

# 基于立德树人视角下大学生心理健康教育实践探析

许天蓝

(福建江夏学院, 福建 福州 350108)

**摘要:** 立德树人是我国高校在素质教育方面的教学理念核心, 更是我国当前高等教育的中心任务与目标要求。在其战略意义上, 它扮演着十分重要的角色。高校大学生心理健康教育课程是一门致力于提高大学生心理素质并保证大学生身心健康发展的重要课程, 是我国力求培养适应中国特色社会主义建设的优秀人才的核心课程。因此, 在立德树人视角下, 我们对高校心理健康教育的实践路径进行较为详细地研究与探讨是具有十分深刻的现实意义。

**关键词:** 立德树人 大学生 心理健康教育

**中图分类号:** C40 **文献标识码:** A **文章编号:** 1003-9082 (2023) 03-0209-03

## 一、基于立德树人理念开展高校心理健康教育的意义

我国在立德树人理念下积极地开展高校心理健康教育工作, 基本上体现在以下几个方面:

第一, 充分地贯彻落实新时代中国特色社会主义教育方针。新时代社会主义教育方针对高校开展怎样的教育以及如何开展教育都是具有极其重要的方向性指引作用的。从我国国内的教育发展进程来看, 我国国内的历次教育方针政策的变革都对我国的教育产业的发展都起到了十分重要的推动作用, 这从另一方面也表明了我国在人才方面的极大需求。同时, 做好立德树人方面的工作是新时代社会主义教育的根本任务。基于此, 我国高校心理健康教育工作以立德树人为教育核心理念, 并充分地贯彻落实新时代中国特色社会主义教育方针, 这对于我国在心理健康教育工作方面具有十分重要的现实意义。

第二, 开展高校心理健康教育工作有助于推动高校大学生综合素养得到全面的发展。大家都知道, 我们的传统教学模式是非常注重对高校大学生在专项素养方面的培养。在该培养模式的教育理念影响下, 我国大多数的高校教师变得更加注重对大学生的专业能力加以强化, 对于开展心理健康活动方面就变得不那么突出<sup>[1]</sup>。近些年来, 随着我国社会的不断进步以及科学技术的迅猛发展使得我国高校大学生的视野变得愈发广阔。当然, 他们也是很容易受到社会上各类负面信息以及错误思想的影响, 对于那些意志不够坚定的大学生来说, 他们可能会出现错误的价值判断, 从而影响他们的价值观的塑造。在此情况下, 如果我们将立德树人的理念逐渐地渗透到大学生的心理健康课程的教学过程中, 我们就能够有效地解决大学阶段的心理健康教学方面的不足。同时, 教师通过把心理健康教育与立德树

人思想有机融合, 一定程度上, 这也是可以对高校学生的心理素质加以强化, 帮助他们树立正确世界观、人生观和价值观, 推动他们的综合素养得到全面地发展。

第三, 开展高校心理健康教育工作有助于促进新时代中国特色社会主义事业的进步与发展。近几十年来, 我国在各行各业的不懈地努力下, 我国国内各地区经济发展水平不断地得到持续地攀升, 这些也使得新时代中国特色社会主义社会思想展现出其强大的优越性。在新时代中国特色社会主义思想的持续推动下, 我国国内的经济不断地得到长足地发展和不断进步, 我国也进入了一个社会和谐、文化繁荣、经济综合实力强的现代化国家, 而各大高校的大学生不但是实现国家富强、民族振兴、人民幸福的中坚力量, 更是我国社会主义社会强有力的接班人。因此, 通过不断地强化对高校大学生的心理素质的培养, 为我们国家的进步与社会的发展提供优秀的人才, 这将成为高校教育的重要部分。

## 二、基于立德树人视角下高校心理健康教育的现状

“人是离不开社会的, 人是一种合群的社会动物, 是一种只有在社会中才能独立的社会动物, 人孤立社会之外进行生产, 将是一件罕见的事<sup>[2]</sup>。”由此可见, 高校内部的协调机制和外部社会的互动关系对大学生的较为全面的发展是有必要的。大学生是一群从校园走向社会的社会特殊群体, 他们对于他们身边的世界和自我的人生的看法还未成熟, 他们的自我调节和控制力还是有待加强。为了使高校大学生更好地适应社会需要, 对大学生心理健康应该加以关注和重视, 应该用科学人生观和价值观加以统一指导, 让大学生正确的人生态度加以树立。当前, 大学生对心理健康教育的需求非常强烈, 但是心理健康教育主体和师资

力量的模式化和形式化依旧存在。

#### 1. 心理健康教育的师资队伍

师资力量是心理健康教育质量能否提升的关键点。当前,部分高校在心理健康教育方面的师资力量是处在相当薄弱的四种状态:第一种是教师在心理健康专业方面的水平比较低,只知道以前的“旧案例”,对学生的真正的心理健康问题不是很了解就进行这方面的教学,教学内容与实际情况处在“两张皮”的状态。第二种是从事心理健康方面的教师大多是本地区较知名的几位教授,本地区的学生几乎都是上类似这几位教授的课程,课程重复率相当的高。第三种是从事心理健康专业的高校教授缺乏在实践中指导学生的能力,基本上无法满足学生实际需要。第四种是高校心理健康辅导员是一些兼职的学科教师、大学生的辅导员甚至是一些学生干部。他们不一定具备心理健康方面的专业知识,他们不一定能有效地解决学生因心理健康所带来的风险问题<sup>[3]</sup>。

#### 2. 心理健康教育方面的课程内容

随着社会的向前快速发展和大学生将面临社会、家庭、就业等重重压力下,他们是极易诱发心理方面问题的。因此,铸就他们积极的心理品格和健康的生活态度的心理健康教育产品对他们来说就变得更加尤为重要。然而,当前我国有一些高校对学生的个性化需求没有加以过多地关注,也没有很好地做好实际的前期调研,直接把过往的心理健康教育课程搬过来用,这些课程好比是工厂生产的产品一样,缺乏特色,令人乏味。无论是课堂讲授还是实践教学都不能引导学生更深层次地去思考问题。学生只能被动地学习该课程,基本上不存在什么话语权和自主选择权,更不用说得到切实的回应,因此,大力改革大学生心理健康教育课程迫在眉睫。

#### 3. 心理健康教育方面的具体实践

大部分高校由于资源限制,没有形成常态化的心理教育和辅导体系,只开展有针对性、阶段性的心理健康教育。有的高校虽然建立了心理辅导室,但由于没有专门的人员负责,配套辅助设备更新工作相对滞后,有的还没有建立心理辅导室;有的高校构建了心理健康辅导机构和辅导机构,隶属于不同的行政机关,心理健康既要承担一定的行政管理事务,既要讲授课程,提供心理咨询辅导服务,又不能明确自身的角色定位和价值认同,更不能尽心尽力地为学生提供专业的心理辅导服务。他们教育主体的力量没有充分调动起来,导致教育没有形成合力,教育资源薄弱,教育的有效性不高。

#### 4. 心理健康教育方面的教学方法

心理健康教育是一个对学生的健全人格和健康心理品质加以培养的过程,不是一个简简单单的教和被教的过程。纵观当下高校对大学生心理健康的教育方式,还是以传统单向地将课本上的心理知识直接灌输给学生,这必然会让让学生觉得老师所传授的知识是十分的枯燥,说实话,这种课堂教育方式是很难令学生对心理健康教育课产生兴趣的。另外,有的高校也通过互联网上的短视频和感人故事向大学生提供各种各样的心理健康教育,想让大学生融入了心理健康教育的各种实践活动中。虽然大学生参与心理健康教育活动的人数总体上有所增加,但是实际效果还是不够明显<sup>[4]</sup>。

### 三、新时代下大学生心理健康问题

新时代下我国在教育方面取得了很大的成效。在各高校管理工作井然有序之下,大学生面临着新时代新的挑战新的要求,这无形中也给他们的精神状态带来了较大的压力,他们的行为、举止以及心理状态必然与之前的精神状态相比有着较为明显的差别。

#### 1. 学业上的压力过大

大学里各种专业繁多的作业和考试,是他们所面对的最大压力,这让部分大学生深感焦虑不安。随着学校不断开展心理健康方面的教育,大学生对于心理健康教育问题的认识也逐渐加深,但是因缺乏科学系统的专业指导,他们也无从下手。随着更多学生选择继续升学深造,导致考研热度逐年升温,升学的竞争压力也在不断的增大,必然造成部分学生在心理上会出现问题,产生焦虑、恐惧、不安的情绪。

#### 2. 处理人际关系的能力有待加强

在基础教育期间,大多数学生的学习生活环境是相对固定的,所接触的人也大都固定,生活上的问题大都由父母帮忙处理,他们只要专心学习。进入高等教育阶段学习后,他们学习生活环境和接触的人都发生了很大的变化,很多的事情都需要他们自己去独立完成,特别是处理好人际关系。但是,部分大学生由于实践的经验过于缺乏,往往会产生畏难情绪,出现社交恐惧症,特别是内向的大学生。

#### 3. 大学生对心理健康问题认识不足

大学生的世界观、人生观、价值观尚未成熟,心理承受能力较差,内心脆弱敏感,容易因受到外界的刺激而产生极端思想或行为,甚至产生心理疾病。大多数学生在进入大学之前没有接受过系统的心理健康教育,无法正确认识自己的心理健康状况;而即使意识到自己出现心理问题,他们也不愿向家长、同学、老师或专业心理医生求助,甚

至对他人的关心和帮助存在抵触情绪,这使得心理危机干预工作难以开展。

#### 4. 高校毕业生的就业压力明显增大

人才市场供需两端不平衡,加剧了高校毕业生的就业压力。中小微企业是毕业生就业的重要接收渠道。自2019年以来我国中小微企业发展指数均处于景气临界值100以下,广大的中小微企业的生产经营形势不容乐观。经营情况将很大程度上影响企业招聘的规模,低需求的人才市场需求,加大求职就业者的竞争力度。据教育部数据显示,全国2023届普通高等学校应届毕业生规模预计将达到1158万人,比去年同期多82万人。人才市场供需两端的失衡,导致部分高校毕业生由于长时间不能找到合适的工作,心理会出现焦虑、急躁的情绪。

### 四、立德树人视角下高校心理健康教育实践路径

#### 1. 高校要时刻完善育人理念

高校要持续不断地完善心理健康教育功能方面的相关理念,坚持以学生为一切学习活动的中心,在立德树人的前提之下,充分发挥高校心理健康教育在育人功能方面的重要作用。同时,高校还要不断提升高校自身在服务学生心理健康教育方面的服务水平,高校还要坚持教育规律和尊重学生发展的规律以及结合学生心理健康教育方面的规律去制定相对完善的学生管理制度,确保高校心理健康教育的育人体系在发挥育人功能过程中的积极作用。只有充分发挥高校心理健康教育体系在学生心理健康教育的过程中的积极作用,才能促进高校各个教育环节的协调发展,才能不断地满足高校与社会对心理健康教育发挥程度的需求。

#### 2. 高校要不断地拓宽教育层面,不断地完善其心理健康教育的体系

在新时代,高校的心理健康教育要不断地发挥高校自身育人功能作用的同时,还要不断地去及时完善自身的心理健康教育体系。高校在发挥高校其自身的心理健康教育功能的过程中,高校还应该要去改变自身的传统教学模式,高校应该从学生的兴趣爱好作为出发点,做到因材施教,在激发学生学习兴趣的同时又能促进学生的个性发展,做到将理论知识与社会实践并重,做到立德树人的教育目标,努力培养学生真正地服务和奉献社会的意识。

#### 3. 充分挖掘高校的教学资源,不断地丰富学校的教学手段

高校理应结合自身具备的线上线下所蕴含的丰富的心理健康教育资源的有利优势,充分利用其心理健康教育方面的专业资源对高校自身的各教育内容进行及时补充,也就是高校要充分去挖掘高校资源中能够融入高校教育的

渠道,通过网络、社会热点和时事政治等问题对高校当前各学科教育内容进行进一步的补充。

#### 4. 构建高校心理健康育人的队伍,不断地提高其协同育人的能力

高校要不断地增强心理健康教师队伍的建设,特别是提高高校辅导员的专业化、职业化能力建设。在高校里,辅导员不但要做好高校学生管理的各项日常工作,还要做好对学生的思想教育的工作,放在首位,做到“边生产边学习,边战斗边学习”的工作状态,将它们变成真正的有机融合,真正地做到为大学生们的心理健康保驾护航。

#### 5. 构建有效的高校心理健康教育的考核标准

在高校里,我们不仅要对学生心理健康教育方面的理论知识进行考查,也要对学生在心理健康教育方面的实践环节制定评价体系,确保学生既能扎实地掌握相关的理论知识,也能将所学的知识在日常生活中进行实际运用。同时,高校应该完善高校的心理健康教育评价体系,对高校相关的心理健康教育教师以及管理者制定合理的评价体系,切实保障高校心理健康教育体系的构建逐步走向成熟<sup>[5]</sup>。

### 结语

综上所述,随着社会的不断前进与发展,我国高校在心理健康教育工作方面将会不断地出现新的特点,将会面临着新的工作挑战,这对于高校从事心理健康教育的工作者来说将是极其重大的挑战,其工作任重而道远。作为高校教育工作者,我们应该结合对学生管理工作实际并针对学生思想工作中存在的问题去找其产生问题的根源,不断地优化高校大学生心理健康教育体系。作为新时代的高校,高校理应通过构建优质的心理健康教育管理体系,完善其评价体系,强化其师资力量建设,从多维度不断地去增强高校的立德树人水平,促进高校大学生综合素养的全面发展。

### 参考文献

- [1]陈华文.立德树人维度下的大学生社会主义核心价值观教育研究[D].武汉:中国地质大学,2016.
- [2]马克思恩格斯选集:第2卷[M].北京:人民出版社,2012.
- 麻丽娟.从教育供给侧结构性改革看大学生心理健康教育的发展[J].山西高等学校社会科学学报,2016,28(12):73-76.
- [4]李立霞.新时代大学生心理健康教育问题及解决策略[J].心理月刊,2021,16(9):213-214.
- [5]赵芸,姚鲲鹏.新媒体时代下大学生心理健康教育体系优化研究[J].教育现代化,2019,6(49):219-221.