

新时期高校辅导员开展大学生心理健康教育工作的创新路径研究

肖菁平

江西现代职业技术学院, 中国·江西 南昌 330095

【摘要】在新时期下,高校辅导员开展大学生心理健康教育工作,不仅有利于高校将立德树人理念贯彻教育工作全过程,全面提升学生综合素质,还有利于辅导员增强自身素质,提高教育管理水平。本文通过对高校辅导员开展大学生心理健康教育工作中存在的问题进行阐述,发现高校辅导员开展心理健康教育工作的方法较为单一,难以从多层次角度解决学生实际心理健康需要。同时,心理健康教育工作流程不够明确,再加上心理健康教育工作与各学科教学缺乏紧密联系,无法准确把握学生心理健康需求,多方联动推进心理健康教育工作开展,增强学生心理素质。随后,对新时期高校辅导员开展大学生心理健康教育工作的创新路径展开了探讨。

【关键词】新时期; 高校大学生; 心理健康教育

Research on the Innovative Path of College Counselors in Carrying out College Students' Mental Health Education in the New era

Xiao Jingping

Jiangxi Modern Vocational and Technical College, Nanchang, Jiangxi, China 330095

[Abstract] In the new era, college counselors carry out mental health education work for college students, which is not only conducive to colleges and universities to implement the concept of morality and cultivating people in the whole process of education work, and comprehensively improve the overall quality of students, but also help counselors to enhance their own quality, improve educational management level. This paper expounds the problems existing in college counselors' mental health education work for college students, and finds that college counselors' methods of conducting mental health education work are relatively simple, and it is difficult to solve students' actual mental health needs from a multi-level perspective. At the same time, the work flow of mental health education is not clear enough, coupled with the lack of close connection between mental health education and the teaching of various disciplines, it is impossible to accurately grasp the mental health needs of students. Then, the innovative path of college counselors' mental health education for college students in the new era was discussed.

[Key words] New era; College students; Mental health education

2021年7月,教育部办公厅发布的《关于加强学生心理健康管理工作的通知》中提出,要加强心理健康教育工作的过程管理,定期开展心理健康测评工作,针对测评结果分类制定相关解决方案,全面提升学生心理健康素养。部分高校利用信息化技术构建心理咨询服务平台,开设心理发展辅导室,定期组织辅导员召开学生心理异常情况研讨会,总结心理健康教育工作情况。针对问题学生制定个性化心理健康教育方案,切实解决学生心理健康问题。从而有效提高学生综合素质水平,增强立德树人教育工作实效性。因此,本文将着重对新时期高校辅导员开展大学生心理健康教育工作的创新路径进行探究。

1 新时期高校辅导员开展大学生心理健康教育工作的意义

1.1 增强立德树人教育工作实效性

新时期背景下,信息多元化给大学生思想价值观念造成了一定冲击。大学阶段是人生发展中较为重要的阶段,在这一阶段大学生的世界观、人生和价值观得以完全成型,对待事物的看法和价值取向都会趋于成熟。对于学生而言,在成长过程中遇到的困境和矛盾,在一定程度上影响着他们思想价值观念变化,容易形成不同的心理问题。这些心理问题的出现,又会反馈到日常生活当中,对自身造成一定的困扰,阻碍身心健康发展^[1]。因此,高校辅导员开展大学生心理健康教育工作十分必要。有利于培养学生良好的心理状态,促使学生对道德教育、思想政治教育产生共鸣,主动参与到教学工作当中,将所学到的相关知识付诸实际行动。从而有效增强高校立德树人教育工作实效性,推动高校教育发展。

1.2 促进学生综合素质发展

大学生在高校所学到的专业知识技能和社会技能最终要经由社会检验。一些学生虽然在学校里学习并掌握了专业知识技能,但是心理状态较差,在进入社会工作后,面临挫折和困难时容易形成负面心理,出现自我否定等消极情绪。还有一些学生在人际交往方面,由于心理问题难以控制情绪,与同事之间相处不融洽,从而影响工作生活状态。高校辅导员开展大学生心理健康教育工作,引导大学生进行心理健康测评和自我测评,使其对自身有较为清楚的认知,明白自身存在的问题;其次,在心理健康测评的基础上,对于学生心理健康测评结果予以科学分析,分类制定相应的心理健康教育方案,加强心理疏导,帮助学生解决心理问题^[2]。继而培养学生情绪自控能力和人际交往能力,促使学生形成正确的自我评价,主动采取措施完善自我,在生活学习中遇到困难时可以调整心态、规范自身行为意识,积极且理性地看待问题和解决问题。

1.3 提高辅导员自身素质

高校辅导员在高校心理健康教育工作中担任着重要角色,是高校进行思政教育和管理工作的主要组织者和实施者之一。学生在日常学习生活中,与辅导员之间的互动较为密切,辅导员对学生情况也相对较为了解,在此基础上可以更好地开展大学生心理健康教育工作。但大学生心理健康教育工作并非一蹴而就,辅导员不仅需要掌握相关的心理学知识理论和技能,了解时下大学生心理问题产生的原因;还需要加强与学生之间的良性互动,在保护学生隐私的基础上对学生进行心理辅导,减轻学生心理压

力和负担。同时,还要密切关注学生日常生活学习行为,对于面临的困境学生及时予以心理疏导,帮助学生解决困难。所以,这在一定程度上对于提升辅导员自身素质具有重要意义。

2 高校辅导员开展大学生心理健康教育工作存在的问题

2.1 心理健康教育工作方法较为单一

以往绝大多数高校辅导员开展大学生心理健康工作,主要以心理测评、心理咨询和心理讲座等方式予以开展,这类方法虽然起到了一定作用,但是效果微乎其微。一方面,心理健康教育工作方法与时代技术缺乏有效融合。部分高校辅导员大多以心理测评、心理咨询等方式开展心理健康教育工作,而没有重视新媒体、网络信息技术等方面的优势,致使一些学生即使有心理问题,也碍于面子选择自我消化,辅导员无法准确了解哪些学生可能遇到了心理障碍,及时给予帮助。另一方面,心理健康教育工作方法与学生个性化需求不相适应。每个学生的思考方式不同,生活阅历也不相同。在遇到困难时,有的学生能够积极面对困难,而有的学生会产生心理压力,出现抑郁、烦躁等负面情绪。部分高校辅导员开展心理健康教育工作,没有对症下药,针对学生不同的心理情况而采取相对应的解决措施。

2.2 心理健康教育工作流程不明确

部分高校辅导员在开展心理健康教育工作时,没有做好心理健康教育工作流程的规划,流程较为混乱,对学生的心理情况了解不够深入,在帮助学生做完心理疏导后,学生的心理状态明显变好,辅导员就认为心理健康教育工作告一段落,而没有继续跟进。其一,部分高校辅导员与学生之间缺少沟通渠道。大多数高校辅导员在开展心理健康教育工作时,与学生之间缺少有效沟通,对于一些可能存在潜在心理问题的学生难以较为清楚地辨别。其二,对于各类学生心理健康问题没有制定相对应的解决方案。部分高校辅导员在帮助学生解决心理问题后,没有对学生出现的心理问题进行分类归纳,总结问题发生的原因、过程、解决过程和结果。在下次遇到相类似的问题时,根据上一次的经验判断而采取相同措施,并没有基于学生心理发展规律,致使一些学生对于辅导员不信任。其三,后续跟进工作没有落实到位。大部分学生在成长过程中会遇到许多困难,产生一定的心理问题。虽然高校辅导员及时给予帮助,解决了困难,但是一些高校辅导员认为这样就是解决了学生心理问题,对于学生后续表现没有继续跟进,从而在学生又出现类似心理问题之后,才明白后续跟进工作的重要性。

2.3 心理健康教育工作与学科教育缺乏联动

心理健康教育工作不单单是高校辅导员的职责范围,也是各学科教师的职责所在。大部分高校辅导员未能充分认识到其他学科教育对开展心理健康教育工作的重要性,与各学科教师达成合作,一同开展心理健康教育工作。第一,大多数学科课程规划缺少心理健康教育内容。大多数各学科教师在进行规划课程安排时,对于学生心理健康教育课程重要性没有充分的认知,不会主动增加相关心理健康教育内容。而部分高校辅导员没有主动参与各学科教师的课程规划工作,忽视了学科教育对学生心理建设的重要作用。第二,没有充分重视学科教育实践对心理健康教育工作的推动作用。学科教育实践对于学生而言,不仅是对学科知识的实践,也是对自身综合能力的实践。部分高校辅导员没有从学科教育实践等方面着手,和各学科教师相互配合,做好心理健康教育工作,让学生在实践过程中明白社会发展规律。

3 新时期高校辅导员开展大学生心理健康教育工作的创新路径

3.1 利用现代化技术完善心理健康教育工作方法

在新时期背景下,高校辅导员要融入到学生当中,了解学生的兴趣爱好,学习学生经常使用的社交软件和流行用语,和学生建立起良好的互动关系。一方面,运用新时期技术探索心理健康教育工作方法。高校辅导员要在传统心理健康教育工作方法的基础上,利用微信、QQ、微博和小红书等新媒体平台,了

解学生的日常生活学习情况,对于可能有潜在心理问题的学生,在私下里进行心理疏导,帮助学生解决困难。另一方面,基于新时期技术了解学生个性化需求。高校辅导员可以利用新媒体平台了解学生的心理需求,针对学生心理需求建立心理健康教育平台,及时在平台上更新相关心理健康教育知识。

3.2 结合学生实际优化心理健康教育工作流程

高校辅导员在开展心理健康教育工作过程中,要结合学生实际情况,对心理健康教育工作流程进行优化,确保心理健康教育工作顺利开展。首先,拓宽学生心理健康信息收集渠道。高校辅导员可以成立心理健康教育工作小组,让工作小组了解和记录学生生活学习中的遇到的问题,对于出现心理问题的学生及时向辅导员汇报。同时,高校辅导员要定期组织心理健康教育工作小组开展心理健康知识培训,使学生掌握基础的心理健康知识技能,更好地了解同学心理状态。其次,针对心理健康问题制定相应解决方案。高校辅导员要密切关注学生社交媒体上的状态信息,基于心理健康教育工作小组的记录数据,对学生出现的心理问题进行分类,总结学生心理问题的类型、产生原因,建立学生心理档案。将档案数据进行分类整合,结合学生实际情况制定相对应的解决方案,并记录每个过程的数据和反馈信息,在问题解决后开展后续跟进工作。最后,落实好后续跟进工作。高校辅导员在解决学生心理问题之后,要组织心理健康教育工作小组开展后续跟进工作,记录学生日常生活学习的表现,收集学生反馈信息,并对反馈信息整理,记录到学生心理档案中。若学生再次出现心理问题,可以根据心理档案信息,按照学生心理需要及时心理疏导。

3.3 优化学科教育课程推动心理健康教育工作

高校辅导员要主动与各学科教师加强合作,共同开展心理健康教育工作。其一,参与学科课程规划,发挥学科课程对开展心理健康教育工作的积极作用。如高校辅导员可以与思政课教师合作,在思政课教师进行学科课程规划时,建议增加一些心理健康知识的内容,将心理健康知识与思政案例进行有机融合。使学生在学思政知识的同时,可以了解到心理健康知识,明白如何基于思政知识调整自己的心理状态,规范自身行为意识。其二,将学科教育实践与心理健康教育工作相结合。高校辅导员可以与各学科教师加强合作,建议各学科教师在进行教学实践规划时,将心理健康教育工作贯穿到教学实践全过程,如视觉传达设计专业,教师组织学生进行社会实践,学习时下优秀设计作品,高校辅导员可以建议教师在布置相关设计作业时,将心理健康知识宣传作为设计要求,让学生进行设计。从而促使学生主动了解心理健康知识,并以自身的理解将心理健康理念注入到作品设计当中,在这一过程中明白保持心理健康的基本方法。

4 结语

综上所述,在新时期下高校辅导员开展大学生心理健康教育工作,要紧跟时代发展步伐,利用新媒体技术完善心理健康教育工作方法,构建网络心理健康教育平台,在保护学生隐私的基础上引导学生主动表达自身想法。同时,结合学生实际心理需要,优化心理健康教育工作流程,将立德树人理念贯穿心理健康教育全过程。此外,还应加强心理健康教育工作与各学科教育的联动,在学科教育课程中增加心理健康教育相关课程,收集各学科教师的反馈情况,对心理健康教育方案进行调整,从而从多层次、多角度解决学生心理问题,促进学生综合素质全面发展。

参考文献:

[1] 郑建敏. 新时期高校辅导员开展学生心理健康教育工作的实践研究[J]. 作家天地, 2021, (23): 142-143.

[2] 王默. 新时期高校辅导员工作加强学生心理健康教育研究[J]. 品位经典, 2020, (12): 103-105.

作者简介: 肖菁平(1993.07—)男,汉,江西南昌,硕士研究生,研究方向:思政类。