

# 辅导员在学生心理健康教育课程中的实践与思考

王 迪

四川文化艺术学院 四川绵阳 621000

**摘 要：**本文探讨了辅导员在学生心理健康教育课程中的实践与思考，分析了其角色定位、具体实践措施及其对课程效果的影响。研究指出，辅导员通过设计多样化的课程内容、引入互动式教学方法和组织丰富的互动活动，显著提升了学生的心理健康水平。辅导员在课程中扮演引导者、支持者和协调者多重角色，灵活切换以适应不同教学情境和学生需求。研究还发现，优化辅导员角色定位和教学方法对提升课程效果至关重要。基于实践经验和学生反馈，本文提出了进一步丰富课程内容、加强师生互动、建立多元化评价体系等改进建议，以期为心理健康教育课程的优化和辅导员的专业发展提供理论支持和实践指导。

**关键词：**辅导员；心理健康教育；角色定位；实践措施；课程效果

心理健康教育在高校教育体系中占据重要地位，其不仅关乎学生的心理素质提升，更是学生全面发展的基石。心理健康教育旨在帮助学生识别和应对心理问题，培养积极的心理状态，从而更好地适应学习和生活。辅导员作为高校学生工作的重要组成部分，在心理健康教育中扮演着不可或缺的角色。他们不仅是知识的传递者，更是学生心理健康的引导者、支持者和协调者。

辅导员在心理健康教育中的角色主要体现在以下几个方面：首先，作为引导者，辅导员通过设计多样化的课程内容和互动式教学方法，引导学生主动思考和探索心理健康问题。例如，在情绪管理模块中，辅导员可以通过角色扮演和小组讨论，帮助学生识别和表达自己的情绪，从而提升情绪管理能力。其次，作为支持者，辅导员为学生提供情感支持和心理辅导，帮助学生应对学业压力、人际关系困扰等问题。再次，作为协调者，辅导员协调各方资源，如心理咨询师、家长等，共同构建学生心理健康支持体系。

本文旨在探讨辅导员在学生心理健康教育课程中的实践与思考，研究其角色定位、具体实践措施及其对课程效果的影响。通过分析辅导员在课程设计、教学方法和互动活动等方面的实践，揭示其在提升学生心理健康水平中的重要作用。研究这一课题不仅有助于优化心理健康教育课程的设计与实施，还能为辅导员的专业发展提供理论支持和实践指导，具有重要的学术价值和现实意义。

## 1 心理健康教育课程的现状与问题

当前高校心理健康教育课程的开展情况呈现出一定的普遍性和多样性。通过对多所高校的调查发现，绝大多数高校已经将心理健康教育课程纳入必修或选修课程体系，表明高校对心理健康教育的重视程度有所提升。然而，课程的实际效果却存在较大差异。

首先，课程内容单一是一个显著问题。许多高校的心理健康教育课程仍停留在基础理论知识的传授上，缺乏针对性和实用性。例如，课程内容多集中在心理学基本概念、心理健康标准等方面，而对于学生实际面临的心理问题，如学业压力、人际关系困扰等，涉及较少。这种单一的课程内容难以满足学生多样化的心理需求，导致学生对课程的兴趣和参与度不高。

其次，学生参与度低是另一个突出的问题。尽管课程设置较为普遍，但学生的实际参与情况却不尽如人意。调查显示，部分学生认为心理健康教育课程内容枯燥乏味，缺乏互动和实践环节，难以引起共鸣。此外，部分学生对心理健康问题存在误解和偏见，认为寻求心理帮助是软弱的表现，从而对课程持排斥态度。

综上所述，当前高校心理健康教育课程在内容设置和学生参与度方面存在明显不足。辅导员在课程实践中应注重内容的多样性和实用性，创新教学方法，提升学生的参与度和课程效果。只有这样，才能真正发挥心理健康教育课程在促进学生心理健康发展中的重要作用。

## 2 辅导员在心理健康教育课程中的实践

在心理健康教育课程的实践中,辅导员扮演着至关重要的角色。为了有效提升学生的心理健康水平,辅导员采取了一系列具体的实践措施,涵盖了课程设计、教学方法和互动活动等多个方面。

首先,在课程设计方面,辅导员注重内容的多样性和实用性。传统的心理健康教育课程往往侧重于理论知识的传授,而辅导员则在课程中融入了更多与学生实际生活密切相关的议题。例如,针对学业压力、人际关系困扰、情绪管理等常见心理问题,辅导员设计了专门的模块,通过案例分析、情景模拟等方式,帮助学生更好地理解 and 应对这些实际问题。

其次,在教学方法的创新上,辅导员摒弃了单一的讲授模式,引入了多种互动式教学方法。例如,在讲解情绪管理时,辅导员采用了角色扮演的方法,让学生在模拟的情境中体验不同的情绪反应,并通过小组讨论的形式,引导学生分享自己的感受和应对策略。这种互动式的教学方法不仅增强了课程的趣味性,还极大地提高了学生的参与度和互动性。

此外,辅导员还组织了丰富多彩的互动活动,以增强学生的实践体验。例如,在人际交往模块中,辅导员组织了“信任游戏”和“沟通技巧工作坊”,通过实际操作和互动练习,帮助学生提升人际交往能力。在压力管理模块中,辅导员则引入了冥想和放松训练,指导学生掌握自我调节的方法。

在课程反馈方面,学生们普遍对辅导员的实践措施给予了高度评价。许多学生表示,通过参与课程中的互动活动和实际操作,他们对心理健康有了更深入的理解,并学会了多种自我调节的方法。例如,一位学生在反馈中提到:“通过角色扮演和小组讨论,我不仅学会了如何更好地管理自己的情绪,还增强了与他人的沟通能力。”

综上所述,辅导员在心理健康教育课程中的实践措施,包括多样化的课程设计、互动式教学方法和丰富的互动活动,显著提升了学生的心理健康水平。这些实践措施不仅增强了课程的吸引力和参与度,还帮助学生掌握了实用的心理调适技巧,为他们的全面发展奠定了坚实基础。

## 3 辅导员在心理健康教育课程中的角色定位

在心理健康教育课程中,辅导员的角色定位至关重要,直接影响课程效果。辅导员不仅是知识的传授者,更是学生

心理健康的引导者、支持者和协调者。引导者角色体现在辅导员通过设计多样化的课程内容和互动式教学方法,引导学生主动思考和探索心理健康问题。例如,在情绪管理模块中,辅导员通过角色扮演和小组讨论,引导学生识别和表达自己的情绪,从而提升情绪管理能力。支持者角色则表现在辅导员为学生提供情感支持和心理辅导,帮助学生应对学业压力、人际关系困扰等问题。协调者角色则体现在辅导员协调各方资源,如心理咨询师、家长等,共同构建学生心理健康支持体系。

不同角色定位对课程效果产生显著影响。作为引导者,辅导员能够激发学生的学习兴趣 and 参与度,使课程内容更具吸引力和实用性。作为支持者,辅导员能够及时回应学生的心理需求,增强学生的安全感和信任感,从而提升课程的心理辅导效果。作为协调者,辅导员能够整合多方资源,形成合力,提高课程的系统性和综合性。然而,单一的角色定位可能难以全面满足学生的多样化需求,导致课程效果受限。

优化辅导员角色定位的建议包括:首先,辅导员应具备多角色意识,灵活切换不同角色,以适应不同教学情境和学生需求。其次,辅导员应不断提升专业素养,掌握心理学、教育学等相关知识,增强角色胜任力。再次,学校应提供必要的支持和培训,帮助辅导员更好地履行多重角色职责。在实际操作中,辅导员可以通过以下措施优化角色定位:一是根据课程内容和学生的实际情况,灵活调整教学策略,如在不同模块中分别侧重引导、支持和协调角色。二是在课程设计中融入更多互动元素,如案例分析、情景模拟等,增强课程的互动性和实践性。三是在课后及时收集学生反馈,了解课程效果和学生的心理变化,针对性地调整角色定位和教学策略。

通过优化角色定位,辅导员能够在心理健康教育课程中发挥更大作用,提升课程效果,促进学生的心理健康发展。例如,某高校辅导员在课程中灵活运用引导、支持和协调角色,取得了显著成效。学生在课程结束后普遍反映,不仅掌握了心理健康知识,还学会了多种自我调节方法,心理素质得到显著提升。

综上所述,辅导员在心理健康教育课程中的角色定位对课程效果具有重要影响。通过优化角色定位,辅导员能够更好地履行职责,提升课程质量,促进学生心理健康水平的全面提升。

#### 4 辅导员在心理健康教育课程中的思考与建议

在心理健康教育课程的实践中,辅导员积累了丰富的思考和体会。首先,辅导员深刻认识到课程内容多样化的必要性。传统的心理健康教育课程往往局限于基础理论知识的传授,难以引起学生的兴趣和共鸣。为此,辅导员在课程设计中注重融入与学生实际生活密切相关的议题,如学业压力、人际关系困扰、情绪管理等,通过案例分析、情景模拟等方式,帮助学生更好地理解和应对这些实际问题。这种多样化的课程内容不仅提升了课程的吸引力和实用性,还显著增强了学生的参与度和学习效果。

其次,辅导员在实践中强调师生互动的重要性。传统的讲授模式往往导致学生被动接受知识,缺乏主动思考和参与的机会。为此,辅导员引入了多种互动式教学方法,如角色扮演、小组讨论、案例分析等。例如,在情绪管理模块中,辅导员通过角色扮演的方法,让学生在模拟的情境中体验不同的情绪反应,并通过小组讨论的形式,引导学生分享自己的感受和应对策略。这种互动式的教学方法不仅增强了课程的趣味性,还极大地提高了学生的参与度和互动性,使学生在互动中深化对心理健康知识的理解和应用。

此外,辅导员在实践中发现,学生的个体差异对课程效果有显著影响。不同学生的心理需求和问题各不相同,单一的授课模式难以全面覆盖。为此,辅导员在课程中注重个性化教学,根据学生的不同需求和特点,灵活调整教学内容和方法。例如,对于学业压力较大的学生,辅导员会安排专门的学业压力管理模块,通过冥想、放松训练等方式,帮助学生缓解压力;对于人际关系困扰的学生,则通过组织“信任游戏”和“沟通技巧工作坊”,提升其人际交往能力。这种个性化的教学策略使课程更具针对性和实效性,更好地满足了学生的多样化需求。

在课程反馈方面,学生们普遍对辅导员的实践措施给予了高度评价。许多学生表示,通过参与课程中的互动活动和实际操作,他们对心理健康有了更深入的理解,并学会了多种自我调节的方法。例如,一位学生在反馈中提到:“通过角色扮演和小组讨论,我不仅学会了如何更好地管理自己

的情绪,还增强了与他人的沟通能力。”这种积极的反馈进一步验证了辅导员实践措施的有效性。

展望未来,心理健康教育的发展方向应注重以下几个方面。首先,课程内容应更加多元化,涵盖学生成长过程中的各类心理问题,满足学生的多样化需求。其次,教学方法应更加互动化,充分利用现代教育技术,如虚拟现实、在线互动平台等,增强课程的趣味性和参与度。再次,心理健康教育应与其他学科教育相结合,形成跨学科的综合教育体系,全面提升学生的综合素质。最后,学校应加强心理健康教育的系统性建设,构建包括课程教学、心理咨询、家校合作等多层次、全方位的心理健康支持体系,为学生提供全面的心理健康保障。

综上所述,辅导员在心理健康教育课程中的实践与思考为课程改进提供了宝贵的经验和建议。通过不断优化课程内容、创新教学方法、加强师生互动,心理健康教育课程将更好地服务于学生的心理健康发展,为他们的全面成长奠定坚实基础。

#### 参考文献:

- [1] 袁耀宗,邹永星.提升高校辅导员科研积极性的困境与路径[J/OL].长春大学学报,2025,(06):56-59[2025-07-01].  
<http://kns.cnki.net/kcms/detail/22.1283.G4.20250624.1410.022.html>.
- [2] 牛璐.职业技术大学辅导员如何应对学生心理健康与职业规划的双重挑战[J].公关世界,2025,(12):31-33.
- [3] 宋琳.高校辅导员在大学生心理健康教育中的角色定位与干预策略[J].知识窗(教师版),2025,(05):65-67.
- [4] 刘红娟.民办高校辅导员队伍实践育人能力研究[J].当代教育实践与教学研究,2016,(03):108+101.
- [5] 刘争辉,赵晓燕,阮礼斌.学生视角下的生成式AI赋能英语教学法课程效果实证研究[J].山西能源学院学报,2025,38(03):96-99.

**作者简介:**王迪(1997—),男,汉族,山西省阳泉市,四川文化艺术学院,研究生,助教,广播电视编导。