

心理教育论文(模板6篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

心理教育论文篇一

摘要：加强高校大学生心理健康教育是培养高素质人才的重要环节，更是进一步加强和改进高校德育工作的需要，因此，构建一套行之有效的心理健康教育模式具有重大的现实意义。本文结合时代发展需求以及当代大学生的身心特点，提出了一系列适合高校大学生心理健康教育的方法，对新型大学生心理健康教育模式的构建和实践应用进行了阐述。

关键词：心理健康；心理障碍；教育模式

随着社会的发展，竞争压力的不断加剧，现在的高校大学生承受的心理压力越来越大，心理健康问题也由此更加凸显。逃学、玩游戏、悲观厌世甚至自杀现象时有发生，大学生心理健康问题所引发的不良影响已经引起了社会各界人士的广泛关注。因此，高校大学生心理健康教育就显得尤为重要。然而，由于种种因素限制，高校心理健康教育工作还存在很多薄弱环节，很多高校没有一套完整的心理健康教育模式，既不能很好地满足大学生心理上的需要，也大大限制了心理健康教育作用的充分发挥[1]。因此探索如何在新时期开展高校大学生心理健康教育的新途径和新方法，并且构建一套符合我国国情并且适合于高校的大学生心理健康教育模式就显得尤为重要。

一、国内外高校大学生心理健康教育现状

在欧美等发达国家，大学生心理健康教育工作开展得已经相

当普遍，并且受到了社会各界人士的高度重视，心理学课是高校大学生的必修课，而且还形成了很多心理健康教育的理论和流派，掌握并创造了多种独具特色的实际操作模式。在国内，很多高校在过去很长一段时间内大都只是注重专业技能的教育，而忽视心理素质的培养，注重政治思想表现，轻视健全人格的培养，将心理健康教育与德育教育混为一谈。

二、高校大学生心理障碍表现

1、适应性心理障碍。适应性心理障碍主要存在于大一新生中，由于大一新生刚从中学来到大学这个新的环境，因此有些学生就会产生一些不适应，比如对新环境的不适应。对于大多数新生来说，来到一个陌生的校园，崭新的面孔、生疏的群体、不同的风俗人情、甚至不同的方言都会让学生感觉不适应，感觉不知所措，常常会感到与人难以交流，从而产生寂寞孤独感。对于新生来说，还会产生一些学习上的不适应。大学的生活不像高中那么紧凑，自由支配的时间比较多，所以很多学生就不知道如何适应和支配这些课余时间，也不知道如何学习和生活，从而觉得大学生生活非常无聊、枯燥、乏味，结果会有挂科、留级、目标不明确，浑浑噩噩地度日等现象出现。

2、人际关系方面的心理障碍。由于大学生都是集体生活，人际关系就显得尤为重要。倘若搞不好人际关系，将对学生的学习、生活及心理健康都将会有不良的影响。然而，由于各人的性格、生活背景的不同又会产生一定的思想上的隔阂，所以，由人际关系而引发的困惑和苦恼就会出现。来到大学，一般都非常期望能够建立友好与和谐的人际关系，而这种期望又过于理想化，对别人要求过高，因此现实与理想的矛盾会导致大学生对自己人际关系的不满，认为自己人缘不好，不会处理问题，造成错误的归因。而这种错误的归因往往又会反过来对人际关系带来消极的影响。因此，他们就很容易会产生自卑怯懦、自暴自弃、嫉妒猜疑、悲观厌世、孤僻冷漠等方面的心理障碍，这对高校大学生的生活、学习乃至身

心健康都会造成非常严重的影响。

3、学业方面的心理障碍。由于大学的学习和中学的学习不同，所以，就会有一些大学生出现学习方面的心理压力，有些学生对所学专业不感兴趣，或者学不会，这样很容易自暴自弃甚至走极端。甚至有些学生无法正常完成学业，这对其心理造成的影响非常严重。而对于即将毕业的学生，他们的心理压力更大，一方面，他们要正常完成学习，另一方面，由于目前高校扩招，毕业生增多，找工作比较困难，要想找一个理想的工作就更是难上加难。在他们就业时会遇见犹豫、彷徨、忐忑不安等各种各样的心理问题，这就会给临近毕业的大学生造成巨大的压力，不仅是学业更是就业的压力，这些压力可能会以一种不正常的举动宣泄出来，如打架斗殴、喝酒闹事、悲观厌世等。如果不对其进行正确的疏导，将会对学校乃至社会造成非常严重的影响。

三、大学生心理健康教育模式构建

在高校开展大学生心理健康教育，不仅仅是为了少数确实有心理问题而需要救助的学生，更是为了在大学校园推广及普及心理健康知识，使大学生能够正视在学习与生活中遇到的各种问题，帮助同学们培养良好的心理品质和健全的人格，使学生能够最大限度地发挥自己的能力和潜力，挖掘自己的潜力，正确面对和处理生活中出现的各种挫折，更好地确定自己的人生目标和价值体系，健康快乐地成长，进而能够更好地适应社会，以期达到身心健康发展。所以，要切实做好高校心理健康教育工作，必须构建一套适合大学生心理健康教育的模式。

1. 成立专门的心理健康辅导中心。高校可以成立大学生心理健康教育中心或者大学生心理健康辅导中心，并且成立一支专兼职相结合并且有奉献精神的心理辅导教师队伍，对于专职心理辅导老师来说，应该具备一定的专业心理咨询水平，并且有一定的工作经验，这样可以给大学生提供准确、高效

的心理咨询服务；对于兼职心理辅导老师来说，要有一定的心理学、教育学基础，并且热爱心理咨询工作且具有一定的专业水平。心理健康辅导中心将负责学校大学生心理健康教育的全面工作，并且制订每年的心理健康教育的计划，负责心理健康教育工作的组织协调和运行工作，调动各方面的力量为大学生心理健康教育工作服务。

2. 开设大学生心理健康课。高校应根据大学生身心发展的特点，开设一套符合本校实际情况的大学生心理健康课。在内容上，要不仅涉及到心理健康知识的普及，还要着重于帮助大学生建立良好的心理品质、挖掘潜力，提高心理调适能力和社会适应能力，更好地发挥自己的能力。使大学生心理健康课能在真正意义上帮助大学生提高心理健康水平。在形式上，可以采用互动式、体验式等教学方法，在人数不多的情况下，可以采用团体辅导的形式，调动学生的积极性，使学生能够主动参与进来。

心理教育论文篇二

摘要：改革开放以来伴随着市场经济快速发展，给人们带来了生活水平提高的同时，也为人们带来了一些新形势下的心理问题，在大学生群体中这些问题尤为突出。大学生往往面临着学习压力、就业压力、人际交往困难等多种问题，造成了他们的心理健康水平不容乐观的现状。而公共艺术教育正好可以通过审美与艺术的途径，将大学生的种种压力合理疏导，陶冶他们的审美情操，为他们提供情感宣泄，促进人际交往能力，真正使学生养成健全的人格，促进了他们的心理健康。

关键词：公共艺术教育；大学生心理健康

公共艺术教育是一种面向大众，通过艺术的形式培养审美能力、提升公民修养的重要教育手段。在上世纪80年代末，我国高校教育开始引入公共艺术教育。我国高校的公共艺术教

育经过了多年的发展，已经成为培养学生美育的主阵地，并为完善大学生人格、促进他们的心理健康起到了积极的作用。本文就对公共艺术与大学生心理健康之间的关系进行简要探究。

一、高校公共艺术教育概况

我国高校公共艺术教育以“树立正确的审美观念，培养高雅的审美情操，提升人文素养；发展形象思维，培养创新精神和实践能力，获得感受美、创造美、欣赏美的能力和健康的审美情趣，促进德智体美全面发展”作为教育目标。经过了多年的发展，人们对高校公共艺术教育重视程度不断提升，公共艺术教育选修课体系趋于完善，公共艺术教育已经成为了高校素质教育的主要途径之一。虽然我国的高校公共艺术教育的发展已经取得了很大的进步，但是与发达国家相比还是存在着一定差距。比如课程设置时间不足、教学方法过于单一、课程的专业性不足等问题，在一定程度上制约了公共艺术教育的发展。尤其是目前的高校公共艺术教育，没有很好的与促进大学生心理健康的工作相结合，所以这正是我们需要努力的方向。

二、大学生心理健康现状分析

大学阶段是学生人格成熟的关键时期，他们的精神饱满、爱好丰富、思维活跃，充满了想象力与创造力。学生们渴望在大学之中学习到更多知识，渴望交到更多朋友，渴望得到老师和同学的尊重，这些都是他们的自我意识逐渐成型的标志。但是在当今高校的大学生群体中，他们的心理健康状况确不容乐观。总体来说，很多大学生缺乏远大理想，没有完善的学习目标。他们的人际交往能力较弱，同学之间经常出现矛盾。部分学生还存在生活能力不足、情感脆弱等问题。根据年级来说，低年级的大学生刚刚摆脱了高考的压力，很多学生进入大学之后就放松了对自己的要求，不认真学习、沉迷网络等现象普遍存在。高年级学生由于面临学习难度提高、

就业难度增大双重压力，往往不能合理疏导，影响了他们的心理健康。

三、公共艺术教育对大学生心理健康的促进作用

1、陶冶审美情操

目前的大学生群体由于受到网络文化的影响，审美格调日益低俗化。而通过公共艺术教育，正好可以抵制网络文化对学生的不良影响，陶冶他们的审美情操。在学生参与到艺术作品欣赏的过程中，不仅会得到身心的愉快，更是一种审美享受，经过了大量高雅艺术作品的熏陶，他们的审美标准得到不断提升，自然就会摒弃低俗文化。例如学生们在欣赏肖邦的《幻想即兴曲》过程中，他们的思维随着曲目的变化而得到了放飞，体会到了音乐中作者想要表达的情感，使他们充分感受到了作品的美，培养了高雅的审美情操。

2、提供情感宣泄

大学生处于青年阶段，生理上精力充沛、体力旺盛，但他们在心理上确还没有完全成熟，在生活中遇到矛盾往往会使他们产生不良情绪，长时间积累会影响心理健康。公共艺术教育为学生提供了情感宣泄的途径，引导学生合理的将过剩的体力和不良情绪进行疏导，保证了学生的心理健康。例如在音乐表演课程中，学生们对于在教师和同学面前演唱自己喜爱音乐充满了积极性，他们有的演唱流行音乐，有的演唱重金属音乐，有的演唱民歌，都充满了个性。在演唱过程中他们不仅在教师和同学面前展示了自己的才能，也合理宣泄了自己的情感。

3、促进人际交往

拥有良好的人际交往能力是心理健康的重要内容，也是大学生在大学生生活和毕业后社会生活需要掌握的重要能力之一。

在公共艺术教育中很多教学活动都需要学生通过合作才能完成，学生可以通过艺术教育课程学会相互尊重、相互帮助、相互理解，所以说公共艺术教育能够有效促进大学生的人际交往能力发展。例如学生在进行书法课程的学习中，个体差异很大。有几名学生拥有书法基础，所以写得很好，而大部分学生书法能力较差。教师就鼓励写得好的同学去帮助其他同学共同练习，不仅班级整体的书法水平得到了提高，也增进了学生之间的感情。总之，公共艺术教育对促进大学生的心理健康有着十分重要的作用，我们应当对它引起足够重视，充分结合当代大学生的心理特点进行开展，为学生培养出高雅审美情操、健康的心理品质和良好的社会适应能力。

心理教育论文篇三

青少年的心理健康不仅不能离开学校，家庭的教育和辅导，而且也离不开社会环境的熏陶。重视和加强青少年心理健康教育，应成为当务之急的重要任务。面对时下中学生问题日益增多，中学生心理健康教育是应引起我们认真重视的一个课题。本文就如何加强初中生心理健康教育做了一些探讨。

初中生；心理健康；教育

时常听到家长、老师抱怨现在的孩子不好管、学生不好教。面对时下中学生问题日益增多，中学生心理健康教育是应引起我们认真重视的一个课题。为切实提高中学生的心理健康素质，加强中学生的心理健康教育是十分重要的。重视和加强青少年心理健康教育，应成为当务之急的重要任务。笔者结合本人多年教育实践，对当前初中学生的心理健康教育谈几点看法。

良好的环境直接塑造着学生的心理素质，直接影响和决定着学生的心理健康，创设良好环境是促进学生心理健康发展的必要途径。

一是联系学生的心理实际，编写系统的校本课程。实践证明，不同地区不同学校，学生的思想实际不可能完全相同。如何有针对性的开展心理健康教育，做到因材施教，是有效培养学生主体意识的关键。为了系统的引导学生进行人格的自我评价，情绪的自我调节，性格的自我塑造，使学生在轻松愉快的情绪中从事学习、生活和交往，研究及编写心理健康教育的校本课程，既能对学生进行系统的心理知识教育又能开展心理素质培养，是值得倡导的现代教育研究课题。

二是加强校园文化建设，促进学生心理健康发展。校园文化作为一种环境，无论是物理的，还是人文的，对人的心态有很大影响。生活和学习在整洁、卫生、绿化、美化的校园，能使人心情舒畅、愉悦；教室里张贴的科学巨匠画像，能激发人积极向上、奋发进取；文明礼貌语言的使用，能营造和谐融洽的人际氛围；贴近学生学习生活的校园广播、壁报，能使学生汲取更多的营养。反之，生活在一个恶劣的、充满视觉听觉上污染的环境，必然使人厌恶、焦虑、烦躁、紧张不安，甚至会导致行为上的偏差。所以为了学生心理健康发展，加强校园文化建设，充分利用校园文化的积极影响是很有必要的。

父母的教育观念，教养方式，家庭的教育环境都直接影响着孩子的心理健康，影响其健全人格的形成。因此，学校要通过家长会，家长座谈会等方式，让家长懂得青少年心理发展规律，懂得心理健康的重要性，了解青少年年龄特点，懂得教育学生的正确方法，变过度期望为适度期望，变追求完美为扬长避短，变过度溺爱或放纵自由为科学育人。使家长了解初中生是一个特殊年龄阶段，学生情绪反复，行为多变，对此要有心理准备，不能因此不尊重，不理解他们。对学生教育既要鼓励，也可以批评，但方法的使用一定要符合中学生心理规律。对孩子的期望值不要过高，希望孩子成才，这是人之常情，但压力过大，也会适得其反。应教育孩子如何做人，面对挫折，适应环境。此外对“问题家庭”的学生更要特别留意关心，帮助他们克服因家庭的不良影响引起的心

理问题，保持家庭和学校教育的一致性。同时，要求家长以身作则，言传身教，做学生的榜样。

1、注重教师的心理学知识和技能的培训。

要对学生进行心理健康教育，首先要提高教师的心理学素养，没有教师的心理健康，学生的心理卫生只能是一句空话。现代化生活日益紧张和繁忙，给人们带来许多心理变化，面对激烈的升学竞争及来自社会各方面有形无形的压力，使一些教师产生心理冲突和压抑感。教师不健康的心理状态，必然导致不适当的教育行为，对学生产生不良影响。学校要重视自身的心理健康，教师的职业特征要求教师要有极强的自我调节情绪的能力。教师要用科学知识调整自己心态使自己始终处于积极乐观，平和稳定，健康的状态，以旺盛的精力、丰富的情感，健康的情绪投入教育教学工作中去。

此外要注重对教师广泛开展心理学知识和技能的培训，提高心理服务的水平，提高心理服务的及时性、针对性和有效性。学校应将心理健康教育作为教师继续教育的一项重要内容，使每一位教师都掌握心理健康的基本知识，以利正确对学生进行指导，并在教育教学过程不出现失误。要关心教师自身的心理健康，培养一支自身心理健康，懂得心理学专业知识，掌握心理辅导技能和心理训练方法的教师队伍，这是加强心理健康教育至关重要的。同时应对学校进行整体改革，端正教育思想，改革教育教学方法，融洽师生关系，创设一个使学生心情愉快的学习生活环境。

2、建立学校心理健康服务体系。

目前学校开展心理健康服务，缺少专业人员是一大问题。在近期内还很难配专业的心理医生，但教育行政部门应考虑尽快培养和培训专业的心理辅导教师，在上级专业人员的指导下，建立学校一级的心理健康教育指导委员会，配备专职人员，建立心理教育和咨询机构，开展心理健康服务，切勿将

其形式化。如在学校开设心理咨询室，心理阅览室，心理活动室。定期为师生举办心理健康、心理保健等专题讲座。积极开展心理健康教育，对学生进行学习指导、生活辅导等并建立健全学生心理档案，作为班主任、任课教师教育教学工作的依据。使心理健康工作落到实处。

3、落实初中的心理学课程。

目前不少初中已开设健康教育课，其中也开始涉及心理健康的知识。但开设心理健康教育课，不仅仅是普及心理学有关知识，更重要的是在心理健康教育课中进行心理训练、心理指导。心理健康教育课应该是融知识性、趣味性、参与性和操作性为一体的，这样才能学以致用，真正提高学生抗挫折能力和自我心理调节能力，减少心理障碍及其他心理问题。使每个学生都能达到智力正常，情绪健康、意志健全、行为协调、人际关系适应的心理健康标准，全面提高学生心理素质。

4、把心理健康教育渗透于课堂教学。

学校素质教育的主渠道是课堂教学。实际上各科教学本身都包括有心理教育的内容，我们把心理健康教育渗透于各科教学之中，教师通过不同的教学途径，变换多种教学方法，运用每一教学步骤，在传授知识，训练技能的同时，培养学生的心理素质。只要备课时加入心理教育的导向，就可以使授课内容深入一层，如，语文课就包含有许多情感教育的因素；劳动课、体育课又可安排挫折教育，增加学生的挫折耐力、锻炼意志力。这些做法可使教育模式由知识教育向素质教育、心理教育转化。

综上所述，作为一名教育工作者，有责任挑起这付担子，不能仅仅把工作停留在了解问题，分析问题的水平上，而是要着手尝试去解决这些问题；且各校都应把它列入教育目标 and 计划中去，使心理健康教育具有实际的意义。

心理教育论文篇四

随着社会的发展，时代的进步，当今的形势对当代大学生的期望值是越来越高，需要的是复合型全能人才。现代青年不仅要具有相当的文化知识和专业技能，还应勇于创新，敢于挑战，具有一定的身心承受能力。世界卫生组织提出：健康不仅是指身体没有疾病，而且是身体、心理上和社会上的完好状态。由此可见，健康包含着身体、心理和社会健康三个方面。拥有健康的心理素质是当代大学生成长的重要保证。心理学指出，心理包括：认知过程、情感过程、意志过程、个性心理（能力、气质、性格需要、动机、兴趣、信念和世界观）。

1、心理健康教育的重要性

1.1、人的身体素质影响心理状态，又依存于心理素质

在运动中，学生的心理健康水平建立在良好的身体素质的基础上，而其身体的发展又依存于心理素质。例如，在接受耐力素质练习时，哪些勇敢而好胜心强的学生，他们具有自觉、顽强的意志品质就容易战胜疲劳取得良好效果，而哪些怕苦怕累、意志品质较差的学生，他们就会提早产生疲劳而坚持不下去，影响练习效果。

1.3、培养未来人才的需要随着社会的发展，心理素质日趋重要。普通高校是培养高级专门人才的场所，面对现代社会的激烈竞争，未来的人才不仅要掌握现代的科学技术，具有较强的能力，而且要有强健的体魄、健全的人格和健康的心理素质。

2、高校体育教学心理健康教育的特点

2.1、特殊的教育目的

在体育课教学过程中以心理保健、心理适应、心理素质的培养与发展来维护学生的心理健康，提高学生的心理素质，开启学生的心理潜能为目的。

2.2、特殊的教育内容

在体育教学中，心理健康的教育内容包括学生的学习心理指导、情感教育、意志教育、能力培养、气质培养、性格培养及学习兴趣的培养。

2.3、特殊的教育对象

教育的对象是普通高等院校的大学生，他们主观意志较强，思想复杂，不易把握，但易沟通，所以要正确引导，使他们朝着健康的方向发展。

2.4、特殊的教育方法

心理教育可以通过不同的教学手段发展学生的健康水平，在教学过程中采用说服疏导法、典型榜样法、竞赛评比法、表扬与批评等方法，还可以传授一些心理常识，以及心理辅导与咨询等等，还可以有意安排一些针对性的练习进行心理健康教育。

3、心理健康教育途径

3.1、在准备部分安排有针对性的游戏进行心理健康教育

体育游戏大都具有丰富的趣味性，在教学的准备部分，有针对性的安排体育游戏调动学生的积极性，激发他们的体育兴趣，利用游戏本特点培养学生的集体主义精神、参与意识与协作意识。

3.2、结合教学内容进行心理健康教育

教师应以“健康第一”的思想来指导教学计划、教学内容和教学目标，引导和帮助学生自觉的进行身体锻炼，促使他们将体育运动纳入到生活中，从而促进体育的社会化进程，让学生深知体育运动不仅可以提高身体素质，还能提高人的心理应激能力和适应能力，减少心理疾患，培养乐观的思想和健全人格的深远意义。

在教学过程中，加强“健康第一”这一观念的宣传教育，利于教学内容中的积极因素及深刻内涵对学生进行心理教育，例如，利用中长跑的“极点”现象，对学生进行意志品质教育，利用健美操的美感、节奏、力量感及韵律感来陶冶学生的情操，激发他们对生活的热爱与自信。

3.3、鼓励学生进行丰富多彩的体育活动

丰富多彩的体育活动对于大学生来说，不仅有着磁铁般的吸引力，能够融洽人际关系，沟通心灵，有助于培养团结互助、友好协作等良好品质，而且能发挥自己的积极性、主动性和创造性，有助于个性发展和才能发挥。在教学过程中，教师应依据教学计划和教材，结合学生自身特点，采用不同的教学手段和方法，有针对性的激发学生学习的动机，培养良好的学习态度；与学生积极沟通，了解他们的内心世界，激发与培养他们对课余体育锻炼的兴趣。根据教学内容、学生掌握情况和学习兴趣，适当布置课外体育作业，并帮助和引导他们自己制定锻炼计划，进行丰富多彩的体育活动。

3.4、教师在课中保持良好的情感状态

作为高校体育教师，应拥有乐观的人生态度，在体育教学过程中，保持良好的心境，沉稳的情绪，还要具备较强的自控能力和抗外界干扰能力，防止烦躁、焦虑和抑郁等心理疾病的发生；掌握大学生在体育课堂中的情感投入和体育运动中得情感表现，并分析其成因和处理方法，帮助学生以愉悦的心情参与体育运动。平等对待学生，尊重学生的个性兴趣，

对学生公正评价，同时教师要精心备课和组织课堂教学，注意教学的艺术性、技巧性，增加情感投入，缩短心理距离，多与学生加强交流。

参考文献：

[1]运动心理学编写组。运动心理学[m].北京：人民体育出版社，.

[2]学校体育学编写组。学校体育学[m].北京：人民体育出版社，1998.

心理教育论文篇五

摘要：“和谐”是社会主义核心价值观中的一项重要内容，它是社会主义现代化国家在社会建设领域的价值诉求，是经济社会和谐稳定、持续发展的重要保证，本文将“和谐”一词运用到大学生心理健康教育中，以独特的视角对大学生心理健康教育工作提出了新的方向。

关键词：大学生；心理健康教育；和谐

和谐是一种品质和价值取向。当前，我国正处在全面建成小康社会、全面深化改革、全面推进依法治国的重要时期，国家建设以及社会发展对大学生人才的需求，在数量与质量方面都将发生巨大的变化。在这样的时代，大学生能够实现和谐发展，直接关系到他们的成长、成才。然而，大学生要想实现和谐发展，必须在心理发展上实现和谐，这就为大学心理健康教育融入“和谐观”，提供了理论依据。

1、教育内容的和谐——增加中华民族传统文化相关知识

上下五千年，悠悠中华史。中华民族在千百年的风雨兼程中凝练了许多优秀的传统文化，如儒家经典《中庸》提出

的“中也者，天下之本也；和也者，天下之达道也。致中和，天地位焉，万物育焉。”《荀子》提出的“万物各得其和以生，各得其养以成。”等。教育者应当继承与发扬中华民族这些优秀传统文化，在紧密联系当代大学生心理发展特点与思想实际的基础上，利用丰富多彩的传统知识，创造出“中国味道”的大学生心理健康教育内容。在这一过程中，教育者应当要求大学生通过学校图书馆或网络等查阅有关中华民族传统文化的知识，并在实际教育过程中对他们的掌握情况进行考评。但在注意，考评的分数高低并不是最终目的，重要的是让大学生在查阅、理解、吸收中华民族优秀传统文化的过程中树立和谐的思想观念与思维方式，使和谐成为他们的价值取向。

2、教育过程的和谐——教育工作要有目的、有计划，切忌无章法的教育

从概念上看，大学生心理健康教育是教育者根据大学生的心理发展特点，有目的、有计划地运用有关心理学的方法和手段，对他们的心理施加影响，培养其良好的心理素质，促进其身心全面和谐发展教育活动。因此，教育者在组织、实施大学生心理教育时一定要目的、有计划。关于这点，教育者要做到两个要求：一是坚持循序渐渐、由浅入深的教育；二是坚持有步骤、有轻重缓急的教育。大学生心理健康教育工作并不是一项短期内可以完成的工作，这是因为它的教育对象——大学生存在着太多的差异性。同时，教育环境、教育内容、教育方法等随着时代的发展以及科技的进步，也有很大的易变性。

3、教育互动的和谐——善于利用情感交流，增强教育工作的人文性、亲和性

大学生心理健康教育实质上是教育者与大学生情感的对话与碰撞。在这一过程中，教育者若能持着真诚之心组织、实施教育工作，必定能够引起大学生情感上的共鸣，让他们了解

到这项教育活动是真真正正为他们的成长、成才有利的。具体而言，大学生心理健康教育互动的和谐可以从：构建和谐的师生关系、创新教育方法和关注大学生的心理发展特点与情感变化等三方面入手。因此，教育者应当关注大学生的情感生活，若发现他们出现情感问题，及时解决，以防他们衍生出诸多严重的心理问题。

4、教育环境的和谐——构建公正、公平、民主的校园文化环境

人生活在一定的环境当中，或是政治环境，或是经济环境，或是文化环境。对于大学生心理健康教育而言，其最主要的就是校园文化环境。就大学生而言，他们主要的活动场所就是校园，无论是生活、学习、娱乐还是进行各种情感交流，都离不开校园这个重要载体。因此，构建一个好的校园文化环境，对于大学生心理教育起着非常重要的作用。具体而言，教育者应当积极构建公正、公平、民主的校园文化环境。当然构建公正、公平、民主的校园文化环境也不是一朝一夕完成的，它不仅需要教育者的努力，也需要广大大学生的精神支持与积极营造。

参考文献：

[1]俞卫新. 大学生心理健康状况分析与教育对策[j].教育与职业□20xx(11).

[2]史立伟. 大学生心理健康教育工作机制的构建与实践[j].北京教育(高教版)□20xx(8).

心理教育论文篇六

“和谐”是社会主义核心价值观中的一项重要内容，它是社会主义现代化国家在社会建设领域的价值诉求，是经济社会和谐稳定、持续发展的重要保证，本文将“和谐”一词运用

到大学生心理健康教育中，以独特的视角对大学生心理健康教育提出了新的方向。

大学生；心理健康教育；和谐

和谐是一种品质和价值取向。当前，我国正处在全面建成小康社会、全面深化改革、全面推进依法治国的重要时期，国家建设以及社会发展对大学生人才的需求，在数量与质量方面都将发生巨大的变化。在这样的时代，大学生能够实现和谐发展，直接关系到他们的成长、成才。然而，大学生要想实现和谐发展，必须在心理发展上实现和谐，这就为大学心理健康教育融入“和谐观”，提供了理论依据。

上下五千年，悠悠中华史。中华民族在千百年的风雨兼程中凝练了许多优秀的传统文化，如儒家经典《中庸》提出的“中也者，天下之本也；和也者，天下之达道也。致中和，天地位焉，万物育焉。”《荀子》提出的“万物各得其和以生，各得其养以成。”等。教育者应当继承与发扬中华民族这些优秀传统文化，在紧密联系当代大学生心理发展特点与思想实际的基础上，利用丰富多彩的传统文化知识，创造出“中国味道”的大学生心理健康教育内容。在这一过程中，教育者应当要求大学生通过学校图书馆或网络等查阅有关中华民族传统文化的知识，并在实际教育过程中对他们的掌握情况进行考评。但在注意，考评的分数高低并不是最终目的，重要的是让大学生在查阅、理解、吸收中华民族优秀传统文化的过程中树立和谐的思想观念与思维方式，使和谐成为他们的价值取向。

从概念上看，大学生心理健康教育是教育者根据大学生的心理发展特点，有目的、有计划地运用有关心理学的方法和手段，对他们的心理施加影响，培养其良好的心理素质，促进其身心全面和谐发展教育活动。因此，教育者在组织、实施大学生心理教育时一定要目的、有计划。关于这点，教育者要做到两个要求：一是坚持循序渐渐、由浅入深的教育；二

是坚持有步骤、有轻重缓急的教育。大学生心理健康教育并不是一项短期内可以完成的工作，这是因为它的教育对象——大学生存在着太多的差异性。同时，教育环境、教育内容、教育方法等随着时代的发展以及科技的进步，也有很大的易变性。

大学生心理健康教育实质上是教育者与大学生情感的对话与碰撞。在这一过程中，教育者若能持着真诚之心组织、实施教育工作，必定能够引起大学生情感上的共鸣，让他们了解到这项教育活动是真真正正为他们的成长、成才有利的。具体而言，大学生心理健康教育互动的`和谐可以从：构建和谐的师生关系、创新教育方法和关注大学生的心理发展特点与情感变化等三方面入手。因此，教育者应当关注大学生的情感生活，若发现他们出现情感问题，及时解决，以防他们衍生出诸多严重的心理问题。

人生活在一定的环境当中，或是政治环境，或是经济环境，或是文化环境。对于大学生心理健康教育而言，其最主要的就是校园文化环境。就大学生而言，他们主要的活动场所就是校园，无论是生活、学习、娱乐还是进行各种情感交流，都离不开校园这个重要载体。因此，构建一个良好的校园文化环境，对于大学生心理教育起着非常重要的作用。具体而言，教育者应当积极构建公正、公平、民主的校园文化环境。当然构建公正、公平、民主的校园文化环境也不是一朝一夕完成的，它不仅需要教育者的努力，也需要广大大学生的精神支持与积极营造。

[1]俞卫新. 大学生心理健康状况分析与教育对策[j].教育与职业[20xx(11)].

[2]史立伟. 大学生心理健康教育工作机制的构建与实践[j].北京教育(高教版)[20xx(8)].