

浅谈高校辅导员在大学生心理健康教育中的作用

田 源

(山东工程职业技术大学, 山东 济南 250200)

摘要:随着社会环境的不断发展,学生心理健康越来越被关注。对于高校来讲,大学生的心理健康教育工作越来越重要,同时辅导员在大学生心理建设方面也起着至关重要的作用。为了更好地为高校学生提供心理辅导工作,辅导员需要充分认识到自身肩负的教育职责。在日常工作中,将心理健康辅导作为重要的工作内容,使其不断被完善。本文就高校辅导员在大学生心理健康教育方面起到的重要作用,进行了简单研究,通过简单阐述辅导员在学生心理健康教育方面的优势、重要作用以及有效途径,旨在为辅导员在心理健康教育方面提供一些建设性意见。

关键词:高校辅导员;学生心理;健康教学

加强大学生心理健康教育,是接下来高校教学活动的重要内容之一,也是我国社会发展提出的必然要求,为进一步提升素质教育质量做铺垫。通过加强大学生的心理健康状况,能够帮助他们以更好的个人状态应对人生发展中的各种问题,同时为我国的社会发展贡献自己的智慧。在大学生彻底步入社会之前,让他们拥有较强的心理素质,迎接角色的转变,这就需要辅导员发挥自身的优势,将相关的心理健康辅导工作落实到实际。

一、辅导员在开展大学生心理健康教育方面的优势

(一)辅导员在沟通上,占据一定的优势

绝大多数的大学生都是在背井离乡的状态下进入大学生生活的,在远离家人的异乡,能够为他们提供朋辈般关爱的就是辅导员。辅导员本身就是与大学生年纪相仿,且大多数是优秀的本校毕业生或其他院校刚毕业不久的学生,更了解在校大学生的心理状况。同时,辅导员与大学生年纪相仿,也在无形中消除了与学生的之间的心理阻隔,更容易拉近与大学生之间的关系。年龄上存在的优势,让辅导员拥有更多机会与学生进行思想交流。尽管从专业角度将,辅导员无法与专业的心理辅导教师相比,在专业知识的应用上存在一定的欠缺。但是,能够让大学生在相对放松的状态下,说出自己的真情实感。而辅导员也可以以过来人的角度,与大学生交心,这样的方式更能拉近与学生之间心理上的距离,发挥辅导员既是朋友又是长辈的优势。

(二)辅导员在职位上,占据一定的优势

在高校教育中,辅导员担任的角色相当于高中的班主任和生活教师,与大学生有着较多的相处时间,这就为开展心理健康教育提供了一定的便利性。同时,为了高校的教学活动能够达到提高学生心理素质的目的,健康教育活动需要具备一定的实效性,

并与大学生的实际经历和生活紧密联系。因此,需要将大学生的心理健康教育工作,建立在学生实际的生活和学习中,这样才能保证心理健康教育活动的实效性和有效性。在这个过程中,高校辅导员可以充分发挥自身在职位上的便利,为大学生创造良好的生活和学习环境,让自己所带领的班级学生在一个相对积极向上的集体中逐渐步入社会。为此,高校辅导员可以充分发挥自身的职位优势,营造良好的集体氛围,帮助学生强化自我认同感,在远离家乡的地方找到归属感,进而实现健全大学生心理素质的目的。此外,高校辅导员还可以充实大学生的课余时间,组织适合当代大学生的思政实践活动,让他们在社会实践中找到自我价值,并在其中提升自身的交际能力,能够与人建立良好、和谐的关系,让他们以更好的状态适应当下多变的环境。

(三)辅导员在角色上,具备一定的优势

辅导员在学生的大学生活中扮演着至关重要的角色。这一角色能够连接学生的家庭、学生的学校以及社会,而这但部分正是大学生大部分生活。而辅导员可以借助这一角色优势和便利条件,将学生各方面的情况进行汇总,将心理健康教育建立在学生实际情况的基础上,制定有效的信息交流和活动的方案,借此提升心理健康教育效果。辅导员也可以通过学生干部,了解班集体中其他学生心理和思想情况,同时也可以了解更加详细的大学生活,并在必要时实施因材施教的心理辅导方案。除此之外,辅导员可以将自己整合的学生情况,提供给其他的任课教师,以便利用课堂教学进一步提升学生的心理素质,为学生提供更加全面、有效的心理健康教育活动。通过辅导员整合多方面的信息资源,能够有针对性地对学生展开心理辅导,达到提升整体心理健康素质的目的。

二、大学生群体中常见的心理问题以及解决途径

辅导员要想更好的发挥自身在心理健康教育方面的优势,需要对现阶段大学生群体中常见的心理问题有充分的了解,这样才能更好地发挥自身的教育作用。

首先大学生从高中阶段步入大学生生活,从学习压力上获得较大的释放,没有教师严厉的管教,很容易产生迷茫感。同时,在新的学习环境和节奏下,学生难免会在心理上感觉孤独与空虚,不知道接下来的时间该怎样安排。对此,辅导员需要做好初级阶段的引领,帮助大学生进行学习规划,重新设定自己的学习目标,并逐渐找到自己的职业发展方向。

其次,随着大学生活的继续,学生会接触到现实生活与社会,

并在不断接触了解的过程中,产生心理落差,进而找不到自己的定位,进入荒度大学生生活的状态。为此,高校辅导员需要帮助学生确立人生目标,将大学生期间的的时间充分利用起来,用知识装备自己以更加饱满的专业能力和心理状态迎接职场生活。

再次,现阶段的高校学生过多的使用社交软件和电子产品,导致与人的沟通交流变少,影响他们提升交际能力。如果高校辅导员不注重班级活动的重要性,为大学生提供更多的交流机会,将导致大部分大学生局限在宿舍、图书馆甚至网络世界中。因此,高校辅导员需要经常性地开展一些集体活动,鼓励学生参与到社团活动中,也可以为他们提供更多的交流机会。比如,辅导员可以充分利用网络技术,组织学生通过社交软件,进行一些交流活动。这样可以让学生不受空间的限制,只要约定好一个时间,大家就可以在线上进行交流。

最后,就是现阶段部分大学生心理承受能力比较差,在大学生活中难免会遇到一些问题,如果没有较好的心理素质,很难在长期的大学生活中保持积极乐观的心态。为此,辅导员需要注重心理健康教育内容的持续性,将其作为学生整个大学生活的重要内容。

三、辅导员开展心理健康教育的其他有效途径

高校辅导员在大学生心理健康教育方面,有着重要的影响作用。为此,辅导员需要积极寻求开展心理健康教育地有效途径,借此发挥自身在心理教育方面地作用。

(一) 辅导员需要注重自我提升,积极参加相关培训

在社会发展的推动下,大学生接触到的环境越来越复杂,使得其心理发展情况发生了一定的变化。这就要求高校在心理健康教育工作中,提升心理辅导教师的综合能力。而辅导员作为心理健康教育活动的一员,同样需要不断地深入学习与心理相关的理论知识,并联系学生的实际情况开展心理健康教育活动。这样,辅导员才能保证自己的辅导工作,具备科学性和针对性,能够从实际情况出发解决学生的心理问题,帮助他们以更加阳光的态度从容地应对生活。因此,辅导员要想更好地发挥自身在辅导学生心理方面地作用,就需要不断地提升自己地综合能力。只有辅导员自身具备良好的心理品质和正确地人生价值观念,并借助相关地学习活动构建积极健康的内容世界,才能给大学生提升心理建设辅助,才能对他们起到引导和教导地作用。

(二) 在心理辅导工作中,注重思政内容的渗透

在高校心理健康教育方面,辅导员需要注重引导大学生的思想,充分认识到心理问题和思想问题之间存在的必然联系,通过融合思想政治和心理辅导教育让大学生获得全方位的发展。此外,在辅导员地日常工作中,思政内容的渗透也是学生教育工作的重要内容之一。因此,高校辅导员可以将两者进行充分的融合,在有限的工作时间和精力范围内,以思政内容为载体,自然融

入心理健康教育,让思政内容起到辅助心理健康教育的作用,从思想层面为保护大学生的心理健康。同时,高校通常比较注重思政的实践活动,这部分活动主要由辅导员承担,这就为高校的辅导员提供了更多进行心理健康教育的机会。比如在开展思政实践活动的过程中,辅导员可以全程参与到学生中间,留心观察学生在细节上的问题,通过与他们进行交流,了解其真实的想法,并在实践活动中,通过自身的行为感染学生,充分利用自己在学生心目中的重要位置,在潜移默化中影响大学生。

(三) 结合工作实际,切实开展心理健康教育

辅导员在开展心理健康教育的过程中,需要注重其自然性,避免开展专题式的班会,让整个教育氛围过于刻板,导致浪费大量的时间,让学生对心理健康教育内容产生负面印象,进而降低心理健康教育的效果。为此,高校辅导员可以将心理健康教育内容融入到日常管理工作中,将其作为系统性、长期性的教育内容,伴随大学生的整个院校生活。为此,辅导员可以增加与学生进行思想交流的频率,深入到学生的生活中,比如去学生食堂就餐、与学生的作息时时间一致等,这些行为都会增加与学生接触的机会,便于全面掌握大学生的真实情况。另外,辅导员需要做到充分了解学生的家庭背景,根据学生的个人档案了解他们的过往经历,并在现阶段的生活做到充分尊重学生,让他们感受到辅导员是帮助他们、与他们共同经历和面对生活的人。之后,辅导员可以有针对性的开展谈心谈话、主题班会、团体活动、情感交流等相应的活动,帮助学生提高心理健康素质,发挥自身教育优势,将心理辅导工作落实到学生生活中。

四、结语

综上所述,高校辅导员在学生心理健康教育方面有着重要的影响作用。高校要想切实加强大学生的心理素质,需要充分发挥辅导员的教育引导优势,让心理健康辅导工作能够更深地与学生实际情况进行联系。而辅导员自身也需要深刻认识到自身重要性,发挥作为直接管理学生的教育工作者的作用,为我国高校培养心理健康的高素质人才做出贡献。

参考文献:

- [1] 韩丹丹. 辅导员在大学生心理健康教育中的作用 [J]. 教育信息化论坛, 2021 (09): 73-74.
- [2] 孟洁. 高校辅导员在大学生心理健康教育中的作用 [J]. 教育信息化论坛, 2021 (07): 87-88.
- [3] 王功. 高校辅导员在大学生心理健康教育中的作用探析 [J]. 文化创新比较研究, 2021, 5 (02): 61-63.
- [4] 赵祖阳, 朱天一. 辅导员在高校大学生心理健康教育中的作用探讨 [J]. 山西青年, 2020 (04): 240.