

关于高职院校心理健康教育工作中的浅思

——以陕西省汉中市某职业院校为例

贾镛

汉中职业技术学院

DOI:10.12238/er.v4i4.3773

[摘要] 近年来,在国家大力发展职业院校教育的优势下,高职学生人数屡创新高。面对学生人数剧增,以及青春期心理因素不稳定的双重影响,给目前高职院校在心理健康工作带来不小的挑战。笔者结合自身工作经验,对高职院校中现行的心理健康工作进行分析和探索,从中发现问题,并提出相应的改进措施,以便能够在今后的职业院校心理健康工作中发挥一定的理论指导作用。

[关键词] 高职院校; 心理健康; 教育工作

中图分类号: G40-05 **文献标识码:** A

高等职业教育是我国教育事业中的重要组成部分,肩负着为国家输送专业型高素质人才的重任。而心理健康逐渐成为衡量专业型高素质人才的重要标准。随着国家的大力支持以及相关政策的出台,我国职业教育发展速度不断加快,学生入学屡创新高。与此同时,高职学生正处于青春期的重要阶段,心理发展正处于由不成熟向成熟阶段转变的重要过程中,在同时面临学业压力、生活压力、环境适应、人际交往等现实问题时,容易引发心理危机的产生。随着近年来高职院校学生心理危机事件的频发,学生的心理健康状况逐渐受到了国家和社会的广泛关注,不论是从硬件设施、师资力量方面都有着相应的要求和标准。但是由于学校以及学生个体的差异性,不能将心理健康工作一概而论,在进行高职院校实际心理健康教育工作中,应当关注高职生独特的心理特征,针对其特性制定恰当的心理健康教育方案,这样才能切实提高心理健康教育的实效性。笔者根据自身实际工作经验对以往在高职院校心理健康工作中的问题进行总结归纳,并提出相应的改善措施,希望为同仁们在今后的心理健康工作带来一些启发。

1 高职院校在实际心理健康工作中的问题

1.1 心理健康教师队伍师资力量薄弱

首先,在教师学历方面,高职院校与普通本科院校存在一定的差异性。本科院校在教师招聘时其标准多为心理健康教育相关专业博士及以上学历,相应的心理健康教育方面的教师拥有较高的学历以及丰富的求学经历。而在高职类院校的教师招聘中,多数要求教师拥有硕士及以上学历,学历条件相对较低,师资力量相对较为薄弱。其次,邱开金,周晓玲对六省42所高职院校的调查显示,在177名心理健康教育教师中,只有78人具有心理学专业背景,仅占总人数的44.1%。这一数据表示着,高职院校中具有专业心理健康教育背景的教师人数还有待提升。再次,随着国家对于职业类教育的大力支持,高职院校学生人数剧增,导致师生比严重失调,因此在开展工作的过程中,心理健康专兼职教师经常会超负荷运转,工作压力较大,不仅仅要面对学生大批量的咨询需求,同时还要策划各类心育活动,由于人手少,工作量大,在实际工作中难免会出现力不从心,工作效率下降等现象。最后,多数学校虽然

在全校设置了心理咨询中心及专业的心理健康教师,但是各二级学院还未全面配备心理辅导站,缺乏专业的心理健康教师,仅仅依靠拥有国家心理咨询师证的辅导员作为心理辅导教师是远远不够的。

1.2 心理健康相关活动缺乏实效性

为呼吁全国高校大学生关注自身心理健康,关爱自身健康成长,2004年,我国设立5·25全国大学生心理健康日,其初衷在于提醒大学生“珍惜生命,关爱自己”。近年来,各高校以5·25全国大学生心理健康日以及10月10日世界精神卫生日为契机,开展各类心理育人活动,旨在广泛宣传心理健康知识,科普心理健康常识,呼吁更多大学生关注自身心理健康状况,避免心理危机事件以及心理异常现象的发生。全国各高校也相继在每年五月开展心理健康教育月活动,其中包括心理征文,心理漫画,心理情景剧,手语操,心理健康微视频,心理健康知识讲座等各类活动,起到以节日为契机,以活动为依托,提升大学生对心理健康知识的关注度。参考笔者所在的高校,心理健康知识讲座参与人数每场仅500人次,一年集中开展讲座4次,总覆盖人数2000余人,只占全校在校生的四分之一。

在心理漫画、心理征文等活动中,参与人数100余人次。学院心理线上宣传平台关注人数1200人次,每篇推文阅读量仅在200人次左右。通过以上数据,不难发现我校心理健康教育的覆盖面远达不到全覆盖的要求。与此同时,活动的开展并未很清晰的将高职院校的心理健康教育特点体现出来,对于心理健康活动的举办仅停留在举办活动的基础上,甚至参与活动的学生并不了解心理健康活动月是什么,更不清楚参加心理健康活动的意义。

2 高职院校在实际心理健康工作中的改进措施

2.1 加大力度引进专职心理教师及兼职心理辅导员

心理健康教育要提升实效性,心理健康教师队伍的建设至关重要,因此要不断加强教师队伍的建设和提升。首先要保证心理健康教育专职教师的人数符合一定的师生配比。在陕西省心理健康教育工作建设标准中对专职心理教师的界定为:在高校专职开展大学生心理健康知识教育、宣传活动、咨询服务和危机干预工作的组织者、实施者和指导者,其编制在学校大学生心理健康教育与咨询中心,属于思想政治工作队伍的组成部分,不含心理学、教育学、医学等学科专任教师。其次,对于之前编制和岗位界定模糊的要进行清楚的划分和调配,对于新引进的专职心理教师在岗位设置时要符合以上的标准。最后,要重视对二级学院兼职心理辅导员的配备和培养培训,充分发挥心理健康教育工作四级网络的作用,不能出现工作网络断层现象,使专、兼职心理教师与各二级学院兼职心理辅导员的工作形成有效合力,共同推进心理健康教育工作的发展。

2.2 重视家校联动,发展朋辈互助群体

强化家校育人合力,形成家校联动机制,通过家长会、家访、通话、网络宣传等方式定期面向家长普及心理健康教育知识,引导家长树立正确教育观,改善家长因不了解、不在乎而忽略孩子的心理健康状况,呼吁家长以健康和谐的家庭环境影响学生,有效提升心理健康教育实效。在学生自身方面,充分发挥其主体作用,对班级心理委员、院学生会心理部成员、心理社团学生等朋辈互助群体,定期进行系统性的培训,从朋辈心理辅导者选拔、培训到日常事务分配、管理以及奖惩、考评、保密体系都要有明确的章程和制度,不断提高朋辈互助群体的规范性、专业性,增强朋辈心理辅导的信服力;支持学生成立心理社团,开展心理健康教育活动,增长心理健康知识,形成心理健康自助互助良好氛围。同时将学生进行心理健康教育的有关社会实践、志愿服务、社团建设纳入学生评优评先考核量化指标中。

2.3 规范心理健康教育课程的教育教学,加强相应的科学研究工作

把心理健康教育课程纳入学院整体教学计划,规范课程设置,对新生开设“32-36学时(理论课+实践课)”的心理健康教育公共必修课或必选课。教学内容符合教育部相关文件规定,任课教师为专、兼职心理教师或是持有专业资质的思政课教师,有专门的教学大纲,教学内容规范,教学形式丰富,课堂教学效果稳步提高,教学质量不断提升。在科研项目方面,鼓励专兼职心理教师、学生管理团队、辅导员对心理健康工作多做研究探索,不断弥补高职院校心理健康教育的缺失,形成一套对高职院校

心理健康工作有针对性,并且行之有效的体系。

综上所述,心理健康教育工作逐渐成为高校育人工作中的焦点,我国大学生心理健康教育工作仍在不断探索新的路径。伴随着近年来国家飞速发展,生活、学习、工作等各方面压力接踵而至,高职院校作为近年来国家大力支持发展的对象,正在面临着人数剧增与学生心理健康问题日益突出的双重挑战。掌握高职院校学生心理健康教育工作的特征,提升学校、家庭、学生对于心理健康教育的重视度,壮大心理专兼职教师的师资队伍,改善心理健康教育工作环境,提升高职院校心理健康教育工作的实效性显得迫在眉睫。笔者根据自身工作经验,结合所在学校实际情况,从高职院校在实际心理健康工作中的问题以及应对措施两个方面进行了研究和探索,希望能对今后高职院校心理健康教育的同仁们提供一点工作思路,为心理健康教育工作做出一点应有的贡献。

[参考文献]

[1]王浩,俞国良.高职院校心理健康教育的现状与对策研究[J].中国职业技术教育,2016,(02):10-14.

[2]中共教育部党组关于统筹做好教育系统新冠肺炎疫情防控和教育改革发展工作的通知[J].中华人民共和国教育部公报,2020,(Z1):14-17.

[3]单园.浅谈高职院校心理健康教育工作中思考[J].农家参谋,2020,660(13):293-294.

作者简介:

贾镛(1991--),男,汉族,陕西省汉中市人,硕士研究生,助教,汉中职业技术学院,研究方向:学生日常管理,心理健康教育。