

短视频传播时代背景下的高校大学生积极心理健康教育模式

韩瑾瑾 田雅琦 谢梅芬

(湖南应用技术学院, 湖南 常德 415000)

摘要: 随着教育改革深入, 高校大学生积极心理健康教育工作应得到进一步优化, 教师要积极引入新的育人理念、教学方式, 以此更好地激发学生兴趣, 强化他们对所学知识的理解和应用水平, 提升育人效果。短视频作为当前时兴的一种教育辅助手段, 能够极大丰富高校大学生积极心理健康教育内容, 拓宽育人路径, 对学生更全面发展有极大促进作用。鉴于此, 本文将针对短视频传播时代背景下的高校大学生积极心理健康教育展开分析, 并提出一些策略。

关键词: 短视频; 高校; 大学生; 积极心理健康教育

一、短视频传播时代背景下的高校大学生积极心理健康教育改革的意义

(一) 提升课程感染力

短视频传播时代背景下, 通过开展高校大学生积极心理健康教育改革, 能够大幅提升课程的感染力, 让积极心理健康教育知识对学生产生更深远影响。短视频的应用也为教师展开大学生积极心理健康教育工作提供了新的思路。在短视频传播时代下, 网络上有非常丰富、多元化的教学资源, 教师若是能将这些资源合理应用到积极心理健康教育中, 将会为之后心理健康教育工作开展提供极大助力, 增强积极心理健康教育内容对学生的吸引力, 让他们更为主动、积极地参与到积极心理健康知识的探索与学习中。同时, 和以往的心理健康教育不同, 短视频传播时代下的大学生积极心理健康教育工作将更具感染力、趣味性, 能够更好地激发学生的知识探索兴趣。

(二) 增强教学及时性

在大学生积极心理健康教育中, 教师应重视对教学内容的落实与优化, 这样可以让大学生在理解所学知识的同时, 形成更高水平的专业素养、综合能力, 有利于他们更好地吸收所学知识。通过展开短视频传播时代下的大学生积极心理健康教育改革, 教师能够为学生提供更多有指导性、教育性的意见, 这对提升大学生积极心理健康教育改革效果意义重大。此外, 在短视频传播时代下, 教师可以尝试从互联网层面借力, 以此方可大幅提升大学生与教师展开互动的效果, 为之后开展更优质的大学生积极心理健康教育工作打下坚实基础, 促使高校心理健康教育质量提升到一个新的高度。

(三) 提高育人灵活性

短视频传播时代下, 通过将短视频心理健康教育融合, 能够实现传统教学模式的进一步革新与优化, 能够大幅提升学生参与到心理健康知识的学习与探索中, 大幅提升了他们的学习主动性。此外, 在短视频传播时代下, 在展开大学生积极心理健康教育改革时, 教师可以利用短视频、网络直播平台等手段展开辅助, 以此进一步引入更多丰富的教育资源, 让大学生积极心理健康教育内容变得更为生动、有趣, 这样能为学生创设一个更为自由、新奇的知识探索环境, 对提升高校大学生积极心理健康教育改革效果意义重大。

二、短视频传播时代背景下的高校大学生积极心理健康教育现状

(一) 学生群体较为复杂、多样

当前, 大学生群体多是“00后”, 他们的思维、情感较为复杂多样, 这也在一定程度上增加了大学生积极心理健康教育工作难度。此外, 一些大学生的适应能力较为不足, 导致其在与他人展开交流、沟通时, 可能会产生一些问题, 这样也会对他们形成健康的心理产生阻碍。此外, 短视频传播时代下, 学生除了能

更便捷接触到各类信息, 还会在一定程度上受到不良价值观的影响, 从而对他们的心理健康水平产生影响。不仅如此, 负面的信息还会导致部分学生的心理状态出现不良倾向, 使其难以应对日益复杂的文化思潮, 阻碍了大学生良好心态的形成。

(二) 专业素养不足

短视频传播时代下, 很多教师对于大学生积极心理健康教育工作的研究不够深入, 缺乏相应的知识储备, 这会对他们之后的心理健康活动开展产生很大影响。此外, 一些学校在招聘教师时, 未能对其心理健康教育能力展开充分考核, 导致一些教师对于学生的心理健康状态关注不足, 这样会导致其难以参与到大学生积极心理健康教育改革中, 阻碍了学生的更全面发展。在面对学生的心理健康问题时, 教师由于缺乏相应的专业能力, 难以在短时间内找到问题的关键, 这样会阻碍他们帮助学生解决心理困惑, 阻碍了心理健康教育工作的开展效果。不仅如此, 很少有学校能结合学生的实际情况, 对教师展开针对性培训, 尤其是对短视频等技能的培训较为不足, 这也是影响短视频与心理健康教育工作结合的一大阻碍因素。

(三) 角色定位模糊

现阶段, 很多学校对于开展积极心理健康教育工作的教师定位不够清晰, 很多教师除了需要开展积极心理健康教育改革, 还需负责专业教学、日常管理等工作, 这些都会对大学生积极心理健康教育改革工作开展产生极大影响。通常来说, 高校教师会负责多个学生的积极心理健康教育, 他们除了要具备相应的积极心理健康知识储备, 还需要花费精力对学生展开管理, 这样会导致很多教师忽视积极心理健康教育工作, 将重点放在理论、专业知识的教学上, 这种角色定位的模糊会对实际的教学工作开展产生极大阻碍作用。

(四) 心理健康教育工作侧重点偏差

短视频传播时代下, 很多教师在展开积极心理健康教育工作时, 仍会采用传统的教育方式, 他们只是纠正大学生的不良行为, 对于他们的心态干扰、心理问题缺乏关注, 这样就难以帮助大学生预防心理问题的出现。通常来说, 大学生的心理健康问题由很多负面情绪积累而成, 教师则多是缺乏对学生的心理健康预防干预意识, 难以对学生可能出现的心理问题展开预判, 只能在问题出现后进行解决。这样虽有一定的教育效果, 但是难以突出大学生心理健康教育工作的侧重点。由于侧重不足, 大学生在出现心理健康问题后, 难以得到及时帮助, 在接收心理健康教育时, 常会出现抗拒、抵触情绪, 这会对大学生心理健康教育改革工作开展产生不良影响。

(五) 高校心理健康教育发展滞后

我国关于心理健康教育工作的起步较晚, 很多教师所用的教育方法、教育思想都是从西方得来, 这样会导致其在展开工作时存在不适应学生实际情况的问题。此外, 部分教师对于心理健康

教育知识的掌握较为落后,难以解决学生的心理困惑和问题。部分学校的师资队伍建设较为落后,存在人员缺失、心理健康教育制度不够规范的情况,这样也会对之后大学生心理健康教育改革工作开展产生阻碍作用。

三、短视频传播时代背景下的高校大学生积极心理健康教育模式改革研究

(一) 借力网络平台,提升教学效率

短视频传播时代下,教师在展开大学生积极心理健康教育改革工作时,可以从网络平台借力,通过将短视频与积极心理健康教育内容相结合的方式,引入更多趣味性、教育性兼具的积极心理健康教育资源,这样能大幅吸引学生的注意力,让他们更为主动、积极地参与到心理健康知识的学习与探索中,提升育人效果。此外,教师在开展大学生积极心理健康教育改革工作时,可以将一些主旋律视频、歌曲等引入课堂,以此对学生的心态产生正向影响,让他们在主旋律视频中感受到国家的进步和社会的发展,以此提升他们的民族自豪感、文化自信心,这样能帮助其更好的抵御国外不良思想的入侵。

短视频传播时代下,大学生在通常是手机、平板不离手,为此,在展开积极心理健康教育改革工作时,教师可以结合学生的实际情况,利用抖音、小红书等网络平台,为学生推送一些正能量、主旋律的视频,这样能够随时随地对学生展开积极心理健康教育,让他们更为全面、深入地理解所学知识内容。此外,教师还可结合互联网技术、大数据技术等,将一些优质的主旋律文章、视频等分享给大学生,以此促使大学生形成更积极、向上的心态,提升积极心理健康教育效果。

(二) 完善教学形态,优化教学模式

短视频传播时代下,高校大学生积极心理健康教育工作应得到进一步发展,教师应积极完善教学形态、丰富教学模式,努力寻找短视频与积极心理健康教育工作的契合点。通过将短视频融入到积极心理健康教育中,能够更好地发挥短视频在教育中的价值,让积极心理健康教育内容更符合学生的期待和认知习惯,突出积极心理健康教育的时代性特点。为此,教师应积极革新积极心理健康教育理念,主动将一些新知识、新内容融入积极心理健康教育课堂,不断发展自身的专业能力、职业素养,为之后大学生积极心理健康教育改革打下坚实基础。高校也可以结合本校情况对教师展开针对性培训,提升他们对短视频技术的掌握水平,使其更好地将短视频与积极心理健康教育结合。

当前,很多教师在展开积极心理健康教育工作时,会尝试将微课、短视频等应用到课程教学中,这就需要教师积极改革当前教学形态,将短视频等优质的教学模式应用到育人活动中。为此,教师应积极学习和短视频制作、融入等有关的知识 and 技巧,这样才能为之后短视频融入大学生积极心理健康教育改革工作打下坚实基础。同时,教师应树立终身学习理念,不断强化自身对短视频技术的应用水平,合理利用各类短视频制作软件,以此提升短视频传播时代大学生积极心理健康教育改革质量。

(三) 聚焦实际情况,满足学习需求

短视频传播时代下,为提升大学生积极心理健康教育改革效果,教师应积极革新、优化各类教学技术,将更多主旋律思想、事件等融入课堂中,这些都会对大学生的心态产生很大影响。短视频传播时代下,信息受到时间、空间的限制会变得越来越少,这也会导致很多大学生在实际生活、学习中,会接触到很多类型的信息内容,这些信息可能会对他们的未来生活产生不良影响。此外,大学生本身需要面临就业等问题,这些问题也会导致其精神出现紧张、压抑等情绪,不利于他们心理健康水平提升。为此,教师可以尝试将一些和就业相关的新闻、政策等以短视频的融入

到大学生积极心理健康教育中,以此帮助学生了解国家的发展方向,为他们的就业打下坚实基础。

通过将一些主旋律内容引入短视频中,能够帮助大学生更深入、全面地了解社会主义核心价值观,有利于教师展开大学生积极心理健康教育改革。此外,对于一些非主流言论、文化等,教师可以组织学生对其展开分析,从中找到适合学生探索的知识内容,提升大学生积极心理健康教育改革工作的针对性,满足他们的学习期待。

(四) 依托红色资源,建立教育网站

在大学生积极心理健康教育改革中,红色资源的应用是极为重要的,这也是大学生长远发展所需的宝贵精神财富。在短视频传播时代下,教师可以结合本地实际情况,将一些优质的红色资源引入课堂,并结合主旋律对其展开革新与优化,使其能够与积极心理健康教育更好地融合,这样除了能丰富积极心理健康教育内容,还可大幅提升积极心理健康教育工作的吸引力。在开展大学生积极心理健康教育工作时,教师可以尝试打造一个红色资源网站,定期将一些优质精神、思想故事等分享到网站上,这样能让大学生在学习积极心理健康知识时,掌握更多红色文化,提升他们对红色精神的理解,帮助其树立更为健康、积极、向上的心态。

(五) 优化师资队伍,提升教学水平

短视频传播时代下,为提升高校心理健康教育效果,教师应不断提升自身专业素养、道德水平、短视频应用能力等。为此,学校可以结合教师的实际情况,开展一些培训活动,帮助其掌握更多先进的方法、技术,以此提升培训效果。此外,高等院校应根据自身实际情况,成立专门的短视频应用团队,持续加强师资队伍建设,助力教师将积极心理健康教育理念与短视频技术紧密结合,实现双方的相互促进、共同进步。教师除传授大学生积极心理健康知识外,还应积极充当时代先锋,深入分析、研究互联网技术对积极心理健康教育工作的影响,严格遵守互联网技术使用规范,避免过度依赖和忽视互联网技术,从而全面提高积极心理健康师资队伍的专业素养,显著提升积极心理健康教育工作的实际成效。

四、总结

综上所述,为进一步提升短视频传播时代背景下的高校大学生积极心理健康教育效果,教师可以从借力网络平台,提升教学效率;完善教学形态,优化教学模式;聚焦实际情况,满足学习需求;依托红色资源,建立教育网站;优化师资队伍,提升教学水平等层面入手分析,以此在无形中促使大学生心理健康教育质量提升到一个新的高度。

参考文献:

- [1] 秦忠梅. 高校积极心理健康教育体系构建的探索 [J]. 佳木斯职业学院学报, 2023, 39 (10): 131-133.
- [2] 石亚萍. 基于高校积极心理健康教育体系的构建 [J]. 科技风, 2022 (13): 154-156.
- [3] 卢卫斌. 高校积极心理健康教育体系构建研究 [J]. 佳木斯职业学院学报, 2021, 37 (06): 109-110.

课题来源: 本文系 2023 年湖南省普通高等学校教学改革研究项目, 课题名称: 自媒体时代主旋律短视频融入高校心理健康教育教学的应用研究 (课题编号: HNJG-20231570) 的成果论文。

第一作者简介: 韩瑾瑾 (1986.2-), 女, 汉, 湖南常德, 硕士, 讲师, 心理健康教育。

通讯员作者简介: 田雅琦 (1983.5-), 女, 汉族, 湖南常德, 硕士, 讲师, 心理健康教育。

作者简介: 谢梅芬 (1990.1-), 女, 汉, 湖南常德, 硕士, 发展与教育心理学。