

Thinking on the Path to Improve the Quality of Mental Health Education in Colleges and Universities under the Perspective of “Great Ideological and Politics”

Junming Ma Huaipeng Shi

Shandong City Construction Vocational College, Jinan, Shandong, 250000, China

Abstract

This paper discusses the importance of improving the quality of mental health education in colleges and universities under the perspective of great ideological and political affairs, analyzes the current situation of mental health education in colleges and universities, and puts forward the specific path of quality improvement. The research pointed out that the integration of ideological and political concepts, the construction of a comprehensive mental health education system is to build a comprehensive mental health education system, optimize the curriculum to enhance the pertinence and effectiveness, strengthen the construction of teachers to improve the professional quality of teachers, and strengthen the home-school cooperation to build a support system. The implementation of these paths will help to promote the all-round development and healthy growth of the students.

Keywords

big ideological and political vision; college mental health education; quality improvement; education system

“大思政”视域下高校心理健康教育质量提升路径思考

马骏明 石怀鹏

山东城市建设职业学院, 中国·山东 济南 250000

摘 要

论文探讨了在大思政视域下提升高校心理健康教育质量的重要性, 分析了当前高校心理健康教育的现状, 并在此基础上提出了质量提升的具体路径。该研究指出, 融合大思政理念、构建全面的心理健康教育体系, 优化课程设置以增强针对性和实效性, 加强师资队伍建设和提升教师专业素养, 以及加强家校合作构建支持系统, 是提升高校心理健康教育质量的关键措施。这些路径的实施将有助于促进学生的全面发展和健康成长。

关键词

大思政视域; 高校心理健康教育; 质量提升; 教育体系

1 引言

在当今社会快速发展的背景下, 高校作为培养高素质人才的重要阵地, 其心理健康教育的质量直接关系到学生的全面发展和社会适应能力。大思政视域下, 高校心理健康教育不再仅仅局限于个体心理问题的干预与解决, 而是更加注重培养学生的心理健康意识、自我调适能力和社会责任感。然而, 面对日益复杂的社会环境和学生多元化的心理需求, 高校心理健康教育仍面临诸多挑战, 如教育理念滞后、教育资源分配不均、师资队伍力量薄弱等。因此, 探索大思政视域下高校心理健康教育质量提升的有效路径, 不仅有助于提升学生的心理素质, 更是推动高等教育内涵式发展、培养德

智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人的必然要求。

2 提升高校心理健康教育质量的重要性

随着社会的快速发展和变革, 大学生面临着前所未有的压力和挑战, 如学业压力、就业压力、人际关系压力等, 这些压力若不能得到及时有效的缓解, 很容易引发各种心理问题, 甚至导致心理疾病的产生。高校必须高度重视心理健康教育, 通过提供专业的心理咨询、开设心理健康教育课程、组织心理健康活动等方式, 帮助学生掌握应对压力和挑战的方法, 提升他们的心理承受能力和自我调节能力。在人的全面发展过程中, 一个拥有健康心理的人, 才能更好地发挥自己的潜能, 实现自我价值。高校作为培养高素质人才的重要场所, 必须注重学生的心理健康教育, 以多样化的教育方式和手段, 提升学生的心理素质, 培养其自信心、责任感和团队合作精神。立德树人是教育的根本任务, 也是高校教育的

【作者简介】马骏明(1990-), 女, 中国山东济南人, 硕士, 讲师, 从事大学生心理咨询研究。

核心使命。学生在心理健康教育中,可更加深入地了解自我,认识自己的优点和不足,从而树立正确的世界观、人生观和价值观,心理健康教育还能帮助学生学会尊重他人、理解他人、关爱他人,培养学生社会责任感和公民意识。

3 大思政视域下高校心理健康教育的现状分析

从理念层面来看,大思政视域下的高校心理健康教育正逐步从传统的“问题导向”向“发展导向”转变。在过去,心理健康教育往往更多地关注于解决学生的心理问题,如抑郁、焦虑等,而忽视了对学生积极心理品质的培养。然而,随着教育理念的不断更新,越来越多的高校开始意识到,心理健康教育不仅仅是解决心理问题,更重要的是培养学生的积极心态、自我调适能力和社会责任感。然而,在资源层面,高校心理健康教育仍面临资源分配不均、投入不足的问题。一方面,部分高校对心理健康教育的重视程度不够,导致心理健康教育资源匮乏,无法满足学生的实际需求。另一方面,即使一些高校投入了一定的资源,但由于缺乏科学的规划和有效的管理,这些资源往往没有得到充分利用。心理健康教育资源的分配也存在不均衡的问题,一些地区、一些学校心理健康教育资源相对丰富,而另一些地区、一些学校则相对匮乏。

在师资层面,许多高校的心理健康教育教师数量不足,且专业素质参差不齐。一些教师缺乏系统的心理学知识和实践经验,难以提供高质量的心理健康教育服务,由于心理健康教育在部分高校中仍处于边缘地位,导致心理健康教育教师的职业发展路径不明确,工作积极性不高。在课程层面,高校心理健康教育的课程设置和教学内容也存在一些问题。一方面,部分高校的心理健康教育课程过于单一,缺乏针对性和实效性,另一方面,一些高校的心理健康教育课程过于理论化,缺乏实践性和可操作性,高校心理健康教育的评估与反馈机制也尚不完善。目前,许多高校在心理健康教育方面缺乏科学的评估标准和有效的反馈机制,导致无法及时了解学生的心理健康状况和心理健康教育的效果^[1]。

4 大思政视域下高校心理健康教育质量提升路径

4.1 融合大思政理念,构建全面的心理健康教育体系

将理想信念、价值引领、道德培育等思想政治教育的内容融入心理健康教育的全过程,使学生在接受心理健康教育的同时,也能树立正确的世界观、人生观和价值观。在构建全面的心理健康教育体系方面,高校需要注重教育资源的整合与优化配置。一方面,要充分利用校内外的心理健康教育资源,如心理咨询中心、心理健康教育课程、心理健康讲座等,为学生提供多样化的教育服务。另一方面,要加强与其他学科的交叉融合,如将心理学、教育学、社会学等学科的知识和方法引入心理健康教育,形成跨学科的教育合力。

高校还需要加强心理健康教育师资队伍建设和提升教师的专业素养和教育教学能力。这包括加强教师的心理健康教育知识培训,提高学生识别和干预学生心理问题的能力;鼓励教师积极参与心理健康教育科研活动,推动心理健康教育理论与实践的创新;以及建立科学的教师评价体系,激励教师不断提升自身的教育教学水平。

在课程设置和教学内容方面,高校需要注重课程的针对性和实效性。一方面,要根据学生的实际需求和心理特点,开设具有针对性的心理健康教育课程,如压力管理、情绪调节、人际交往等。另一方面,要注重教学内容的更新和丰富,引入最新的心理健康教育理念和方法,提高课程的吸引力和感染力。例如,某高校在心理健康教育课程中,引入了正念冥想、情绪释放等现代心理学方法,帮助学生更好地调节情绪、缓解压力。高校还需要加强心理健康教育的实践环节,让学生在实践中体验、感悟和成长,这包括组织学生参加社会实践活动、志愿服务、心理辅导等,使其在实践中锻炼心理素质、提升社会适应能力。

4.2 优化课程设置,增强心理健康教育的针对性和实效性

优化课程设置,首先要求高校心理健康教育课程能够精准对接学生心理需求。这要求教育者深入调研,了解学生群体的心理特征、常见心理问题及其成因,从而设计出具有针对性的课程内容。例如,针对大一新生普遍存在的适应性问题,某高校开设了“新生心理适应与成长”课程,以案例分析、角色扮演等互动方式,帮助学生快速适应大学生活,有效缓解了新生的焦虑情绪。对于高年级学生面临的学业、就业压力,该校则设置了“压力管理与时间规划”课程,教授学生如何有效管理时间、应对压力,提升了学生的自我调控能力^[2]。

在增强心理健康教育实效性方面,高校需将理论知识与实践应用紧密结合。理论知识是基础,但仅有理论不足以解决实际问题。心理健康教育课程应包含丰富的实践活动,如情绪管理训练、团队合作训练、心理剧表演等,让学生在实践中体验、学习和成长。例如,某高校组织“情绪管理工作坊”,引导学生通过绘画、音乐、舞蹈等多种艺术形式表达自己的情绪,帮助学生认识情绪,还学会有效的情绪调节技巧。为了进一步提升心理健康教育课程的吸引力和有效性,高校还应注重课程内容的创新性和时代性。随着社会的快速发展,学生面临的心理问题也在不断变化,因此,心理健康教育课程需要紧跟时代步伐,不断更新教学内容和教学方法,高校还应加强心理健康教育课程与其他学科的交叉融合,形成跨学科的教育合力。例如,将心理学原理与文学、艺术、体育等学科相结合,开展“文学与心理健康”“艺术与情绪调节”“体育与压力释放”等跨学科课程,不仅能丰富心理健康教育的内容,也拓宽学生的视野和思维方式。

4.3 加强师资队伍建设,提升心理健康教育教师的专业素养

心理健康教育是一门专业性很强的学科,需要教师具备扎实的心理学理论基础、丰富的实践经验和高度的责任心。为此,高校应加强对心理健康教育教师的专业培训,定期组织教师参加心理学、教育学、心理咨询与治疗等领域的学术研讨会、工作坊和培训课程,提升教师的专业知识和技能。教学能力是教师将知识传授给学生的关键,而教育理念则决定了教师如何进行教学。高校应鼓励心理健康教育教师采用多种教学方法,如案例教学、小组讨论、角色扮演等,激发学生的学习兴趣 and 主动性,教师应树立以学生为中心的教育理念,关注学生的个体差异,尊重学生的个性发展,为学生提供个性化的心理健康指导^[3]。

加强师资队伍建设和提升教师的实践能力和创新能力。心理健康教育不仅是一门理论学科,更是一门实践学科,教师应具备将理论知识应用于实践的能力,能够识别、评估和解决学生的心理问题。高校应鼓励心理健康教育教师参与心理咨询、心理辅导等实践活动,积累实践经验,提升实践能力,教师应具备创新意识,不断探索新的教学方法和手段,以适应学生心理发展的变化。高校应建立科学的教师评价体系,将教学质量、科研成果、社会服务等多方面因素纳入评价范围,激励教师不断提升专业素养和教学能力。高校还应为教师提供良好的职业发展路径和晋升空间,鼓励教师参与职称评审、科研项目申报等活动,提升教师的职业归属感和成就感。

4.4 加强家校合作,构建心理健康教育支持系统

家校合作的基石在于建立有效的沟通机制。高校应主动与家长建立联系,定期举办家长会、心理健康教育讲座等活动,向家长普及心理健康知识,增强家长对学生心理健康的关注和认识。例如,某高校定期邀请心理学专家为家长举办心理健康讲座,讲解学生常见的心理问题及其应对策略,帮助家长树立正确的教育观念,增强家庭教育的针对性和实效性。学校还建立了家长微信群、QQ群等线上沟通平台,方便家长随时了解孩子在校的心理健康状况,及时与老师沟通,共同解决孩子的心理问题。在构建心理健康教育支持系统时,高校应充分利用家庭资源,形成家校共育的良好氛围。高校应鼓励家长参与学校的心理健康教育活动,如家长志愿

者、心理健康教育项目等,让家长在实践中学习心理健康教育知识,提升自己的教育能力。例如,某高校开展的“家长进课堂”活动,邀请家长走进课堂,与孩子一起参与心理健康教育课程,通过亲子互动,增进彼此的理解和信任,共同促进学生的心理健康发展^[4]。

高校应建立心理健康教育家校联动机制,实现家校之间的信息共享和协同干预。当学生在校出现心理问题时,学校应及时与家长沟通,共同分析原因,制定解决方案。例如,某高校建立了心理健康教育档案,详细记录了学生的心理健康状况、家庭背景等信息,为家校合作提供了科学依据。当发现学生存在心理问题时,学校会及时与家长联系,共同制定个性化的心理辅导方案,确保学生的心理健康问题得到及时有效的解决。在构建心理健康教育支持系统的过程中,高校还应注重家校合作的持续性和系统性。家校合作不是一次性的活动,而是一个长期、系统的过程。高校应建立家校合作的长效机制,如定期召开家校联席会议、设立家校合作基金等,为家校合作提供制度保障和资金支持。

5 结语

大思政视域下高校心理健康教育质量的提升是一项系统工程,需要教师从教育理念、课程设置、师资队伍建设、家校合作等多个维度出发,形成合力,共同推进。通过融合大思政理念,构建全面而有效的心理健康教育体系,能够增强学生的心理韧性,促进其健康成长,还能够为社会培养更多具有高尚品德、健康心理和创新能力的高素质人才。随着教育的不断深入和社会各界对心理健康教育重视程度的提升,高校心理健康教育将迎来更加广阔的发展前景,为构建和谐社会、实现中华民族伟大复兴的中国梦贡献力量。

参考文献

- [1] 周慧敏.“大思政课”视域下大学生健全人格培养路径研究[D].山西财经大学,2024.
- [2] 刘瑶.大思政视域下高校心理育人工作探析[J].品位·经典,2024(7):100-102.
- [3] 魏莱,潘同人.“大思政”视域下高校健康教育的路径[J].山西大同大学学报(社会科学版),2024,38(1):51-55.
- [4] 周艳红.“三全育人”视域下高校“大思政课”新格局构建研究[D].南昌大学,2023.