

新质生产力背景下大学生心理健康教育模式创新

王好静

三门峡职业技术学院, 河南三门峡, 中国

【摘要】 在新质生产力背景下, 社会经济、科学技术等方方面面都发生了深刻的变化。这在多维度上对大学生的心理健康造成了影响。本文通过分析新质生产力带来的新特征, 深入探讨了新质生产力背景下大学生心理健康教育模式创新的必要性及当前大学生心理健康教育工作所面临的挑战, 并提出了构建多元融合、精准高效的大学生心理健康教育模式和具体的创新策略, 旨在为高校大学生心理健康教育提供理论支持和实践参考, 从而更有效地开展大学生心理健康教育工作, 促进大学生心理健康和全面发展。

【关键词】 新质生产力; 大学生; 心理健康教育

1. 引言

新质生产力以科技创新为主导, 符合新的发展理念, 它的出现标志着经济发展方式的重大转变, 对社会各领域的影响广泛而深刻。在心理健康教育领域, 新质生产力在带来新机遇的同时, 也带来了新的挑战。对大学生而言, 心理健康是大学生全面发展的基础, 传统的心理健康教育模式在新的时代背景下逐渐显现出不足, 在一定程度上难以满足新质生产力背景下大学生日益多样化、复杂化的心理健康需求。因此, 探索大学生心理健康教育模式在新质生产力背景下的创新, 具有十分重要的现实意义。

2. 新质生产力背景下大学生心理健康教育模式创新的必要性

2.1 适应社会发展的需求

新质生产力推动着社会经济结构的调整 and 产业升级, 它的发展带来了社会结构、经济模式和文化观念的深刻变革, 社会对人才的综合素质也在新质生产力背景下提出了更高的要求。扎实的专业知识, 娴熟的一技之长和良好的心理素质都是当代大学生所必须具备的。传统的心理健康教育模式以传授理论知识和心理辅导为主, 难以满足新质生产力背景下大学生多样化、个性化的心理健康需求。因此, 创新心理健康教育的模式, 使之与社会发展的需求更好地适应, 是当前一项重要工作。

2.2 满足大学生心理健康发展的需要

新质生产力的发展需要具有创新精神、良好心理素质和适应能力的人才。新质生产力带来了信息爆炸和多元化的价值观, 面对种种诱惑和选择, 大学生们容易出现迷茫、

焦虑、情绪低落等心理问题。作为人才培养的重要组成部分, 心理健康教育模式的创新有助于培养学生和社会成员的心理韧性、创新思维和团队合作精神, 使他们能够更好地应对新质生产力带来的挑战和机遇, 为社会发展做出贡献。传统的心理健康教育通常以问题干预为主, 而对预防与发展却有所忽视。创新心理健康教育模式可以更加关注大学生的心理成长和发展, 提供心理方面的个性化支持与服务, 满足不同学生的心理需要, 促进其心理健康和人格完善。

2.3 提升心理健康教育的实效性

随着社会和时代的发展, 心理问题的复杂性和多样性不断增加, 大学生的心理特征和需求变化日益增大。传统的心理健康教育内容和方式已经很难适应其现实需要, 在解决一些深层次、个性化的心理问题时显得力不从心。通过创新心理健康教育模式, 引入新的理念、先进的技术和科学的方法, 如大数据分析、个性化干预方案、人工智能等, 全面了解大学生的心理状况, 并提供针对性的教育和辅导, 更好地满足大学生心理健康需要。

3. 新质生产力背景下大学生心理健康教育面临的挑战

3.1 社会环境变化带来的心理压力

1. 科技进步带来的学习压力。新质生产力推动了科技的飞速发展, 知识更新换代速度加快。大学生需要不断学习新本领, 以适应社会的需求。例如, 在信息技术领域, 新的编程语言、软件工具不断涌现, 大学生不仅要掌握本专业的核心知识, 还要紧跟技术发展趋势学习新兴技术。这使得大学生的学

习任务日益繁重,学习压力不断增大。在高强度的学习状态下,大学生容易出现焦虑、情绪低落等心理问题。

2.竞争增大带来的就业压力。新质生产力背景下,产业结构不断升级,企业更加注重求职者的综合素质、创新能力和实践能力。大学生就业面临激烈竞争,不仅要与同届毕业生竞争,还要面对往届未就业学生和其他行业转行人员的竞争。据统计,高校毕业生数量近年来持续增加,就业市场供求矛盾越来越突出。为了在就业竞争中脱颖而出,大学生需要持续增强自身竞争力,参加各种培训、考证考级,无形中增加了心理负担。

3.信息爆炸带来的心理困惑。在新质生产力时代,信息传播更加迅速和广泛。大学生每天接收的信息量都很大。这些信息中不乏一些虚假的东西。面对纷繁复杂的信息,大学生往往难以辨别真伪,容易产生困惑和焦虑情绪。此外,虚拟社交在社交媒体上也对大学生心理健康造成了一定的冲击。一些大学生过度依赖社交媒体,在虚拟世界中寻求认同感、归属感,而忽视了现实生活中的人际交往,造成人际关系淡漠和心理问题,如孤独、郁闷等。

3.2 心理健康教育理念相对滞后

1.重治疗轻预防。目前,部分高校的心理健康教育仍然侧重于对已经出现心理问题的学生进行治疗,而忽视了心理问题的预防。这种“救火式”的教育模式往往只能解决表面问题,无法从根本上预防心理问题的发生。心理健康教育应该是一个全面的、系统的过程,不仅要重视学生心理疾病的治疗,更要注重学生心理素质的培养和心理调节能力的培养,也唯有如此,才能帮助学生树立正确的人生观、价值观和世界观。

2.忽视学生个体差异。大学生的心理特点和需求存在着明显的个体差异,不同家庭背景的他们,心理发育特点各不相同。然而,当前的心理健康教育往往采用统一的教育模式和方法,忽视了学生的个体差异。这种教育方式的“一刀切”,并不能满足学生的个性化需求,由此带来的心理健康教育效果大打折扣。

3.与新质生产力发展结合不紧密。新质生产力的发展带来了社会的深刻变革,对大学生心理健康影响深远。然而,目前的心理健康教育理念未能及时跟上新质生产力发展的步伐,缺乏对新质生产力背景下大学生心

理特点和需求的深入研究。心理健康教育的内容和方式还停留在传统的水平上,对新质生产力带来的新挑战无法有效应对。

3.3 心理健康教育方法和手段单一

1.以课堂教学为主,缺乏多样性。目前,高校心理健康教育以课堂教学为主,通过开设相关课程,把心理健康方面的知识传授给学生。这种教学方式虽然能够系统地向学生传授理论知识,但缺乏实践环节和互动性,学生学习积极性不高。此外,课堂教学的时间和空间有限,学生个性化的心理需求无法满足。

2.心理咨询服务形式有限。高校的心理咨询服务主要以面对面咨询为主,这种咨询方式虽然能够为学生提供个性化的心理辅导,但受时间和地点的限制,学生预约咨询的难度较大。此外,部分学生由于担心隐私泄露,不愿意选择面对面咨询,而网络咨询、电话咨询等新兴咨询方式虽然具有便捷性和隐蔽性的优点,但在高校的应用还不够广泛。

3.科技手段运用不足。新质生产力背景下,科技的飞速发展为心理健康教育提供了丰富的技术手段。例如,虚拟现实技术可以为学生提供沉浸式的心理体验,帮助同学们舒缓压力,调整情绪;大数据技术能够分析和挖掘学生的心理数据,提供心理健康教育决策的精准支持。然而,目前高校的心理健康教育在科技手段的应用方面还比较滞后,未能充分发挥科技的优势。

3.4 专业师资队伍建设不足

1.师资数量不足。随着高校招生规模的日益壮大,大学生的数量不断增加,对心理健康教育教师的需求也日益增加。然而,目前高校心理健康教育师资力量不足,无法满足学生的心理需求。据调查,部分高校的心理健康教育教师与学生的比例远低于国家规定的标准,导致教师的工作负担过重,不能及时有效地为每一位学生提供心理服务。

2.专业素养参差不齐。心理健康教育工作专业性强,要求教师心理学专业知识扎实,实践经验丰富。然而,目前,一些高校的心理健康教育教师都不是心理学专业出身,在心理学方面缺乏系统的专业训练,专业素养参差不齐。此外,因为心理健康教育工作的特殊性,教师需要不断更新自己的知识技能,以适应学生心理发展的变化。但部分教师缺乏自我提升的意识和动力,导致专业水平难以提高。

3.职业发展空间有限。心理健康教育教师不仅要承担教学和咨询工作,还要开展科学研究和心理健康教育宣传活动,任务繁重,但职业发展机制不够完善,在职称评定上处于下风,导致心理健康教育教师的工作积极性不高,人才流失现象严重。

4.新质生产力背景下大学生心理健康教育模式的具体创新策略

4.1 注重教育理念创新和发展

1.创新教育理念:大学要树立正确的心理健康教育理念,将心理健康教育的重点从问题干预转向预防和发展,注重大学生乐观、自信、顽强等积极向上的培养,提升大学生自己的心理调节能力和幸福感。

2.强调个性化教育:新质生产力背景下,大学生心理需求呈现多元化、个性化特征,所以,心理健康教育要以个性化教育为主,根据个体的不同特点和需求制定不同的教育方案和干预措施。通过心理测评、大数据分析等多种方式,对个体的心理状况和需求进行深入地了解,为他们提供精准的心理服务。

4.2 构建多元化的教育内容体系

1.融入相关知识:在心理健康教育内容中融入新质生产力的相关知识,如科技创新、产业发展等,帮助大学生了解社会发展趋势,树立正确的事业观、价值观,增强自己适应社会的能力。

2.加强精神卫生素养教育:加大精神卫生素养教育,普及心理卫生知识,提高大学生心理认知水平和自我保健意识。教育的内容可以包括知识和技能,如情绪管理、人际关系、应激反应等。

3.开展个性化教育:根据大学生的具体特点,开展个性化的心理健康教育。例如,为理工科专业的学生提供创新思维和团队协作方面的培训,为文科专业的学生提供情绪表达和沟通技巧方面的指导。

4.3 创新教育方法和手段

1.采用新的信息技术:充分利用大数据、人工智能、虚拟现实等信息化手段,探索出最新的心理健康教育方法和手段。例如,通过大数据分析大学生的心理状况和需求,对他们进行个性化心理服务;运用虚拟现实技术进行心理健康培训,使大学生心理调节能力得到提高。

2.开展体验式教育:开展拓展训练、心理戏剧表演等体验式心理健康教育活动,提

高大学生的心理素质。体验式教育具有互动性强、趣味性高的特点,能够激发大学生的参与热情,增强教育效果。

3.加强家校合作:加强与家长的沟通与合作,建立家校联动的心理健康教育机制。学校可以将学生的心理状况定期反馈给家长进行家庭教育,共同维护学生的心理健康。

4.4 加强专业师资队伍建设

1.提高师资准入门槛:健康教育提高心理健康教育师资队伍准入门槛,要求教师具备心理学、教育学等相关专业背景和专业资格证书。同时,加大师资力量培养和考核力度,提高教师的业务水平和教学能力。

2.开展培训与交流:定期对教师进行心理健康教育培训,并开展交流活动,让他们了解心理健康教育的最新技术,使他们的知识结构不断更新,专业素养不断提高。

3.建立激励机制:建立和完善心理健康教育师资队伍激励机制。例如,设立专项奖励基金,对在心理健康教育工作中表现突出的教师进行表彰和奖励。

4.5 完善心理健康教育服务体系

1.加强咨询服务:加强心理咨询中心建设,配备专业的心理辅导人员,拓展心理咨询服务的渠道,及时有效地为大学生提供心理辅导服务。

2.建立干预机制:建立健全心理危机干预机制,及时发现和干预大学生的心理危机事件。制定心理危机干预预案,明确干预流程和责任分工,确保在危机事件发生时能够迅速、有效地进行处理。

3.加强考核反馈:建立心理健康教育评估反馈制度。定期评估和反馈心理健康教育工作的效果。根据考核结果,适时对心理健康教育的内容和方式进行调整,促使心理健康教育质量和水平不断提高。

5.结论

在新质生产力背景下,大学生心理健康教育既迎来了新的机遇,也面临着新的挑战。创新大学生心理健康教育模式是适应社会发展需求、满足大学生心理健康发展需要、提升心理健康教育实效性的必然选择。高校要树立正确的心理健康教育理念,构建多元化的教育内容体系,创新教育方法和手段,加强专业师资队伍建设,健全心理健康教育服务体系,为大学生心理健康提供有力保障,促进大学生全面发展。同时,政府、社会等各方也应共同参与,形成全社会共同支持大

学生心理健康教育工作的良好风气，推动大学生茁壮成长、成才。

未来，我们将进一步深入探讨新质生产力对大学生心理健康教育的影响，持续改进心理健康教育模式的创新战略，增强心理健康教育工作的科学性和实效性，推动心理健康教育事业不断发展，为新质生产力背景下大学生的心理健康保驾护航。

参考文献

- [1]蔡万焕, 张晓芬.新质生产力与中国式现代化[J].浙江工商大学学报,2024(2):29-38.
- [2]杨丹辉.科学把握新质生产力的发展趋向[J].人民论坛,2023(21):31-33.
- [3]杨勇.基于积极心理学的大学生心理健康教育研究[J].科技风,2019(29):248.
- [4]闫鹏.高校辅导员开展大学生心理健康教育研究[J].当代教研论丛,2023,9(2):79-82