

积极心理学在高校学生管理工作中的实践

解小艺

(四川文化传媒职业学院, 四川 成都 611230)

摘要:在高校教育中, 学生管理是非常重要的内容, 通过加强学生管理的方式, 可以为大学生的成长和发展提供助力。积极心理学强调从积极的角度对心理学进行研究, 倡导取向积极, 将其应用到高校学生管理工作中, 能够对管理工作进行优化, 也可以立足学生的心理健康层面, 对学生管理的方法和途径进行拓展。文章从积极心理学的内涵出发, 分析了积极心理学在高校学生管理工作中的功能, 并对高校学生管理工作中积极心理学的实践措施进行了探讨。

关键词: 积极心理学 高校 学生管理

DOI: 10.12319/j.issn.2096-1200.2022.35.55

一、前言

一直以来, 高校在实施学生管理工作时, 采用的都是以事后管控为主的形式, 在问题发生后采取补救措施, 这样的管理方式显然欠缺科学性。在现代高校教育中, 强调发挥学生在学习中的能动性, 对其潜能进行深度挖掘, 确保学生可以在优秀的环境中, 实现全面发展。而想要实现上述目标, 高校管理层必须尊重学生的个体差异性, 尽量包容学生存在的问题, 做好积极教育, 挖掘每一个学生身上的闪光点, 为学生的全面发展和个性化发展提供助力。将积极心理学应用到高校学生管理中, 具备良好的可行性, 也能够推动高校教育事业的健康发展。

二、积极心理学的内涵

积极心理学的提出被认为是心理学领域的异常重大革命, 是从积极角度, 对传统心理学内容进行研究的科学, 强调借助科学的原本则和方法来对“幸福”进行研究, 主张发挥心理学的积极取向, 研究的重点是人类的积极心理品质, 研究的目标则是实现人类的健康幸福及和谐发展。

积极心理学研究的内容体现在三个方面: 首先是积极的主观体验。在积极心理学研究中, 积极情绪是一个非常重要的内容, 其研究的是个体在对待不同阶段(过去、现在、未来)时的积极体验, 包括对待过去的满足感和满意度, 对待现在的幸福、快乐以及对待未来的希望、乐观等体验。其次是积极的人格特质。积极的人格特质是积极心理学建立的基础和保障, 其能够激发和强化个体的现实能力及潜在能力, 而当这些能力逐步转变为习惯性的工作方式后, 也就意味着积极人格特质的形成^[1]。然后是积极的社会环境。不同文化对人的生活满意度判断存在较大差别, 在个人主义文化为主的国家, 会参照个人的情感来判断其

是否快乐, 如果个人经常可以感受到快乐, 就说明其对于生活比较满意; 在集体主义文化为主的国家, 在进行生活评估时, 会将家庭、朋友等的社会取向考虑在内。分析原因, 主要是文化会对个体的价值观产生影响。

三、积极心理学在高校学生管理工作中的功能

学生管理是高校教育工作中的一个重要内容, 其能够帮助学生塑造正确的人生观和价值观, 为学生的健康成长保驾护航。但是一直以来, 高校在落实学生管理工作的过程中, 都是将问题作为落脚点, 并没有重视对学生积极品质的挖掘。将积极心理学应用到学生管理工作中, 能够挖掘学生潜能, 发现其积极品质, 再经过合理的引导来帮助学生实现扬长避短^[2]。积极心理学在高校学生管理中的功能和作用主要体现在几个方面:

(一) 创新理念方法

积极心理学能够对高校学生管理工作的理念和方法进行创新, 强化学生管理的效果。高校学生处于身心快速发展阶段, 如果采用传统的管理方法, 在问题发生后才去寻求解决, 不仅影响了教育管理的效果, 也不利于学生管理工作的顺利展开。积极心理学的应用, 使得高校管理层能够对学生的积极品质进行挖掘, 推动学生进一步发展的同时, 帮助其实现对于各类问题的有效规避, 实现学生的身心健康发展。高校在实施学生管理工作的过程中, 应该明确, 积极心理学的应用是一个长期性的过程, 需要全体师生的共同参与^[3], 在校内营造良好的学习环境和学习氛围, 以此来为学生的全面健康发展提供助力。

(二) 培养健康心理

高校教育中, 积极心理学的应用, 可以对学生的健康心理进行培养。高校学生处于人生成长的关键时期, 价值

观念尚未完全形成,欠缺社会经验,加上巨大的学业压力,很容易出现消极情绪,而这些消极情绪在得不到及时疏导的情况下,可能会形成心理问题,影响学生的健康成长。信息化技术的发展,进一步加深了学生与社会的接触,而信息传播渠道的多样化,导致学生更容易受到负面因素的影响,从而形成不健康思想。从积极心理学的角度对学生进行管理,可以帮助学生有效缓解学习中形成的负面情绪,消除不健康思想,为学生的健康成长提供良好的推动力^[4]。

(三) 提高心理素质

高校学生本身处于青春期,因为身心发展以及环境因素等的影响,叛逆性较强,在高校思教育中需要切实做好心理健康教育,提高学生的心理素质,帮助其对成长过程中产生的心理问题进行解,确保学生可以以积极乐观的心态去面对生活,实现健康成长。对于绝大多数高校学生而言,面临的主要压力是学习压力和就业压力,虽然伴随着年龄的增长逐渐形成了独立的人格,不过因为欠缺生活经验和阅历,很容易受到外部环境因素的影响而产生心理问题,如果教师没有做好及时疏导,问题的持续堆积会对学生健康人格的形成造成影响,不利于学生的成长和发展。对此,在落实学生管理工作的过程中,应该融入积极心理学的相关思想,落实好心理健康教育,营造出温馨和谐的学习氛围,确保学生能够直面自身,学会自我调节和自我宣泄,切实提高学生的心理素质^[5]。

(四) 助力学生成长

高校学生管理中,积极心理学的应用能够引导学生端正自身对于学习和生活的态度,促进学生管理质量的提高。高校教育中,教师应该将积极心理学融入到教学活动中,培养学生形成积极乐观的学习态度和生活态度,提升其心理素质,确保学生具备良好的情绪调节能力,在面对失败和挫折时能够做到永不言弃,强化抗压能力。高校阶段的学生处于心理发展的关键时期,合理应用积极心理学开展学生管理,可以降低学生出现心理问题的概率,帮助学生解决学习和生活中遇到的各种困扰,促进学生健全人格和良好思想道德观念的形成,助力学生健康成长。

四、高校学生管理工作中积极心理学的实践措施

(一) 加强正向引导

高校学生对于新鲜事物有着很强的接受能力,在个体认知方面存在比较显著的差异性。部分高校学生以自我为中心,对于外在强制干预事物有着很强的排斥心理,如果高校在学生管理工作中继续沿用传统的管理理念和管理方

法^[6],不仅无法很好地满足学生的发展诉求,还可能引发相应的矛盾冲突,学生管理工作的效果无法得到保障。对此,在落实学生管理工作的过程中,应该加强正向引导,强调服务至上,管理人员需要将自身定位为服务者,运用积极心理学的内容对学生进行管理,做好管理与服务的整合,建立起良好的师生关系,以此来将积极心理学在学生管理中的功能和作用发挥出来。

(二) 健全管理机制

健全完善的管理机制是确保管理工作顺利实施的关键,必须得到足够的重视。结合当前高校学生管理工作中存在的问题分析,如果工作中出现了负面现象,且没有及时进行处理,导致校园内形成了不良风气,则可能会带来更加严重的危害。基于此,高校在开展学生管理工作时,应该做到防微杜渐,建立健全学生管理机制,避免出现违规违纪问题,确保所有的学生在校期间都能够自觉遵守校规校纪,维护好校园秩序,通过良好的校园环境,对学生产生潜移默化的影响^[7]。在学生管理工作中,管理层对于首例学生管理问题的看法,会影响管理氛围的形成,管理层必须从思想上充分重视学生管理工作,营造出良好的环境和氛围,通过潜移默化的影响,确保学生在出现错误行为后,能够做到及时止损。如果能够在管理初期对工作积极引导,可以有效规避各类负面问题的出现。基于此,高校在学生管理工作中,应该从积极心理学的角度,做好秩序的维护,督促学生自觉遵循秩序、维持秩序,以此来保障管理工作的实施效果。

(三) 提高教师素养

教师的专业素质会对高校学生管理工作的实施产生不容忽视的影响,积极心理学在学生管理中的应用需要教师做好自身教学观念的抓变,重视学生的心理健康状况,对学生存在的心理问题进行分析和解决。以往教学中,教师多是将关注的重心放在专业课程教学方面,忽视了学生的心理健康,对于学生存在的问题也无法采取有效的措施进行解决,这种情况下学生容易产生逆反心理,管理工作的质量难以提高。对此,高校方面应该提高教师的专业素质,鼓励其学习积极心理学的知识,更好地向学生传递积极正向的价值观念^[8]。

具体来讲,一方面,高校方面需要组织教师进行专业培训,引导教师学习心理健康相关的知识,确保其能够了解积极心理学的内涵,构建起更加科学高校的教学模式,通过科学的方来对教育工作进行落实,确定好管理目标,将心理健康教育融入到学生管理中,对学生存在的心理问

题进行解决,严格依照预先制定好的目标和计划开展教学及管理工作,培养学生形成积极乐观的心理,促进管理质量的提高。另一方面,教师应该不断对自身的知识和经验进行丰富,学习积极心理学知识,将其和心理健康教育相关的内容结合起来,传递积极的价值观,发挥出健康教育的作用,帮助学生对学习和生活中遇到的问题进行解决。另外,高校方面还应该依照新课程改革的要求,落实好教育改革工作,从个体发展的角度落实心理健康教育,提升心理健康教育的实效性^[9]。

(四) 优化教育模式

高校学生的课业任务繁重,加上就业带来的压力,容易出现心理问题,需要教师提供心理疏导。高校方面应该构建起心理健康教育预防机制,帮助学生解决心理认知方面的困惑,预防心理问题的发生。从实践角度,一是应该建立起专门的心理咨询室,聘请专业人员对学生的成长规律和日常表现进行分析,明确学生的心理状况,了解其可能存在的心理问题,做好必要的预防工作。从教师的角度,在日常教学活动中,应该注意观察学生的行为举止,利用课余时间与学生进行交流,了解其困惑并做好疏导工作,避免问题的恶化。二是高校应该借助灵活的方式去了解学生的真实情况,如可以进行心理测试、问卷调查等,确定好学生的心理状态,在心理健康教育中引入信息技术,例如,可以在校园网中开设心理健康教育模块,定期发布一些心理健康教育相关的知识,或者设置心理咨询、互动交流等板块,选择学生感兴趣的方式来对心理健康教育进行落实,推动线下教育和线上引导的相互结合。三是学校方面应该建立起学生心理健康档案,对学生的心理健康状况进行记录,及时掌握学生的心理变化情况。在班级中,可以设置心理委员,制定出相应的心理委员制度,对教学模式进行完善,通过心理健康教育来提高学生的心理素质^[10]。

五、结语

总而言之,作为心理学领域的新兴学科,积极心理学

有着很强的自我激励作用,能够为高校学生管理工作的实施提供良好支撑。高校教师应该掌握好积极心理学的相关理论和内容,通过心理干预方式了解学生的心理特点,对管理方法进行创新和优化,采取切实可行的措施来对学生成长过程中遇到的各种问题进行解决,强化学生管理工作的针对性,打造出和谐的班集体和温馨的学习氛围,以此来强化学生的综合能力,推动学生的全面健康发展。

参考文献

- [1]韩玉.高校学生管理工作中积极心理学的应用探究[J].湖北开放职业学院学报,2022(24):53-54,57.
- [2]熊圆梦,谢念湘.后疫情时代初中生情绪管理策略研究——基于积极心理学视角[J].当代教研论丛,2022(10):57-60.
- [3]王欣.积极心理学在高校学生管理工作中的应用研究[J].太原城市职业技术学院学报,2022(06):123-125.
- [4]王孟君.积极心理学在普通高中班级管理中的应用[J].教书育人,2022(17):33-35.
- [5]吴林玲.积极心理学视角下高职院校班级管理模式探究[J].文化创新比较研究,2021(21):183-186.
- [6]金丽芬,王秀云,鲍蓉芳,等.以自信为底色,构建学生干部培养体系——积极心理学视野下高职护生中的学生干部逆商培养案例[J].知识窗(教师版),2021(05):107.
- [7]刘权葳,逯鹏辉.高校学生干部管理中积极心理学的运用[J].决策探索(中),2021(02):52-53.
- [8]李奕.将积极心理学核心理念融入职校学生班级管理的创新实践——以某职业技术学院探索班级管理新模式为例[J].中国培训,2020(12):76-78.
- [9]张兆琴.运用积极心理学让学生产生积极心态[J].教书育人,2020(17):39.
- [10]樊荣.积极心理学视野下高校辅导员心理健康教育工作的探析[J].中外企业家,2020(17):169-170.