

Realistic Dilemma and Innovative Research of Psychological Education in Universities under the Background of Integrated Media

Runqiu Zhu

Communication University of China, Nanjing, Nanjing, Jiangsu, 211172, China

Abstract

With the rapid development of the integrated media industry, many changes have taken place in the mental health of college students. Compared with traditional media, integrated media has fast communication speed and rich content forms, which facilitate the daily study and life of college students, but at the same time, it also brings many negative impacts, such as some students experiencing academic pressure, time management difficulties, and social barriers, which have a negative impact on the mental health of college students. Under the background of integrated media, the psychological education work in universities is also facing new opportunities and challenges. Universities need to cater to the different needs of students, with the assistance of media platforms, build professional psychological education teams, enhance personalized mental health platforms, innovate mental health courses, and provide psychological education for all students.

Keywords

psychological education; integrated media; universities

融媒体背景下高校心理育人工作的现实困境与创新研究

朱润秋

南京传媒学院, 中国·江苏南京 211172

摘要

随着融媒体行业的飞速发展, 高校大学生的心理健康发生了许多变化。与传统媒体相比, 融媒体传播速度快, 内容形式丰富, 便利了大学生的日常学习和生活, 但同时也带来了许多负面影响, 如部分学生出现学业压力大、时间管理困难以及社交障碍等问题, 对大学生的心理健康产生不良影响。在融媒体的背景下, 高校的心理育人工作也面临新的机遇和挑战。高校需结合学生的不同需求, 借助融媒体平台, 建设专业的心理育人队伍, 增强个性化心理健康平台, 创新心理健康课程, 全员全方位做好心理育人工作。

关键词

心理育人; 融媒体; 高校

1 融媒体背景下高校心理育人的现实困境

1.1 高校心理育人现状

中国教育的深化和改革对高校心理健康教育提出了更高的要求, 2017年12月, 中国教育部党组颁布了《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》, 纲要中提出了“十大”育人体系, 包括课程育人、科研育人、实践育人、文化育人、网络育人、心理育人、管理育人、服务育人、资助育人、组织育人。心理育人作为“十大”育人体系之一, 在整个育人体系中发挥着不可替代的作用, 能够与其他育人体系相互配合和协同工作, 是高校思想政治工作中的重要一环。

【作者简介】朱润秋(1995-), 女, 中国江苏南京人, 助教, 从事思想政治教育研究。

1.2 高校心理育人工作中所面临的困境

1.2.1 资源和认知不足, 教师专业能力有限

目前, 虽然各高校都设立了心理健康咨询中心, 用于对心理问题学生的帮助和指导, 但咨询师数量仍不满足当前需求。教师对于学生出现的潜在心理问题不够重视, 对学生危机前兆所出现的表现关注度不强, 认为学生只要不出现问题就可以, 从而忽略了一些学生的“隐匿性”心理危机。这种心理状态不易被发现, 大部分学生都是积累了很久的压力, 只有一些刺激性的事件发生, 这种状态才会以一种显性的方式表达出来, 有研究表明这种“隐匿性”心理危机引发的自杀导致死亡的比例达到62.5%^[1]。

大部分高校由辅导员和班主任兼任心理健康教师, 很少有辅导员或班主任兼具心理学教育背景, 缺少系统的培训和专业知识的学习, 也缺少专业的观察能力, 发现学生心理

问题情况出现滞后性,在处理学生问题的时候缺乏理论性的支持。

1.2.2 学生需求多样化, 保密和伦理注意问题

大学生心理问题呈现多样化的特点,包括人际交往、自我认知、情绪管理、挫折与压力、恋爱关系、家庭影响等^[2],有些学生还会同时有多种心理健康问题。错误的疏导方式会导致学生怀疑教师的专业能力,认为教师无法提供建议解决自己心中的疑惑,从而不再愿意去表达自己的真实想法。长此以往,学生的心理问题情况无法得到解决,会对其学业和生活造成更大影响。在与学生的交流过程中,一些教师对于沟通的氛围和方式没有细致地考虑,对于心思比较敏感的学生也会造成不良影响。很多学生难以完全放下戒心与老师进行深度的沟通,一部分原因是虽然大部分教师做到了伦理注意,但与学生的期望还有所差距^[3]。例如,一些教师在开导学生的时候,一味地表达自己的想法,忽略学生的状态;还有的用词以及语气不当,也会导致学生产生不被尊重感和排斥的心理。

1.2.3 教学与科研冲突, 跨学科融合不足

由于心理问题的复杂性,单一的学科难以满足大学生的需求。教学与科研工作的冲突,导致许多教师只专注于职称的评定、论文的发表,忽略了基础的教学工作,也忽略了在教学过程中对于学生价值观的引导,认为教学就是把自己的知识输出,其他实际发生的情况都是辅导员的工作^[4]。许多高校提倡多学科融合心理健康教育,却一直难以推进,很大一部分的原因是缺少专业性的帮助,有些教师想要在课程中融入心理健康教育,但不知道如何实施,缺少专业的培训和指导。

2 融媒体对高校心理育人工作的影响

2.1 融媒体对高校心理育人工作的积极影响

2.1.1 丰富教育资源和教学方式

融媒体时代资源丰富,信息获取渠道广泛且便捷,大量的文献和研究可以在网络上进行查找和学习,与自己的日常工作进行融合。同时,教师可以尝试不同的教学方式,如在线课程、教学视频等,使学生能够高效获取信息和知识,扩大学生的材料资源选择范围,激发学生对心理健康学习的兴趣^[5]。

2.1.2 加速信息传播和沟通互动

融媒体在教师和学生之间构建了良好的沟通通道。教师可以在平台上交流心理育人的心得,分享工作经验,同时能够利用融媒体的优势即时汇总和掌握学生的心理健康情况,向学生发布心理健康的有关资讯。同时,教师可以在融媒体的大量信息中发掘出社会关注的热点,如新上映的电影或话题,提前了解学生心理走势,不断改进和学生的交流方式,在和学生的沟通中增强说服力,让大学生更好地认识自我,树立正确人生观和价值观。

2.2 融媒体对高校心理育人工作的消极影响

2.2.1 对传统心理育人方法的冲击

融媒体的快速发展为高校心理育人工作带来机遇的同时也带来了挑战。学生更多地倾向于在网络上进行负面情绪的宣泄和寻求帮助,传统的心理育人方法如面对面咨询、线下心理健康活动等鲜有学生主动报名参加,其原因一是学校开设的心理健康教育没有线上的活动选择性更多,大多是针对某一问题的专家讲座,互动性的活动较少,缺少新颖度,很难吸引学生;二是线下的咨询和活动需要花费学生较多的时间,有时会和学生的课程有冲突,因此更多的学生会选择在网络上搜寻相关问题的答案,或在平台发表自己的言论,即时获得心理上的安慰;三是线下面对面的咨询容易给学生造成沟通上的负担,许多学生不想把自己的个人信息透露给别人,也担心自己的想法会被家人知道,从而造成更大的困惑,因此对于线下的心理咨询还存在一定的排斥心理。

2.2.2 网络信息的甄别和引导

在融媒体背景下,信息过载、虚假信息传播,容易造成学生对学校心理健康教育的不信任。网络中充斥着大量的负面信息,大学生的鉴别能力还不强,对于一些负面的信息没有正确理解的能力,容易对学生进行错误的引导,加重学生的心理问题。加之现在短视频充斥着每一个角落,碎片化的信息占据了学生大部分的空闲时间,在刷视频的过程中不知不觉就会耗费掉大量的时间。短视频的内容较为零散,知识科普类的视频也是仅以短短几句话去概括,巨大的短视频发布造成后台审核量大,无法时刻避免不当言论,使得学生的价值观朝着更加多元和分散的方向发展,造成学生心理上的混乱,也加大了高校心理育人工作的难度。

3 融媒体背景下大学生心理健康存在的问题

3.1 睡眠健康和时间管理问题

融媒体的平台上充斥着大量的信息,短视频、网络游戏随处可见,成为大学生课余时间的主要娱乐方式。许多学生利用晚上的休息时间打游戏、刷视频,严重影响到自己及同寝室同学的睡眠健康,造成身体素质和学习成绩的滑坡。大学期间课程灵活性高,更多的是需要学生有自主学习的能力,学会管理并合理安排自己的学习及休息时间,融媒体丰富的表现形式对大学生群体有强烈的吸引力,大大影响了学生的日常时间管理。

3.2 网络欺凌和社交压力问题

大部分大学生群体从小就在融媒体的环境中长大,他们能够更加灵活地使用社交软件,习惯性地网络平台发表自己的言论及看法。其中,不免会有一些负面消极的言论出现,欺凌者利用网络的便捷性,使消息能够在短时间散布,学生很容易会被这些言论所影响和伤害。同时,长期过度依赖线上的沟通,导致大学生在现实生活中的社交减少,不知道如何处理身边切实发生的问题,容易在生活习惯和日常交

流中出现矛盾和分歧,使学生更加恐惧和疲于应对烦琐的人际关系。

3.3 焦虑情绪和价值观问题

近年来,大学生的心理健康一直是高校尤为关注的问题,大量网络信息对大学生的心理健康也造成了一定程度的影响。在网络上,大家都乐于展示自己美好的生活,其中炫富、同龄人竞争以及不同的消费习惯容易成为大学生焦虑情绪的源头^[6]。同时,网络平台使人们的表达欲望得到极大的释放,每个人都可以自由宣扬自己的价值观,一些传统价值观面临着巨大挑战。中国传统文化是长期的历史积淀,在漫长的发展过程中形成“爱国、诚信、重义、近亲”等传统美德,是处理人与人和社会之间的标准。但融媒体环境中,许多人发表的不实言论和不健康思想,容易对学生正确的价值观产生误导。

4 融媒体背景下高校心理育人工作创新

4.1 开展线上心理健康教育课程和创作

融媒体在高校心理育人工作中有广泛的应用,高校的目标群体是大学生,首先需要明确心理健康的课程,分析本校学生的特点,甚至可以依据不同的学院特点来设立相对应的课程。其次,在开设线上的心理健康课程时可以对受众的需求做一个简要的问卷调查,如学生是更加倾向于了解学业压力的缓解还是情绪管理的技巧,抑或是人际关系的处理等,针对需求量较多的群体开设相应的课程。同时,对于教学方法上的创新也是需要重点考虑的因素,许多学生对一门课程不感兴趣,大部分是因为讲课内容较为理论性,讲课的形式也过于枯燥,课堂中缺少互动环节,没有能够引起学生共鸣的论点。在这一方面,高校可针对学生喜欢的内容,在课程中增设有趣且富有教育意义的素材,比如利用漫画、身边的故事或者微电影等形式,吸引学生专注地学习课程内容,也能够帮助他们更好地理解 and 吸收相应的心理健康知识。最后,在课程中可以多增加学生的设计互动环节,可针对某一热点问题进行讨论和交流,利用融媒体的便利可以让学生匿名回答问题,自由说出自己的观点。

4.2 增设线上心理健康小程序和个性化服务

每个学生的心理问题都不同,想要了解和解决问题的方向也不一样,很多学生有想要咨询的问题却不知道哪个渠道更加的方便和专业,同时融媒体的发展使得很多不专业的机构混入其中,学生很多时候无法准确地分辨。高校可以思考如何设计出一个属于自己院校的较为专业的心理健康小程序,能够提供基础的咨询和知识普及服务。根据每位用户的特点和需求,在前期寻找专业的团队支持,设计一套科学的心理测试,初步分析出用户的个人特征以及想要去解决

的问题,再通过这样的结果给出一份针对性的建议和资源。在学生想要咨询的时候,能够保证有专业的心理咨询师或专家为学生提供在线的服务。需要注意的是,所有服务的前提,需要确保用户的身份认证和数据安全,保证用户的隐私安全。

4.3 多学科联动配合和创新专业化课程设计

高校的课程丰富且多样,学生在必修课之余还可以选择自己感兴趣的选修课程,但是许多课程都比较单一。高校在设计专业化课程的时候,可以考虑将不同专业和学科的知识融入进心理健康教育的课程,比如可以利用商科的现象来分析消费者心理。也可以将心理健康教育的内容融入各个学科,如一些影视的专业课程将心理健康作为一个主题,让学生自由地去发掘身边的现象,用他们的视角去进行拍摄和解释,从而让学生能够有更丰富的切身体会,能够对于心理健康有更深刻的理解。同时,在授课的过程中,可以运用身边的真实案例,引导和培养学生发现和解决类似问题的能力。这样的专业化课程需要邀请来自不同学科领域的专业人员共同参与课程的研发和设计,如心理学、教育学、医学、管理学等。多学科联动配合是一个较为复杂的工作,需要各学科的老师共同研讨确定。

总的来说,融媒体背景下的大学生心理健康教育是一项重要且长远的工作,在提升专业化建设的同时,也应考虑到学生的个体差异,利用融媒体技术,为心理育人的工作提供更加高效和便捷的服务,推动全体教职工及学生能够积极参与其中,形成良好的校园心理健康氛围。同时,需要不断加强和开展心理健康教育相关的研究工作,针对个体的发展及新环境,探索新的教育方法,培养学生在掌握心理健康教育的同时,能够增强他们的社会责任感,影响和传递正确的价值观,让心理健康能做真正做到“育人”的目的,让师生可以共同推进心理健康教育的稳步发展。

参考文献

- [1] 谭玉.大学生隐性心理危机及其教育对策研究[D].湘潭:湖南科技大学,2018.
- [2] 王莉佳.基于学生需求调查的心理健康教育工作模式探索[J].现代职业教育,2018(16):42.
- [3] 方建东.高校心理健康教育伦理研究[D].桂林:广西师范大学,2023.
- [4] 唐煜.高校心理健康教育专业教师的专业化现状及发展思路探讨[J].法制与社会,2019(9):196-197.
- [5] 张丽.新媒体时代高校心理育人工作探究[J].中国报业,2022(24):84-86.
- [6] 丁力.融媒体背景下大学生心理健康影响及教育路径研究[J].新闻研究导刊,2024,15(2):95-97.