

和谐校园视角下高校辅导员和班主任 心理咨询角色的培养

孙何丽

川北幼儿师范高等专科学校, 中国·四川 广元 628017

【摘要】高校的辅导员和班主任分别担任了对大学生生活和学业两方面进行引导的工作,可以说辅导员以及班主任与高校学生的日常生活和学习关系密切。但学生的成长发育并非只有生理层面,心理层面的成长更要予以密切关注。基于此,本文从高校心理咨询的意义及发展现状入手,结合实际情况给出了心理咨询技能的培养策略,并以高校辅导员、班主任的工作职能差别为依据,提出了心理咨询能力方面的建议,以期能够提供参考。

【关键词】高校教育; 心理咨询; 能力培养

Cultivation of Psychological Counseling Role of College Counselors and Class Teachers from the Perspective of Harmonious Campus

Sun He Li

North Sichuan Preschool Teachers College, Guangyuan, Sichuan 628017, China

[Abstract] Counselors and class teachers in colleges and universities respectively serve as guidance for college students' life and study. It can be said that counselors and class teachers are closely related to college students' daily life and study. However, students' growth and development are not only at the physiological level, but also at the psychological level. Based on this, this paper starts with the significance and development status of psychological counseling in colleges and universities, puts forward the training strategies of psychological counseling skills in combination with the actual situation, and puts forward suggestions on psychological counseling ability based on the differences in the work functions of college counselors and class teachers, in order to provide reference.

[Keywords] Higher education; Counseling; Ability training.

【基金项目】《川北幼专学生心理健康教育现状及改进策略研究》CBYZ19Y020。

随着教育的深化改革,对学生的能力的培养不再局限于专业知识层面,而是向着综合能力的提高以及心理健康的方向发展。而想要保障学生能具备一个健康的心理,那么心理咨询就显得尤为重要了。然而许多高校存在心理咨询人才短缺的问题,因此从高校的辅导员和班主任入手,对其进行心理咨询能力的培养,使其充当心理咨询角色是目前许多高校切实可行,也是效率较高的解决方案。

1 高校通过辅导员与班主任开展心理咨询的意义

1.1 促进班级建设

班级是高校开展教学的基本单位,因此构建一个学风优良,团结向上的班集体是高校教学中必不可少的内容。一个优秀的班级能够保障广大学生拥有一个良好的学习氛围,从而更好地开展学习。然而由于班级内部一些学生存在的心理问题,导致其无法很好地融入班集体当中,再加上这部分学生往往不会选择主动接受心理咨询,为班集体的建设带来了一定的阻力。许多学校虽然设立了心理咨询室,同时聘请了专业教职工担任心理咨询师,但由于学生的不主动,导致收效甚微。因此就需要辅导员及班主任承担起心理咨询的工作,在日常与学生交流沟通的环节中,及时了解学生的情况,并运用相关知识帮助学生树立健康的心理,从而保障班级的团结和睦。

1.2 促进学生成长

大学相较于义务教育阶段更为自由,学生可以选择利用课余时间发展自身的爱好。但也正因如此,许多学生步入大学之

后,在缺乏监管的前提下忽视了学业,沉迷于游戏当中。这种不良习惯严重影响了学生的健康成长,不利于学生未来更好地步入社会,参加工作。除了这种对学业的惰性思维以外,更严重的是,一些学生不但逐渐养成了孤僻的性格,不愿意参加集体活动。更容易因为冲动,从而酿成后悔一生的事故。马加爵、药家鑫等典型案件为教育工作者敲响了警钟,高校的教学绝非简单的专业知识培训,更要让学生能够在潜移默化中形成积极的人生观念。因此心理咨询对于学生的成长而言也是极为重要的,再加上班主任与辅导员往往和学生关系密切,更能够发现学生在学习生活中的各项问题,因此相较于传统的心理咨询方式来说,让辅导员和班主任担任心理咨询师的角色更能够解决高校目前的各类问题。

2 我国高校心理咨询发展现状

随着高校的不断发展,心理咨询也逐渐走向大学生的视野当中,许多高校都设立了专门的心理咨询室,帮助学生解决心理问题。然而从实际来看,这种方式带来的作用微乎其微,一方面许多学生无法意识到自身存在的心理问题,错误地认为心理问题等同于精神病。这种对心理咨询的错误认知是导致传统心理咨询方式效果不理想的主要因素,不仅如此,就算明确了解自身需要心理咨询,许多学生往往会选择向朋友倾诉,而不愿选择专程前往心理咨询室向心理咨询师咨询。

心理咨询的内容涵盖了许多方面,除了生活问题以外,与学生之间的相处、恋爱、学业问题都可以是咨询的内容,心理

咨询师往往担任了倾听的角色,了解学生存在的心理问题,并通过疏导让学生重拾信心,向着人生目标不断前进。这样的目的与思政教育的目的不谋而合,因此将辅导员的思政教育工作与心理咨询工作进行整合,是目前高校心理咨询发展的主要方向。辅导员往往负责学生生活上的内容,对学生日常生活的方方面面负责,因此可以更好地观察和了解学生在生活中遇到的问题,通过主动与学生联系,达到帮助学生解决心理问题,树立正确三观的目的。除了生活中遇到的问题之外,学生往往也会在学业规划,或专业学习等方面存在一定的问题,这时就需要班主任开展心理辅导工作,帮助学生树立学习信心,制定出合理的学习计划,从而快速投入到学习状态当中。

3 培养心理咨询能力的策略

3.1 心理咨询共性提升策略 虽然辅导员和班主任的工作方向有所不同,但在心理咨询的角度来看,都需要进行一定的心理咨询能力的培养,才能更好地开展心理咨询工作,因此首先需要通过共同培训,掌握心理咨询专业技能,由高等院校方面为辅导员以及班主任提供实习、实训机会,引导辅导员以及班主任逐步了解大学生心理健康教育方面的实际问题,进一步优化高等院校辅导员以及班主任心理健康培训工作实际体系,逐步建立健全独具特色的心理健康教育与心理咨询体制机制。

3.2 在专业培训中心引入心理咨询能力的培养

高校在人才引进的过程中,无论是辅导员还是班主任,往往没有详细地要求心理咨询能力,同时在后期培训的过程中也会忽视心理咨询能力的培养。因此高校应该重视在专业培训的过程中引入心理咨询能力知识的培养,使从教人员能够灵活运用心理知识,解决学生在生活和学习中遇到的各类问题。许多辅导员以及班主任虽然都对学生心理健康方面有着高度的关注,但往往没有掌握科学的方法,一味地询问不但达不到解决学生心理问题的目的,更会让学生产生抗拒心理,影响师生关系。而心理咨询能力的引入,则能够让从教人员掌握合适的方法,在对学生进行心理辅导时能够更加得心应手。高等院校需要定期召集广大辅导员以及班主任快速高等学校学生心理健康方面的实际问题,以及不同学生可能会出现心理疾病,引导广大辅导员以及班主任牢固树立极强的教育意识以及人才培养意识,辅导员以及班主任也需要牢固树立极强的问题意识以及责任意识,如果在本班级内部发现一部分学生已经出现心理健康问题或者是相信心理疾病,则必须要在第一时间开展专业化心理疏导工作以及心理教育工作,及时引导学生走出心理阴霾。

除了基本的培训方式外,还可以组织教职工前往先进工作单位进行学习,或是邀请心理咨询方面的专家讲授心理知识。一方面,专业能力的提高是确保心理咨询效果的有力保障,辅导员以及班主任需要利用空闲时间以及碎片化时间主动学习心理健康辅导方面的具体方式与措施,了解心理健康知识以及多元化教育内容,以便直接将心理健康教育工作融入到高等院校学生课程教学实际体系之中,引导广大学生广泛了解心理健康疾病的负面影响,合理把控心理健康教育工作的实际流程,进一步优化心理健康教育工作具体体系,快速转变自身教学角色,及时承担大学生心理健康教育责任。

3.3 教职工应掌握合适的心理咨询方法

和其他工作一样,心理咨询同样有着一定的方法和策略。一些学生可能因长期的环境等因素形成了孤僻的性格,普通的询问

方式难以真正打开这部分学生的心扉,因此就需要采取更为灵活的方式。首先教职工可以主动提出为学生保密,让学生感受到尊重,在互相尊重的前提下,教职工更容易了解学生的心中所想,后续就可以针对学生的问题对症下药。其次对于有着某一类问题的学生而言,也可以集中起来,根据这些学生的共性问题进行心理疏导。尤其是一部分已经出现心理健康问题的大学生可能会表现出极强的抵触情绪与排斥情绪,可能不愿意接受辅导员和班主任的殷切帮助,也可能不愿意积极参与心理健康教育以及心理问题疏导工作。在此前提之下,则需要辅导员以及班主任适当调整心理健康疏导的实际方法与模式,采取学习渐进的方式,稳扎稳打,深入学生日常学习与生活,了解学生日常学习状态以及生活情况,立足于学生的日常学习现状进行合理研究与分析,选取个性化话题,与学生进行平等互动与交流,或者是直接采取面谈的形式,与学生进行紧密沟通与交流,引导学生充分意识到心理健康教育工作以及心理健康疏导工作的整体价值,让每一个存在问题的学生都了解,在成长过程中存在心理问题是一个正常现象,从而让学生能够正视心理问题,与教职工展开合作,积极面对这些问题。

3.4 教职工应该加强心理素质建设

心理咨询人员不但要具备较高的专业能力,同样需要良好的心理素质和耐心。许多学生的心理问题往往是缺少一个倾诉的对象,只要经过合理的引导,就能够使其恢复健康正常的心理。因此教职工需要加强自身心理素质建设,能够心平气和地倾听学生的各类问题。许多教职工心理咨询工作效果不好,往往是由于倾听环节不到位,学生在心理咨询的过程中没有感受到尊重,因而导致无法真正敞开心扉地交流。高校辅导员和班主任都应该积极加强自身心理素质建设,提高专业能力,扩展心理疏导渠道,多方面,多角度的了解学生的实际问题,并对症下药。只有这样才能让学生真正敞开心扉,愿意与教职工展开沟通和交流。

4 结语

辅导员、班主任等与学生日常生活息息相关的教职工,对学生成长的重要性不言而喻。由于心理咨询需要过硬的心理学知识,因此学校方面更要注重对教职工心理知识的培养,教职工自身也应该利用闲暇时间阅览心理学相关书籍,加强自身的心理咨询能力的建设。除此之外教职工还要善于发现学生在学习、成长过程中的问题,和学生构建良好的师生友谊,促进师生关系的和谐发展,真正做到急学生之所急,想学生之所想,践行立德树人的教育理念,促进学生的全面发展。高校心理咨询的建设仍然处在初步探索的阶段,因而仍然存在许多不足,这就需要全体教职工发扬创新精神,在发展过程中不断反思,深化改革,促进高校心理咨询体系的构建,用实际举措为莘莘学子的健康成长创造有利条件。相信随着教育制度的不断完善,未来的高校能够以严谨的治学态度,良好的办学风范面向社会各界,为社会、为祖国输送优秀的人才。

参考文献:

- [1] 朱昕蕾. 辅导员谈心谈话工作中心理咨询技术的效用研究[J]. 大学, 2021, (21): 152-154.
- [2] 王佳. 心理咨询技能在高校辅导员工作中的应用分析[J]. 农家参谋, 2020, (18): 183-184.
- [3] 王熹. 高职院校辅导员心理咨询工作中存在的问题及对策探析[J]. 大学(研究版), 2020, (08): 78-79.