文章编号：1008-3863(2011)05-0013-03

当代大学生心理健康教育体系的缺失与构建

赵 蕾，何红金
(兰州理工大学 人文学院，甘肃 兰州 730050)

摘 要：分析了当代大学生心理健康现状，认为目前我国高校心理健康教育存在着教育系统性缺失，教育评价制度缺失，教育监管制度缺失，教育制度创新机制缺失等问题，提出了建立统一的大学生心理健康教育制度，制定当代大学生心理健康教育评价体系，完善高校校规制定程序，建立健全高校大学生心理健康教育监管制度等建构科学大学生心理健康教育体系的措施。

关 键 词：当代大学生；心理健康教育；体系缺失；构建
中图分类号：G 64 **文献标识码**：A

System Flaw and Construction of Mental Health of Chinese Contemporary College Students

ZHAO Lei，*HE Hong-jin*
(Institute of Humanities，Lanzhou University of Technology，Gansu 730050，China)

Abstract：With the analysis of mental health state of contemporary college students，there exist the problems，such as the flaw of educational system，the flaw of assessment system，the flaw of supervision system and the flaw of the innovation in educational system. Some scientific measures，such as setting up unified mental health education system，assessment system，and supervision system，as well as perfecting the school rule and making procedures are proposed in this essay.

Key words：contemporary college students；mental health education；system flaw；construction

一、当代大学生心理健康教育现状

当代大学生大多是独生子女，家庭的经济条件完全可以满足其在学校的基本生活需要，物质生活相对比较充裕，但心理健康状况却不容乐观。根据对江苏不同高校479名大学生的心理健康状况调查结果显示，心理健康状况良好者约占70%，轻度心理不适者占15%～25%，具有中度以上心理问题者占4%～8%。具有中度以上心理问题者，按人数分布由高到低的顺序依次为人际关系敏感(8.1%)，强迫症状(6.7%)，敌对(6.7%)，抑郁(5.4%)，偏执(4.4%)，精神病性(4.0%)，焦虑(3.7%)，躯体化(3.1%)，恐怖(1.8%)[1]。从调查结果看出，人际关系敏感、强迫症和敌对心理占有相当高的比例。对于我国当代大学生心理健康问题，各个高校也采取了相应的对策，如在高校建立心理咨询服务站，通过改善学生的教育环境达到大学生心理的健康发展等。

但高校的解决措施大多只流于形式，无法从根本上解决当代大学生的心理健康问题。

二、当代大学生心理健康教育体系缺失

我国目前还没有完整的当代大学生心理健康教育制度体系。各个高校只是针对各自学校出现的相关事件进行临时性的校规制定，在学校建立

收稿日期：2011－04－22
作者简介：赵 蕾(1985－)，女，甘肃庆阳人，兰州理工大学硕士研究生。

(C)1994-2022 China Academic Journal Electronic Publishing House. All rights reserved. http://www.cnki.net

心理咨询服务机构，由于没有统一的规范原则，致使我国各个高校的心理健康教育状况参差不齐。

1. 大学生心理健康教育系统性规范缺失

在构建和谐社会的大背景下，如何建立和谐校园对于大学生心理健康发展至关重要，而我国目前还存在对心理健康教育工作定位不够明确的状况。目前有两种比较突出的极端化倾向：一种是片面夸大心理健康教育的作用，把大学生存在的一些思想观念、价值观念乃至政治观念上的问题，都归因于心理健康教育的问题，认为心理健康教育是万能的；另一种是将大学生出现的各种问题统统视为思想品德问题，忽视心理健康教育功能和作用，认为思想品德教育能替代心理健康教育，将心理健康教育等同于思想品德教育[2]。笔者认为，不能将心理健康问题和思想品德问题混为一谈，如果不能给其正确的定位，制定系统的、普遍的心理健康教育制度，对我国当代大学生的素质教育必将产生严重的束缚。

2. 大学生心理健康教育评价制度缺失

关于心理健康的定义，大多数人都倾向于是一种持续的、积极发展的心理状况，个体在这种状况下具有良好的适应能力，能充分发挥身心潜能，而不仅仅是没有心理疾病。它包含两层含义：一是心理上的正常状态；二是能积极调节自己的心态，顺应环境并能建设性地有效发展和完善个人生活[3]。而心理测量作为检验心理健康标准的重要手段仍然没有在各个高校得到使用，心理健康测量是心理健康评价的主要手段，测量的结果为评价提供依据。心理健康测量是把心理健康概念分解为全面的、精确的、可测量的具体内容来反映心理健康内涵的过程。心理健康测量的主要目的是为心理健康工作提供科学的依据，了解人格特点和个性差异，及时发现严重心理障碍者；或者帮助鉴定、诊断、预测和评价。以加强心理咨询的针对性，并为心理健康典型案例的研究和理论探讨提供依据。

3. 大学生心理健康教育监管制度缺失

由于缺少相关制度的规范，大学生心理健康工作的监管制度几乎空白。高校对于因为心理健康而引发的突发事件没有相应的预警机制及处理措施，致使相同事件的处理结果差异很大，由此使社会对高校的文化环境产生担忧。由于心理健康教育及其心理健康疏导没有纳入学校教学的一部分，在理论教学的同时忽视心理教学，对各高校的心理咨询服务机构的运行方式没有统一的监管制度。对担任咨询服务的老师没有严格的要求，很多学校都是流于形式，设立了相应的机构却没有起到真正为学生服务的作用。任何制度的建立与完善都需要相应的监管机制予以保障。如果各高校没有对大学生心理健康教育给予高度的重视，没有相关的资金投入及监管制度的实施保障，任何的心理健康教育机构都是虚置。

4. 大学生心理健康教育制度创新机制缺失

开设大学生心理健康教育这门必修课，目的是提高大学生心理健康素质。如何通过教学来达到提高大学生心理健康素质的目的，以及如何更好地利用课程教学，教授学生心理健康理论知识和对不良心理的调适方法与技能，最大限度地提高心理健康教育的预期效果，一直是从事心理健康教育教学的人们十分关注并不断思考、探索、实践的课题。通过不断地研究与探索，许多高校在心理教学的教学内容上、方法上和形式上与传统教学相比，都进行了相应的改进与创新[4]。但我们在坚持心理教育模式的探索过程中，却很少注重按照时代的发展对心理健康教育进行制度上的创新，在制定各项制度规范的过程中适宜地考虑社会经济发展的阶段性因素。而缺少制度创新机制，心理健康教育必然会落后于整个社会，这也是时代给当代大学生的心理健康发展提出的问题。

三、当代大学生心理健康教育体系的建构

1. 建立统一的大学生心理健康教育制度

在注重当代大学生科学知识教育的同时，逐步建立以各个高校为基础的大学生心理健康教育教程，对大学生心理健康教育的机构设置和课程设置形成统一的标准。应根据各个地区高校的具体条件适当地进行原则内的调整，做到因地制宜的健康教育。在遵循建立和谐校园原则的前提下，制定大学生心理健康教育的基本原则，具体包括以下几点：①普遍性原则。将当代大学生心理健康教育理念普及到全国各个高校，建立全面的心理健康教育机构。②家庭教育与高校教育相结合原则。在学校保证心理健康教育咨询服务的同时，建立详细的家庭教育制度，使学校和家庭保持紧密联系，学生所提供的家庭信息应该是核实以后的确切信息。③综合性原则。伴随着社会的日益发展，大学生所面临的心理健康问题与经济状况、家庭教育、社会关系密不可分，已经不是传统的单一的心理健康问题，所以，学校应该在综合地运用理论知识对学生进行心理辅导的同时结合思想政治教育，全面提升学生的心理健康指标。

(C)1994-2022 China Academic Journal Electronic Publishing House. All rights reserved. http://www.cnki.net

2. 制定当代大学生心理健康教育评价体系

如同大学生的定期体检，当代大学生心理健康指标也需要相关技术和数据的支撑。在各个高校投入一定的资金，对当代大学生心理健康进行定期的检测，对特定时期大学生心理健康状况做出相应的数据报告，针对特殊问题提出特殊的解决方案，以此保障当代大学生心理的健康发展，避免高校突发事件的发生。心理测试作为心理健康教育评价体系的一项基本内容，需要各个高校制定相应的制度规范，定期进行，这不但需要资金的支持，还需要整个社会的理解，需要改变传统的心理健康教育观念。在掌握每个学生家庭背景的前提下，对学生的心理问题做出合理准确的评价，针对出现的问题提出适合其健康发展的解决方案，教育评价体系的建立是预防大学生心理健康问题蔓延的有效措施。

3. 完善高校校规制定程序，建立健全高校大学生心理健康教育监管制度

近年来，由高校学生的心理问题而引发的悲剧屡次出现，社会舆论和广大家长都对我国高校的心理健康教育质量和成效提出了质疑，指出高校很多虚设的心理服务机构，只是应付检查的摆设。如何使高校的心理健康教育真正成为高校教育的一部分，需要有效地高校心理健康教育监管制度给予保障。心理健康教育监管制度的运行，更需要严格的程序规范。在监管成员的设置上，要充分考虑其对心理健康理论及实践知识的掌握。完善的心理健康教育监管制度，无疑会使整个校园的文化及生活环境得到良好的改善，对高校健康全面的发展产生积极的促进作用。

4. 鼓励大学生心理健康教育制度创新

时代在发展，社会在变革，当代大学生的心理特点及所产生的心理问题也在悄然发生着新的变化。大学生心理健康教育是为了促进大学生心理素质的全面提高，而目前一些学校把心理健康教育的重点放在少数学生心理问题的咨询与治疗上，忽视了对多数学生的心理关怀，新的、甚至同样的心理健康问题仍然不断出现。因此，以当代大学生心理特征、心理现象为对象的大学生心理健康教育应与时俱进，确立以人为本的发展性教育理念，创新大学生心理健康教育制度。与发达国家相比，我国大学生心理健康教育工作起步晚、经验少，与时代发展及社会的期盼还有很大差距，面对新世纪、新情况、新问题，大学生心理健康教育应该如何在已有基础上进一步创新是值得我们思考的重要问题[5]。在网络日趋发达的年代，我们可以合理运用网络资源，充实学生的心理健康理论知识，让学生自我创新，寻找适合自身的心理健康发展途径。

总之，当代大学生心理健康教育制度体系的构建已经刻不容缓，这不仅关系到高等教育的发展，而且关系到整个社会能否健康有序地发展。作为社会未来发展的中坚力量，大学生需要健康的心理去面对所有可能遇到的困难。只有在社会全面的帮助和关心下，当代大学生的心理健康教育体系才能逐步地建立和完善，当代大学生的心理才能健康发展。

参考文献：

[1] 赵波. 大学生心理健康教育体系的构建[J]. 学海，2007(6)：200－202.

[2] 房超，王艳. 推进高校心理健康教育的几点思考[J]. 思想教育研究，2009(S1)：134－136.

[3] 闫强. 浅谈高校大学生心理健康教育的途径[J]. 教育理论与实践，2009(9)：15－16.

[4] 苑璞，张岱. 提升大学生心理健康教育教学效果的研究[J]. 教育探索，2009(9)：110－111.

[5] 蒋奕. 论大学生心理健康教育的创新[J]. 中国成人教育，2009(16)：35－36.

【责任编辑　王立坤】

(C)1994-2022 China Academic Journal Electronic Publishing House. All rights reserved.　http://www.cnki.net