

# 大学生心理健康教育工作的系统化思考

景 鹏

(北京科技大学 北京 100083)

**摘 要:**大学生心理健康问题日益受到社会和学校的关注和重视,心理健康教育作为高校学生工作系统的一个子系统,具有整体性、复杂性、动态开放性等特点。从系统科学角度思考和审视这一工作,详细阐述了大学生心理健康教育工作的系统特性,从整体性、层次性、目的性、动态平衡性、开放性等方面,运用系统科学思想对大学生心理健康教育工作进行了分析和阐释。这将有利于提高大学生心理健康教育工作的科学化水平。

**关键词:**系统科学思想;心理健康教育;大学生教育

**中图分类号:**      **文献标识码:** A      **文章编号:** 1005-6408(2021)01-0104-03

随着我国高等教育事业的发展,近千万规模的大学生群体日益受到社会的关注,从入学到就业,从高考到考研。而大学生的心理健康问题,也引起了社会各界的重视和关注。近年来大学生的心理危机事件时有发生,也经常成为网络舆论关注的热点。在16号文件《中共中央 国务院关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》(中发〔2004〕16号)发布后,教育部也专门出台了一系列文件和政策。2011年2月颁布了《普通高等学校学生心理健康教育基本建设标准(试行)》,5月制定了《普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求》。这是为推进大学生心理健康教育工作科学化建设而做出的新举措<sup>[1]</sup>。2013年5月1日正式实施的《中华人民共和国精神卫生法》,也提出要重视对大学生进行心理健康教育。2018年7月,教育部党组颁布了《高等学校学生心理健康教育指导纲要》,从立德树人和培养社会主义建设者和接班人的角度,就新时代高校心理育人的指导思想、总体目标、基本原则、主要任务、工作保障、组织实施等进行了详细规定<sup>[2]</sup>。很多大学成立了专门从事心理咨询及服务的部门,有条件的高校也开设了心理学课程,很多专门社团开始面向大学生普及心理健康知

识。对学生积极心理的关注与重视,不仅应成为学校学生德育工作的一个重要内容,也是“把我们所教育的人变成积极幸福的人”的保证<sup>[3]</sup>。各级各类组织的资源和活动安排要发挥应有的作用甚至更大的作用,这就需要协调配合,系统优化。

系统科学的观点认为:所有的事物或者工作都处于一定的系统之中,它本身可以由很多子系统构成,同时它还是更大的系统的一个子系统或者要素,需要利用相互之间的联系,充分发挥它构成的和构成它的各要素、各层次、各子系统和各部门的统一性、整体性、层次性、开放性,实现整个系统的不断优化和完善<sup>[4]</sup>。本文将从系统科学的角度探讨大学生心理健康教育工作。

## 1 大学生心理健康教育工作的整体性问题

大学生心理健康教育工作首先是高校中一个十分重要的工作系统,具有系统的整体性特点。它应该是一个相对完善的整体系统,它由相互联系、相互影响的课堂教学、知识普及、日常咨询、危机干预等各个子系统和各个要素有机构成,应该展现出各个独立部分所不具有的性质和功能,这也将形成大学生心理健康教育工作作为新的系统的质的规定性,

收稿日期:2019-07-05

基金项目:北京高等学校教育教学改革面上项目(2014-ms028);北京科技大学本科教育教学改革面上项目(JG2019M58, JG2015M21)

作者简介:景 鹏(1982-),男,山东莱芜人,北京科技大学博士,副教授,研究方向:系统工程,思想政治教育。

从而实现这个系统整体的性质和功能不等于各个要素的性质和功能的简单相加。如果整体大于部分之和,这是系统效应,也是我们希望看到的;如果整体小于部分之和,这是负系统效应,这是目前的一些工作中时常遇到的。因此,大学生心理健康教育工作要从系统整体性的要求出发进行设计和规划,需要学校明确一个主导部门负责和进行总体协调。在高校心理健康咨询中心、心理健康教育课、心理协会趣味活动开展中,要强调各种正式组织和非正式组织工作之间的协调一致。在“5.25”等一些重大节日或活动组织中要体现主导部门的统一规划,各组织之间的协调配合往往可以形成系统“涌现”。从时间上看,要从宏观上设计不同年级的心理健康教育工作重点。比如,针对大一学生的大学适应性问题开展工作,针对高年级学生的恋爱问题进行疏导,对毕业生的就业心理引导和压力疏导,对研究生的科研压力疏导和心理状况排查等等,在不同阶段推进对“成长的烦恼”的心理健康教育工作。这种整体性思维有利于改变各自为战的工作现状,有利于促进大学生心理健康教育工作在学校层面的整体性规划和推进,也是进行系统化分析和设计的基础。

## 2 大学生心理健康教育工作的层次性问题

大学生心理健康教育工作的层次性指的是,由于组成该系统的各要素在结合方式等方面的种种差异,使得大学生心理健康教育系统的各组织在作用、在结构、在功能上表现出等级秩序性,形成了统一系统中的具有质的差异的等级差异性。大学生心理健康教育工作系统是一个多层次、多等级的世界。从学校的心理咨询中心到学院的学生工作办公室;从心理咨询老师到各年级辅导员到各班心理委员,从学校的心理协会到各学院的分会,这种层次性的部门和人员分工也体现了大学生心理健康教育工作的层次性。在学校、学院乃至系所层面进行活动设计时,需要系统的协调,避免各级工作的重复和包含,应该强调各层次工作的目标一致性和活动差异性。同时,各级各类机构要找准自己在学生心理健康教育工作系统中的位置和自己的工作重点,不能主次不分,越俎代庖。

除了组织结构的层次性,还要注意工作内容的层次性,要循序渐进,特别是一些难点问题,要分层次分步骤地开展。在新生的心理普查活动中这种层次性的工作设计更为重要。在不同年龄阶段和不同年级要加强分类指导,在本科生、硕士生和博士生中

也要做好层次性的工作内容设计。

## 3 大学生心理健康教育工作的目的性问题

加强大学生的心理健康教育工作是高校德育工作的重要组成部分,基本上是为了促进大学生的健康成长和全面发展。贝塔朗菲认为:真正的果决性或目的性是存在的,这就是目标的预见决定实际的行为<sup>[5]</sup>。大学生心理健康教育工作的目的性相对还是比较清晰的。在具体工作开展中要紧紧围绕这一目标,特别在一些危机事件或多起连续性工作中,要避免强调技巧和特殊性而忽略了根本目标的问题。在各级各部门的工作组织中,要注意目标的统一和协调问题,所有工作的指向都应该是学校统一的目标,这也是形成育人合力的重要保证,是各项政策制定和工作开展的方向标。

需要注意的是,大学生心理健康教育工作是教育工作的一部分内容,可以承担一部分心理咨询和心理辅导的工作,但代替不了心理治疗。所以这种目的性也有个度的把握问题。不能把一些目标接近的工作合并或归拢到大学生心理健康教育工作中来,不能把心理健康教育工作定位到彻底解决所有心理问题的目标上来。

## 4 大学生心理健康教育工作的动态平衡特性

系统科学在进行系统分析与设计时,特别强调系统的运动与静止的统一——动态平衡性,任何事物都是绝对运动和相对静止的统一体。大学生心理健康教育工作就像行进的自行车,没有绝对的完全平衡状态,一直是在前后轮的不断调整中协调着车身的平衡,并推动着自行车的不断前进,从一个平衡态到下一个平衡态。心理健康教育工作系统没有绝对的平衡状态,是在各种小规模突发个性事件中采取相应的对策,在防不胜防的各类危机事件中加强各方面的排查疏导和教育,在整体上加强大学生心理健康教育工作系统的进步中,向一个新的平衡状态发展,直到遭遇下一个或大或小的危机事件。所以,大学生心理健康教育工作不能急于求成,妄图一劳永逸,需要时刻保持一种良好的工作状态,要不断根据新情况调整工作开展的策略和实际工作重点,对各类个性或群体的心理问题要镇静的分析和处理。当长时间的风平浪静时要有忧患意识,深入挖掘深层次的问题和潜在危险;同时在不间断的工作压力面前,要对大学生心理健康教育工作充满

信心,只要工作到位,大学生们的心理状态应该是在整体平稳中顺利前行的。

## 5 大学生心理健康教育工作的开放性问题

系统能够与环境进行交换的特性,叫做开放性<sup>[6]</sup>。大学生心理健康教育工作就是这样一个开放的系统,它不可避免的要与外在环境存在物质、能量和信息的交换。在实际操作中,我们强调工作的协调配合,实质上也是在注重它与环境和其他工作系统的相互影响。新生的破冰活动,一方面能带领大学生认识心理健康教育工作;另一方面也有利于加强班级的凝聚力建设,为班团组织活动开展迈开了第一步。而个别学生心理危机事件的发生,又会在一定程度上影响班级活动的氛围和整个班级的向心力和团结协作。所以,大学生心理健康教育工作会输出信息和能量给学生工作系统中的其他子系统。另一方面,其他学生工作子系统也会对大学生心理健康教育工作系统产生或大或小的影响。丰富多彩的文体活动会提供心理压力和负面情绪的疏导渠道,在一些体育工作开展较好的院系心理危机事件出现的几率相对较小;而学风教育系统中的成绩下降和就业指导工作中出现的就业受挫或前景迷茫也会影响大学生心理稳定性,影响心理教育工作质量和效果。一些地震海啸等自然灾害和社会矛盾双方的冲突等的发生,也会通过影响到个别学生进而影响整个校园甚至一个地区的多所大学。因此,在大学生心理健康教育工作中要注意与其他工作系统——尤其是学生工作子系统——的协调配合,统筹考虑,而且要保持一种积极开放的心态,要善于借力,善于与其他工作结合,在恰当的时机推进

心理健康教育工作的实效。

## 6 结语

大学生心理健康教育工作是一个系统工程,是看不到摸不着的,是真正触及学生思想深处的工作内容,需要系统分析和优化。系统科学思想的引入,从整体性、层次性、动态性、开放性等方面考虑大学生心理健康教育工作系统,有利于促进这一工作开展的科学性和合理性,有利于工作开展时的整体规划和系统性。“润物细无声”是大学生心理健康教育工作的终极目标,任何突兀的工作或安排都会影响到工作开展的实际效果。大学生心理健康教育工作需要围绕学生的成长统筹考虑校内各组织、学生家庭、社会、国家不同层面的资源和支持系统<sup>[7]</sup>。系统化的思考和设计将为大学生心理健康教育工作带来新的思路和启发。

### 参考文献

- [1]路芳草.高校大学生心理健康教育研究——以江西师范大学为例[D].江西师范大学,2012:1-3.
- [2]潘莉,董梅昊.高校心理育人面临的现实难题及其突破[J].思想理论教育,2019(3):90-94.
- [3]励骅.积极心理:学校德育工作的价值追求[J].教育科学研究,2010,3:60-62.
- [4]徐海波,冯思睿.“系统哲学”视域中德育与“全面育人”的关系研究[J].系统科学学报,2012,1:46-48.
- [5]冯·贝塔朗菲著.一般系统论:基础、发展和应用,林康义,魏宏森等译[M].北京:清华大学出版社,1987.25.
- [6]苗东升.系统科学精要[M].北京:中国人民大学出版社,2010.27.
- [7]曾玲娟,李同凯,陈召村,等.系统科学视野下的学校心理健康教育探析[J].广西师范学院学报(哲学社会科学版),2015,1(36):103-107.

## Systematic Thoughts on Psychological Health Education of College Students

JING Peng

(University of Science and Technology Beijing Beijing 100083, China)

**Abstract:** Psychological Health of university student have drawn the attention of universities and the public. As a subsystem of university student work system, psychological health education has the characteristics of integrality, complexity, dynamic and opening. This work would be studied and analyzed through the systematic thoughts in this paper. Globality, structural hierarchy, purposiveness, dynamic balance, openness, and other perspective of system feature were discussed in details about student' psychological health education. Then enlightening significance of systematic thoughts was analyzed with example. Systematic thoughts will promote the scientific nature and effectiveness of student psychological health education.

**Key words:** systematic thoughts; psychological health education; university student education