

基于人的全面发展视域高校辅导员开展大学生心理健康教育的困境及应对策略研究

邱志琴 徐萍^{通讯作者}

(泰国格乐大学国际学院 360681198410292026; 泰国格乐大学国际学院 360102197204215321)

摘要: 辅导员开展心理健康教育已成为辅导员工作极其重要的组成部分, 本文总结辅导员开展心理健康教育工作现状。辅导员开展心理健康教育的成效, 为总结辅导员开展心理健康教育工作提供基础数据。同时, 一方面分析通过学生群体变化即 00 后学生进入大学校园给辅导员开展心理健康教育工作带来新挑战, 辅导员需要通过及时改变和探索工作方式才能有效应对学生群体新变化; 另一方面分析目前高校思想政治教育的新形势对辅导员工作提出的新要求, 进一步说明辅导员提升开展心理健康教育实效性的必要性和紧迫性。最后通过分析目前辅导员自身在心理健康教育能力方面的新变化和优势, 为提升辅导员开展心理健康教育实效性的途径提供基础。

关键词: 人的全面发展; 高校辅导员; 大学生; 心理健康教育

1.1 研究背景

长期以来, 大学生的心理健康就是一个重要问题, 受到国家的重视。中共中央、国务院颁布的《国家中长期教育改革与发展规划纲要》中清晰提出应该持续的强化对这些学生的心理健康教育, 推动学生变得更加的坚强, 以及保持良好的身体素质, 坚定自己的意志。国家卫生计划委员会、中央宣传部、中央综合治理办公室等 22 个部门联合下发的《有关强化心理健康服务的指导建议》中提出, 教育系统要持续的针对这些学生实施心理健康教育, 并且明确的提出了这些大学中都必须建设心理健康教育、咨询中心(室), 而且要保证师生的比例 1:4000。习近平主席在全国的思想政治工作会议上, 提出大学思想政治教育要坚持以德育教育为中心, 应有始有终的推动大学保持稳定的建设, 保持学生的心理健康, 并且就这些学生实施人文关怀。

国内以人的全面发展为视野, 来推进高校辅导员开展大学生心理健康教育的探索, 是一个亟需着手深入研究的课题。虽然近年来有国家政策的大力支持与社会环境的改善, 但由于发展研究底蕴不足, 如今还并没有将其形成一个体系。现有基于人的全面发展视域高校辅导员开展大学生心理健康教育的探索也存在不足。如今, 从促进人的全方位发展这一视角, 由大学生辅导员所实施的心理健康教育工作依然未能取得较大的进展, 要参考海外国家有关资料来从诸多方面取得进步。在我国, 心理健康教育工作很晚才逐步的实施, 尽管如今已获得了一定的成果, 然而依然有较大的成长空间, 未来依然有很长的道路要推进, 研究人员的数量不是很多, 探究成果也不是很多, 特别需要就这些问题开展分析。

1.2 辅导员开展大学生心理健康教育的重要性分析

1.2.1 学生心理辅导需求分析

对于是否愿意到心理咨询师那里针对问题进行咨询, 调查结果如下: 总体上愿意去咨询的同学占 59.91%, 超过半数。调查显示, 学生的原生家庭父母工作不同, 他们对心理咨询接受程度不同。父母在事业单位工作的同学 73% 愿意去咨询; 父母在企业工作的学生 60% 愿意去心理咨询室咨询。父母是打工和务农的 58% 愿意去心理咨询室咨询。分析原因是事业单位工作的父母比较开明, 使孩子会鼓

1.2.2 大学生心理健康存在的问题

对现代大学生而言, 他们特别需要开展社交工作, 渴望受到其他人的关注和尊重, 并且大多数人都期待在学校中设定一个人际圈子。起勇气应对心理方面的突出问题。

(1) 缺乏人际交往价值取向的正确判断能力

由于客观环境的限制, 大学生没有太多的阅历, 并且对社会的了解不多, 导致其针对整个社会的发展规律的了解有限。在开展这些社交活动中, 要通过自己的价值观来评价整个社会, 对整个社会有较大的期待, 直接导致了理想和现实之间差异较大, 让学生直接对整个社会产生失望的心态, 在人际交往中判断能力不足。

(2) 习惯以自我为中心, 自我封闭

在和其他人交往的过程中, 有部分大学生显然存在一定的个人主义倾向, 只是关注自己的需求, 大学是一个不断提高个人意识、个人评价以及个人教育的重要时期, 他们对自己更加重视, 加上独生子女的占比持续提高。在分析问题的时候, 一些大学生只是考虑了自己的想法, 完全没有考虑到其他人的心里, 这样无法促进人与人之间友好交往。

(3) 人际交往中自卑心理

自卑本质本质上便是要进行自我评价, 认为自己没有可以超过其他人的能力, 无论做什么都不可能取得成功。然而, 通过实践来看, 其评价的结果是错误的, 不管是自卑或者是自信者, 他们的能力都没有太大的差异。

(4) 大学生身心发展不一致

由于社会经济建设水平的提升, 导致大学生的生理成熟较快。另外, 大学生的心理发展显然没有办法跟上生理发展, 特别是在持续进化和发展的社会环境中, 生理成熟引动延后问题, 致使身心发展产生冲突。

(5) 家长的教育理念影响着对孩子的教育实践

为望子成龙, 望女成凤都是父母特别期待的。要保证做到这一方面, 就要对传统的教育理念作出调整, 更加全面的了解其生理和心理发展的基本特点, 而不是持有拔苗助长的心态, 通过对教育理论与方法的科学结合, 确定辅导对象, 防止过度指责学生或宠爱学生, 使学生可在良好的环境下得以成长。

(6) 高等教育对大学生人际交往的影响

当前, 我国大学比较关注学生知识能力等诸多方面的培养, 却忽略了对学生的心理辅导。目前的教育系统并未将学生的心理辅导这一项内容纳入其中, 忽略了学生社交能力的培养。但是, 我国的不少大学都没有设定这种课程, 就算只有少量的学校有, 也只是进行理论教学, 没有提供出足够的实践指导。加上, 在大学生们的思政教育中, 对思想品德教育的关注度不高, 没有针对与大学生人际关系息息相关的爱情观、人生观以及价值观进行充分而全面的教育培养, 让大学生得不到真正有效的指导。

1.3 高校辅导员开展大学生心理健康教育现状

(1) 对有心理问题的学生开展教育, 辅导员应结合个人的专业知识和掌握的心理咨询技术协助学生解决心理问题。在日常的心理辅导工作中, 辅导员常常会发现学生存在感情问题、考试前紧张、社交障碍以及学习困惑等各种常见心理问题。

(2) 针对心理健康教育表现较好的学生, 应利用具体的心理咨询知识, 精确评估学生, 给予学生科学的、合理的意见, 并将其往心理咨询中心转移。在学生群体中, 存在此类表现的学生相对较少, 但是, 却是辅导员实施心理辅导工作的最大拦路虎。教育成效一直不尽人意, 尤其是在教育学生 and 开解学生过程中受到学生的下意识拒绝或排斥; 但是, 当辅导员对心理咨询与心理学的专业技术知识有全面的了解之后, 可以更好地与学生沟通、互动, 增加对学生的认识, 精确判断学生的心理问题并协助其解决这一方面的困惑。

(3)在交谈中,不少辅导员都认为,丰富的知识储备以及从业经验使其在对大学生进行心理辅导时更容易解决学生心理问题,在心理辅导过程中,如果其能够应用个人掌握的专业技能和知识,就可以增加自己带领学生走出困境的信心,在岗位上工作不低于4年的辅导员,其对自身实施的心理健康教育工作的效果比较认可,而工作时间较短的辅导员常常会认为自己经验不足,对自身实施的心理健康教育工作的效果不是特别认同。

1.4 高校辅导员开展大学生心理健康教育存在的问题

1.4.1 辅导员开展大学生心理健康教育存在胜任力上的不足

其一,辅导员针对问题学生进行辅导,学科基础不够扎实。其次,辅导员为其提供心理上的辅导,有关的实践经验并不多。

1.4.2 辅导员开展大学生心理健康教育的角色定位不够明晰

在传统理念的影响下,大部分高校学生觉得辅导员主要是负责管理学生日常活动及实施思政教育的主体,却忽略了辅导员在心理健康教育中发挥的效应和占据

1.4.3 学生对心理健康教育认识存在偏差

大学生正好是处于青春期,进入大学进行学习,一把无形的剪刀剪断了孩子与逐渐强化。在这个非常重要的人生心理断乳期,身心发展不平衡,身体逐渐成熟。

1.4.4 大学生心理健康教育的队伍建设不够健全

首先,大学生心理辅导团队存在人手紧缺的情况。专门成立心理健康教育的专职辅导员团队和兼职团队。其次,行政管理专业,少量辅导员学习的专业是心理咨询。致使团队专业水平低下,不利于团队的整体发展,同时也让心理健康教育工作的吸引力、时效性以及合理性受到较大影响。再者,在高等职业院校里,辅导员趋于年轻化。年轻的群体虽然与学生接触多、联系紧,但是在心理健康教育知识储备、知识结构和教育能力上便会出现能力和经验上的短板。

1.5 高校辅导员开展大学生心理健康教育的应对策略

大学辅导员,是这些大学生的引路人,更有必要比较关注大学生的思政教育。从最近这些年的情况来看,心理健康教育应该经常推进,通过上述这些大学的支持,不少辅导员也开始系统的学习心理健康知识,甚至还取得了这一方面的资格证书。因此,在这些辅导员在全面的了解了心理学的知识,以及考取了相关的证书之后,因此怎样结合实际情况开展工作是重点。

1.5.1 基于人的全面发展视域建立完善心理健康教育工作体系

大学生本身就是比较特殊的群体,他们在心理调适、人际交往等方面需要支持,我们要探索出新的方法,关注学生情感需求,强化心理疏导工作,让这些人员保持健康的成长。可以采取学校—心理健康工作主管部门—院系—班级—宿舍五级心理健康教育系统,在空间上要建立专业心理咨询师—班主任—班级心理委员—宿舍心理联络员—学生个人的工作体系。就这些学生进行全面的辅导。利用讲座—团体辅导—培训—心理游戏—主题班会—微信群、QQ群线上交流。心理健康专业培训要全覆盖;系领导—任课教师—团委干部—班主任—学生心理联络员—宿舍心理联络员—宿管人员—教官多层次的培训。分阶段划分不同的内容:第一阶段要开展适应性教育、挫折教育、职业生涯规划教育、接纳自我教育;第二阶段要开展情绪管理教育、恋爱及性教育、人际沟通和交往教育,第三阶段要开展就业职业指导教育。让心理健康工作从应急状态转变为引导和防御的工作常态。

在实施健康教育的工作中,要全面的分析好这些学生的实际,进行个性化的量身定制,充满人情味,让学生不抵触,愉快接受。及时构建心理健康的档案,及时掌握思想动态,举办各种团体辅导活动,让学生尽快融入团队,感受到温暖。加强师资力量建设,通过聘请一些专家,提高师生比。想尽办法强化这一工作的效果,采取灵活的手段来构建各种相关的制度。除了上必修课之外,还要定期开展各种心理培训,服务热线,聊天直播等形式帮助学生树立良好的健康向上的心理,让学生拥有一个积极的心态。使用第二课堂,全面的宣传好这一方面的知识,构建学校和家庭紧密关联和沟通的体制。开展团体辅导、个别咨询等多种形式心理咨询工作,要根据

学生的性别、家庭出身、原生家庭等等因材施教,对于个别需要帮助的同学,要及时跟踪指导服务,助他们逐步的解决问题,因材施教,因人施教。

1.5.2 朋辈心理辅导

辅导员在和这些学生进行交流的工作中,可以观察与探究学生个体所具备的优势,在学生群体之中,选择出能够承担朋辈心理辅导角色的学生。基于团体心理沙龙形式,辅导员可以在班级内部实现朋辈心理成长小组构建。

一些学生的心理问题可能是朋辈心理辅导不能深入,不能解决的,此时辅导员可以让朋辈辅导人员给予这一类学生建议,让其到学校心理咨询中心。所以,辅导员采取这种方式,不仅有助于开展朋辈辅导,还能够对及时的了解这些学生潜在的心理问题,并引导学生早点接受咨询,支持学生逐步的摆脱心理困境。

1.5.3 基于人的全面发展视域加强辅导员队伍专业化发展

要打造专业的辅导员团队,在操作中将面临各种阻力和困难。一方面,忙碌的工作使辅导员没有足够的时间和精力去实施心理健康教育的其他工作,在难以完全实现本职岗位的环境下,还要落实学校分配的其他工作;另一方面,学校也未能建立起比较全面的心理教育制度。学校应积极创新现有的培训体制,并从外部引进更多成熟的、先进的培训机制。心理咨询师要针对这些学生提供一定的心理咨询服务,因此其要掌握专业的知识,以及一定的咨询技巧,如果辅导员本身只是考取了心理咨询师,但并不意味着其具备了接受咨询的能力,也不意味着其可以有效应对各类心理问题。所以,把辅导员作为是开展教学活动的主体,就需要设置为辅导员提升心理咨询能力的培训平台、路径与方法,促进其心理健康教育水平的提高。

培养与用好这一心理教育队伍,是改进大学生的心理素质的关键。高等职业院校大学生心理健康教育中的主要队伍涉及专业心理医生、心理咨询师、政工队伍、朋辈心理健康安全培训的教师队伍,当中辅导员的作用不容忽视。所以,辅导员要通过各种渠道来强化自身的学习,提升其心理健康水平,促进其身心得到健康的成长。

参考文献:

- [1]陈涛. 高校辅导员开展心理健康教育的途径与方法[J]. 开封教育学院学报, 2014, 4(10): 31-33.
 - [2]李春泉. 心理健康教育课程对提升大学生情绪调节能力的影响研究[D]. 广西师范大学, 2020.
 - [3]李硕. 从“问心”到“育人”——我国高校心理健康教育的发展嬗变研究[D]. 浙江大学, 2020.
 - [4]王素霞,刘红梅. 大学生心理健康教育状况调查分析[J]. 山东理工大学学报, 2012, 21(2): 65-68.
 - [5]张良. 网络心理学视域下大学生思想政治教育研究[D]. 渤海大学, 2020.
 - [6]张日冉. 我国高校心理健康教育教师队伍现状研究——基于CNKI(1985-2018)的文献分析[J]. 大学教育, 2019, 2(5): 87-88.
 - [7]张志晟. 新时代大学生心理健康教育评价研究[D]. 辽宁工业大学, 2020.
 - [8]仲稳山. 中国大学生心理健康教育现存问题与成因分析[J]. 中国学生, 2011, 11(2): 46-48.
 - [9]毛毅娜. 辅导员做好大学生心理健康教育工作的路径[J]. 科幻画报, 2021(11): 4-6.
- 第一作者: 邱志琴, 女, 泰国格乐大学国际学院, 硕士, 专业: 教育管理
通讯作者: 徐萍, 女, 泰国格乐大学国际学院副教授, 博士, 博导, 研究方向: 大学生心理健康教育和教育管理
支撑课题: 基金项目: 2021年度教育部国别和区域研究备案中心成都大学泰国研究中心重点课题(SPRITS202101); 2021年度广东省普通高校重点科研平台和项目(2021ZDZX4070); 2021年度广东省教育科学规划课题(高等教育专项)(2021GXJK619)