

高校辅导员思政教育工作中的积极心理学应用分析

郝磊

江西应用科技学院

摘要:大学生作为未来社会的中流砥柱,在人才培养过程中,思政教育的重要性不可忽视。良好的环境以及科学的方式,对于学生形成正确的价值观念以及综合能力全面发展均具有重要意义。本文主要分析思政教育与积极心理学在工作目标、内容、方法方面存在的联系,并说明引进积极心理学的重要作用,提出在实际应用过程中的主要方式,以供相关人士参考。

关键词:高校辅导员;思政教育;积极心理学

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2022.07.164

引言

积极心理学的应用,顺应了当前学生的主要心理需求,真正意义上做到以人为本,使其以积极乐观的心态面对生活,以更好融入后续的学习和生活中。在实际活动中,辅导员应提高教育的针对性,深入挖掘学生的心理问题,将重点放在心理健康方面,为其后续的学习奠定良好基础。也正因为该种方式的优势条件,促使在思政教育中得到广泛应用。

一、思政教育和积极心理学的联系

积极心理学主要是一门以积极的角度进行研究的学科,近年来,该种方式被逐渐运用于教学活动中,也有越来越多的人认识到该种方式对于学生乐观品质培养的作用。同时,作为一门新兴学科,在很多方面都与思政教育具有契合点。

(一)工作目标

辅导员作为引导大学生成长方向的主要人员,既担任教师的职务,也是学生的朋友。在工作中主要目标便是做好思政教育,使其健康成长。但是,由于需求不同,各类事务处理也相对较为复杂,难免会出现身心俱疲的现象。而积极心理学的主要目标便是培养积极乐观的心态,以此强化自身的情绪管理能力,使学生在健康成长过程中,既能在生活中让自己快乐,也能帮助他人改善消极的心态。

(二)工作方法

在学生管理方面,要注重任何一件事情都应认真对待。由于大部分事情具有突发性的特点,很多情况也是短时间内发生且几乎没有任何预兆。因此,在前期应做好预防。要求辅导员定期开展思政教育,并将积极心理学理念融入其中,以第一时间发现存在的问题,并及时进行处理,避免出现不可挽回的事情。积极心理学同样重视个人品质方面的培养,注重树立积极乐观的心态,

使其以豁达开朗的人生态度面对生活中的挑战,从源头方面对问题进行处理。

(三)工作内容

当前时期的大学生通常具有较强的独立性和创新性,不仅需要成长路上的引路者,还需要在生活和学习中被尊重和认可。高校辅导员承担着思政教育的重要任务,在各项事务开展中,应时刻注重以人为本,根据实际情况调整知识传授方式。积极心理学的主要内容也是提高自身的幸福感,尊重主体地位,这与思政教育中很多内容都不谋而合^[1]。

二、积极心理学引进思政教育的作用

辅导员作为学生的领路人,承担着思政教育重要职责。当代大学生生活在科技快速发展的时代下,接收新鲜事物较多,导致部分学生信念较为薄弱。在信息爆炸的时代下,如果没有树立正确的价值观念,极易对事物的看待方式产生偏差,从而出现心理问题。同时,自我意识觉醒,部分学生缺乏集体意识,以自我为中心,在面对问题时,抗打击能力较差,也极易出现心理问题。因此,将积极心理学引进思政教育工作中,主要具有以下几方面作用。

一方面,提高有效性。培养良好的思想道德品质,开展积极有效的教育活动,有利于学生活动的开展。传统的手段已经难以适应当前学生的需求,想要提高活动的有效性,应注重体制的改进升级。在思政工作开展中,充分考虑到多样化需求,在进行沟通过程中注重说话方法。在心理辅导过程中,引进积极心理学的内容,能够有效拉近师生距离,打破沟通壁垒,以树立健康的成长观念,使两者的沟通更具有效率。

另一方面,利于学生工作开展。信息时代的快速发展,每天需要接触到大量的信息,也很容易受到负面信息的影响。如果长时间受到消极情绪影响,没有及时调

整自己的心态,极易出现心理问题。同学之间的人际关系是引发心理问题的一项重要内容,如果处理不好则会导致自身承担巨大的人际关系压力。同时,就业以及家庭问题都会带来一定的消极情绪。这一阶段,如果辅导员能够运用积极心理学的方式开展事务,能够有效帮助其排解压力,缓解不良情绪。相对于传统的谈话方式,该种手段更便于学生的接受,以保持积极乐观的心态面对生活中的各项问题。

三、积极心理学在思政教育中的应用

我国大部分高校中都设置了思政课程,但是课程的开展形式通常为教师集中授课,辅导员不直接参与到课程建设中。且在实际思政教育中,主要采用理论教学的方式,学生与教师之间的沟通通常为单向。被动的方式也难以激发倾诉的欲望,甚至会产生排斥心理。在教学内容的设置方面,经常与实际生活严重脱离。将抽象的概念理论灌输给学生,使其难以进行深层次理解,导致最终效果无法达到理想目标。同时,也无法形成积极乐观的心态,在出现心理问题也无法得到有效的帮助^[2]。

(一) 多元层面实施

为保证活动的有效性,高校辅导员应从不同角度进行教学。

主观层面。积极心理学活动主要围绕培养积极的心态进行,学生的日常生活以及学习或多或少都会受到积极情绪带来的影响。正面情绪能够有效提高幸福感和满足感,以形成良好的人际关系。在面对生活或学习方面的困难时,能够以积极乐观的心态应对。高校辅导员在处理问题学生方面,也应以包容的态度对行为进行引导,使其真正认识到自身的错误。同时,加强对存在心理问题学生的引导,使其为未来充满希望,促进身心的健康发展。

个体层面。各项事务的开展应始终围绕学生的特点进行。只有形成积极乐观的人格特征,才能在后续对生活充满热情,拥有追求美好事物的动力。学生周围的人和环境都会对自身的心理问题产生一定影响。因此辅导员在进行思政教育中,要注重对周围环境的探查,明确可能出现心理问题的原因。关注人格发展的情况,以帮助大学生利用自身积极主动的感官对生活进行探索。并树立未来的发展目标,以提升自身的人格魅力。

(二) 培养积极心态

传统的思政工作主要以师生交流为主,内容枯燥乏

味,无法真正进入到学生的心里,也难以对心理问题有效解决。尤其一部分心理较为敏感和脆弱的学生,由于本身性格较为内向,不擅长交流,该种谈话方式难以激发真正需求,也很容易使工作停留在表面。因此,高校辅导员在进行思政教育时,应加强对积极心理学方面内容的引进,注重挖掘优点并进行鼓励,挖掘所蕴含的潜能,保持师生在平等的关系下进行沟通。通过获取信任,以真正了解到实际需求,从而针对性的提供帮助,解决目前所困扰的问题。同时,注重强调个人的积极体验感。可定期组织召开抗压活动以及相关的讲座,以帮助学生形成良好的心理素质,具备较强的抗压能力。在解决实际问题过程中,能够管理好自己的情绪。形成积极乐观的心态,以面对后续学习和生活中的问题。

(三) 强化激励教育

积极心理学在心理健康教育方面具有较强的可行性。实际过程中可采用激励的方式,明确学生作为独立的个体,具备自身独有的需求和个性。例如,各年级阶段的心理诉求存在明显差异,大一学生的主要诉求为尽快适应当前的生活环境,而大二学生则更多的是情感和学业方面的问题。大四学生通常在就业和升学方面承担一定压力。因此,在开展工作时,应充分分析实际诉求。根据各种各样的情况,以设置多样化的调整手段,始终将激励教育融入各阶段中,使学生能够真正认识到,生活中的问题都是可以通过一定手段解决。辅导员则可利用沟通或激励的方式对状态进行调整。大学生作为成年人,对于事情通常有自己的判断,在交流过程中,辅导员可根据表情判断学生对这一问题接受情况,同时,引导学生在面对问题时能够冷静、有条理的进行处理。激励教育主要指在沟通过程中对学生的赞美和鼓励,但是并不是毫无原则的进行鼓励,而是在日常的行为处事中,寻找良好的处理方式进行鼓励。该种方式既能有效拉近师生之间的距离,又能帮助建立自信。

(四) 营造良好氛围

思政工作中,教学环境在一定程度上也影响的事务开展的质量。因此,在当前各项活动实施过程中,辅导员需要在前期营造良好的学习氛围和沟通环境,鼓励学生将所学知识应用于社会实践中,以提升自身的综合素质和文化水平。同时,在教学过程中,应营造积极向上的学习环境,创造良好的校园氛围。在办公中,应充分利用学校现有资源,加强对校园的文化建设,以创建良好环境。在辅导员所营造的环境中,潜移默化的影响

下相互支持、相互帮助,始终保持积极乐观的心态,且感染周围的其他同学,随之提高整体质量。在这一环节中,应为积极心理学的应用创造良好的环境条件,借助该种方式的优势以提高教学质量。

(五) 提高导师素质

辅导员作为思政教育的主要引导者,自身应具备较高的道德素养,以保证各项工作的实施水平。因此,实践中要注重对导师素质的培养。在高校中,辅导员想要做好心理辅导,自身应具备充足的知识储备,具有正确的思想价值观念,同时掌握多种手段以应对多样化需求。在工作中,应定期组织培训交流活动,根据当前的社会形势,引导辅导员对当前的现状以及未来的发展趋势进行明确,以此才能形成科学完善的教育观念。加强对国家出台相关政策的理解,以调整教学方式,推进教学工作的有效性。此外,导师还应加强对学生情况的全面了解,充分掌握兴趣爱好、思想观念、家庭情况,以此有针对性的开展各项活动。由于不同学生的家庭环境,认知水平以及教育背景都存在一定的区别,因此,在教育过程中应充分体现个体差异性,采取多样化的教学手段,以此达到预期的效果,帮助学生建立乐观的心态以及正确的思想道德观念。

(六) 转变教育观念

“立德树人”作为思政教育的基本原则,在实施过程中应注重挖掘学生的道德品质,将其培养成高质量、高水平的健康人才。积极心理学方式的应用主要侧重于培养积极的心态,挖掘健康品质,使其具备一定的抗压能力,能够勇于面对自身的缺点,以强化自我管理,改善自身问题。因此,在思政工作中,应将积极心理学理念融入“立德树人”工作中。同时,受到当前环境的影响,学生的心理状态存在明显区别,传统的教育方式已经难以适应当前的需求。因此,在后续应及时改变传统的理念,始终将学生放在首位,尊重个性,采用科学合理的手段进行引导。例如,对于存在心理问题的学生,不仅简单的通过语言沟通进行处理,而是应将人文关怀融入其中,给予及时的帮助和引导,鼓励说出自身的问题,以消除负面影响^[3]。

(七) 建设网络设施

在现代社会环境下,网络技术已经深入到社会发展的方方面面。对于当代大学生来说,网络已经成为生活的一部分。但是,各类网络信息鱼龙混杂,正面信息和负面信息交杂出现,对于心理状态也会产生一定影响。

因此,在教学过程中,高校辅导员应充分运用网络技术的优势条件,组织定期观看思政教育的电影或新闻,以感兴趣的方式进行思政教学,同时营造良好的班级氛围和校园环境。此外,鼓励积极参与社团举办的思政活动,建立网站平台,以扩大教育的范围,在进行思政教育的过程中,也能丰富日常生活。

(八) 改善交流方式

辅导员作为一线教师,只有在工作中经常与学生进行交流,才能在第一时间发现心理问题,对及时给予帮助和指导。但是,部分辅导员在沟通过程中,依旧采用传统的交流方式,该种方式不仅会花费大量的时间,还极易造成误会,也难以获取信任。因此,在工作中应加强对积极心理学的应用,注重挖掘学生的个人特质,在交流过程中以特点着手,以便于产生共鸣,使学生能够真正意义上敞开心扉,以开展深入交流。该种交流方式不仅能够帮助导师快速了解学生状态,还能准确找到问题的源头,进行针对性解决。两者之间只有打破身份的壁垒,构建和谐融洽的沟通关系,才能为后续的思政工作奠定有效基础。该种交流方式也能实现师生之间思想的碰撞,使其获得良好的体验感,提高思政教育的效果^[4]。

总结

综上所述,将积极心理学引进到传统的思政教育中,为教育方式改革提出了新的发展方向,对于思政教育也起到重要的推动作用。因此,辅导员应充分发挥该理念的优势条件,加强对心理状态情况的关注,掌握学生的各方面动态,以用积极心理学的相关知识帮助其树立乐观向上的心态,培养自信心,以高度的热情和乐观的心态迎接未来的挑战。

参考文献

- [1]冷雪冰.辅导员思政教育工作中的积极心理学应用[J].长江丛刊,2017(36):220,222.
- [2]易杨萌.高校辅导员教育工作中积极心理学应用路径分析[J].教师,2021(21):13-14.
- [3]王正强.论积极心理学在高校辅导员思政教育工作中的应用[J].现代职业教育,2021(04):230-231.
- [4]盛伟男.积极心理学在高校辅导员思政教育工作中的应用[J].传播力研究,2019,3(09):193.

作者简介:郝磊(1991-06-25),男,助教,汉族,山西省平遥县人,助教,本科主要从事行政管理方向。