

“三全育人”视域下高校学生心理健康教育模式探析

王冰, 王瑶, 黄林萱, 李思媛
哈尔滨理工大学, 黑龙江 哈尔滨 150080

摘 要 : 随着高等教育的快速发展, 大学生心理健康问题逐渐成为社会热门关注事项。三全育人理念与心理健康教育是理论和实践的关系, 对高校课程改革和教育深化发展具有强大的推动作用。本文从三全育人和心理健康教育的概念入手, 强调了二者对于学生全面发展的重要性。并通过分析高校开展心理健康教育的现状, 指出坚持以三全育人理念为指导的可行性。最终根据学生的实际情况和心理健康教育的开展特征, 提出三全育人视域下高校学生心理健康教育模式的实践路径和模式, 从而为课程思政的建设和学生综合培养提供了支持。

关 键 词 : 三全育人; 高等教育; 心理健康教育

An Analysis of College Students' Mental Health Education Model from the Perspective of "Three-whole Education"

Wang Bing, Wang Yao, Huang Linxuan, Li Siyuan
Harbin University of Science and Technology, Harbin, Heilongjiang 150080

Abstract : With the rapid development of higher education, college students' mental health has gradually become a hot social concern. The concept of three-whole education and mental health education is the relationship between theory and practice, which has a powerful role in promoting the curriculum reform and deepening the development of education in colleges and universities. This paper starts with the concepts of three education and mental health education, emphasizes the importance of both for the all-round development of students. By analyzing the present situation of mental health education in colleges and universities, the paper points out the feasibility of adhering to the concept of "Three-whole Education". Finally, according to the actual situation of students and the characteristics of the development of mental health education, this paper puts forward the practical path and model of the mental health education mode of college students from the perspective of three-whole education, so as to provide support for the construction of curriculum ideology and politics and the comprehensive training of students.

Keywords : three-whole education; higher education; mental health education

引言

三全育人是新时代的教育理念, 是教育领域综合改革的重要指导思想。心理健康教育是促进学生全面发展的重要推动力, 高校需要将其渗透到学生学习和生活的方方面面。一方面, 三全育人与心理健康教育是践行立德树人的教育根本任务的重要举措。学生道德和品格的培养, 以及良好的心理素质和积极的人生态度, 都是学生开展生活实践, 进行学习活动的重要思想指导; 另一方面, 三全育人与心理健康教育是建设课程思政的关键环节。高校需要以思政元素沁润课堂, 引导学生树立正确的三观, 具备良好的政治素养和思想觉悟。同时, 心理健康教育是推动学生德智体美劳全面发展的精神基础, 只有强大的心理素质和向上的人生态度, 才能促进学生的综合性发展。总之, 推动二者协同发展, 可以为新时代高校教育的发展助力。

一、相关概念阐述

(一) 三全育人

高校思政教育课程体系的改革孕育出了“三全育人”的概念, 即全员、全程和全方位育人。其具体特征包括以下三点: 一, 坚持“以人为本”的核心, 注重学生的主体地位。高校应该

根据学生的身心特点和学习能力来进行教学设计, 以打造差异化、个性化的教学模式; 二, 拓宽育人视域, 增强学生创新意识。高校应该丰富心理健康教学资源, 引导学生接触课堂外的内容, 以积极开阔视野, 激发他们的创新创造能力; 三, 整合教育资源, 优化课程内容。高校应该根据学生的实际情况, 优化心理健康教育的课程资源, 以丰富和调整教学内容, 促进学生的综合

基金项目: 2024年度思想政治工作研究课题《“三全育人”视域下高校心理健康教育路径研究》立项编号: 2024B005。

性进步。

（二）心理健康教育

随着物质生活极大丰富，以及教育领域的深化改革，心理健康教育越来越占据重要的位置。心理健康教育是指通过强化学生的心理感受，引导他们树立积极的人生态度，通过理论指导实践的作用，最终优化外部表现，以实现内外协调统一的状态。开设心理健康教育课堂，严格依照学生的身心发展规律，运用心理学的教学方法和模式，培养学生良好心理素质和积极向上的人生态度，最终实现整体素质的全面提升。^[1]学校是学生成长的主要场所，不仅要向他们传授知识，提高专业素养和技能，还要积极践行立德树人的教育的根本任务，培育社会主义的建设者和接班人。

二、“三全育人”视域下高校学生心理健康教育革新发展的可行性

（一）三全育人理念为高校心理健康教育提供指导

三全育人理念为心理健康教育提供了理论支持，在教学设计、教学实践和教学评估等中心环节指明方向和开拓路径。首先，在教学设计环节，三全育人理念明确了教育对象和教育尺度的问题。心理健康教育要以全体学生为教育对象，注重引导式教育，在潜移默化当中帮助学生树立良好的心态和品格。教师在进行教学设计时，坚持以三全育人为导向，可以更好开展思政教育，让心理健康教育工作更有针对性；其次，在教学实践环节，三全育人理念可以丰富类型，拓宽活动视野。心理健康教育坚持全方位育人的方针，可以开展多样化的教学实践，引导学生接触更多的内容，不仅可以建构他们的知识体系，还能增强他们的判断思维能力以及实际问题的解决能力；再次，在教学评估环节，三全育人理念推动了心理健康的全程教育。它可以延长高校心理健康教育的工作周期，使其贯穿于学生的大学生活的始终。同时，全程化的教育有利于跟踪和访问学生的实际情况，在开展心理健康教育后，教师应该关注他们今后很长一段时间的心理状况，并及时地进行调整和改进。总之，三全育人理念规范了高校心理健康教育，推动其实践的进一步发展。坚持三全育人理念，切实落实立德树人根本任务，是高校心理健康教育深化改革的重要举措。

（二）心理健康教育为学生身心健康发展提供保障

高校是培育综合型人才的重要场所，在开展学科教育的同时，也为学生心理健康发展提供了保障。学生阶段是世界观、人生观和价值观形成的重要阶段，对新鲜事物具有强烈的猎奇心理，高校应该让学生引导正确地认识世界，客观地了解外部环境，为今后的学习和生活打下坚实的精神基础。高校开展心理健康教育，可以帮助学生加强辨别能力，让他们对事物有正确的判断和认识，避免受到错误社会思潮的侵袭，以危害心理健康，阻碍自身的发展和进步。同时，坚持三全育人理念，高校的心理健康教育可以让学生的注意力回归到现实中，防止他们沉迷于碎片化的、海量的网络信息，热衷于虚拟空间的交往。只有帮助学生

正确认识互联网，树立正确的技术道德观，才能避免出现被网络驯化的异化现象。^[2]坚持以学生为中心，帮助他们明确自身定位，鼓励他们正确认识客观世界的同时，积极发挥自身的优势和长处，以避免社会本位和人本位的割裂。高校教育是连接学生和社会的桥梁，心理健康教育既能帮助学生了解现实发展和自身特征，合理规划人生道路和树立发展目标，又以实际需要为导向培养学生，关注社会本位，鼓励人才服务于社会。总之，高校坚持以三全育人为指导，开展心理健康教育，有利于帮助学生实现社会价值与自我价值的辩证统一。

三、“三全育人”视域下高校学生心理健康教育革新发展的路径分析

（一）发挥多方合力，构建全员参与的心理健康教育

高等教育正处在快速发展的阶段，高校接连扩招，大学生数量不断增加，不仅为高等教育教学发展、管理、就业工作带来新的挑战，大学生心理健康问题频发，也逐渐成为社会各方所关注的热点问题。在三全育人全员育人要求的指导下，高校可以充分整合校内教育资源，联合社会各方主体，一同形成教育合力，为学生提供良好的心理健康发展环境。^[3]首先要的是加强教师队伍建设。高校要充分认识到教师作为高校学生心理健康教育主要执行者，对学生心理健康教育事业发展的重要地位，构建高质量高水平的教师队伍，为心理健康教育提供人才支撑。高校应为心理健康教师专业发展提供充足的培训平台和资金支持，加大教师培训力度，邀请行业内的专家学者前往校园开展培训、讲座等，系统性提升教师心理健康教学水平，或者前往其他学校进行专业进修，切实提升教师教学水平，同时还要为教师打造线上或线下沟通交流的平台，相互交流教学经验，分享教学资源，互帮互助、取长补短，共同提升心理健康教育水平。此外，高校要鼓励教师积极开展科研工作，不断探索高校学生心理健康教育革新发展的途径和方法，为心理健康教育事业贡献一份力量。除了专业的心理健康教师之外，辅导员作为与学生生活紧密相关的重要角色，也要参与到心理健康教师队伍中，积极参与相关培训工作、定期进行心理健康教学研修等，不断提升自身心理健康教育能力。同时还可以利用辅导员身份更多地参与到学生生活当中，更好地了解学生在学习和生活中遇到的心理困境，为他们提供针对性的解决措施。除了心理健康教师外，专业学科教师也要适当在教学过程中渗透心理健康教育，以求在潜移默化中为学生营造良好的心理健康发展环境，促进学生专业能力和心理素质同步发展，培养综合型人才。

（二）拓展教学渠道，构建全程参与的心理健康教育

全过程育人指学生从迈入校园生活到毕业的每一个环节，都渗透相应的心理健康教育，从教育的连续性和系统性层面为抓手，全面提升心理健康教育质量，增强教育成效，培养学生良好的心理素质，面对未来学校生活和社会工作中可能出现的挑战。教师要注重学生心理健康教育第一课堂革新发展。学生一般要在校园内度过四年时光，在这一过程中，学生在身心层面都发生了

巨大的变化,心理需求差异逐渐显现,心理健康教育课程作为学生健康教育的主阵地,更好注重这一发展趋势,以学生不断变化的心理健康状况和实习需求为抓手,进一步提升心理健康教育的实用性。心理健康教育是贯穿大学生各个阶段,教师要认识到不同阶段的学生有着不同的心理需求,如大多数大一学生是第一次独立在陌生的城市生活,并且面对与高中全然不同的人际关系、学习环境等,可能会出现心理不适的状况,而大四学生则面临着升学、就业、分离等方面的压力,在即将步入社会生活的过程中难以实现很好的角色转变,对未来的生活充满迷茫等。此时,教师要从学生视角出发,分析同一阶段学生心理问题的共性,从而针对性的心理健康教育内容,如加强对大一学生的关爱和引导,向他们普及心理健康教育基础知识,帮助他们正确认识其在未来大学生活中的重要性,提升自我认知,自觉提升自身心理健康素养;为大四学生提供求职心理指导,缓解就业压力,更好地完成身份转换,以积极的心态迎接社会和就业中的困难与挑战。^[4]此外,还要充分利用第二课堂教学优势。第二课堂具有很强的灵活性,可以根据不同阶段、不同群体的心理健康教育需求,开展不同形式、不同场地、不同主体的第二课堂教育活动,例如,学校可以邀请心理健康教育专业前往学校开展讲座,向教师和学生带来更专业、更先进的知识体系,或者针对某一具体问题开展对性的专题讲座、主题班会等,为学生提供个性化的心理健康教育,提升学生整体心理健康水平。

(三) 丰富教学模式,实现全方位参与心理健康教育

全方位育人要求学校重视各个教育环节在学生心理健康教育方面的可以利用价值,开发多重教育载体的应用优势,如综合测评、文化建设、社会实践等,将心理健康教育自然融入其中,充分发挥隐性课程在提升心理健康教育质量的优势,提升学生心理健康素质,实现身心健康发展。首先,从校园环境建设方面入手。学校是学生成长的重要场所,高校要充分利用顶层设计优势,通过完善相关制度、营造良好心理健康教育氛围,全面促进学生心理健康整体发展。随着信息化社会的不断发展,网络逐渐成为大学生生活和学习的主阵地,高校可以利用这一特点,从线

上线下两方面为学生营造全方位的校园文化环境。在线下环节,学校可以为学生搭建专门的心理健康辅导室,为学生提供私密、安全的环境,从而更自然、放松、深入的抒发自己的现实困境和心理问题,提升教学成效。^[5]还可以开展心理健康主题讲座、科普活动等,向学生宣传心理健康基础知识,或者根据学生兴趣爱好和年龄特点举办更具有趣味性的心理健康活动,如话剧、社会实践等,吸引更多学生参与,营造开放、包容的校园文化环境。线上部分,学校则可以开发专门的线上心理健康教育平台,设置在线咨询、健康自测、知识学习等模块,让学生根据自己的情况进行询问或学习,自行解决自身出现的心理问题,减轻学生面对面交流带来的不适感。除了学校自身教育资源外,还可以联系社会组织、家庭等多方主体,多方接力形成教育合力,一同为学生打造不间断的良好的心理健康发展环境。高校可以加强与学生家长的联系,打造家校沟通的互动机制,从不同层面、不同角度了解学生心理发展状况,并针对性地构建具有操作性的心理健康教育机制。此外,高校还可以与社会机构展开合作,如与专业心理健康咨询机构展开协同合作,搭建线上心理健康教育平台,整合校内校外教育资源

四、结语

综上所述,心理健康教育是高校教育教学的重要组成部分,是育人工程中不可或缺的重要环节,也是践行三全育人理念的重要渠道。三全育人理念为高校学生心理健康教育提供方向指引和观念指导,心理健康教育则是实现三全育人教育理念的必由之路。高校和教师要深度了解三全育人的概念和要求,结合心理健康教育的目标和要求,明晰三全育人视域下进行高校学生心理健康教育的可行性和必要性,进而探索提升教学质量和效率的教学路径。高校层面和教师层面可以从三全育人全员、全过程、全方位的特点出发,构建高质量心理健康教师梯队,充分利用校内校外等多方教育资源,针对学生发展情况制定不同的心理健康课程,不断提升高校育人水平和能力,提升人才培养质量。

参考文献

[1]张强.“三全育人”视角下高校大学生心理健康教育研究[J]. 辽宁经济职业技术学院 辽宁经济管理干部学院学报, 2024,(04):137-140.
[2]齐畅.“三全育人”视域下高校学生心理健康教育模式探析[J]. 公关世界, 2024,(16):39-41.
[3]宫辰子.“三全育人”理念下的高校心理健康教育路径分析[J]. 学周刊, 2024,(19):158-161.DOI:10.16657/j.cnki.issn1673-9132.2024.19.040.
[4]牛春雨,翟讯莲.“三全育人”视域下高职学生心理健康教育模式探究[J]. 现代职业教育, 2024,(14):17-20.
[5]钟罗梅.“三全育人”视域下高校“1+4+4+2”心理健康教育模式探析[J]. 现代职业教育, 2022,(05):46-48.