

“互联网+”背景下高职学生心理健康教育模式的研究

于丹丹¹ 赵海楠²

(1. 吉林省经济管理干部学院, 吉林 长春 130000;

2. 北森生涯(北京)教育科技有限公司, 北京 100000)

摘要:“互联网+”是社会进入到信息技术时代的一种新型理念, 这种新型观念对于教育改革的推进具有很重要的推动作用。在“互联网+”背景下研究高职学生心理健康教育模式, 能够帮助高职学生们提高心理素质, 提高高职学生对于学习心理知识的主观能动性。通过借助“互联网+”信息技术工具, 拓展高职院校心理健康的教育内容, 进一步疏导高职院校学生的心理压力, 使高职院校的学生能够身心健康全面地发展。

关键词:“互联网+”; 高职学生; 心理健康; 教育模式; 研究

心理健康教育在学生每个学习阶段都是非常重要的, 高职院校在研究学生们的心理健康过程中, 要顺应时代社会的发展, 特别是在“互联网+”背景之下, 学生心理健康教育模式对学生们的身心健康发展起到积极的作用。在网络科学技术发达的今天, 高职院校的学生们上网冲浪的时间比较多, 高职院校的学生们在网上一些短视频平台、社交平台、电商平台等等花费的时间比较多。所以, 利用“互联网+”可以更好地疏导学生们的心理健康。

一、“互联网+”背景下高职学生心理健康教育模式的基本内涵

在“互联网+”环境背景之下, 对高职学生心理健康教育模式进行创新、改革, 首先就是要基于高职学生们的心理特点, 通过运用“互联网+”的信息技术手段, 打破传统心理健康的教学模式以及教学过程中固定的教学思想, 进一步创新高职学生心理健康的教学方式、丰富多元化的教学内容, 从而实现老师和学生之间的良性互动, 提高高职学生心理健康教育模式的教学成果。“互联网+”环境背景下高职学生心理健康教育模式不同于传统心理健康教育模式, 区别之处在于传统高职学生心理健康教育模式的教学内容就是预防和治疗, 根据解决高职学生们的心理问题、排除高职学生们的心理障碍为基本出发点, 重视高职学生们的心理疏导、心理调节, 从而进一步提高高职学生们的心理承受能力^[1]。然而“互联网+”环境背景下的高职学生心理健康教育模式则是注重干预性和发展性相统一的方式, 从高职学生们的身体、心理状况出发, 立足于大学生们的终身心理发展, 进一步提高高职学生的心理素质, 注重高职学生们内心优秀的品质发展, 培养高职学生们的综合素养能力。

二、“互联网+”背景下高职学生心理健康教育模式的现状问题

(一)“互联网+”网络平台参差不齐

各大高职院校对于自身高职学生心理健康教育模式都有属于自己的一套固有管理方式以及管理特点, 即使我们国家都要求各个高职院校要建立心理健康教育模式的平台, 但是大部分高职院校建立没有什么特色, 或者一些高职院校购买的网络平台不能满足实际院校学生们的心理健康需求。在大部分高职院校中, 心理健康教育平台仅仅是发布一些关于提

高高职学生心理健康的能力素质的相关文章, 或者是一些关于心理健康的小测试, 以及少数高职学生用心理健康教育平台来咨询心理问题。在大部分的高职院校中, 没有将心理教育作为主流内容, 从而造成心理健康教育比较随意化、碎片化, 使用的效率不太高, 对高职学生们也没有什么推进作用。

(二) 心理健康教育内容比较单一, 学生认可度较低

“互联网+”环境背景下的高职院校心理健康教育中心, 每年都会根据高职学生们的心理特点来召开一次心理健康教育大会, 但是大会的内容相对比较枯燥, 好多学生都不愿意参加。而且心理健康教育大会的特色活动不太多, 让高职学生们能够记得住的活动更少, 从而导致心理咨询普及率较低。根据国家青少年研究中心心理研究报告显示, 不少高职学生们在遇到烦心事的时候, 80%的学生们都会找比较亲近的朋友们进行倾诉, 仅仅不到5%的学生们会找心理老师进行咨询、沟通^[2]。根据调查结果表明, 有的高职学生们想去找心理老师疏导的时候, 担心遭到其他同学的鄙视, 认为自身心理“有病”; 还有一部分高职学生, 可能鼓起勇气去找心理老师咨询心理问题, 但可能去的时候心理老师在忙, 或者不在办公室, 去了好几次都没有解决自身心里的问题, 久而久之, 高职学生也就不再依赖于心理老师。

(三) 心理健康机构发展太快, 基础设施不规范

自改革开放以来, 我们国家的高职院校的心理健康教育机构就如同雨后春笋般迅速崛起, 所以大部分高职院校都纷纷设立起心理健康教育机构。但是由于高职院校对于心理健康教育工作存在一定的偏差见解, 所以就导致在不同高职院校心理健康教育机构发展得都不太稳定、不太平衡。也有部分高职院校的心理健康教育机构的相关基础设施配备不全, 也有一些心理健康教育机构的命名不规范, 没有按照我们国家相关规定配备比较专业的心理老师, 一些比较基础的规章制度也没有进一步明确落实, 就会在一定程度上限制了高职学生心理健康教育模式的发展。

三、“互联网+”背景下高职学生心理健康教育模式的构建

(一) 建立良好网络监督机制, 营销良好的网络信息氛围

“互联网+”环境背景下的高职院校可以为高职学生们构建网络心理健康教育机制, 以及成立高职学生网络心理健康教育工作组。究其原因, 学生的心理健康问题不仅仅需要学生本身

【课题名称】 本文系吉林省经济管理干部学院院级课题项目“‘新冠’疫情下大学生的心理状况调查及后续干预研究”的阶段成果, 课题编号: 2019027。

【作者简介】 于丹丹(1982—), 女, 硕士研究生, 研究方向: 发展心理与教育。
赵海楠(1982—), 男, 硕士研究生, 研究方向: 职业生涯规划。

的努力,同样也需要学校方面给予一定的帮助,和学生一起共同克服心理困难及心理障碍。除此之外,高职院校也要为学生营造比较轻松、欢脱、关心的校园环境氛围。在“互联网+”环境背景下,借助“互联网+”网络平台来发起和学生心理健康教育有关的活动项目,例如:网络心理健康教育在线测试、网络心理健康教育辅导、网络心理健康教育大赛等等相关活动,利用“互联网+”网络平台可以帮助高职学生对心理健康教育有一定的掌握以及了解^[3]。高职院校的辅导员以及专业课程的老师要善于发现高职学生们的异常举动,时时刻刻对高职学生表示出关怀之意,才能在高职学生们心理出现问题的时候及时进行疏导,积极帮助高职学生走出心理阴影。

(二)以“互联网+”为核心,创立高职学生心理健康状态评估机制

在“互联网+”环境背景下,构建高职学生心理健康状态评估机制,是更好展开高职学生心理健康教育的基础性工作之一。在“互联网+”环境背景下,首先要成立心理健康教育协调部门,并且组织好相关心理老师,从而进一步扩大师资队伍,与此同时还要笼络一些比较有经验、专业知识比较高的心理老师成立一个心理调研团队。在“互联网+”环境背景下,构建高职学生网络心理健康教育机制的时候,也要积极协调各个思想政治教育部门之间的工作。高职院校的心理健康教育研究学者或者心理老师也要对大学生们的心理状态进行实时观察,对高职学生们的言谈举止等等留心观察,及时发现有心理问题的高职学生,给出相应的心理疏导。

(三)有效融合网络和现实中高职学生心理健康教育

在“互联网+”环境背景下,网络心理健康教育和现实

心理健康教育相比较,网络心理健康教育有着非常明显的优势。网络信息传播速度比较快,范围更广泛,所以相关心理老师要不断提升自身的专业素质,将网络心理健康教育和现实心理健康教育进一步融合。在开展心理健康教育工作的过程中,使用现实心理健康教育,拉近心理老师和学生之间的距离,便于师生之间更好的交流、沟通,与此同时还能够及时掌握学生的心理状态,结合教学内容来促成高职学生了解更多的心理健康教育内容。

综上所述,目前高职院校对于学生们的心理健康疏导工作已经取得良好的成绩。但是部分高职院校也存在一些实际的问题,比如高职院校的心理健康的相关资源比较缺乏、心理健康专业课程的教育内容也相对其他学科来说比较枯燥、教育机构不太健全等等问题。在“互联网+”时代背景之下,要积极探索高职院校心理健康的教育模式下学生们的心理诉求,利用“互联网+”优势实时监控学生们的心理状态,帮助高职院校的学生们完成助人为乐的目标。

参考文献

- [1] 王竹青.互联网+背景下高职心理健康教育模块式教学模式的创新研究[J].中国多媒体与网络教学学报(中旬刊),2020(4):59-60.
- [2] 周弦,潘亚妹,朱丽芬.“互联网+”背景下高职学生网络心理健康教育机制的构建研究[J].智库时代,2018(46):245-246.
- [3] 李颂平.基于策略最优化原理的高职大学生心理健康教育研究[J].中国职业技术教育,2018(4):89-92.

(上接第117页)

容易因心理脆弱而无法融于社会。但将就业创业教育与思政教育结合起来,培养学生具备较强的情绪管理能力、人际交往能力、与人合作能力和社会适应能力,并且具备健康的身心、独立的人格和美好的品德,为步入工作岗位后成为符合企业需求的高素质人才,适应社会打下基础。同时,高职思政教育中包含的社会实践教育,能够让学生早日接触社会,关注社会热点问题,掌握当前就业形势,不断实现自我优化,快速成长。

四、高职思政教育促进学生就业创业的策略

(一)加强校企合作,参加企业思政教育活动

高职院校思政教育以培养专业技术能力强、思想品德过关及爱岗敬业的人才为目标,因此,思政教育不能仅仅在课堂上开展,还应结合专业特点与相应企业合作。为给将来就业打下坚实基础,快速提高学生的社会适应能力和将理论知识应用于实践的能力,学校可充分运用网络平台了解企业需求并选派本校学生深入企业开展实习工作。另外,为了丰富学生的工作经验和人生阅历,了解日后的工作责任、使命,还可组织学生到本地或周边与学生专业相关的企业中参加思政教育活动,将活动中的感悟记录下来并进行分享。

(二)明确人才培养目标,培养学生的综合素质

第一,增强就业价值观。以培养学生正确的价值观为目标,创建以就业价值观为主题的活动,让学生以小组形式自由讨论,根据每位学生的发言,挖掘他们的内心想法,发现是否有不正确的就业价值观,及时加以纠正和引导,加强学生对正确就业价值观的认知。

第二,增强道德品质。良好的道德品质是高素质人才的

基本素养,成功就业和自主创业都需要以此为基础。只有具备爱国、敬业、诚信等基本道德素养,才能够遵纪守法,遵守企业规章制度,进行良性竞争,以小我成就大我。只有具备积极乐观、坚强不屈的品质,才能在面对就业创业困难时迎难而上、永不放弃。只有具备雄心壮志、远大理想,才能奋勇拼搏、开拓创新。一方面可开展思想道德教育活动,另一方面可树立道德典范,以学分进行激励,切实提升学生的道德品质。

第三,增强职业素养。高职院校可以培养职业素质为目标,开展形式多样的校园活动,令学生进行不同职业角色扮演,在舞台上充分展示自我,锻炼职业素养;还可以强化职业素质为目标,利用多种渠道为学生提供进入企业实习的机会,让学生在实践锻炼中形成良好的职业素质。

综上所述,高职思政教育是一个长期系统工程,可通过加强校企合作、明确人才培养目标、培养学生综合素质的方式,全面提升高职学生的就业创业成功率,为我国经济发展输送高质量人才起到有效推动作用。

参考文献

- [1] 施福新.高职学生创业教育与思政教育优化对接的思考[J].中国职业技术教育,2010(34):79-81.
- [2] 姚冰.简述高职思政教育对学生就业创业的影响[J].青年时代,2018(28):245-246.
- [3] 王司娟.高职思政教育对学生就业创业的影响[J].才智,2016(13):140,142.