

基于校院两级管理的高职学生心理危机干预机制创新和实践

赵 瑞

长垣烹饪职业技术学院, 河南 新乡 453400

摘要:近年来,职业学校学生的心理健康问题越来越突出,已经引起教育界的广泛关注。当今社会竞争日趋激烈,生活节奏越来越快,给高职生带来了很大的心理压力与挑战。然而,由于其隐蔽、容易被忽略的特点,常常会引发一系列的重大心理危机事件,对学生的学业、生活及健康成长造成了很大的影响。如何有效地促进大学生的心理健康,是目前高校面临的一个重大问题。本论文的研究目的是从校、院两个层面对高职院校大学生心理危机进行有效的干预。希望通过本论文的研究,能对提高职业院校大学生的心理健康状况,推动职业院校教育的可持续发展起到一定的作用。

关键词:高职学生;心理危机;干预机制;校院两级管理

中图分类号: G64

0 引言

高职院校是培养应用型、技能型人才、服务社会的重要基地,其大学生的心理健康状况越来越引起人们的重视。在社会的发展与教育环境的改变下,职业学校的学生在学习、就业、人际关系等方面遇到了越来越多的心理压力与困扰,这不仅对学生的个体发展产生了很大的影响,而且还会对学校的教育、教学、社会的稳定产生不利的影响。为此,构建一套行之有效的职业院校大学生心理危机干预机制,是目前我国教育界迫切需要解决的一个重大课题。

1 高职学生心理危机的类型与原因分析

高职大学生的心理危机,是在高职学习生活过程中,产生的一种心理困扰、情感波动或心理卫生方面的问题,对他们的学习、生活与发展产生了一种突发性的或潜在的危机状况。大学生心理危机的表现形式及成因各不相同,是由个人、家庭、社会、学校等诸多因素共同作用的结果。这些危机主要表现在学业压力、情绪压力、生涯发展、家庭问题以及自我认识方面。学业压力危机是学生在学业压力大、课程压力大、考试压力大的情况下,出现的一种心理问题,如焦虑、抑郁等;情绪困扰危机是指人际关系、友情和爱情等方面出现的问题,从而引起人们的孤独感、失落感和挫败感;职业发展危机主要表现为对自己的未来生涯

规划不清晰,就业压力大等因素引起的迷茫和挫折感。家庭问题危机主要是由于家庭不和睦、经济困难、父母离异等原因造成的,自我认知危机主要是因为自我认知、自我价值感的怀疑,以及自信心和自尊的缺失。职业院校大学生的心理危机是由学校环境、家庭、社会、个人因素以及长期的心理问题所引起的。学校环境中的学习气氛、教学质量和师生关系等方面的问题都会对大学生的心理健康造成不利的影响;另外,家庭经济状况、家庭关系的稳定性对大学生的心理健康也有一定的影响;就业压力、竞争压力和社会舆论压力等都会对大学生造成一定的影响;此外,大学生的个性特征、心理承受力和适应能力都是导致大学生心理危机的主要原因;如果不对其进行及时、有效的干预,经过一段时间的累积,就会演变成一种心理危机。了解职业院校大学生的心理危机类型及成因,有利于采取有针对性的心理干预,改善大学生的心理健康状况,促进大学生的全面发展与成长。

2 高职学生心理危机的现状与影响

职业技术学院大学生的心理危机状况及对其产生的影响已成为教育界的一个热点问题。高职学生的心理健康问题是一个不能忽视的问题,它不仅对个体、对学校,而且对整个社会都有很大的影响。职业技术学院大学生的心理危机状况具有普遍性增多、形式复杂、隐蔽性强、易被忽略等特征。大学生的心理危机

收稿日期: 2024 年 03 月 22 日

作者简介: 赵瑞 (1992—), 女, 汉族, 河南新乡人, 长垣烹饪职业技术学院, 助教, 研究方向为职业教育。

并不局限于学习压力,它涉及到情感、生涯规划和人际关系等诸多方面,是一个高度复杂的问题。但是,有些心理问题是比较隐蔽的,他们常常不愿或不敢把内心的痛苦表现出来,很容易受到忽略和误解。职业学校大学生的心理危机表现为学业成绩下降,生活质量下降,社会问题增多,心理健康风险增大,教学质量下降。因此,如何提高教师的素质是一个重要的课题。所以,认识并重视高职院校大学生的心理危机状况及其产生的影响,具有十分重要的意义。学校与社会要重视大学生的心理健康,要建立完善的大学生心理健康教育制度,建立大学生的心理危机干预机制,为大学生提供及时、有效的心理辅导与帮助。唯有如此,才能使大学生的心理健康得到充分的保护,使其得到充分的发展与成长。

3 校院两级管理的高职学生心理危机干预机制创新与实践的策略

3.1 建立多层次的心理健康服务体系

构建多层次的心理卫生服务系统,对高职院校大学生进行心理危机干预具有重要意义。在学校、学院两个层次上,该系统的设立是为了给学生们提供全方位的心理支援与服务,使他们能够更好地面对各类心理问题与压力,从而促进他们的心理健康与全面发展。在校行政层次上,建立健全的学校心理辅导中心,是实现这一目标的关键措施。该中心由专门的顾问及心理学家组成,由同学们提供辅导,心理测验及心理疗法。辅导员可以通过面对面沟通、心理测验、心理诊断等方式,为学员提供心理咨询服务,并能有效地减轻他们的心理压力。在此基础上,针对有困难的同学,进行专业的心理辅导,如药物、心理治疗等,使其能更好地应付自己的心理危机。高校在实施个性化心理辅导的同时,也要在学校管理层次上进行心理健康宣教,增强大学生的心理健康意识。通过开展心理健康讲座、主题活动、宣传专栏等形式,将心理健康的知识与技巧传授给大学生,使他们能够更加清楚地认识自身的心理需要,并能够有效地处理心理压力与烦恼。在学院级管理层次上,构建良好的精神卫生教育系统也是十分重要的。要提高大学生的心理素质,增强大学生的抗应激能力,必须加强辅导员与教师的配合。辅导员可以利用班会、个人辅导、心理讲座等方式,对大学生进行教育,使其认识到自身的心理特征和需

要,增强其心理健康意识,增强其自我调适能力。通过对学生进行心理健康教育,使其得到更好的发展。

3.2 建立心理危机预警机制

构建职业院校大学生的心理危机预警体系,对其进行有效的管理具有重要意义。运用现代信息技术,构建大学生心理健康档案与评价体系,能够对可能出现的心理危机进行预警与干预,使学生的心理健康得到最大限度的保护。运用现代信息技术,构建大学生的心理健康档案,是构建大学生心理健康预警体系的前提。这个记录体系包含了学生的个人资料、心理测评结果、心理咨询记录,是学校及老师对学生心理状况的综合认识。通过收集、整理学生的日常行为、学习成绩、生活习惯等方面的资料,可以构建一个较为完善的大学生心理健康档案,并对其进行预警。在此基础上,构建大学生的心理健康评价体系,是构建大学生心理健康预警体系的重要内容。该体系能够运用心理评价工具、问卷调查等手段,定期对大学生的心理健康情况进行评价与监控。通过对测评结果的分析,能够及时地发现大学生的心理问题,并对其进行有效的防范。根据所识别出的潜在的心理危机隐患,建立相应的预警机制,对其进行有效的干预。这主要是对学生进行心理咨询服务,安排个性化的干预,如心理治疗或心理咨询,也可以采取集体性的干预手段,如组织心理健康教育活动,强化班级心理咨询。在此基础上,对大学生进行适当的心理干预,能有效缓解大学生的心理紧张,避免其出现更严重的心理问题。其次,强化高校学生的心理健康档案保密管理,是建立高校学生心理健康预警体系的一项重要保证。要加强对学生档案的收集、保存、使用等环节的管理,加强对学生的隐私的保护,避免个人信息的泄漏与滥用。

3.3 建立跨学科合作机制

构建跨专业协作机制是解决职业院校大学生心理危机的有效途径。通过学校和学院的管理部门与心理学、教育学、社会工作等有关专业部门的密切协作,能够发挥各自专业的专长与能力,制订并实施有针对性的心理危机干预计划,以提升心理危机干预的实效性与专业性。学科间的协作,为大学生心理危机干预工作提供了多样化的角度与途径。由心理学专业人员在心理学理论、心理疗法等领域给予专门的知识支撑,有助于发现大学生心理问题产生的根本原因,并

有针对性地进行干预；教育领域的专家能够根据学生的心理特征及教育环境，为学生制定有效的心理教育计划；此外，社会工作专业人士亦可在社会支援及资源配置上，为同学们提供全方位的心理支援与协助。另一方面，学科间的交叉融合，有利于各学科间的交流与协作。本项目拟通过组织多学科协作研讨会、研讨会、专题讲座等形式，让不同学科的专家进行经验交流，共享资源，共同探索应对心理危机的方法。通过本项目的研究，可以促进多个学科的交叉融合，促进多个学科的交叉融合，促进多个学科间的协作与协作，促进心理危机干预工作的开展。四是加强学科间的协作，有助于提升心理危机干预的效率与专业水平。各个领域的专家们能够针对学员的特殊状况和需求，一起设计出有针对性的个体化的心理危机干预计划，并且在执行中相互配合，互相补充，从而保证了各项措施的综合性和针对性。本项目拟开展多学科交叉研究，将不同学科的资源进行有效整合，有效提升大学生心理危机干预的有效性与质量，为大学生心理健康与全面发展提供更加可靠的保证。

3.4 加强师生沟通与互动

要对大学生的心理危机进行有效的干预，就必须加强教师与学生之间的交流和交流。构建良好的师生关系，既能提高大学生的心理健康水平，又能及时发现并处理他们的心理问题。为此，学校及部门应加强教师与学生的交流与交流，为学生创造良好的学习环境。高校与学院之间要开辟一条公开的交流通道，让学生与老师有更多的交流与对话。开展教师与学生的座谈会，开展心理健康讲座，开展个人辅导等。这样，老师们就能更好的掌握学生的学习生活以及心理健康情况，对他们的心理问题及时的检测，给予必要的关心和帮助。同时，在平时的教育与生活中，老师也要多关心学生，多倾听学生的心声，为学生的成长提供必要的帮助与支持。通过面对面的交流，电子邮件，网络平台等形式，老师可以和学生建立紧密的联系。在教学中，老师要重视学生的情绪体验和心理需要，让他们主动地参加课堂，让他们有机会把自己的

思想和感情表达出来。在学生的生活中,老师要对学生的生活状况、情感状况进行积极的关注,及时地与他们进行交流,给予他们必要的情感上的帮助与引导。

3.5 建立完善的危机干预与处理机制

要保证职业技术学院大学生的心理健康，必须建立健全的危机干预和应对机制。在此基础上，根据不同类型、不同级别的心理危机，构建相应的干预和处置机制，不仅能更好地解决突发事件，而且能更好地解决突发事件，提升应急处置的有效性和规范性，保证大学生的心理健康与安全。在学校层次上，要有健全的突发事件应急预案与应对机制。学校要根据自身的特点，制订相应的应对措施，明确职责、工作程序。为保证突发事件的快速、有序地进行，应急预案应包含预警机制、程序和渠道。在此基础上，成立由有关部门、人员组成的应急处置小组，对各种类型的心理危机事件进行处置，以保证师生的安全和身体健康。其中，对大学生的心理危机事件进行追踪、评价，是提升大学生危机管理工作效率与质量的有效途径。学校应建立学生心理危机事件的注册与追踪制度，对每个学生的心理危机事件进行记录与分析，对其采取的干预效果与存在的问题进行评价，并加以完善与优化。藉由定期之评鉴与回馈，可持续提高学校应对危机的水准与能力，并能有效地防范与化解潜在的心理危机。在校级层次上，强化高校辅导员队伍的建设，是保证大学生心理健康的一个重要保证。

4 结束语

总之，关注和解决中职学生的心理卫生问题，离不开全社会的共同努力。本项目基于学校和学校两个层次的管理视角，提出了一种创新的心理危机干预方法，为缓解大学生心理问题，促进其全面发展和健康成长提供理论依据。构建多层次的精神卫生服务系统，构建心理危机预警系统，强化学科合作，增强学生与教师之间的沟通与交互，构建完善的危机干预与处理机制，为中职学校心理卫生工作提供更加专业的保障。

参考文献

- [1]孙焕新. 高职校院加强思想政治教育工作路径探究——以“两级管理”为例[J]. 国家通用语言文字教学与研究, 2022(9): 62-64.

[2]齐婉宁. 高校应急管理信息沟通有效性研究[D]. 大连: 大连理工大学, 2022.

[3]安若雨. H 高校 X 学院教务管理业务流程优化[D]. 石家庄: 河北科技大学, 2021.

[4]王金贵, 齐燕铭. 学生心理健康危机辅导风险评估系统设计[J]. 现代电子技术, 2021, 44(22): 106-110.

[5]杨德江. 高职院校学生学业预警机制的优化策略研究[D]. 桂林: 广西师范大学, 2021.

基金项目: 本文系长垣市 2023 年度职业教育教学改革研究与实践项目“校院两级管理下高职院校学生心理危机长效干预机制的研究与实践”(编号: ZJG230117)的(阶段性)研究成果。