

新时代高校辅导员开展心理健康教育的困境及解决路径

杜函辉

(深圳职业技术大学, 广东 深圳 518000)

摘要: 随着教育改革深入, 高校心理健康教育工作应得到进一步优化, 辅导员要积极引入新的育人理念、教学方式, 以此更好地引发学生兴趣, 强化他们对所学知识的理解 and 应用水平, 提升育人效果。鉴于此, 本文将针对高校辅导员开展心理健康教育展开分析, 并提出一些策略, 仅供各位同仁参考。

关键词: 新时代; 高校; 心理健康教育; 路径

近年来, 我国高校学生因为心理健康问题而引发的各类事件大幅提升, 国家、学校都开始将大学生心理健康教育作为一个重点展开深入研究。作为学生接触最多的人, 辅导员在学生的成长、学习、生活中发挥了极大作用。为此, 辅导员应努力开展心理健康教育, 保证学生具有乐观、理智的心态, 这也是落实立德树人根本任务的重要环节。但是, 高校生群体的成分复杂, 各个学生之间的差异较大, 这也为辅导员展开心理健康教育工作产生了极大阻碍作用。此外, 一些辅导员并不具备心理健康教育专业能力, 他们的定位较为模糊, 工作方法缺乏创新, 这些都会对后续心理健康工作的开展产生极大影响。

一、新时代高校辅导员开展心理健康教育的困境

(一) 学生群体较为复杂、多样

现阶段, 高校生群体多是“00后”, 他们具有很强的复杂性、多样性特点。一些学生由于自身适应能力不足, 难以与他人展开深入人际交往, 还会因为就业等问题产生极大的心理困惑, 这样会导致其出现各类心理健康问题。此外, 新媒体时代下, 互联网技术除了能给学生带来更便捷的信息, 还会使其受到一些不良价值观念的影响, 从而对他们的心理健康产生荼毒。不仅如此, 不正确的价值观还会导致学生的心理扭曲, 从而出现不良心理状态, 使其不知道如何应对复杂的文化思潮, 阻碍他们良好心理状态的形成。这些复杂、多变的高校生群体会给辅导员之后开展心理健康教育工作带来很大阻碍。

(二) 专业素养不足

新时代背景下, 高校辅导员若想提升心理健康教育效果, 必须要重视对专业知识、自身能力的培养, 这样才能为之后心理健康教育工作开展打下坚实基础。但是, 当前很多高校辅导员对于心理健康教育工作的研究不够深入, 缺乏相应的专业知识储备, 这样会对其之后开展心理健康教育活动产生很大阻碍。很多学校在招聘辅导员时, 并没有将心理健康教育能力作为考核标准, 这也会导致很多辅导员对心理健康教育知识不够重视, 难以参与到专业知识的学习与能力提升中。在面对高校生的心理健康问题时, 辅导员由于缺乏专业能力、相关素养, 难以第一时间找到问题关键, 不利于他们帮助学生破解难题, 这会对他们开展心理健康教育的效果产生很大影响。不仅如此, 当前很少有高校能结合本校学生的实际情况, 对辅导员展开心理健康教育培训, 缺乏相应的心理健康教育考核机制, 这也是导致辅导员在开展心理健康教育工作时效率不高、质量欠缺的原因。

(三) 角色定位模糊

对于辅导员来说, 开展心理教育工作、进行日常事务管理、开展思政引领是极为重要的工作内容。但是, 很多辅导员在日常工作中很难平衡三者的关系, 这样会对之后心理健康教育工作的

开展产生极大影响。通常来说, 高校辅导员负责的学生数量较多, 通常在 200 人左右, 虽然很多学校为辅导员配备了辅助人员, 但是他们只能负责一些事务性工作, 并不具备开展心理健康教育的资格。一些辅导员在开展日常工作, 常会将重点放在对学生的日常管理上, 很少能对学生展开高水平的心理健康教育。同时, 很多高校并不能将思政教育和心理健康教育放在同等地位, 常会将心理健康教育相关课程设置成选修课, 这就导致相应的师资队伍建设并不完善, 这也是影响教育效果的一大因素。

(四) 心理健康教育工作侧重点偏差

新时代下, 很多高校虽然开始对心理健康教育提起了重视, 但是很多辅导员在展开心理健康教育工作时, 仍是采用纠正学生不良行为习惯、心理状态的方式展开育人工作, 很少有辅导员能够在学生发生心理问题前帮助他们预防。一般来说, 心理健康问题多是由很多负面情绪累积形成的, 但是辅导员并没有掌握对于集体心理健康预防干预的意识, 他们缺乏相应的预判能力, 往往只能等问题出现后才会出面解决。部分高校生并没有寻求心理援助的意识, 他们在出现心理问题时, 常会存在一定的抗拒情绪, 整体表现较为被动。辅导员很难对这些学生的心理问题展开预判, 其工作重点也多是解决现有问题, 这也是影响高校心理健康教育质量提升的一大因素。

(五) 高校心理健康教育发展滞后

我国高校的心理健康教育工作起步较晚, 教师所用的心理健康教育理论、方法多是从西方得来, 在实际教学中可能存在不适应中国教学模式的情况。此外, 一些辅导员对于心理健康知识的掌握较为落后, 难以满足学生的实际发展需求, 在帮助学生解决心理困惑时会遇到诸多问题。此外, 一些高校的心理健康师资队伍队伍建设较为落后, 存在一定的人员缺失、制度不够规范等情况。教育部规定, 高校心理健康教育专职教师与学生的比例最少为 1:4000, 这就是说每个高校最少有两个专门的心理健康教师。除了专门的心理健康教师, 学生干部也应参与到心理健康教育工作中, 但是学生干部的心理健康疏导水平也参差不齐, 会对实际的工作开展产生很大影响。很多高校在开展心理健康教育工作时, 会在学生会中选拔一些人开展心理健康教育工作, 但是在选拔过程中很少能对这些学生的心理健康知识储备、解决心理问题的能力等进行考察, 这也导致学生心理健康教育队伍建设存在不规范的情况。

二、新时代高校辅导员开展心理健康教育的途径

(一) 夯实理论基础, 提升实操能力

在新时代的背景下, 高校辅导员在进行心理健康教育工作时, 必须重视对理论基础的夯实。只有这样, 才能为后续的实践工作打下坚实的基础。为了提升心理健康教育工作的效果, 辅导员需要具备高水平的研判能力, 树立预防大于治疗意识, 这样才能

更好地把握教育的先机,对一些高校生的心理健康问题进行准确的判断。

辅导员若想帮助学生解决心理健康问题,除了要有充足的理论知识作为基础,还应不断提升自身的实践能力。他们需要善于从学生的日常生活入手,从外向里地推进心理健康教育工作。此外,学校方面应积极对辅导员展开培训工作,因为单凭辅导员自学将难以积累大量经验,不利于他们将理论与实践融合。通过开展培训,能让辅导员的心理健康教育专业能力得到进一步发展。

在培训过程中,高校可以为辅导员提供一些真实案例,然后让辅导员结合案例展开讨论、分析,以此大幅提升他们的实操能力。通过这种方式,辅导员可以更好地理解理论知识在实际中的应用,从而在面对学生的心理健康问题时,能够更加从容不迫,提出有效的解决方案。同时,培训还可以帮助辅导员了解最新的心理健康教育理念和方法,使他们在工作中更具创新性和前瞻性。高校辅导员在开展心理健康教育工作时,必须重视理论与实践的结合,不断提升自身的专业素养和实操能力。只有这样,才能更好地帮助学生解决心理健康问题,为他们的全面发展提供有力支持。

(二) 因材施教,有针对性推进心理健康教育

在新时代的背景下,为了进一步提高高校辅导员在心理健康教育方面的专业水平,我们可以积极探索将互联网技术融入到日常工作中,并结合因材施教的理念,开展更为精准和有效的心理健康教育活动。通过这种方式,我们能够显著提升教育的效果,更好地培养学生的心理素质。当前,新媒体技术对学生生活方式和思想观念产生了深刻的影响。网络上充斥着各种各样的思想和言论,这对心理健康教育提出了新的挑战。因此,在利用互联网技术开展心理健康教育的过程中,教师必须高度重视网络安全问题。例如,学校可以建立专门的校园防火墙系统,对网络上的不良信息和恶性言论进行有效屏蔽,从而为学生营造一个充满正能量的网络环境。

除此之外,针对高校学生这一特定群体,心理健康教育应当同时注重个体教育和集体教育的双重推进。在集体教育方面,辅导员可以在班级和年级层面组织各种心理健康教育活动,通过这些活动帮助学生树立更加积极向上的心态,增强他们的心理韧性和抗压能力。同时,辅导员还应当根据每个学生的具体情况,提供个性化的辅导和支持。对于那些存在心理问题的学生,辅导员可以为他们建立专门的心理档案,持续关注他们的思想动态和心理变化,以便及时进行干预和帮助。通过这种有针对性的教育方法,我们能够显著提高心理健康教育工作的成效,更好地促进学生的全面发展。

(三) 打破传统理论壁垒,丰富教育内容与形式

在新时代的背景下,教师在进行心理健康教育工作时,应当积极地打破传统理论的限制和壁垒,勇于尝试利用新媒体技术对心理健康教育的形式进行创新和重构。通过这种方式,可以将更多丰富多样的资源引入到教学过程中,从而显著提升心理健康教育的效果。传统的心理健康教育方法已经无法满足学生日益增长的实际需求,因此,教师可以充分利用新媒体平台,为学生提供更加丰富和多元的心理健康教育资源,广泛普及心理健康知识。

在课堂教学中,教师可以运用微课、多媒体视频等多种教学手段,为学生播放一些精选的心理健康教育视频资源。这样不仅能够帮助学生更直观地理解心理健康教育的知识,还能加深他们对这些知识的理解和掌握。此外,教师还可以借助各种纪念日和特殊日子,组织和策划一系列心理健康教育活动,让学生在参与

过程中发挥自己的主动性,从而在不知不觉中受到积极的影响。

通过不断丰富心理健康教育的内容和形式,不仅可以显著提升学生解决心理健康问题的能力,还能为教师开展心理健康教育工作奠定坚实的基础。这样的教育方式能够更好地激发学生的兴趣,提高他们的参与度,使心理健康教育变得更加生动和有效。

(四) 规范选拔机制,建设学生心理健康教育队伍

很多大学生在遇到问题时,通常会倾向于从身边的朋友寻求慰藉,因此,建立一个学生心理健康教育队伍非常有必要。辅导员可以在选拔学生前做好引导工作,帮助他们明确心理健康教育工作的重要性。同时,学生应重视对同学心理情况的保密,不能泄露其他同学的信息。此外,学生心理健康教育队伍的人员还应主动学习心理健康知识,积极参与各类心理健康培训,这样才能为之后心理健康教育工作的开展打下坚实基础。通过开展心理健康宣传普及工作,能够更好地发挥学生干部的骨干带头作用,做好辅导员的心理信息传达工作。在选拔时,辅导员应设立面试、笔试、心理测试等项目,全面考察学生的心理健康状况,保证其能担负相应的心理健康辅导工作。

(五) 扩大心理育人范围,将心理育人融入日常工作

新时代下,为提升高校辅导员心理健康教育工作效果,必须要重视对育人范围的扩大,将心理健康教育工作融入到日常工作中,这样才能更好地发现学生存在的心理健康问题。心理健康水平和大学生的自我认知情况有很深的额联系,大学生若是不能正确认识自己,就容易出现自卑、自负等情况,之后很容易导致其出现各类心理问题。辅导员通过开展思政教育、心理健康教育,能够帮助学生更好地认清自己、认清他人,使其树立正确、良好的心理状态。从高中到大学,学生的学习环境、生活环境发生了一定变化,若是他们过于理想化、功利化,将会导致其承受较大的心理压力、挫折,从而导致一些学生出现逃避心理,这对他们的未来发展极为不利。为此,教师可以将心理健康教育融入日常工作中,对学生展开循循善诱的引导,以此方可减轻他们的心理压力,提升心理健康教育质量。

三、总结

综上所述,未来,高校辅导员在心理健康教育方面将面临更多挑战与机遇。随着科技的不断发展,可进一步探索更先进的互联网技术在心理健康教育中的应用,如虚拟现实心理辅导、人工智能心理健康监测等,为学生提供更加个性化、精准化的服务。加强与专业心理机构的合作,引入更多专业资源和培训机会,持续提升辅导员和学生心理健康教育队伍的专业水平。不断创新教育内容和形式,结合学生兴趣爱好和时代特点,开展更具吸引力和影响力的心理健康教育活动。同时,全社会对心理健康的重视程度将不断提高,高校辅导员的心理健康教育工作也将得到更多支持和关注,共同为培养身心健康、全面发展的大学生而努力。

参考文献:

- [1] 刘紫寒.积极心理学理论下高校辅导员心理健康教育能力提升的实践研究[J].中国多媒体与网络教学学报(上旬刊),2024(07):124-127.
- [2] 王晓青,周荣洁.高校辅导员心理健康教育能力提升策略研究[J].现代职业教育,2024(14):157-160.
- [3] 王佳佳.新媒体背景下高校辅导员开展心理健康教育的策略探究[J].新闻研究导刊,2024,15(09):169-171.
- [4] 王军.“三全育人”时代下高校辅导员心理健康教育工作创新思考[J].现代职业教育,2024(11):165-168.