

高校辅导员在大学生心理健康教育中引领作用的研究

丁 燕

天津科技大学, 中国·天津 300000

【摘 要】高校辅导员在大学生心理健康教育中所发挥的引导作用, 对于构建完善的心理支持体系具有重要意义。本文通过阐明高校辅导员在思想引导、心理疏导以及资源整合等方面发挥的具体引领作用, 从而凸显辅导员职能的关键性与多元性。在分析当前辅导员实施心理健康教育所面临的挑战的基础上, 进一步探索针对性的解决策略, 从而有效强化辅导员的引导功能, 全面提升大学生心理健康教育的质量与效果, 进而切实推动大学生的身心健康发展。

【关键词】高校辅导员; 大学生心理健康教育; 引领作用; 完善工作机制

引言:

在社会快速发展的背景下, 随着竞争的不断加剧, 大学生所承受的心理压力逐渐增大, 其心理健康问题因此变得愈发显著, 这一现象已引起学术界的广泛关注与深入探讨。作为学生日常管理和思想教育的核心力量, 高校辅导员在大学生心理健康教育体系中发挥着不可或缺的关键作用, 并以其专业性深度参与学生的心理疏导与成长引导。研究显示, 辅导员在其中所发挥的引领作用对提升大学生心理健康教育的质量以及促进学生的全面发展具有至关重要的意义, 且这一过程往往涉及多维度的心理干预与教育引导策略。

1 高校辅导员在大学生心理健康教育中的引领作用体现

1.1 思想引领促进心理健康观念形成

价值观引导: 通过主题班会与个别谈话等形式, 辅导员发挥引导作用, 助力学生确立积极向上的人生目标, 这一过程体现了教育干预在学生成长中的重要性。当学生由于学业压力或就业前景而感到迷茫时, 辅导员可通过分享成功案例的方式, 引导学生树立信心, 并以积极的心态应对挑战, 从而有效缓解其心理困惑^[1]。

品德教育促进心理和谐: 作为心理健康教育的关键组成部分, 品德教育在其中发挥着不可或缺的作用, 并对个体心理素质的培养具有深远影响。辅导员致力于通过培养学生的诚信、友善与责任等品德, 进而构建和谐的班级氛围, 这一过程体现了德育工作的系统性与持续性^[1]。在和谐的班级氛围下, 学生不仅能够深切体会到集体的温暖与支持, 还能够一定程度上有效缓解心理冲突, 从而促进其心理健康与发展。辅导员通过组织班级志愿者活动, 不仅

能有效增强学生的社会责任感与团队合作精神, 还可在一定程度上促进学生心理的和谐发展, 从而实现全方位的教育目标。

1.2 心理疏导缓解学生心理困扰

日常观察与沟通: 在日常工作中, 辅导员通过细致入微的观察, 密切关注学生的行为特征与情绪波动, 并借助谈心谈话这一有效途径, 深入探究学生的心理状态及其潜在影响因素。一旦发现学生存在情绪低落或学习动力不足等现象, 教师应适时与学生展开深入沟通, 以精准定位问题的根源所在, 并结合心理学理论分析其潜在成因^[2]。

危机干预与转介: 当学生出现严重心理问题时, 辅导员可及时开展危机干预, 有效稳定其情绪波动, 并依据实际情况将其转介至专业心理咨询机构以获得进一步支持。在危机干预过程中, 辅导员需通过运用专业技巧与学生进行有效沟通, 同时保持冷静状态, 以全方位确保学生的身心安全。

1.3 资源整合提供多元支持

校内资源利用: 辅导员通过与学校心理咨询中心及专业教师的紧密协作, 积极邀请相关领域专家, 为学生组织心理健康讲座并开展系统的团体辅导活动, 以全方位促进学生的心理健康发展。

家庭资源联动: 辅导员应当与家长建立紧密的沟通机制, 通过及时反馈学生在校的行为表现及心理状态, 进而共同协作制定更为科学合理的教育方案, 以确保学生的全面发展和健康成长。通过家长会、通过家访等具体形式, 向家长系统传授心理健康教育的相关知识与实践方法, 进而有效引导家长关注并满足孩子的心理需求。

社会资源拓展：辅导员通过引导学生有效利用社会资源，例如心理健康公益组织与社区心理咨询等专业服务机构，以促进其心理调适能力的发展。通过鼓励学生积极参与社会实践活动，能够有效提升其社会适应能力，并在实践中深化理论知识的理解与运用。

2 高校辅导员开展心理健康教育面临的挑战

2.1 专业知识不足

由于部分辅导员缺乏系统性的心理学专业知识培训，因而在面对复杂心理问题时，往往难以提供具有针对性的有效指导与专业帮助，这一现状在一定程度上限制了辅导工作的深入展开。针对部分患有心理疾病的学生，由于其症状表现的复杂性与隐匿性，辅导员可能因缺乏专业诊断能力而难以精确辨认病情，从而错失最佳治疗时机。

2.2 工作压力大

辅导员不仅需要承担学生心理健康教育的任务，还须负责包括日常管理与思想政治教育在内的多项工作，这使其工作任务显得尤为繁重且复杂。由于工作任务量过于繁重，辅导员难以投入充足的时间与精力于心理健康教育的深入研究之中，从而在一定程度上制约了工作的实际成效，并对整体教育质量产生了负面影响。

2.3 学生心理问题多样化

在社会环境持续变迁的背景下，大学生心理问题逐渐呈现出多样化与复杂化的显著趋势，这一现象已引起学术界的广泛关注，并成为心理健康教育研究中的重要课题。如网络成瘾、辅导员在开展心理健康教育工作时面临着新的挑战，例如社交恐惧、职业迷茫等问题的出现，这无疑对教育策略的有效性提出了更高要求。

3 充分发挥高校辅导员在大学生心理健康教育引领作用的对策

3.1 强化专业培训，提升辅导员专业素养

在大学生心理健康教育日益受到重视的当下，辅导员所具备的专业知识储备与技能水平，无疑是决定教育工作质量的关键因素，且在实际工作中发挥着不可或缺的作用。学校应当充分认识到对辅导员进行专业培训的重要性，并将其视为提升辅导员队伍整体素质的关键策略所在^[3]。并有计划地安排辅导员参与心理学专业知识的定期培训，通过邀请心理学领域的权威专家开展系统化的讲座与指导，以提升其专业素养和实践能力，专家能够阐释常见心理问题

的识别与评估手段，并且结合认知行为疗法、人本主义疗法等理论，探讨其在学生心理疏导中的有效应用及其实践意义。为激发辅导员主动提升其专业能力，学校宜设立专项培训基金，高校应积极倡导辅导员参与心理咨询师资格考试，以获取专业的资质认证，并不断提升其心理輔導的理论水平与实践能力。获得专业资质不仅是对辅导员专业能力的权威认可，还能够有效提升辅导员在学生群体中的公信力与可信度，从而促使学生更加主动地寻求辅导员的帮助并建立深入的信任关系。构建辅导员心理健康教育培训的长效机制在当前情境下显得尤为关键且必要。为全面掌握培训的实际成效，学校应当定期实施培训效果评估，借助问卷调查、学生反馈信息以及辅导员自我评价等多元化方式，从而以更为系统化的方法考察培训的达成度与影响力。依据评估结果，对培训内容与方式进行适时调整，从而在确保培训针对性的同时提升其实际效果。若发现辅导员在特定领域的知识或技能有所欠缺，则可增设相关培训课程；而当某种培训方式成效不显著时，可探索运用新型教学方法，如案例分析、角色扮演等手段，从而有效提升辅导员的学习主动性及其参与程度。

3.2 完善工作机制，构建协同育人体系

鉴于辅导员工作任务繁重，需同时承担学生的日常管理、思想政治教育及心理健康教育等多项职责，导致其难以腾出充足的时间与精力，深入系统地开展心理健康教育相关工作，从而制约了该项工作的深化与发展。学校应当科学规划辅导员的工作任务，通过明确各项工作的职责与分工，有效防止辅导员因工作量过大而产生任务冲突或遗漏的现象，从而确保各项工作得以高效有序开展。构建辅导员心理健康教育工作的考核机制，是推动其积极投身工作的关键策略所在，不仅能有效评估辅导员的工作成效，还能通过科学的评价体系激发其专业潜能，从而为心理健康教育的深入实施提供制度保障与动力支持。学校能够把心理健康教育工作融入辅导员的绩效考核体系之中，并依据相关学术理论，构建科学且合理的考核指标与评价标准，从而确保评估过程的客观性与公正性^[4]。通过授予荣誉证书、提供奖金以及创造晋升机会等方式，对在心理健康教育工作中表现卓越的辅导员予以奖励，从而有效激发其工作积极性与主动性，并进一步提升辅导员队伍的整体专业素养与服务水平。针对工作表现欠佳的辅导员，应

实施有效的监督与指导,引入专业发展机制,协助其优化工作方法,从而全面提升职业素养与工作效率。为促进心理健康教育工作的深入开展,学校应定期组织辅导员参与相关研讨会,以此构建一个专业化程度较高的交流与分享平台,从而有效提升辅导员的心理健康教育能力和实践水平。在研讨会情境下,辅导员能够通过分享其在实际工作中的成功案例与经验积累,结合专业实践共同探讨并寻求解决工作中所面临问题的有效策略。借助团队建设活动,推动辅导员之间开展经验交流与深度合作,从而构建高效的工作协同机制,并在教育实践中形成合力。辅导员可组建团队,通过协同开展心理健康教育的专题研究,实现彼此间的相互学习与共同进步,从而有效提升整体专业素养。通过团队建设不仅能够提升辅导员的归属感与凝聚力,还可在组织层面上促进心理资本的积累,从而营造更为和谐积极的工作氛围。

3.3 创新教育方法,增强心理健康教育实效

在时代发展与社会进步的推动下,大学生的心理特征及其需求呈现持续动态变化的趋势,并体现出复杂的阶段性特点。辅导员应当持续探寻创新性的心理健康教育方法,依据学生的实际状况,开展具有针对性且形式多样的教育活动,以切实提升教育效果并促进学生的心理健康发展。借助新媒体平台实施线上心理健康教育,无疑是契合时代发展需求的必然选择,不仅体现了数字化转型在心理健康干预领域的应用潜力,同时也反映出现代教育方式与技术融合的必然趋向。辅导员能够创制心理健康相关的短视频,借助生动有趣的画面呈现与简洁明了的语言表达,系统性地向学生传播心理健康知识,其中包括情绪管理技巧、压力应对策略以及人际关系处理方法等关键内容,从而有效提升学生的心理素养与适应能力。通过构建心理健康教育的微信公众号与微博账号等新媒体平台,在定期发布心理健康相关信息与专业文章的同时,加强与学生的互动交流,从而更为及时且全面地掌握学生的心理状态变化。鉴于每个学生均具备独特的心里特征与潜在问题,辅导员应当基于学生的具体情况,运用因材施教的原则,设计具有针对性的个性化教育方案,以实现更优的教育成效与心理疏导目标。针对面临学习压力的学生,可通过提供科学的学习策略与时间管理指导,协助其制定切实可行的

学习规划,进而提升学习效率;而对于存在社交障碍的学生,则可组织开展社交技能训练活动,借助模拟社交情境、角色扮演等多元化方式,促使学生在实践过程中逐步强化社交能力;对于遭遇情感困扰的学生,应给予充分的情感支持与专业的心理疏导,引导其以理性且健康的方式应对情感关系中的各类问题^[5]。

结论

高校辅导员在大学生心理健康教育中具有重要的引领作用。通过思想引领、心理疏导和资源整合等方面的工作,能够有效促进大学生的心理健康发展。然而,当前辅导员在开展心理健康教育工作时面临着专业知识不足、工作压力大和学生心理问题多样化等挑战。为了充分发挥辅导员的引领作用,学校应加强专业培训、优化工作机制,辅导员应创新教育方法,不断提升心理健康教育水平,为大学生的健康成长保驾护航。同时,高校辅导员应继续关注大学生的心理健康问题,不断探索创新,与学校、家庭和社会共同努力,构建更加完善的心理健康教育体系,为培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人贡献力量。同时,随着社会的发展和科技的进步,辅导员也应不断学习和掌握新的知识和技能,以适应新时代大学生心理健康教育工作的需求。

参考文献:

- [1] 郑小霞. 高校辅导员工作与大学生心理健康教育研究[J]. 山西青年, 2022 (9): 196-198.
- [2] 党莉. 基于胜任力理论的高校辅导员在大学生心理健康教育中的作用发挥[J]. 现代职业教育, 2023 (5): 168-171.
- [3] 袁安妮. 高校辅导员在大学生心理健康教育中的作用研究[J]. 读友, 2022 (3): 172-174.
- [4] 周嵘, 程明霞, 马薇娜. 基于高校辅导员在大学生心理健康教育工作中的作用研究[J]. 山西青年, 2022 (11): 196-198.
- [5] 高晓妹, 路洋, 徐凌子. 新时代高校辅导员心理健康教育困境与路径重构[J]. 山西大同大学学报: 社会科学版, 2022, 36 (3): 5.

作者简介:

丁燕(1995.7-),女,山东人,汉族,博士研究生,中级讲师,研究方向:心理健康教育、思想政治教育。