进其整体健康与个人潜力的发展。例如,高校应从碎片化的培训内容转向系统化的发展路径,以国家三级或二级心理咨询师考试的标准课程,建立一套完整的覆盖心理学理论以及面对心理问题应对策略的教师心理培训体系。高校需重新定义心理健康教师的角色,从传统“大而全”的工作模式中解构出专门负责心理育人的“专而精”的心理辅导员,专注于学生心理健康的维护。此外,高校还应组建辅导员心理支持团体小组,定期召开团队会议,使心理健康教师交流工作经验,讨论职业中遇到的困难,互相提供支持,从而提升职业认同感。

(二) 融合教学内容,优化学习体验

高校在推行心理健康教育时,必须将相关教育内容与课程教学及校园活动无缝融合,使学生能在自然而富有吸引力的学习过程中,逐步接触并深入理解心理健

康的重要性。教师将心理健康教育与学科知识相结合,能够有效植入心理健康概念,使学生在科学、文学、艺术等传统学科的同时,增强心理疏导能力。此种教育模式下,心理健康教育不再是孤立、单一的课程,而是融入学生的课程体系及日常活动之中,成为其学习生活的一部分。学生在探讨历史事件、解决数学问题或参与体育活动时,同样能够学习表达情感,处理人际关系,有效地将理论知识与实际生活相结合,增强学习的实用性。心理健康教育的普及深入,使学生在校园中的心理健康意识逐渐提升,从而促进校园文化向更加健康、支持性的方向发展。学生参与设计并执行心理健康相关的校园活动,能够实践所学的心理策略并在活动中发展领导力及团队协作能力。高校整合心理健康教育与各学科活动,能够创造一个全面支持学生发展的教育环境,促使学生能够在各方面获得平衡发展。

根据上述理论,教师需在课程开始时明确地将心理健康教育的目标和内容融入课程大纲,使学生了解心理健康教育与本课程内容的关联性。例如,在教授文学课程时,教师可以引导学生探讨文学作品中人物的心理动态,讨论这些心理特征与现实生活中人类行为的联系,进而引入关于情感管理和人际交往的心理健康概念。接着,教师会组织互动讨论和案例分析活动,让学生在实际的学习过程中应用心理理论,分析真实或虚构的心理健康案例,使学生深入理解应用心理学知识解决具体问题的方式。此外,教师还利用在线讨论板、视频案例和模拟心理咨询会话等现代技术手段,增加课程的互动性。在课程结束阶段,教师安排学生设计并实施针对校园内外的心理健康促进项目,使学生实际参与到心理健康教育中,从而深化对心理健康重要性的认识,并在实际活动中培养领导力。

(三) 完善评估机制,确保教育效果

高校建立科学的评估体系,能够精确监控心理健康教育的实施过程及成效,从而根据学生的反馈调整教育内容方法。这种评估机制先要明确评估的目标和标准,提升学生心理健康水平、增强心理问题应对能力以及提高心理教育课程的实际应用效果。高校定期收集师生以及心理咨询专业人员的反馈,得以分析心理健康教育在不同维度的成效,识别存在的问题以及潜在的改进空间。这些数据将支持高校对心理教育课程进行科学的量化分析,进而使得课程内容更加贴近学生实际需要,更具针对性和实效性。同时,评估机制的建立还应涵盖教学过程中的形成性评估和总结性评估,使教育活动能在执行过程中得到及时调整,并在活动结束后总结经验、提炼教训。评估结果的透明化和公开化也极为重要,可以增加教育活动的透明度,提高师生对心理健康教育价值的认可度。透明的评估结果能够激发学校内部持续改进心

理健康教育的动力,构建开放的反馈环境,促进师生共同参与到心理健康教育的改进优化中来。

例如,教师需要明确评估的具体目标并设计包含定量与定性指标的评估工具,如心理健康问卷、学生日常表现的观察记录以及心理咨询反馈表等。这些工具将在课程开始、中期和结束时使用,以收集数据进行形成性和总结性评估。在教学过程中,教师组织小组讨论、角色扮演和案例分析等多种教学活动,使学生能在互动中应用心理健康知识。教师将在这些活动中观察学生的参与度、讨论的深度以及应用知识的能力,这些直接反馈将作为评估学生心理健康理解程度的依据。进一步,教师定期邀请心理健康专业人员参与教学,同时协助进行学生心理健康状况的评估,保证教学内容的专业性和实际效果。教师还利用超星学习通或腾讯课堂等在线教学平台,发布课程材料、作业和心理健康自测工具等信息技术,使学生用这些在线资源进行自我学习评估,例如,教师可以向“超星学习通”上传关于心理健康的视频教程,设计相关的在线测验,帮助学生在理论学习与实践操作中找到平衡。此外,这些平台通常有心理健康问卷和情绪自评量表等心理健康自我评估工具,学生可以用这些工具对自己的心理状态进行定期自测,从而及时发现并处理可能的心理健康问题。教师将定期公布评估结果以及教学改进计划,让学生了解学习进度和未来的学习方向,激励学生更主动地参与到心理健康学习中来。在课程结束时,教师将组织一次全面的评估反馈会议,邀请师生及心理专家共同参与。

(四) 强化社会合作,拓展教育资源

高校建立与家庭和社会的密切合作关系,能够有效地整合扩充心理健康教育资源,从而为学生提供全方位的心理支持环境。家庭作为学生成长的第一环境,其在心理健康教育中的作用不容忽视。高校应与家庭建立沟通机制,定期向家长提供心理健康教育的培训,帮助家长理解心理健康的重要性,培养家长在家庭中进行心理支持的能力。此外,家长的反馈能使高校更准确地把握学生的心理状态,从而调整校内心理健康教育的策略内容。社会资源的整合则涉及地方政府部门、非政府组织、心理健康专业机构等多个层面,高校可以与这些机构合作,共同开发心理健康教育项目,共享专业人员和科研资源。例如,高校可以邀请心理健康领域的专家举办讲座和研讨,或者与专业机构共同开展心理健康的社区服务项目,使学生在参与中增强心理自我保护意识及处理问题的能力。高校可以构建一个多元化的支持网络,建立与社区心理咨询中心、社会心理工作室以及医院心理门诊中心的合作关系,积极引入外部专业资源。例如组建专业的“公益心理团队”,开通“7×24小时”心理服务热线,为学生提供连续不断的心理支持服务,

或与心理健康卫生中心合作,定期在校园内开展心理危机评估。此外,高校需深化与家庭的合作,以现代通信平台如微信和QQ搭建家校沟通渠道,及时分享学生的心理波动情况。高校还应定期组织家长座谈会或团体辅导活动,转变家长对心理健康教育的认知误区,提供家庭教育力量的参与,并指导家长如何有效地与子女进行沟通交流。

(五) 创新教育平台,促进全面发展

高校构建在线心理健康教育平台,能够提供随时可访问的心理健康咨询服务,有效扩展教育的时空界限,增加学生接触并利用心理健康资源的便利性。在线平台集成视频课程、实时讨论论坛、虚拟咨询室及自助工具包等多种教育和互动工具,为学生提供了一个互动性强、反馈及时的学习环境。学生使用在线平台,能够在需要时寻求专业的心理支持,同时也可以在日常学习中不断增加心理知识的积累。平台的互动性设计使得学生可以在讨论区和同伴、教师以及心理专家进行实时交流,有助于即时解决疑问,还能在交流中提升其社交技能和团队协作能力。此外,虚拟心理咨询为学生提供了更为私密的沟通环境,使其能在保护隐私的前提下,开展深入的心理探讨,有效提升咨询的接受度。在线心理健康教

育平台的使用,能帮助教师监控并评估心理健康教育的效果,实现教育资源的优化配置。教师可以根据学生使用平台的行为和反馈调整教学内容,更精确地满足学生多样化的需求。

例如,高校先开发并部署一个包含视频课程、实时讨论论坛、虚拟咨询室及自助工具包的综合在线平台,整合各种互动和反馈工具,作为学习管理系统,保证学生能够在适当的环境中学习心理健康知识。教师可以在其中设计视频课程,提供从基础心理知识到复杂情感问题的处理方法。学生在实时讨论论坛和虚拟咨询室中,得以有机会向心理健康专家或教师提问并获得即时反馈。在教学过程中,教师定期监控学生的活动记录,评估其学习进展,了解哪些教学方法有效,哪些需要调整,从而持续优化课程内容和教学策略。教师还定期组织线上座谈会,讨论学生在学习心理健康过程中遇到的问题,为学生提供表达自己观点的平台,也帮助教师收集反馈,进一步改进平台的功能及教学内容。此外,平台的虚拟咨询室需要提供完全保密的环境,让学生可以在其中与认证心理咨询师进行一对一交流,保证隐私,增强其对平台的信任。

结束语:

在“三全育人”的视域下,高校心理健康教育的新路径不仅包括加强师资队伍建设,整合课程内容,而且涉及评估机制的完善以及与社会各界的广泛合作。这些策略共同作用,形成一个全面多元且互动的教育模式,旨在为学生提供一个支持性强、覆盖全面的心理健康支持环境。这样的教育模式使学生在学术上得到成长的同时,更在心理素质上得到显著提升,能够更好地面对未来的挑战。

参考文献:

- [1] 周蕴智. 三全育人视域下大学生家校协同心理危机干预工作的困境与对策 [J]. 公关世界, 2024, (05): 81-83.
- [2] 罗正翠. 高职院校心理育人融入“三全育人”机制研究——以大学生心理危机干预为例 [J]. 科教导刊, 2024, (09): 135-137.
- [3] 倪志红. “三全育人”背景下大学生心理健康教育模式研究 [J]. 中国学校卫生, 2024, 45(02): 312-313.
- [4] 荆伟伟, 王旭. “三全育人”视域下高校心理育人工作路径 [J]. 山西青年, 2023, (16): 190-192.

作者简介: 孙方姣 (1990.12-), 女, 汉, 江苏徐州人, 硕士, 助理研究员, 研究方向为高校学生心理教育。