

# 浅析高职辅导员心理健康教育开展途径

——以西安职业技术学院为例

王 晗

西安职业技术学院, 中国·陕西 西安 710077

**【摘要】**当前高职教育中,辅导员的工作对学生的成长和发展是会起到至关重要的作用。要充分地发挥出辅导员在对学生的教育过程中的重要作用的突出地位,才能帮助学生能够在高职的教育教育教学中得到更好的学习和成长。同时,辅导员工作专业水平以及职业素养也会对学生的成长起到至关重要的作用。文章主要围绕西安职业技术学院,对当前学院心理健康教育进行细致的分析和探讨,基于如何更好地发挥出辅导员的重要作用来推动高职教育的教学展开细致的分析和探讨,以期探索出科学的方法指导辅导员转变管理方式,促进学生健康成长和发展。

**【关键词】** 高职辅导员; 心理健康教育; 开展途径

## 引言

辅导员不仅仅要重视学生对专业技能的掌握,还需要重视学生的心理健康发育。目前在我国的职业教育是在我国的教育体系之中的一个重要组成部分,在推动国家建设和发展方面提供了大量的专业化高素质人才。而在当前的高等职业教育的过程中,还是存在着诸多的问题亟待解决和改善的,在心理教育这一方面也有所缺失。因此就需要辅导员发挥出自身在高职教育教育的特殊管理工作作用,来推动当前的心理教育工作的进步和开展,为学生创建一个良好的积极地心理环境,来帮助更好地推动解决高职教育中所存在的问题并对此进行不断优化和调整。

### 1 在当前的高职院校之中所常常出现的心理问题分析

#### 1.1 学生面对陌生环境的恐惧感

以西安职业技术学院为例,通过心理专项实践工作发现,这一心理问题通常发生在新生群体之中,学生脱离原来的熟悉的学习环境和伙伴,来到一个陌生的环境和群体之中,通常就会产生极大的不适应感和恐惧。这样的心理其实对于学生进入学习状态并开展后续的活动等等都是会产生消极影响的,因此,高校辅导员对于这一问题就应十分重视,采取一些方法性措施来帮助解决这一问题,打破学生的心理防线。

#### 1.2 学生无法处理好自己的人际关系而感到烦恼

在高职院校的学生群体之中,每一个学生都有自己的特点和价值观,因此,他们在与同学们交朋友和结实伙伴的时候也会产生摩擦和因为不同的特性而发生的矛盾,因此,对于这一问题,辅导员也应对学生进行良好的心理教育,帮助学生不断调节和改善。另外,一些学生可能性格比较孤僻,往往在大多数时候都是独来独往,没有一个知心朋友来陪伴,这也其实是一个比较容易被教师们所忽视的一个问题。学生不能够在与朋友交往的过程中收获温暖和快乐,没有社会人际交往,这其实是一个很大的问题,学生的心理也是出现了较严重的问题的,因此,辅导员基于这些问题也应采取措施,对学生开展科学积极的心理健康教育,促进学生的身心健康成长等等。

### 2 关于辅导员如何开展心理教育的具体方法性策略和分析

2.1 辅导员要摆正自我的教育角色,平等地与学生开展心理健康教育工作

就西安职业技术学院的实际情况而言,辅导员对待学生首先就应先找准自我的教育定位和明确自身角色,既然是与学生沟通,就应该要用一颗真诚的心来帮助学生调节心理,让学生感受到辅导员的真心,而不是要让学生以一种仰视甚至害怕的态度来被动接受辅导员的的教育,这样不仅不能达到沟通的预期效果,还可能让学生的心理受到不同的变化,不断疏远和拒绝沟通。因此,辅导员的角色就应当是与学校的学生成为朋友,与学生产生更多

的真实的思想交流,不要让学生对自己心生芥蒂,由此也就才能够更好地施展心理教育的工作。要多站在学生的角度来思考问题,以学生的心理定位来与学生进行一个平等的沟通,重视自身沟通细节,注意言语表达是否符合学生的心理等等。

#### 2.2 多多开展相关促进学生身心健康发展的活动

在学院的建设过程中,我院(西安职业技术学院)应该开展诸多有意义的丰富多彩的活动,辅导员既可以以活动为良好的依托点来帮助学生化解心理难题,促进学生成长等等。例如,对于刚入校的新生面对陌生环境的恐惧和不敢与新人接触的烦恼,辅导员可以在班级内开展相关“破冰之旅”的活动,帮助学生们化解陌生,很快地融入在集体中,实现互相认识和了解。另外,当学生在人际交往方面出现的问题,辅导员作为一个教师,可能无法更好地深入学生的内心与学生交朋友,学生所需的是生活和学习上的共同伙伴,而这时辅导员就可以发动班上的同学集体的力量,来与那些不太爱交朋友的学生主动认识和给与温暖和陪伴,在这样一种积极健康的心理教育环境之下,学生也许就能够得到更好的成长和培养出积极乐观的心态以及推动心理的健康发展。其次,辅导员还可以为学生开展专门的心理健康教育讲座,在讲座之中,面对广大学生群体可能会出现各种心理问题,为学生做出解答和方法性指导,这样的活动开展之后,学生所能够收获的知识也会更多,教师在对学生进行的心理健康教育也就变得更加科学合理有针对性。

### 3 结束语

当前素质教育不断跟进时代,高职的校园建设和管理也越来越受到公众的重视,因此,学校要落实对学生的心理健康教育。辅导员不仅要对学生相关物质方面的管理以及学习等学业成绩进行关注,还包括要重视对学生的心灵教育,实时关注和了解学生的相关心理发育状况,从而才能够让辅导员在充分了解地基础之上与学生进行沟通。文章基于分析西安职业技术学院辅导员心理健康教育的开展途径,对当前学生群体中所出现的常见心理问题做出分析和研究,为高职辅导员如何与学生进行科学的沟通交流并进行科学的心理健康教育提出了相关建议和策略,帮助辅导员在与学生的沟通之中更加科学合理。

#### 参考文献:

- [1] 高佳丽. 提升高职院校辅导员心理健康教育工作的有效途径[J]. 农家参谋, 2020, No. 657 (11): 245-245.
- [2] 罗会强, 廖海鹰. 知行信健康教育模式视角下高校辅导员开展大学生心理健康教育路径浅析[J]. 新一代: 理论版, 2020 (7): 8-8.

**作者简介:** 王晗(1987.7-),女,汉族,陕西延安,助教,硕士研究生,研究方向:地质工程。