

# 大数据背景下大学生心理健康教育的创新路径探究

鲁梅

(浙江越秀外国语学院, 浙江绍兴 312000)

**摘要:** 伴随着社会环境的改变, 素质教育受到了广泛关注, 其中大学生的心理健康问题日渐突出。为了更好地应对大学生心理健康问题, 高校可以从大数据时代背景出发, 加强大数据技术的应用, 推动心理健康教育的创新, 为大学生的健康发展提供保障。本文将大数据作为背景, 论述了大学生心理健康教育的机遇和挑战, 分析教育创新遵循的原则, 并提出具体的创新路径, 为心理健康教育创新提供参考。

**关键词:** 大数据; 大学生; 心理健康教育

在大数据时代背景下, 各行各业发生了较为明显的转变, 其中教育行业的思维与内容得到了更新。大数据技术在教育行业的使用, 推动了学生行为习惯与方式的转变, 学生可以从自身需求出发, 更加了解学习内容, 将大数据时代特点作为依据, 积极参与到网络的交流活动中。在当前时代背景下, 大学生心理教育可以通过大数据的融入, 根据学生实际, 开展相应的教学活动。高校可以从学生的发展特点, 借助大数据技术, 取得更好的心理辅导成效。

## 一、大数据背景下大学生心理健康教育创新活动的机遇与挑战

### (一) 机遇

在大数据时代背景下, 大学生心理健康教育的针对性得到了显著提升, 可以取得更好的教学成效。在传统的大学生心理健康教育环节, 教师往往采取问卷调查、抽样调查等方式, 很容易受到外界因素的影响, 教学缺乏针对性。大数据技术的应用, 可以弥补以往调查大学生心理方式的不足, 开展更为快捷的调查活动, 使教学信息更为完善, 推动信息准确性的提升, 更好的收集心理健康内容, 其中大数据对心理健康教育创新活动带来的机遇如下: 首先, 大数据技术的应用, 可以更快地更新数据信息, 打破以往教学的限制, 节省教师在心理健康调查消耗的成本。其次, 教师通过大数据技术的使用, 可以取得更好的教学成效, 使数据更加多样。许多大学生在大数据的调查中, 往往是无意识的表达, 数据的信息较为客观, 可以展现出大学生的心理发展与活动。因此, 大数据技术在大学生心理健康教育的应用, 有助于教学针对性的提升, 保障大学生的健康发展。最后, 教师可以应用大数据技术分析大学生的心理问题, 更好地开展对比活动, 明确大学生的心理发展实际。总之, 通过大数据技术的应用, 可以发现大学生存在的心理健康问题, 制定出相应的措施, 为其心理健康发展提供保障。

### (二) 挑战

大数据背景下, 大学生心理健康教育的创新同样迎来了挑战, 其中具体挑战如下: 首先, 高校的数据处理较为困难。基于大数据的特点, 许多高校并没有清楚地认识到大数据, 对其收集与处理水平较差, 在应用大数据的过程中, 部分教师的分析与精准能力较差, 无法提取到有价值的信息, 很难有效挖掘心理健康教育的相关数据, 导致实际的教学效果较差。其次, 许多高校的教学方式尚未更新。在大学生心理健康教育中, 虽然一定程度上应用了大数据技术, 但教学方式仍以灌输式教学为主, 很难满足学生的心理需求。在当前高校中, 许多教师对大数据技术的认知不足, 无法开展深入挖掘活动, 阻碍了心理健康教育的创新步伐。最后, 在大数据时代的背景下, 网络信息较为复杂, 大学生很容易受到其中负面信息的影响, 导致各种心理问题的出现。以上问题的出现,

阻碍了大学生心理健康教育的创新步伐, 教学仍存在较大的发展空间。

## 二、大数据背景下大学生心理健康教育创新遵循的原则

在大数据背景下, 高校开展心理健康教育, 为了取得更好的创新成效, 需要遵循以下方面的原则。一方面, 遵循以生为本原则。伴随着科学技术的发展, 大数据技术的应用, 可以更加快速的收集、分析以及挖掘相关教学数据。科学技术的发展是为了更好地服务于人们, 得到生活品质的提升。大学生心理健康教育的核心是学生, 为此, 在教学的创新活动中, 教师需要遵循以生为本理念, 提高教学的针对性, 更好的落实心理健康教育。在大数据时代的背景下, 高校需要贯彻以生为本理念, 使学生得到良好的发展, 将大学生心理健康教育作为基础, 调查大学生的心理状况, 从而开展更好的教学活动, 推动其身心健康发展。另一方面, 高校需要遵循价值引领原则。心理健康教育的价值是借助教学的开展, 满足学生的学习需求, 在实际的心理健康教育环节, 教师需要从学生的实际出发, 取得更好的学习效果。在当前社会的发展环节, 大学生的思想、价值等观念方式为较为明显的转变, 教学活动的开展需要满足大学生的心理需求。因此, 在大数据背景下, 教师在心理健康教育环节需要贯彻价值引领理念, 分析主体原则, 根据大学生实际, 开展针对性教学, 使大学生对教育产生认同, 为教学的创新发展提供保障。大学生处于价值观念形成的关键时期, 许多大学生的观念尚未成熟, 在心理健康教育的过程中, 教师需要遵循价值引领原则, 使学生在掌握心理健康的相关内容时, 逐渐形成良好的价值观念。在大数据背景下, 大学生心理健康教育创新的开展, 高校需要注重价值引领原则的贯彻, 借助数据挖掘、信息共享等形式, 明确学生存在的心理问题, 并通过大数据技术的应用, 使学生形成良好的心理情况, 取得更好的教学效果。同时, 在心理健康教育的创新过程中, 教师需要树立正确的思想价值观念, 借助价值、心理等形式的引领, 推动学生学习效果的提升, 解决其存在的心理问题。

## 三、大数据背景下大学生心理健康教育创新路径

### (一) 树立大数据意识, 提升教学成效

伴随着社会经济的发展, 大数据时代的到来, 为人们提供了更多获取数据信息的机会, 人们通过完整数据的应用, 可以全面了解生活的世界, 掌握丰富的知识。从大数据背景出发, 高校教师需要注重大数据意识的深化, 不断转变思想观念, 掌握更多的云计算、大数据的相关知识, 积极主动的在教学活动中应用大数据技术。在当前的时代环境下, 社会形势发生了较为明显的转变, 教师需要注重教学思维的转变, 逐渐形成良好的大数据意识, 推动大学生心理健康教育的创新, 使教育具有较强的时代特征。在当前环境下, 教师可以将大数据思维融入到大学生心理健康教育

环节,提升学生的相关素养,并通过大数据技术的灵活应用,分析大学生的心理健康情况,为教育工作的开展提供数据保障。同时社会环境的转变,也推动了教育理念的转变,高校需要注重大数据技术的宣传活动,使学生对大数据产生正确的认知。在教学的实践环节,教师可以要求学生积极参与到数据整理、分析等活动中,加深教师对学生情况的把握,使教学具有更强的实效性,为大学生的健康发展提供保障。

### (二) 创新教学方式, 解决心理健康问题

在大数据背景下,大学生很容易受到各种因素的影响,导致各种心理问题的出现,如情感、人际交往等,不利于大学生的全方位发展。因此,在高校的教学活动中,需要明确心理健康教育的重要性,推动教学创新的开展,为大学生的健康发展提供保障。在以往的大学生心理健康教育环节,高校往往采取问卷调查的方,对大学生存在的心理健康问题进行调查,虽然取得了一定的教学效果,但心理健康教育的工作也受到了许多方面的限制,如数据分析、样本选择等。在实际的教学活动中,教师采取的教学方式缺乏创新性,采取灌输式的教学方式,讲述心理健康知识。因此,在大数据背景下,为了明确大学生心理健康问题,高校可以从大数据背景出发,注重心理健康教育的转变,将大数据技术融入其中,解决大学生的心理健康问题,取得更好的教学效果。在大学生心理健康教育的实践环节,高校可以通过大数据、云计算等技术的应用,跟踪、整理大学生的心理健康情况,并根据相关数据,保障教育创新的开展。在育人活动中,教师通过大数据技术,构建信息化的教学模式,推动育人效果的提升,如高校推动心理健康网络平台的搭建,为师生交流提供便利,教师更好的整理大学生的心理健康问题,推动教学针对性的提升,开展更好的教学活动,使大学生形成健康心理。

### (三) 明确教学定位, 优化教育内容

在传统的大学生心理健康教育中,教师占据教学主体地位,大学生只是被动地接受相关知识,很难取得预期的教学效果。伴随着时代环境的转变,大学生采取的学习方式不断创新,逐渐形成了良好的心理健康状况。新型学习方式的使用,打破传统学习的限制,转变了以往的师生角色,凸显出大学生的主体地位。为此,在大学生心理健康教育环节,教师需要明确教学定位,注重教学方式的转变,优化教学内容。一方面,教师可以通过翻转课堂的应用,更好地梳理心理健康教学内容,节省教学资源的同时,取得良好的教学效果。教师可以通过大数据技术的灵活应用,明确大学生的课堂主体地位,开展良好的师生交流,推动其健康发展。另一方面,教师需要注重线上教学资源的开发,推动学生学习能力的提升,鼓励其开展自学活动,得到知识范围的拓展,掌握更丰富的技能,逐渐形成良好的观念,为日后的健康发展提供保障。

### (四) 构建心理数据库, 开展针对教学

在大学生心理健康教育的开展环节,教师需要注重大数据技术的应用,推动心理健康数据库的构建,整理大学生的心理健康状况,其中包含丰富的数据信息,将大学生的心理健康情况直观地展现出来。因此,高校需要注重大学生心理健康数据库的搭建,收集、储存数据信息,为教师开展考核活动提供依据,从而更好地开展针对性的心理健康教育。教师从大学生的心理健康出发,将其记录在数据库中,更好的监督管理大学生,发现大学生存在的异常情况,开展更好的心理辅导活动,解决大学生出现的心理问题,为其健康发展提供保障。心理健康数据库的搭建具有长期性,高校需要注重数据库的更新,开展更好的数据收集与筛选,注重

科学分析活动,对大学生的心理健康情况开展良好的评价。从大数据时代背景出发,数据得到了快速的发展,对信息管理、筛选具有十分重要的意义,可以通过对数据进行分析,修正其中滞后信息,保留真实信息,为教师教学的开展提供依据。通过以上活动的开展,教师可以掌握科学的教学方式,明确不同数据信息存在的联系,分析数据的变量,加深对大学生基本信息的把握,根据其背景、信息开展针对性的心理健康教学。大数据技术的应用,可以使教师发现大学生存在的共同心理问题,得到问题处理效率的提升,开展更好的心理健康教学,实施针对性教学,取得更好的育人效果。

### (五) 完善预测机制, 加强心理健康引导

从大数据时代的背景出发,为了取得更好的大学生心理健康教学效果,高校需要注重线上平台的应用,如微信、微博等,收集丰富的数据信息,明确大学生的心理特点。这些数据可以推动大学生心理健康评估活动的开展,更好的建设数据库,对大学生的心理健康开展良好的评估,推动教学效果的提升。如果发现学生存在心理健康问题,教师需要及时干预,加强心理健康引导,解决其遇到的心理问题,推动良好心理健康预测机制的搭建。在对大学生心理健康问题进行预防的过程中,教师需要明确心理健康的共性,对大学生存在的情感、考试等问题进行把握,寻求相应的解决方案,引导大学生从自身角度出发,做到防患于未然。其中高校可以开设大学生心理健康咨询中心,为大学生提供心理辅导方面的服务,通过专业教师队伍的参与,在校内开展定期的心理健康讲座活动,对大学生进行心理健康问题预测,避免由于心理健康问题,造成不可挽回的损失。高校通过开展具有较强实践性、趣味性的心理健康教学活动,可以更好的对学生进行疏导,解决其遇到的心理健康问题。总之,高校需要注重心理健康预测机制的完善,对校园内存在的风险进行预测,开展良好的心理健康宣传活动,使大学生掌握良好的心理健康知识,为其健康发展提供保障。

## 四、结束语

综上所述,大数据技术推动了教育行业的转变,使人们认识到事物变化具有复杂性,可以更好地总结变化规律,为问题的解决提供可能,同时给大学生心理健康教育的开展带来了机遇和挑战。因此,高校管理者以及教师需要从时代背景出发,抓住机遇,更好的迎接挑战,借助大数据意识的树立、教学方式的创新等方式,取得更好的教学效果,为大学生心理健康教育的创新积累经验,推动大学生健康心理的形成。

### 参考文献:

- [1] 朱守丽. 大数据背景下大学生心理健康教育管理的对策 [J]. 科学咨询 (教育科研), 2023 (10): 51-53.
- [2] 刘玉娟. 基于大数据背景下大学生心理健康教育路径研究 [C]// 香港新世纪文化出版社. 2023年第三届创新人才培养与可持续发展国际学术会议论文集. 成都农业科技职业学院, 风景园林学院; , 2023: 3.
- [3] 杨应合. 大数据背景下大学生心理健康教育的创新路径探究 [J]. 黑龙江教师发展学院学报, 2022, 41 (06): 100-102.
- [4] 张茜. 大数据背景下大学生心理健康教育的创新路径 [C]// 新课程研究杂志社. 《新课改教育理论探究》第四辑. 江苏师范大学音乐学院; , 2021: 2.
- [5] 石洁. 试析大数据背景下的大学生心理健康教育创新 [J]. 当代教育实践与教学研究, 2019 (02): 35-36.