

“三全育人”视域下大学生心理健康教育模式分析

杨 阳

吉林工程技术师范学院（吉林 长春 130052）

【摘要】：对学生开展心理健康教育，是各大高校必不可少的一项工作内容，其开展效果直接影响人才培养的质量。新时期，“三全育人”理论的提出，需要家庭、学校以及社会人员全方位参与到教育工作中，以保证学生的健康心理状态。本文主要先简单分析了当前大学生心理教育存在的问题，并提出有效的改进措施，以此提升大学生的心理健康水平，供参考。

【关键词】：三全育人；大学生；心理健康

基金项目：2023年度吉林工程技术师范学院校级党建思政专项科研项目（新时代“三全育人”视域下高校学生心理健康教育路径及对策研究，项目编号：2023SZ17）

Analysis of the Psychological Health Education Model for College Students from the Perspective of "Three Comprehensive Education"

Yang Yang

Jilin Engineering and Technology Normal University, Changchun 130052, China

Abstract: Conducting mental health education for students is an essential task for major universities, and its effectiveness directly affects the quality of talent cultivation. In the new era, the proposal of the "Three Comprehensive Education" theory requires the full participation of families, schools, and social personnel in educational work to ensure the healthy psychological state of students. This article mainly analyzes the problems in current psychological education for college students and proposes effective improvement measures to enhance their mental health level, for reference.

Keywords: Three comprehensive education; College students; mental health

1 引言

“三全育人”是完善大学生心理健康教育模式的有效保障，也能有效满足学生的实际需求，使其养成积极乐观的心态，也是各大高校实现育人目标的有效方式。在心理教育方面，只有做到全员参与、全过程管理以及全方位监督，才能保证教育模式更加科学和合理。

2 大学生心理健康教育问题

2.1 教育合力未形成

对心理健康的教育是高校育人工作的重要组成部分，也是高校各科教师的主要责任。但是从当前的情况来看，对学生心理方面的教育工作没有在全体教师中形成共同意识。同时，学生作为教育的主体，也缺乏对自身心理健康情况的重视。部分有心理问题的学生抗拒心理咨询。在面对问题时，宁可自己痛苦，也不愿意寻求专业人员的帮助。此外，家庭方面的问题也是心理问题的一个重要诱因。原生家庭较差极易导致学生在成长过程中出现人格缺陷以及心理问题。

2.2 教育实效不理想

目前，心理健康问题已经逐渐受到重视，各大高校也开设了专门的课程以及相关的宣传和咨询活动，但是，在该方面的

教育成效依旧没有达到理想目标。通常大部分高校课程开展的方式都为集体式、灌输式，课堂活动的灵活性较差，课堂内容较为枯燥乏味，且缺乏有效的评价以及反馈机制，导致课堂活动的实行效果不够理想。同时，相关的宣传活动也大多停留在表面，学生的参与性较差。在心理咨询方面，难以做到面对全员开展，咨询的比例也相对较低。

2.3 服务体系不完善

心理健康教育工作需要社会中各个领域的人员全员参与。但是在目前工作中，大部分的心理服务体系建设依旧不太完善，导致对学生心理层面的支撑较低。社会中心心理咨询机构的价格以及治疗的费用相对较高，导致有心理问题的学生难以得到专业化的治疗。同时，社会中相关的心理援助热线的宣传较差，大部分学生不知道这一途径，或者在拨打热线时接通率较低，难以对其提供有效的帮助。

3 大学生心理健康教育措施

3.1 强化组织领导，坚持多方育人

3.1.1 统一思想认知

对心理健康教育的组织领导前提就是在社会各领域统一思想认知，从多个方面对该项工作进行组织领导，以实现立德育

人的教育目标。但是,部分教师也丝毫没有意识到自己在该项工作中所承担的重要责任,不明确自己的言行举止都会对学生的心理方面产生重要影响。对此,领导机制的建立需要加强在制度、思想认知以及工作目标方面的建设[1]。在学校内部,各级领导人员以及各科教师都需要加强对心理健康教育重要性的认识,及时转变自身的思想观念,加强对工作的统一领导,各个部门密切配合,以此形成真正的教育合力。同时,加强对专业机构的建立,保证机构的专业性以及服务性,确保能够为有心理问题的学生提供专业化的服务。对于导向机制的建立,需要根据高校在心理健康教育方面的资源以及实际情况进行调整,以此进一步增强工作实行的有效性。目标的设定需要保证科学性和合理性,符合时代发展的实际需求,坚持正确的政治导向,以此帮助学生解决实际问题,引导学生形成正确的心理健康状态,实现全面发展[2]。实现全方位育人工作,高校相关领导人员应了解当前社会中的主要发展方向,以及当前对人才的具体需求,以此不断强化对心理健康教育的认知,同时,加强高校各部门对心理健康教育方面的了解,并获取家庭和社会方面的支持。

3.1.2 实行全方位育人

心理健康教育工作不能仅依靠单一渠道或是单一个体完成,该项工作是一项全方位、系统化的教育工作,关系到学生生活以及学习的各个方面。对此,高校要积极扩宽教育的渠道,突破课堂的教学限制,积极组织课外活动以及网络教育。同时,课堂教学作为心理教育的主要方式,不仅能够有效改善学生心理问题,还能帮助其建立正确的价值观念。课外教学作为课堂活动的拓展,要充分发挥该种教育形式的优势条件,加强课外与课内教学的有效结合,使其在实践活动中逐渐接受心理健康方面的相关知识,提升心理素质。同时,也可利用网络,通过微信、短视频平台等方式,向学生科普相关的理论知识,使其在潜移默化过程中接受心理知识。多个渠道共同发展,以实现全方位育人的作用。学生的心理健康状态会受到家庭、学校、社会等多方面因素的影响,学校作为教育的主要场所,教育工作应具有一定的目的性和计划性。家庭作为学生的主要生活场所,父母作为孩子的第一位教师,在心理教育方面应注重与家庭的结合,充分发挥家庭对学生终身影响的作用。但是,在应试教育以及就业压力的影响下,大部分家庭也不注重对心理方面的关注,家长只依靠自己的意识对孩子提出要求,家庭内部难以形成良好的沟通氛围,导致孩子在遇到问题时难以得到父母的帮助。

社会则是上述两者的补充,尤其当前时代下,仅依靠课堂已经不能满足学生的需求,也无法适应社会的需要。因此,在教育过程中应充分挖掘资源,利用教育的主要特征,宣传与心理健康相关的知识,建立良好的社会环境,以此共同促进学生的健康成长。另外,可建立文化、实践、网络等三方面结合的

育人工作,为学生的身心健康成长搭建平台。相关教师也可通过调研,明确当前大学生所关注的热点事件,及时解答学生目前的心理问题,并构建互动平台,实现双方的良好沟通。此外,在教学中也应积极运用先进的教学设备,受到新冠疫情的影响,大多数课程都以线上的形式开展,线上教育也逐渐受到大众的广泛关注,大多数人对于网络教育的优势也愈加认可。对此,在心理健康教育方面也可运用该种方式,引导学生通过网络的方式寻找咨询师的帮助,以改善自身的心理问题。各大高校所开设的心理社团也可运用平台对相关知识进行发布,并定期推荐相关的书籍以及课程,使其学生的心理健康程度逐渐提高。运用网络技术,可将思想政治的内容和心理健康教育工作进行有效结合,以此充分强化学生对知识的认同感。

3.2 加强工作监督,督促工作落实

为保证心理健康教育工作开展的时效性,应进行全过程育人,将教育工作延伸至学生学习以及生活的始终,将该项工作进行常态化和细节化处理,以此实现全过程育人。在工作实施过程中,要注重建立专业化的人才队伍,做好相关的监督工作,以此确保各项工作制度以及内容得到有效落实,为心理教育工作的顺利实施提供有效保障[3]。

3.2.1 调整教育模式

不同家庭情况的学生由于成长环境不同,导致形成的价值观念以及心理状态存在一定差异。因此,各大高校在教育过程中要根据学生的实际情况进行调整。改善传统以结果为导向的教育模式,注重对教育手段的创新。例如,对于大二的学生,在教育方面应注重培养自我意识和社会意识,明确该阶段的学生自我调适能力较为缺乏。因此,在教育工作中要注重引导学生进行正确的人际交往,并将其引入到日常的生活学习中,从而构建正确的健康心理。对于大三和四大的学生,学校可开展与就业相关的课程,为学生的就业以及工作提供一定建议并指明前进的方向。此外,对于存在家庭困难以及重大变故的学生,应及时进行心理疏导。辅导员以及教师应积极关注学生的心理健康情况,第一时间进行有效处理。也可根据学生的心理状态建立档案,以此为监督工作的实行提供有效支撑。

3.2.2 实行全过程育人

同时,在工作中要注重改善心理健康教育只能在心理健康学科中实现这一误区。全过程育人工作的实施,应注重将心理教育融入到各个学科的教学,使其在任何时间和地点都能感受到正确的价值观念,为其形成良好的思想道德营造氛围。高校也可组织心理社团或定期开展心理咨询活动,各科教师积极对课程内容进行创新,使其在学习过程中潜移默化的形成健康的心理状态。高校在经济条件允许的情况下,还可建立沙盘室、压力宣泄室、放松室等设施,方便学生在感受到压力时能够第一时间得到缓解,防止心理问题进一步加深。

3.2.3 完善教育体系

对心理健康教育体系的完善,也是教育工作有效落实的重要内容。学校可开设心理健康选修课、讲座以及课外实践等课程,使学生对主要的知识以及基本内容起到了解。在选修课设置方面,可设置人际关系、恋爱关系以及职场关系等内容。课外实践活动可组织知识竞赛、演讲等活动,以此激发学生参与活动的热情,满足不同年龄以及心理状态学生的需求。

3.3 完善保障机制,营造文化氛围

3.3.1 建立激励机制

为保证教育工作的实施效果,应注重对保障机制的完善。激励机制的建立能够有效调动教师以及学生的参与热情,以此达到预想的教育目标,对于教师可采用绩效考核的方式,从职称晋升、奖金、评奖等方面进行推进,以激发工作的热情,使其积极探索有效的教育途径,对课程内容进行创新。对于学生来说,可从朋辈激励、学分激励、目标激励等方面开展,在面对心理问题时能够进行主动咨询并积极进行自我调适,建立心理健康的意识,以保证良好的健康水平。同时,在工作制度以及专业人员配置方面也应不断创新改进,根据实际情况对工作制度以及规范进行调整,并搭配相关的教育资源,实现专业化队伍的建设。领导人员应加大对该项工作的资金扶持力度,并配置相关的专业设备以及场所,从而保障工作的顺利实行。各项工作的顺利进行也离不开监管,各大高校应成立专门的监管部门,定期对心理健康教育课程以及各项活动的开展情况进行检查,使其任课教师不断提高教学水平,更新教学方式,以达到良好的教学效果。对于工作中出现的问题及时发现并第一时间改进,以防止对最终的效果产生影响。

3.3.2 完善评价机制

评价机制的建立也是教育工作顺利实施的前提,建立科学完善的评价体系,从教学、管理以及服务等方面进行全方位的考核。坚持灵活性、层次性的工作原则。同时,也要注重对专业人员的政治素养以及思想道德方面的观察,以实现双方的共同进步。对于评价体系的完善,需要从考评制度以及成果测评体系开展。在内部工作中,建立完善的考评制度,促使各项工作的开展具有明确的目标指向。对于成果测评体系,学校需要

建立多样化的评价体系,从多个角度对心理教育工作的效果进行考评,以此使各项工作的开展具有明确的参考要求,提高教育工作的效果。也能进一步提高教育人员的工作热情,使教育工作向着专业化、制度化的方向发展。

3.3.3 设置反馈机制

此外,反馈机制也是工作中必不可少的一项内容。建立及时的反馈机制能够促使心理健康教育工作的实施更加科学合理。为保证各项机制建立的完善性,可实行工作调研制度。阶段性对工作开展的情况进行调查,并定期收集效果较好的工作方式,及时进行整理和反馈[4]。

3.3.4 加强心理预防

对心理问题的预防要重于治疗,因此,应加强对心理危机预警以及干预机制的建立,实现学校、家庭和社会的协作。在学校,可成立专门的危机预警小组,并建立相关的教育机构,对学生的心理健康状况进行留档储存,积极宣传相关知识,以加强学生的危机预防教育。在家庭方面,应建立家校联合机制,大学辅导员应定期向家长汇报学生状况,家长与辅导员保持联系,以此改善对心理问题认识不到位的错误观念。及时发现孩子存在的心理问题。在社会方面,可建立医校合作机制,获取专业心理医生的支持,以此为学生提供更加专业化的服务。同时,也要充分发挥网络的优势作用,在网络平台中构建专业的板块,以此为学生的心理问题进行有效支撑。

3.3.5 营造学习氛围

校园文化也是影响学生成长的潜在文化,良好的学校氛围对于学生的成长以及发展都具有重要作用。对此,在正确教学理念的引领下,应建立良好的文化氛围,使学生享受校园生活,感受学习的魅力,以此提升道德素质以及文化修养。

4 总结

综上所述,“三全育人”理念不仅是主要的指导思想,也是教育改革的最终目标。该项理念要求各大高校全员、全过程、全方位的开展教育工作,保证各项工作的资金支持,以及专业队伍建设,营造良好的学习氛围,促使学生在健康的环境下形成正确的价值观念,保持良好的心理状态,从而以更好的姿态投入到后续的学习和工作中。

参考文献:

- [1] 缙晶.“三全育人”视域下大学生心理健康教育模式的创新路径[J].科技风,2023(25):7-9.
- [2] 黄国威.“三全育人”视域下贫困大学生心理健康教育路径分析[J].湖北开放职业学院学报,2023,36(16):47-48+54.
- [3] 朱玥,李翀.“三全育人”视域下大学生心理健康教育模式的创新路径研究[J].科学咨询(教育科研),2023(03):36-38.
- [4] 武光路.“三全育人”视域下大学生心理健康教育体系建设机制探析[J].科教导刊,2022(28):148-150.