

新媒体背景下高职学生心理健康教育研究

吴 晗

(辽宁职业学院, 辽宁铁岭 112000)

摘要: 心理健康教育是高等职业院校教育的重要组成部分之一。为人师者, 教书育人。高职教师不仅担负着教授学生专业知识的教学任务, 担负着心理健康教育、培养学生沟通能力和树立正确人生价值观念的责任。基于此, 本文就新媒体背景下高职学生心理健康教育进行分析, 旨在为广大教师提供参考意见, 为推动高职学生心理健康教育发展贡献微薄力量。

关键词: 新媒体; 高职学生; 心理健康

新媒体是一种新型的信息传播方式, 不仅覆盖了包括社会之中的各类人群, 还在全球范围内对人们生活方式、交流互动、情感表达产生革命性影响。高职学生作为现代学生的重要组成部分, 也处在新媒体的影响范围之内, 由于大部分高职学生具有年纪很小的特点, 这导致他们更容易接受新媒体的信息传导, 从而受到新媒体影响的程度更深。

一、新媒体的内涵、分类和特征

(一) 新媒体的内涵

新媒体的概念最早是由美国哥伦比亚广播电视网技术研究所的高尔德马克提出, 随着长时间的传播, 新媒体逐渐进入我国, 不同的国家、人种、对新媒体有着不同的定义。根据高职学生的特点, 赋予新媒体的内涵主要是指手机媒体、平板媒体、互联网媒体和集成在这些设备上应用软件的信息传导。

(二) 新媒体分类

新媒体是一种新型传播介质, 本质上是基于互联网技术的信息传导, 所以, 它的表现形式有很多种, 从传播介质上可以分为: 移动新媒体、网络新媒体、室外新媒体以及其他新媒体。从终端来看, 可以分为: 手机新媒体、电脑新媒体和广播新媒体。由于高职学生活动的主要区域是在学校, 因此, 接收终端的主要分类方面研究对高职生心理健康教育影响是非常恰当的。

(三) 新媒体特征

与传统媒体相比, 从功能、特征方面来说, 它具备以下特征:

第一, 数字化。它的容量和传输方式与传统媒体相比, 容量更大且传输方式多种多样。

第二, 交互性。传统媒体信息的传导只能是单向的, 而新媒体做到了信息双向传导。

第三, 虚拟性。基于角色的虚拟性, 通过沟通软件实现双方的信息沟通, 造成信息传输也是虚拟性的。

第四, 个性化。根据用户要求进行配置且有选择性地浏览网络信息也是新媒体的特征之一。

二、新媒体背景下的影响

高职学生的心理健康教育是高职院校教育工作的重要组成部分, 俗话说, 教师的工作是教书育人, 除了“教书”之外, “育人”的任务也是十分重要。与本科院校相比, 因为社会认同感较低, 就业方向大多在基层, 而且高职学生相对文化基础较差, 所以高

职学生很容易把目光投向新媒体, 从而导致对学生的自我意识、学习意识、人际关系和顺利就业方面产生巨大的影响。

(一) 自我方面

高职时期是树立人生观念的重要时期, 与身体成长相比, 高职学生的心理成长显然是滞后的。新媒体的广泛传播, 一定程度上提供帮助高职学生了解社会, 与社会中不同人沟通的渠道, 让他们体会到自我存在的作用, 对于自我概念有了初步的认知。但是, 随着网络信息的爆发式增长, 让高职学生感到无法选择, 网络信息中存在大量无法分辨的信息, 有些高职学生拿来信息, 不假思索地就传播给他人, 导致对于自我的认知变得模糊不清。由于新媒体具有个性化的特点, 随着高职学生把对网络需求的多样化转到现实中来, 很容易对生活、学校和社会产生不满, 容易形成以自我为中心的缺点。

(二) 学习方面

学生在学校的最主要任务就是学习技能, 高考的失利很容易让他们背负心理负担, 认为自己现在享受到的是“失败者的教育”。新媒体就像是一柄双刃剑, 一方面它在高职学生的日常教学中得到广泛应用, 他们可以自由选择网络课程拓展知识面, 也可以使用搜索引擎解决遇到的困难。另一方面新媒体也带来了负面影响, 使学生对课堂毫无兴趣, 反而在虚拟的网络世界中浪费了大量的时间, 甚至有些学生受到网络上读书无用的言论影响, 不参与学校的正常学习, 反而进入社会, 认为挣到钱就是实现自我价值的表现, 上课打游戏、玩手机、做电商以及炒股等行为已经逐渐成为高职学生的顽疾。

(三) 人际方面

在高职教育阶段, 人际交往、沟通也是重要的学习内容, 由于我国的考核制度属于应试教育, 学生在接受高职教育之前接触到的大部分是教师和同学, 与社会人员的交流沟通很少。进入大学之后, 开放的校园环境和管理模式, 以及新媒体的应用给学生提供了广阔的交友平台, 提高了他们沟通的时间和机会, 让他们更有选择性地进行沟通, 虽然新媒体提供了这些便利条件, 但是也对他们的沟通范围产生了限制。容易把自己限制在一个狭小的空间之中, 当面对问题时, 高职学生往往不愿意和教师、同学分享, 他们会选择交友软件中的陌生人, 把自己的心里话告诉他们。还有一部分学生认为现实中的朋友不值得信赖, 只有网络上的朋

友才适合自己,把自己的社会关系全部寄托在虚拟的网络世界中。

(四) 就业方面

高职教育是学生认识社会的关键时期,也是学生踏进社会的第一次尝试。而往往社会的复杂性让从小就在家长庇护下,学校关怀下的高职学生望而却步。新媒体为高职学生认识社会提供了平台,对社会的探索比以往有所进步。

三、新媒体背景下高职学生心理健康教育的策略

(一) 构建网络机制

传统高职院校的心理健康教育方式比较落后,应该采用创新型教育,突破传统说教式教学模式,开展心理健康活动,并把心理健康安排进课程之中,要符合年轻高职学生的实际信息需求,运用他们都比较喜欢的方式学习心理健康知识。

第一,建立心理健康网站,将学工处的网站作为基础,划出专门的板块用于心理健康网站的建立,网站包含一些心理常识、心理课程等,把视频心理课程作为学生期末成绩考核的一部分,要求学生必须在心理健康网站上进行学习。

第二,申请注册心理健康教育微信公众号,学生在日常生活中运用最多的除了电脑外,就是手机。手机中微信的使用效率是非常高的,应该成立官方的心理健康公众平台,并且将现在大学生面临的相关困扰以及一些心理问题进行重点解读,帮助学生在用手机时,随时都能接受心理健康辅导。

第三,推动公共场所的心理健康传播途径,学生在校期间,教室、餐厅、宿舍这些公共场所也是重要的传播心理健康的途径,在学生身边全天候传播心理健康信息,比如通过广播、餐厅电视等工具进行传播。

(二) 加强心理师资

教师在开展心理健康工作中起主导作用,教师关于新媒体的应用能力直接关系到学生的心理健康教育的情况,拨开学生心中困扰的迷雾。

第一,开展教师新媒体软件应用的培训,集中研究学生的主要影响媒介,定向地开展培训流程,确保每一位心理健康教师都能熟练地使用新媒体软件。

第二,打造专家化平台,在教师团队中,挑选专业技能扎实,学生满意度高的教师,将这些教师推到学生中去,让学生产生主动与心理教师沟通,积极地分享自己的内心世界。

第三,关注学生的心理动态,新媒体信息并不主要来源于接收方,而是来自发起方,所以,心理教师能否成为媒体信息的主要制造角色对学生来说十分重要,要时刻关注学生QQ群、微信群中出现的不良言论,教师需要及时发现并且纠正,发表正确的言论,引导学生正面思考。

(三) 推进预警制度

心理健康的重点工作就是有心理健康问题的学生及时开展心理预警和防控,情绪的不稳定,随时让学生成为某个事件的主角。

第一,定期做好心理评估,每年新生刚入校时,全体学生填写心理测试表,筛选出心理有问题的学生,教师需要将他们进行

分类统计,建立跟踪档案,定期开展心理评估和接受心理健康教育,定期查看是否指标得到改善,若指标持续正常,将学生按照正常学生处理即可。

第二,做好心理舆情表的上传、分析工作,它不仅能反映出每个学生每天的情绪、状态的变化,还能反映出学生真实的心理健康状态,在班级心理委员的牵头帮助下,及时上报,心理教师和学校及时介入,为学生心理健康问题提供帮助。

第三,做好对学生心理健康问题的跟踪关注。不同程度心理健康问题的学生需要教师进行分类,区分哪个学生需要长期跟踪,哪个学生不需要,哪个学生需要适合女教师负责,哪个适合男教师负责,做好每次的谈话记录,甚至,对于心理疾病严重的学生,需要将学生送到医院进行治疗。

(四) 引导正确使用

高职学生作为新媒体信息的接收方,主要是靠自己来调节情绪,教师起到的是引导的作用,让学生明白网络信息是现实生活的映射,不会存在一个单纯的,高于生活的虚拟空间,这是不现实的。

第一,利用心理健康课程,让学生认识到新媒体传播信息的原理,让学生懂得区分网络信息的好坏,帮助学生提高鉴别能力。

第二,建立新媒体信息控制中心,由学校领导以及心理教师担任,对全校的新媒体传播渠道进行监控,阻止不良信息的传导,起到净化学校的作用。

第三,建立学生自控组织,定期开展心理活动和宣传活动,以学生会为主体,广泛吸收学员,帮助学生控制情绪,积极地转化网络学生。

四、结语

总之,在新媒体的背景下,高职学生心理健康教育对高职院校来说,是一项系统性强的工作,具有极强的现实意义,为了确保这项工作能够正常有序地进行,学校需要构建心理健康网络机制,提升高职院校的师资教育水平,加大力度推进心理健康预警机制,在教师的正确引导下,正确面对新媒体的使用,避免新媒体带来的负面影响,提升他们的核心素养,为社会培养复合型人才。

参考文献:

- [1] 郭雅荣: 新媒体背景下高校学生心理健康教育探索 [J]. 理论观察, 2021(05): 168-170.
- [2] 王慧奇: 新媒体环境下高职学生心理健康教育探析 [J]. 湖北开放职业学院学报, 2020, 33(20): 84-85.
- [3] 李金铨: 新媒体背景下高职学生心理健康教育途径研究 [J]. 中国多媒体与网络教学学报(中旬刊), 2020(08): 64-66.
- [4] 李金铨: 新媒体背景下高职学生心理健康教育途径研究 [J]. 中国多媒体与网络教学学报(中旬刊), 2020(07): 45-47.