

大数据时代高校心理健康教育研究

金 乐, 盛梦雅

南京林业大学马克思主义学院, 江苏 南京

收稿日期: 2024年9月29日; 录用日期: 2024年11月5日; 发布日期: 2024年11月19日

摘 要

在数字化背景下, 我国对大数据的创新发展以及大数据在心理健康教育中的应用给予了高度关注。将数字技术应用于高校的心理健康教育领域, 既能够及时地掌握大学生的心理状况, 又能够改善高校心理健康教育方式, 从而有利于提升大学生心理健康教育的成效。基于此, 文章对大数据时代下的高校心理健康教育现状进行剖析, 探索了大数据环境下高校学生心理健康教育的优化路径, 以期能够推动高校心理健康教育的高质量发展。

关键词

大数据时代, 心理健康教育, 高校

Research on Mental Health Education in Colleges and Universities in the Era of Big Data

Le Jin, Mengya Sheng

School of Marxism, Nanjing Forestry University, Nanjing Jiangsu

Received: Sep. 29th, 2024; accepted: Nov. 5th, 2024; published: Nov. 19th, 2024

Abstract

Under the background of digitalization, China has paid great attention to the innovative development of big data and its application in mental health education. The application of digital technology in the field of mental health education in colleges and universities can not only grasp the psychological status of college students in time, but also improve the way of mental health education in colleges and universities, which is conducive to improving the effectiveness of mental health education for college students. Based on this, this paper analyzes the current situation of college mental

health education in the era of big data and explores the optimization path of college students' mental health education under the environment of big data in order to promote the high-quality development of college mental health education.

Keywords

Period of Big Data, Psychological Health Education, College

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

1. 引言

随着云计算、智能终端等新兴科技的快速发展,大数据在社会各个领域得到了迅速扩张,逐渐改变了人类的生产、生活和思维模式,引发了一场史无前例的数据革命。与此同时,大数据也被越来越多地应用于教育领域中,对教育实践产生了巨大的影响。利用数字技术,能够实时更新、传递数据信息,提供个性化的服务,更好地满足大学生的心理健康需要。在这一背景下,心理健康教育工作必须与时俱进,积极寻找新的思维方式,主动应对新时代带来的各种变革,从而为其创新发展提供理论支持。大学生作为互联网的主力军,新媒体平台为他们提供了丰富的娱乐、学习和社交等信息,但也给他们的三观造成了冲击,从而阻碍了大学生身心健康发展。因此,面对大数据时代大学生的心理健康教育的种种问题,如何走出当前的教育困境、优化教育模式,亟需高校结合时代特征,对心理健康教育进行不断的创新和完善。

2. 大数据与心理健康教育

2.1. 大数据的内涵

2012 年,联合国在发布的大数据白皮书中宣布大数据时代已经到来。随着互联网特别是人工智能、云计算的迅猛发展,大数据在学术研究和实践探索方面得到了空前关注,其相关技术和应用也成为了学术界关注的焦点。关于大数据的内涵,学术界提出了不同的看法,其中比较有代表性的有以下几种:第一,麦肯锡全球研究所将大数据归纳为对其进行获取、存储、管理、分析等方面远远超出传统数据库软件工具的能力范围的一种规模巨大的数据集合。第二,大数据研究机构 Gartner 将大数据定义为需要新处理模式才能增强其决策力、洞察发现力和流程优化能力的海量、高增长率和多样化的信息资产。第三,在《大数据时代》一书中,英国学者维克托·迈尔-舍恩伯格写到,大数据并不是一个确切的概念,它指的是在小规模的数据基础上不可以完成的事情,而能够在大规模数据基础上做到(维克托·迈尔-舍恩伯格,肯尼思·库克耶,2013)。第四,邬贺铨院士对大数据进行了概括,认为其是一个有着巨大数据量的数据集,从中可以挖掘出有价值的信息(邬贺铨,2013)。

尽管学术界对大数据概念的说法不同,但其都存在着一个共同认识,即大数据作为一项技术、一种手段,蕴藏着巨大的发展价值,对当今社会的发展起着巨大的推动作用。

2.2. 大数据应用于心理健康教育

二十世纪末,随着互联网技术的迅速发展,思想政治教育进入了新的发展阶段。这个时期,人们的思想观念、思维方式以及行为方式都发生了深刻的变化,这也为思想政治教育提供了新的发展机遇,大数据技术逐渐渗透到教育领域,并得到了广泛的应用。教育部在 2014 年发布《2014 年教育信息化工作要

点》提出要大力推进教育教学数字资源开发与应用,为教育部门的政策制定提供及时、准确的数据支撑(教育部,2014)。大数据通过多种形式运用在教育实践中,如慕课、翻转课堂、微课等新型教学模式,以及智慧校园、数字图书馆、学生成长电子档案、教师评测等一系列教育管理新形式。在2018年颁布的《教育信息化2.0行动计划》中,教育部明确指出深化教育大数据的应用(教育部,2018)。

首先,利用数字技术,教师能够通过采集学生的心率、睡眠质量、情绪变化等心理参数,对学生的精神状态进行实时监测,为心理健康教育工作提供更为客观、精确的数据支撑,及时发现并解决学生的心理问题。同时,运用算法和模型并结合个人的心理数据,能够实现对可能产生的心理问题的预测(董国珍,2024),教师根据学生的心理健康数据,科学地、针对性地调整教育方案,对潜在的心理危机进行预防与干预,从而有效地改善高校大学生的心理状态。其次,大数据运用于心理健康教育能够提高大学生整体心理健康水平。大数据背景下,利用心理健康教育系统,可以对学生在面临各种压力情况下的抗压能力进行评估,让学生能够充分地认识到自己的长处与潜力,更好地展示自己的优势,树立自信心,帮助学生克服焦虑情绪,提高情绪管理能力,并根据评估结果有针对性地提升自己的能力和素质,从而能够有效地应对各种压力。最后,大数据技术的运用,有利于推动心理健康教育创新发展,提高教育的针对性、实效性。互联网与大学生学习生活的紧密融合,正在逐步重塑高等教育的面貌,特别是在心理健康教育领域出现了革命性的变化。传统心理健康教育的内容、方法较为单一,难以满足学生多元化需求。互联网的发展,为心理健康教育注入了新的活力,学生能够根据自己的需求,随时随地获取有针对性的心理支持,从而促进心理健康教育向个性化、差异化的方向发展(杨虎民,刘士民,张朴,2021)。

3. 大数据时代高校心理健康教育面临的困境

《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》提出,高校要重视大学生的心理健康教育工作(朱守丽,2023)。许多高校都建立心理工作室,配备专职的心理医生。各个院系也有专门的人员负责学生的心理健康问题,随时统计和管理有心理问题的学生。大学也设置心理健康教育课程。但是我国的心理健康教育工作处于起步阶段,有许多需要完善和改进的地方。与此同时,高校还对心理健康教育模式进行创新,采用现代信息技术开展线上心理咨询、开发针对性教育课程、开展心理健康教育主题活动等,以灵活多样的方式满足学生的实际需求,帮助他们树立正确的心理健康观念。然而,尽管我国高校已经在心理健康教育工作上迈出了重要的一步,但这一领域仍然处于初步发展的阶段,面临着诸多挑战与困难,存在着许多亟待完善和改进的方面。

3.1. 师资力量不足

数字时代,我国信息化建设迫切需要更多的专业人才,尤其是教育领域,更是对信息化建设提出了更高的需求。大数据是近几年才逐渐兴起发展的,因此,我国的绝大多数高校,尤其是在心理健康教育方面,人才严重匮乏(王利,2019)。目前,我国高校的心理健康教育工作仍然以心理健康课程和心理咨询为主,从事心理健康教育工作通常是专职教师,缺乏医师与专家的参与。由于缺乏专业知识和实践经验,且对学生的了解不足,教师无法根据学生的心理需要及时调整和更新教学内容,从而不能有效地展开教育工作。而心理咨询中心则多是利用量表测量、问卷调查等传统方式对学生心理状态进行调查,并对调查结果进行筛查与预警,建立心理档案,进行心理咨询或辅导,针对学生心理问题进行预防、介入,但调查结果会受到多种因素的干扰,影响结果的真实性。在日常工作中,心理教师缺乏对大数据技术的应用能力,他们只能通过心理量表和辅导员的反馈来判断学生的心理情况,对数据分析、心理画像等方面的研究还不够深入,未能充分利用学业信息、宿舍信息、就诊信息等数据来分析学生的心理状况,也无法对掌握的数据信息进行系统整合,严重影响了心理健康教育工作的质量与水平。

3.2. 数据意识理念薄弱

当前, 由于缺乏数据管理意识和经验, 对于新技术的使用缺乏积极性和主动性, 我国高校在处理工作时还保留着传统的思维方式, 工作模式多采用线下模式, 对于数字工具的使用, 一般局限于通知发布、管理信息等静态功能方面, 对于数据收集、分析统计等动态监控功能利用不足(王欣星, 孙杨, 2021)。此外, 高校在使用教学信息管理系统、心理信息管理系统等信息化管理系统时, 未能实现有效地整合, 系统之间各自独立, 在数据建设上缺乏统一的规范, 导致各部门的信息收集和处理独立运行, 部门之间信息沟通不畅, 难以实现对数据信息的系统整合和处理, 从而不能对高校心理健康教育工作的开展提供有效的技术支撑。

3.3. 隐私保护和数据安全难以保证

利用数字技术构建高校学生的心理健康平台, 就需要收集学生的学习、生活等信息, 尤其是家庭状况、奖惩情况、医疗档案、恋爱状况、网页浏览记录等敏感信息, 因此, 合理地规定必要信息收集与个人隐私保护的界限十分重要(覃德泽, 李立信, 李立礼, 2020)。尽管我国现行法律以及相关行政法规中均注重对公民隐私的保护, 但随着人工智能、互联网等新兴技术的飞速发展, 立法工作与科技发展之间的差距越来越大, 存在滞后问题, 对个人隐私信息的保护缺少行之有效的手段。因此, 如何在保证学生隐私安全的同时, 有效地提取、整合与分析个人数据信息, 是大数据时代高校心理健康教育工作的课题。

4. 大数据时代高校心理健康教育的优化路径

4.1. 建设结构合理的教师队伍

高校心理健康教育工作的开展要建立一个多层次师资队伍, 结合大数据时代的特点, 可划分为三个层级。第一级是学校教师, 主要对大学生进行心理健康方面的教育; 第二级是心理专家, 主要针对高校学生存在的心理问题提供诊断; 第三级是心理咨询师, 主要是对学生进行心理治疗, 不断提升大学生的心理健康(丘文婷, 2024)。在大数据时代, 教师既要在个性特征、兴趣爱好、家庭情况、学业状况等方面对学生进行全面的了解, 也要对学生的网络言论、网络行为、网络价值观、心理动态等方面进行探究, 从而提升心理健康教育的效果。因此, 高校应定期组织教师学习大数据知识与心理专业知识, 通过外出培训、研学活动等方式提高教师的知识水平, 使教师能够充分利用大数据来改善心理健康教育工作, 成为具备心理健康与大数据知识的复合型人才, 从而缓解当前高校心理健康教育工作中存在的人才匮乏问题。

4.2. 树立大数据思维和意识

在数字时代下, 高校要树立大数据思维和意识, 及时更新思想观念, 对云计算和大数据等有关知识进行学习, 真正地认识到大数据带来的机遇与益处, 使教育紧跟时代步伐。利用大数据思维开展学生工作, 对学生的心理状况进行数据收集、分析和整理, 为教育教学提供数据支持(张文芳, 同雪莉, 2019)。学校的教务处、团委、图书馆、校医院、各学院等部门要整合数据资源, 统一使用线上数据管理平台, 实现信息的交流与共享, 提高学生工作的质量水平。

首先, 要采集学生的成绩、兴趣、社交等个人信息, 并对这些数据信息进行整合和存储, 然后进行加工处理, 对每个学生的个性特点、心理特征进行深入分析, 了解学生的能力、习惯、特长, 充分认识到学生之间的差异性, 为后续心理教育工作的展开提供数据支持。其次, 根据数据分析, 学生的心理状况进行动态精细化管理(刘湘玲, 王俊红, 2023), 针对不同心理需要的学生, 有针对性地提供个体化心理支持。例如, 针对自卑的学生, 可以对其进行积极心理暗示和鼓励等。最后, 学生能够利用智能平台与

心理教师进行交流, 向教师咨询人际交往、学业压力等心理问题, 这一方式打破了时间与空间的限制, 有效地避免了尴尬、羞涩等问题, 有助于学生更好地面对学习和生活中的困难, 增强学生的心理适应能力, 提高心理健康水平。

4.3. 推进大数据立法工作

高校心理健康教育是一项复杂工程, 需要整合社会各方面的力量, 要不断地加强与大学生心理健康教育相关的大数据收集、存储、流通、使用等过程的立法工作, 做好系统规划, 划清政府、企业、高校、学生等主体的责任、权利与分工, 推动法律政策的持续发展。就政府而言, 要明确地划分个人数据收集的界限, 在为心理健康教育工作提供数据支撑的同时, 也要保护学生个人隐私, 做好两者之间的平衡工作(冉龙彪, 陈义, 杨满云, 2023)。就高校而言, 明确高校应承担的责任, 利用法律手段来保障信息化校园的建设与专项资金的使用, 对数据的使用制定严格的管理制度, 用大数据技术驱动技术革新, 对校园进行软、硬件升级, 切实保护学生个人隐私和数据安全。就学生个人而言, 大学生要提高隐私保护的意识, 主动地学习相关法律法规知识, 学会用法律手段维护自己的正当权益, 形成良好的网络使用习惯。

5. 结语

大数据时代为高校心理健康教育工作开展提供了全新的机遇和生机, 因此, 高校亟待转变传统工作模式, 要加大数字技术在心理健康教育过程管理中的应用, 建立健全数据信息平台, 完善个人隐私保护机制, 充分挖掘并培养心理健康教育的复合型人才, 不断地推进心理健康教育的数字化进程。其实践效果主要体现在以下几个方面: 首先, 实现个性化教育, 有效地提高了心理健康教育的精准性; 其次, 优化教育资源配置, 提高教育资源的使用效率, 确保学生都能够得到适当的心理支持; 最后, 大数据技术的应用不仅提高了心理健康教育的实效, 还降低了大学生心理健康问题的发生率, 能够更好地帮助大学生健全人格、健康成长。

参考文献

- 董国珍(2024). 大数据背景下应用型本科院校学生心理健康教育工作创新路径探索. *大学教育*, (5), 23-26.
- 教育部(2014). 教育部办公厅关于印发《2014 年教育信息化工作要点》的通知. http://www.moe.gov.cn/srcsite/A16/s7062/201403/t20140314_165870.html
- 教育部(2018). 教育部关于印发《教育信息化 2.0 行动计划》的通知. http://www.moe.gov.cn/srcsite/A16/s3342/201804/t20180425_334188.html
- 刘湘玲, 王俊红(2023). 基于大数据技术的高校心理健康教育工作提升路径研究. *教育观察*, 12(2), 30-32, 36.
- 丘文婷(2024). 新媒体时代高校心理健康教育的现实困境与优化路径. *普洱学院学报*, 40(2), 121-123.
- 冉龙彪, 陈义, 杨满云(2023). 大数据视域下大学生心理健康教育实践研究. *学术与实践*, (1), 106-111.
- 覃德泽, 李立信, 李立礼(2020). 大数据时代高校智慧校园学生隐私风险分析及保护策略. *网络安全技术与应用*, (11), 110-112.
- 王利(2019). 大数据信息时代大学生心理健康教育研究——评《大数据时代: 生活、工作与思维的大变革》. *中国科技论文*, 14(9), 1063.
- 王欣星, 孙杨(2021). 大数据时代大学生心理健康教育创新研究. *教育信息化论坛*, 5(8), 70-71.
- 维克托·迈尔-舍恩伯格, 肯尼思·库克耶(2013). *大数据时代*(周涛, 等译). 浙江人民出版社.
- 郭贺铨(2013). 大数据时代的机遇与挑战. *求是*, (4), 47-49.
- 杨虎民, 刘士民, 张朴(2021). 基于大数据的高校心理健康教育的创新发展探赜. *池州学院学报*, 35(6), 135-139.
- 张文芳, 同雪莉(2019). 大数据时代高校心理健康教育模式创新路径. *陕西理工大学学报(社会科学版)*, 37(5), 71-76.
- 朱守丽(2023). 大数据背景下大学生心理健康教育管理的对策. *科学咨询(教育科研)*, (20), 51-53.