

Analysis on the Effectiveness Improvement of Mental Health Education in Local Colleges

—Based on a Survey of the Local College Students in Henan Province

Zhanyang Yuan, Xiaoyun Tang

Xinyang Normal University, Xinyang Henan
Email: zyrainman@163.com

Received: Sep. 3rd, 2019; accepted: Sep. 18th, 2019; published: Sep. 25th, 2019

Abstract

Educators and educates are the subject and object of the mental health education of colleges and universities. The students' perception of the state on mental health education work is an important aspect that reflects the effectiveness of it. Through the investigation of the local college students in Henan province, it is found that the effectiveness of mental health education institutions is basically realized; the recognition of institutional service efficiency and the construction of activities connotation are not enough. Students' cognition of psychological problems tends to be rational, but their awareness of mental health care is not strong. Based on this, the author puts forward some countermeasures to improve the effectiveness: to perfect the effectiveness evaluation mechanism and highlight the service effectiveness evaluation; strengthen the connotation construction and create a high-quality mental service support system; pay more attention to the subjective needs of the educated and return to the proper value of mental health education.

Keywords

Local College, Mental Health Education, Effective

地方高校心理育人实效性提升探析

——基于河南省地方高校在校生的调研

袁战阳, 唐晓云

信阳师范学院, 河南 信阳
Email: zyrainman@163.com

收稿日期: 2019年9月3日; 录用日期: 2019年9月18日; 发布日期: 2019年9月25日

摘要

教育者和受教育者互为高校心理育人工作的主客体, 学生对学校心理健康教育状况的感知是反映心理教育工作实效的重要方面。通过对地方高校在校生调研发现: 地方高校心理健康教育机构工作效能基本实现; 机构服务效能的被认可度和活动内涵建设不够; 学生心理问题认知趋于理性, 但心理保健意识不强。由之提出实效性提升对策: 完善实效性评价机制, 突出服务效能评估; 加大内涵建设, 缔造高质量心理服务支持系统; 重视受教育者主体性需求, 回归心理健康教育应然价值。

关键词

地方高校, 心理育人, 实效

Copyright © 2019 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

为推动心理健康教育工作规范化建设, 提高心理育人实效, 教育部思想政治工作司自 2013 年起开展全国高校心理健康教育示范中心培育建设试点工作, 选取北京大学、清华大学、天津大学、南京大学、华中师范大学、西安电子科技大学等 6 所高校心理健康教育中心为首批培育建设试点工作单位。自此也掀起全国高校心理健康教育工作建设热潮, 湖北省、河南省、陕西省、山东省、江苏省等也都结合自己省内特色, 稳步推进心理健康教育试点单位和示范单位创建活动。

以河南省为例, 自 2013 年起开展普通高等学校心理健康教育试点单位创建工作, 依据省教育厅出台的《河南省普通高等学校心理健康教育试点单位建设标准》(试行), 先后有 40 所高校获得心理健康教育试点单位立项支持, 2017 年 6 月, 又在验收达标的试点单位中遴选确定出“12 所高校为全省高校心理健康教育示范性单位” [1], 在创建政策的带动下, 全省的心理健康教育工作整体跃上一个新台阶: 绝大部分高校校内心理健康教育场地、功能室建设规模更大、各种心理设备、测评软件齐全, 师资队伍建设和咨询辅导危机干预机制等也更加健全, 甚至不少高校建立了正处级心理健康教育机构和室外心理素质拓展基地。但由于不同地区高校经济、办学层次和学生实际需求差异, 高校心理健康教育工作的软硬件条件差异较大, 工作开展实效性也存在不少问题。本文基于高校在校生对学校心理健康教育现状的感知, 通过学生的认知评价来反映地方高校心理健康教育工作的现状, 以期更准确全面地了解大学生心理健康教育工作状况, 提高心理育人工作的主动性和教育资源配置的针对性。

2. 调研对象及方法

2.1. 调研对象

以河南省省属地方高校为样本, 依据学校心理健康教育工作水平选取全省心理健康教育示范性单位 1 所, 心理健康教育试点单位 3 所, 其他高校 6 所, 共有 4095 人参与调研, 其中有效问卷 4020 份, 女生 2405 人, 占总人数的 59.8%, 男生 1615 人, 占总数的 40.2%; 专业分类上: 文史类专业学生 1497 人占总人数的 37.2%, 理工类专业 2523 人, 占 62.8%。在年级分布上, 参与调研的大一学生有 1844 人, 占全部参与调研人数的 45.9%, 大二 1217 人, 占 30.3%, 大三 599 人, 占 14.9%, 大四 336 人, 占 8.4%,

研究生 26 人, 占 0.65%。

2.2. 调研方法

基于地方高校在校生对所在高校心理健康教育工作的认知和评价视角, 采用分层随机抽样的方法调查。调查工具为自编的《河南省大学生心理健康教育工作情况调查表》, 问卷题型分为封闭式、半开放式两类。封闭式题目涉及三个方面的问题: 大学生对心理辅导机构的了解情况、对机构服务效能的评价、心理活动开展和咨询效果的认识、自身心理健康状况评价。半开放式题目则是了解调查对象作答动机和封闭式问题没有涉及的部分, 目的在于鼓励同学们表达真实需求和评价并提供建议, 如: 对心理工作的要求, 希望开展的服务项目或者学校应该往哪些方面加强心理服务工作。调查采用在线填写电子问卷的和现场发放纸质问卷相结合的方式进行数据搜集。

3. 调研结果分析

3.1. 地方高校心理健康教育机构工作效能基本实现

从大学生对高校心理健康教育机构的宏观认知的调查发现: 几乎所有的高校都建立有专门心理辅导机构, 配备基本办公场地、人员和设施, 能够稳定开展心理健康教育活动和知识普及宣传。绝大部分同学对所在高校的心理健康教育机构有所了解, 其中 32.7% 的同学表示对心理工作机构比较了解或非常熟悉; 17.7% 的同学表示了解一点点; 31.9% 的同学表示听说过, 不太了解; 而剩下 17.7% 的同学表示完全不了解。总体而言学生对心理健康教育机构的了解层次较浅, 更多的是表面化的知晓。具体体现在学生对其服务内容的认知上: 75% 的同学知道机构办公地点; 33% 的同学了解其官方新媒体平台; 20% 的同学了解工作开放时间; 17.2% 的同学了解服务项目; 9.5% 的同学了解有专职教师日常值班辅导; 8.4% 的同学知道机构联系方式; 8.2% 的同学知道中心官方网站。针对大学生对本校心理健康教育机构的了解途径分析发现: 45.2% 的同学通过辅导员或者专业课老师处得知心理健康教育机构, 38.2% 的同学是路过看到心理辅导机构的标识得知; 30.9% 的同学通过同学或者朋友传播得知, 29.4% 的同学通过看到过心理辅导机构的宣传得知, 其余 10.8% 的同学表示看到过学校网站或者论坛获知。

从大学生对高校学生心理健康教育机构整体服务效能评价的调查发现绝大部分同学认为机构的存在对学生心理知识普及, 个体心理辅导、校园文化建设方面有重要作用, 在活动参与意愿调查上也表示如果有需要自己愿意参加心理健康教育机构提供的服务, 具体体现在: 37.5% 的同学认为学校心理健康教育机构在学校心理知识普及方面具有重要作用; 37.4% 的同学认为其在提供咨询服务上发挥重要作用, 还有 22% 同学认为在校园文化建设方面有作用, 其他 3.2% 不了解持保留态度。

3.2. 地方高校心理健康教育机构服务的被认可度和活动内涵建设不够

在大学生参与心理健康教育机构的意愿调查可以发现: 42.4% 的同学表示愿意参与个体心理咨询; 39.4% 的同学愿意参加心理社团活动; 43.2% 的同学愿意参与心理讲座、心理沙龙和素质拓展等活动, 愿意参与心理热线电话咨询的同学仅有 8.5%。而针对阻碍学生使用心理健康教育机构服务的原因分析发现学生普遍对心理活动的形式和参与活动的主动性、便捷性以及活动质量方面不满意。其中 36% 的同学把自己不参与活动的原因归结为活动开展的形式自己不喜欢或活动便捷性不佳以及被动参与等问题, 30.3% 的同学认为是学校宣传不够导致的; 剩下 44% 的同学归因为担心服务质量不高浪费时间和学习太忙, 无暇参与。

在对心理咨询服务效能的认识上, 绝大多数同学表示完全可以接受心理咨询, 自己有困惑时候会寻求咨询, 而针对实际参与心理咨询情况的调查显示: 大部分同学想去, 但未去过, 所占比例为 54.8%; 35.7% 的同学不想去, 也没去过; 7.8% 的同学曾经咨询过, 但是不到 3 次, 仅有 1.6% 的同学表示参与咨

询3次以上。在针对心理咨询服务效果的调查中显示:80.4%的同学表示没去咨询过,无法评价;在参与咨询的近20%同学中,有14.3%的同学表示满意或者非常满意,问题得到解决;也有5.5%的同学表示咨询效果一般,0.2%的同学表示不满意。对为什么不去心理辅导机构寻求帮助在半开放式调查上,54.6%的同学表示相信自己可以解决,无需咨询;28.9%的同学不愿意透露个人隐私;8.5%的同学怕被别人发现认为自己心理不健康;剩下7.7%的学生表示对心理咨询有排斥心理。

3.3. 大学生自身对心理问题的认知趋于理性,但心理保健意识不强

基于大学生的心理健康状况自评发现:75.4%的大学生认为自己当前心态健康或者非常健康,17.8%的同学表示自己偶有心理困扰,有中度或者重度心理困扰的同学占6.7%,这与学校每年的心理普查得出的数据基本一致,也反映出大学生能够准确识别自己心理困惑。对于身边同学参与心理咨询辅导的态度调查上,86%的同学认为有问题咨询是明智的,自己有困扰也会去寻求帮助,而4.2%的同学认为有心理问题的人才去咨询,1.6%的同学认为心理咨询很丢人,自己不会去,甚至0.5%的同学认为咨询都是有精神病的人。这也反映出绝大多数大学生能够比较客观理性的看待心理咨询,但少部分还存在严重认知偏差。在具体的心理困惑类型上调查分析发现人际关系问题、情绪调节问题、学习问题为同学最关注最容易带来困扰的问题,其他就业与个人发展、恋爱与家庭、睡眠问题也让学生困扰,这与心理咨询来访问案主题统计数据基本一致。但是在对学生碰到心理困扰后的解决办法调研时发现:62.6%的同学选择自我调节,25.6%的同学选择向朋辈倾诉,5.7%选择向长辈或家人倾诉,放任自己让心情自己好转的占3.2%,寻求学校心理咨询的仅占1%。在对大学生参与心理咨询服务的态度调查也显示:72.3%的同学认为有问题就该解决,并且当自己有困惑时候也会去寻求咨询;20.1%的同学认为可以理解别人去咨询,但自己不会去;剩下6.4%觉得心理咨询可去可无,无所谓;1.2%的同学表示可以自己调节,不用去。最后,针对学生心理健康相关知识的获取途径调研发现:55.8%的同学通过心理健康课课堂获取心理知识,32.6%的同学通过心理主题班会;53.4%的同学通过参加心理活动获得。

4. 地方高校心理健康教育实效性提升对策

4.1. 完善行政考评机制,突出心理工作机构服务效能评估

由行政考评向服务效能评估的转移是心理育人工作实效性提升的重点,也是应对当前地方高校心理育人工作困境的出路。“从心理健康教育走向心理健康服务,不仅符合我国的现实国情需要,也顺应了心理辅导的国际化趋势”[2]。“只有对大学生个体或群体的心理生活质量指标进行跟踪测评,才能及时发现大学生心理问题,才能检验高校心理健康教育的实际效果[3]。”近年来,河南省教育厅投入大量人力物力推动心理健康教育试点单位和示范性单位建设,并制定了相关考评指标体系,极大地促进了省内地方高校心理育人工作的发展,全省心理健康教育工作整体水平也跃进新台阶,但心理育人工作实效性持续性提升是一个复杂的系统性工程,评价指标也应适应地区发展目标和当前师生心理发展需求而适时调整,不宜被省外经验或者国外评价体系所绑架,脱离省内高校实际;在评价体系构建上要注意评价指标的目标导向性质,适当引入受教育者角度的服务实效评价和服务效能考评机制建设;注重过程考核,引入心理状态跟踪测评机制,杜绝为“选”而争,为“评”而建而忽视持续建设投入,降低工作实效;此外还应正视不同层次、不同地区高校发展实际,对少数心理健康教育工作薄弱的地方院校和高职院校,进行分类指导。

4.2. 加大内涵建设,缔造高质量心理服务支持系统

学生心理素质水平提高的过程是其依据自身实际对学校心理健康教育内容进行反映、选择和内化的

过程。这就要求我们在做好学生群体性调研把握的基础上, 加大服务的内涵建设, 缔造高质量的心理服务支持系统, 为学生关注自身心理健康并提高心理保健水平创造条件。具体需要从心理健康教育参与活动的主客体双方工作: 就学生心理保健意识提高方面而言, 要求学校细化服务群体调研, 优化宣传途径, 做好明知促行工作。就本次调研来看, 绝大部分同学对学校心理健康教育内容了解表面化、对学校心理健康教育机构作用效能了解不够、学生个体心理保健意识不强, 这也在根本上制约了学生主动寻求心理帮扶的动机, 降低了心理机构服务效能; 就学校方面而言, 不断拓展心理接受的知情意行因素, 在内容和形式上创新心理育人载体, 主动对接学生家庭和社会, 完善实效性提升媒介, 做好心理服务支持性系统建设就显得尤为必要。针对本次调研中地方高校心理服务的认可度不高、学生活动参与积极性不够的问题, 要求学校在工作开展上重视学生的主体性地位, 做好家校联合, 用心用情用力为学生心理健康水平提高创造条件; 充分发掘新媒体优势, 做好知识贴近, 同时注意把握时下流行元素, 做好心理服务的品牌化建设; 注重专业教师引进和培养, 提高心理健康教育活动开展的质量和吸引力, 充分满足大学生群体对心理知识的多维度需要。

4.3. 重视受教育者主体性需求, 回归心理健康教育应然价值

“心理健康教育的终极目标是更好地实现人的全面发展和潜能的充分发挥” [4], 培养学生自尊自信理性平和的积极心态。随着省内地方高校心理健康教育工作的持续推进和软硬件设施的逐步完善, 学生对心理健康教育服务的期待也进入了一个新阶段, 心理健康教育活动主客体双方的主要矛盾也由心理健康教育资源短缺转化为如何创造性利用现有资源服务全体学生成长成才。指标化或奖惩式的危机事件考核致使心理健康教育从业人员普遍对学生心理危机事件充满焦虑, 与此同时, 缺少家庭和社会协同支持的社会大环境往往造成极端事件发生后的法治缺位隐忧, 这也导致了高校心理健康教育工作者疲于对少数关键群体的危机干预和预防管理而不能真正全力关注所有师生的主体性需求。本次调研中学生主动参与心理活动兴趣不足, 对学校心理服务资源了解不够、对自身心理困扰主动咨询比例不高的现实问题也使学校心理育人实效大打折扣。由之, 在实际工作中, 教育者需充分尊重学生的主体地位, 从其个性心理特质和实际需求出发, 坚持分类指导和个别咨询相结合, 做好“三全育人”, 将心理健康教育融于学校一切教育活动之中, 提高心理工作的主动性和灵活性; 充分利用新时期学生主体意识强、网络水平高的闪光点, 合理安排心理健康教育教学, 适度引入高质量的慕课, 加大学生关注、成长需要的心理知识的比重, 融入深度体验类活动, 激活其学习选择的兴趣点; 同时, 针对目前大学生群体需求“多元化”“碎片化”的特点, 还要因地制宜, 加大对地方特色的心理育人工作的科学研究支持力度, 促进地方高校心理健康教育特色化发展, 增强育人实效。

参考文献

- [1] 砥砺奋进的五年——河南省高校心理健康教育工作成果展示[J]. 河南教育(高教), 2017(7): 22.
- [2] 俞国良, 谢天. 大心理健康教育观: 背景, 内涵和路径[J]. 教育科学研究, 2019(1): 61-68.
- [3] 焦岚. 注重评价 提高心理健康教育工作效果[J]. 中国高等教育, 2014(Z2): 56-57.
- [4] 任其平. 学校心理健康教育的应为与可为——基于生态文化的视角[J]. 江苏教育, 2019(16): 7-10.