

基于网络环境的高职院校大学生心理健康教育策略

许媛

昆山登云科技职业学院 江苏昆山 215300

【摘要】 随着互联网的发展,网络对人类生活的影响日益深远。在高职院校中,大学生的心理健康受网络环境的影响尤为深远,为此,高职院校要重视在网络环境下大学生心理健康的建设,通过深度挖掘当前心理健康教育中存在的问题,并提出有针对性的解决措施,为大学生心理健康提供保障。本文将对当前网络环境下高职院校的心理健康教育进行探究。

【关键词】 网络环境;高职教育;心理健康教育

高职院校作为我国重要的人才培养基地,关注高职院校大学生的心理健康教育对于保障人才的能力满足社会发展需求具有重要意义,在当前信息时代背景下,大学生的心理健康状态深深受到网络环境的影响,为此高职院校要注重调整心理健康教育,使其充分符合当前时代的需求。

一、网络环境对大学生心理健康教育的冲击

1. 信息的碎片化促使学生心理问题复杂化

当前互联网中的信息呈碎片化特征。从国内外时事,到身边好友的生活,形形色色的信息以“碎片”的方式通过网络呈现给用户,高职院校的大学生作为互联网的主要用户群体,每天接收着大量的信息,一方面固然扩展了大学生的视野,但另一方面过于繁杂的互联网信息也导致大学生对于信息与知识的掌握并不完整^[1]。此外,高职院校学生的世界观、人生观与价值观初步建立,尚不成熟,在网络环境的影响下,学生对于世界的认知会受到冲击,这就导致大学生的心理问题趋向复杂化,为心理健康教育工作带来了一定挑战。

2. 负面信息的传播冲击心理健康教育权威影响力

互联网的信息传播速度快、范围广,而高职院校学生由于缺少社会阅历,对信息的真实性判断力较弱,对于舆论较少自身的判断;此外,高职院校的学生具有青年人特有的愤世嫉俗等心理特点,对于某一人物的缺陷很容易会将其扩大到整个群体。当前由于一些学术研究人员的名不副实、德行有亏,因此诞生了“砖家”、“叫兽”、“斯文败类”等词语,表现出高职院校学生对于专家学者群体的不信任。即使一些真正有能力、有道德的学者,高职院校学生对于其第一印象也往往并不信任。在这种情况下,心理健康教育权威的影响力也受到了冲击,对于心理健康权威分析,学生也只会将其当作普通的趣味心理分析,对于心理健康教育也会缺少重视,甚至会表现出排斥心理^[2]。

3. 网络虚拟化环境对传统教育模式提出挑战

在网络环境下,学生能够依靠网络的虚拟性在网络中畅所欲言,表达自身的所思所想,而相对枯燥乏味的传统心理健康教育就容易使学生感到厌烦。在从传统教育模式下,教师以单项灌输式的方式进行教学,忽视了学生的主观能动性,这就会导致学生失去接受心理课程教学的兴趣,甚至在遇到心理问题时,更相信网络能够帮助其解决,而不是向相关的心理教师或心理医生寻求帮助。

二、网络环境下心理健康教育面对的问题

1. 教学方式单一

在教学方式上,当前的高职院校心理健康教育仍较为单一,

通常是以心理健康课程作为主要内容,心理咨询、心理活动等作为辅助形式。在进行心理健康教育课程是,教师的教学方法并不灵活,即使在教学中采用了多媒体设备等信息设备辅助教学,但本质上只是将板书从黑板上转移到了PPT上,这使得心理健康教育失去了其实质性的意义。此外心理健康教育活动也仅仅是以讲座、征文等形式,缺少了对时代的契合,这些活动对于学生的启发实际上几乎为零,以讲座为例,很多学生在听讲座时对讲座的内容全然无法理解,甚至听得昏昏欲睡;心理信息的传播形式也缺少对网络环境下学生心理特征的考虑,形式上以大篇的学术性文章或是“心灵鸡汤”为主,导致学生没有观看的兴趣。

2. 师资队伍数量与质量无法满足心理健康教育需求

在当前环境下,社会整体上缺少高素质的心理健康教育人才,在高职院校的心理健康教育中这一点尤为明显,为解决专业教师不足的问题,高职院校的心理健康教育通常只能由其他教师代为完成,这部分教师在专业水平上有所欠缺,缺少正规的心理咨询与辅导的培训,更缺少心理健康教育相关的实践经验,无法有效的解决学生的心理问题,使得心理教学的展开大打折扣^[3]。

此外,在心理健康教育工作中,教师也缺少对网络进行应用的能力,一些教师无法有效的应用互联网,而年轻教师虽然能够熟练使用互联网,但由于缺少教学经验,对在心理健康教育中应用互联网的形式也相对僵硬。

3. 心理教育徒有形式

当前大多数高职院校对于心理健康教育的重视流于表面,仅在口头上表示要加强心理健康教育工作,具体表现为对学生心理健康问题的整体忽视、对不同学生的心理健康教育没有按情况调整心理健康教学计划、缺少符合网络环境的心理健康教育培训。

高职学生通常心态较为敏感,尤其是一些贫困生,更易发生心理问题,而互联网的信息也会为学生带来一定的心理影响,在这种情况下高职院校仍采取生硬的心理健康教育是极不合理的;对于当今社会中网络的重要性,一些高职院校也选择视而不见,缺少在教学理念上的创新,由于心理健康教师仅仅是兼职,因此缺少突破传统教学模式的动力^[4]。

4. 缺少工作条件

绝大多数高职院校的心理健康教育资源十分有限且形式较为单一。一些高职院校创设了心理健康网站,但缺少对网站的日常维护,内容更新速度慢,网站管理人员配备更是几乎没有。一些学生想要通过网站向心理指导教师提出问题也迟迟无法得到回复,对于网络心理教育资料库更是缺少关注,资料库中的内容陈旧,在社会发展迅速的今天,其中的一些案例甚至已经完全失去了借鉴意义。

此外,很多高职院校的硬件设施条件也无法满足心理健康

教育的需求。大多数学校虽然开设了心理咨询室,但咨询师内通常只有电脑、电话等一些简单的设备,相关的专业设备则完全没有,还有部分学校甚至未曾设立单独的心理咨询室,使得心理健康教育的展开受到了极大阻碍。

三、网络环境下心理健康教育问题的成因

1. 传统理念的局限

传统理念的局限主要表现为两方面,分别是对心理健康教育的认识具有局限、心理健康教育理念具有局限。

高职院校的教学组织者错误的认为心理健康教育的工作对象使存在精神疾病或心理问题的群体,而学生整体上并没有严重的心理问题,因此也不必进行心理健康教育。这种认识上的错误导致了学生得不到适当的心理疏导。

在心理教育理念上,教师保持着传统教学理念的指导,按照课本生硬的进行讲解,缺少对时代变化的契合,这种教学理念下的教学方式显得假、大、空,学生缺少学习的兴趣^[5]。

2. 制度建设需要完善

当前高职院校的心理健康教育中,在管理制度上存在一定的不足。虽然一些教师对管理制度做出了改善,将心理健康教育单独分离出来,并配备有专项工作人员与工作经费,但更多的高职院校仍将心理健康教育部门放置于学生工作处体制下,将心理健康教育同思政教学工作混为一谈。此外,心理健康教育工作也缺少相应的考评制度,这就使得心理健康教育的教师没有过多的工作压力与动力,长期下去就会导致心理健康教育教师对相关工作的懈怠。

3. 师资队伍假设急待加强

教师在教育中占据着重要地位,而由于心理健康教育人才的缺失,导致高职院校心理健康教育的展开存在着极大的问题。首先很多心理健康专业的学生在毕业后并不愿从事心理健康教育行业,导致这一行业专业性人才的缺失;其次,很多其他专业的教师临时兼任心理健康教育课程的授课,这部分教师仅仅懂得一些入门级的心理健康知识。心理健康教师队伍建设的不力,导致教学质量低下,学生得不到正确的心理引导,甚至还可能导致学生对于心理健康课程的厌烦^[6]。

四、网络环境下心理健康教育工作的有效措施

1. 联合政府开展工作

高职院校心理健康教育工作对于我国人才的培养具有重要

意义,因此不仅需要高职院校自身需要关注这一项教育工作的进行,还需要政府也加入到心理健康教育工作中来。政府可以从以下几方面作为切入点辅助高职院校开展工作:

(1) 加大经费投资。心理健康教育工作的开展需要一定的资金进行支撑,针对当前高职院校心理健康教育队伍中存在的不足,政府可以设立专项资金,通过薪资待遇引入相关专业的人才;此外校方也需要资金进行心理健康教育基础设施的完善。

(2) 加强网络监管。要实现网络环境下学生心理健康的稳定发展,需要对网络环境加强监管。为此,就需要政府展开“净网”活动,通过设置能够过滤垃圾软件和不良信息的防火墙,避免高职院校学生受不良网络信息的侵害。

2. 校医合作为心理健康教育提供保障

校医合作使解决当前时代下学生心理危机的有效途径。相比于高职院校,社会卫生单位具有更先进的心理治疗经验,双方通过互联网进行协商沟通,进行及时的信息交流,能够帮助高职学生的心理问题得到及时的治疗。此外,各个卫生部门还可以安排专业的心理治疗人员定时到校对案例进行分析指导并参与会诊,如果遇到学生的心理问题较为严重,校方也可以适当提出申请,使专家能够到校进行心理治疗。通过开展校医合作,能够为学生的心理健康提供有力保障^[7]。

3. 加强心理健康教育队伍的建设

要加强教师队伍的建设,首先需要使负责心理健康教育的教师对自身工作重视起来,促使教师的教育观念做出转变,在教学观念上的突破必然会导致教学方式的革新,通过更为灵活的教学方式,能够提高学生接受心理健康教育的兴趣。

其次,要加强教师队伍的培养力度。根据教师心理健康教育能力水平进行有层次的培训工作,可以通过邀请心理健康教育专家开展教学讲座,提升教师的认识,还可以组织心理健康教育教师前往各个心理健康机构进行实践,提升其自身的能力水平。

最后,还要通过适当的奖惩机制,对心理健康教师进行考核,激励其不断提高自身的能力水平。

五、结语

综上所述,高职院校心理健康教育对于人才的发展具有重要意义,为此高职院校要深刻对网络环境下心理健康教育受到的挑战进行认识,并挖掘心理健康教育中存在的问题,联合政府、卫生机构等对心理健康教育做出调整。

参考文献

- [1] 李娜,胡莹丹.“互联网+”背景下高职院校大学生心理健康教育的对策研究[A].武汉市创读时代出版策划有限公司.荆楚学术(2020年3月)[C].武汉市创读时代出版策划有限公司:武汉创读时代出版策划有限公司,2020:1.
- [2] 贾志平.“互联网+”时代高职院校大学生心理健康教育创新思考[J].现代职业教育,2019(29):28-29.
- [3] 李桂玲.“互联网+”背景下高职院校学生心理健康的现状与提升策略研究[D].华中师范大学,2017.
- [4] 刘庚.基于网络环境的高职院校大学生心理健康教育策略研究[J].时代教育,2016(24):28.
- [5] 吴莉莎.当谈基于网络环境的高职院校大学生心理健康教育策略[J].读天下,2016(24):271.
- [6] 周燕.基于网络环境下高职大学生心理健康教育对策分析[J].读与写(教育教学刊),2016,13(08):87.
- [7] 金丹.基于网络环境的高职院校大学生心理健康教育策略[J].才智,2015(25):101.