

辅导员开展大学生心理健康教育工作的挑战与应对

钱珍 陈善志

江苏师范大学科文学院

摘要：大学生心理健康教育事关学生全面发展，是高校辅导员工作的基本职责，是高校素质教育的重要内容，是培养高素质人才的关键保障。新时代高校辅导员开展大学生心理健康教育，有助于促进学生健康成长，提高人才培养质量，开创教育发展新格局。高校辅导员心理健康教育工作正面临专业知识缺乏，育人成效不佳；教师角色错位，育人信心受挫；职业精神淡化，投入力度不足；教学形式单一，教育效果粗浅等困境。辅导员要不断增强心理育人本领；夯实角色担当，拓宽心理育人视野；强化职业精神，加大心理育人投入；创新活动形式，保障育人效果，才能真正着力提升学生心理健康素养，促进其身心健康和谐发展。

关键词：辅导员；大学生；心理健康教育；挑战；应对

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2024.05.114

近年来，党和国家也高度重视大学生心理健康教育。《高等学校学生心理健康教育指导纲要》强调，心理健康教育是提高大学生心理素质、促进其身心健康和谐发展的教育，是高校人才培养体系的重要组成部分，也是高校思想政治工作的主要内容^[1]。《关于加强学生心理健康管理工作的通知》也明确表示，高校要加强心理健康课程建设，面向本专科生开设心理健康公共必修课，大力培育学生积极心理品质^[2]。《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划（2023—2025年）》进一步指出，促进学生身心健康、全面发展，是党中央关心、人民群众关切、社会关注的重大课题^[3]。大学阶段是人生成长成才的关键时期，也是三观确立、心智逐渐成熟的重要阶段。伴随着大学学习环境、人际交往、心理紧张等因素的多重叠加，大学生群体极易产生焦虑、忧虑、恐慌、抑郁等不良情绪，需要心理健康教育的支持与辅助^[4]。只有具有健康的心理状态，大学生才能够进一步形成高尚的道德品质^[5]。高校辅导员处于学生管理一线，是最基层的学生工作者，在开展大学生心理健康教育中具有独特优势，负有特殊使命，对正处于青春期的大学生心理健康成长发挥着举足轻重的作用。其工作质量关系着高校的稳定和发展。面对全新的时代背景和社会环境，以辅导员视角审视大学生心理健康教育工作的困难和对策，具有重要的现实意义和理论价值。

一、大学生心理健康教育的价值

大学生心理健康教育是高校思想政治工作的重要内容，是高校人才培养体系的重要组成部分，是一个系统工程。作为学校与学生之间的桥梁和纽带，辅导员与学生联系频繁，在高校教师队伍中与学生关系最为紧密，在大学生心理健康教育中具有独特价值。

（一）促进学生健康成长

心理健康教育不仅是传统健康知识的传授，还是大学生了解自我，认识自我、觉醒自我的重要手段。高校大学生处于身心成长发育的关键阶段，具有饱满的热情和冲劲，自我意识水平较高，可塑性强。新一代大学生群体是典型意义上的“富一代”，生活体验、经历阅历、处事方式、认知能力及所处环境都不同以往，正承受着较大的心理负荷^[6]。由于社会阅历的不足，大学生群体思想单纯、情绪敏感，缺乏理性的辨别能力，尚未形成良好稳定的三观，容易受到西方价值观和市场经济负面效应的影响。随着全球化进程的加快，社会多元文化及思想价值观念的冲突对大学生心理健康形成了严峻考验。再加上疫情期间，在校大学生长期处于封闭或半封闭的管控环境，信息交流不畅，严峻的就业形势又加剧了心理的紧张和焦虑。良好的心理状态既可以充分调动高校学生的创造性、能动性，又能够丰富学生情感、增强生命体验，达到自我实现和奉献社会的和谐统一。高校辅导员开展心理健康教育，将心理育人渗透在学生在学习全过程，能够帮助他们快速适应校园生活，提高人际交往能力，培育学生对学校的归属感，构建良好的师生关系。此外，高校辅导员开展心理健康教育工作还会给大学生思想、道德、品质和人格产生潜移默化的深远影响，是促进学生健康成长、全面发展的现实需要。

（二）开创教育发展新格局

大学生心理健康教育是高校育人工作的重要内容和核心手段。党的十九大报告强调要“加强社会心理服务体系建设和培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态”^[7]。党的二十大报告也指出，“人民健康是民族昌盛和国家强盛的重要标志”要“重视心理健康和精神卫生”、“推进健康中国建设”^[8]。既“入脑”又“入心”的心理健康教育，是培养德智体美劳全面发展的社会主义事业建设者和接班人的主要途径，对落实全方位

育人目标具有重要的助推作用。一方面,大学生心理健康状况直接影响到自身综合素质的全面发展和健康成长,干系校园安全稳定,决定着未来人才培养的质量,是国民素质的集中反映。另一方面,心理健康教育贯穿于大学生精气神的养成以及人格塑造的全过程,有助于开发学生心理潜能,形成健康的心理品质,促进学生全面个性发展。高校辅导员需要顺应时代发展,响应国家号召,尊重学生多元差异,遵循三全育人理念,利用“教师”、“班级管理”以及“思政主力军”的身份优势,落实立德树人要求,认真践行大学生心理健康教育的岗位职责,促进学生心理健康发展,开创心理健康教育新格局。

二、高校辅导员开展心理健康教育的困境

尽管高校辅导员在打造心理健康教育服务体系、畅通心理健康教育工作渠道、建立高校心理健康教育基地等方面已取得不菲成就,但在具体实践中仍存在以下不足。

(一) 专业知识欠缺,教育成效不佳

大学生心理健康教育工作是一项长期性、系统性的专业工作,对教师要求较高。当前,高校专职心理健康教师缺乏,师资力量薄弱,主要依靠辅导员、班主任承担大学生心理健康教育工作。一方面,高校辅导员学科背景复杂,未接受系统的理论学习,学生出现心理问题后,无法及时有效干预,简单粗暴的处理方式反而给心理问题的加深、恶化埋下了隐患。另一方面,新时代高校辅导员队伍趋于年轻化,实践经验不足,难以保障心理健康教育的质量和效果。少数辅导员还对大学生群体的心理问题认识模糊,难以分清心理健康教育工作与思想政治教育工作的边界,无法为学生提供科学适宜的心理咨询与疏导,影响了心理健康教育的有效性。在高校扩招的持续深入推进下,大学生规模逐年攀升,高校现有的心理健康教育专业教师队伍愈发难以满足在校大学生日益增长的心理健康服务需求^[9]。面对国际形势、社会环境的高速发展以及大学生群体特点变化,高校辅导员工作面临全新挑战。而高校辅导员的日常学生管理工作繁杂琐碎,肩负学生的学习生活和成长,责任与压力叠加,劳动强度大,还承担着教学科研任务,往往导致高校辅导员在大学生心理健康教育中有心无力。

(二) 身份定位模糊,教育方式僵化

当前,高校辅导员在高校管理人员和教师序列中的地位相对边缘,尤其是经济收入不高的现状使高校辅导员制度发生了“价值性”转变,表现为文化和价值观的变化使得高校辅导员的自我成就感降低。辅导员既是“专职教师”又是“专职行政人员”,既不是完全的教师,也不是完全的行政人员,“身兼数职”的身份丛集

问题影响了辅导员的身份认同和角色定位^[10]。辅导员具有多重职业角色面向,如良师益友、心理疏导员、矛盾调解员、安全联络员、就业指导员等,复杂的角色系统加大了辅导员的角色压力,会造成角色扮演的困难和失调^[11]。兼具教师和管理干部的双重身份干扰了辅导员角色结构的稳定性,容易导致其角色规范的冲突。多重身份的频繁切换,消耗了辅导员的耐性和精力。新时代,部分辅导员仍将班级管理视为工作重点,更为关注学生的日常学习和思想动态,对大学生心理健康教育的认识存在不足,当学生出现心理问题时,要么“置之事外”“不管不问”,全权交给学生干部或心理老师;要么充分发挥“管理职能”,关心过度,甚至干涉学生私人生活。无效的干预方式,不仅损害了学生对辅导员老师的信任,还让学生产生反感和抵触情绪,影响了心理健康教育的质量。

(三) 职业精神淡化,投入力度不足

调查显示,我国大学生心理健康教育专职教师队伍配备不足,整体素质偏低,科研能力较弱,待遇有待提高^[12]。过重的社会责任和职业压力又使教师心理失衡与精神失落,导致失去职业理想与信念^[13]。受西方意识形态的冲击,利己主义、享乐主义、拜金主义、功利主义等思想严重腐蚀着我国高校教师队伍的职业价值观念,也给辅导员职业精神带来极大挑战。一方面,高校辅导员的平时工作琐碎繁杂、事无巨细,但待遇不高、被人歧视、发展空间又十分有限,由于岗位竞争激烈,发展机遇同付出的努力又往往不能匹配^[14],影响了教师队伍的获得感、荣誉感和幸福感。另一方面,与其他专任教师相比,辅导员思想政治教育的成效显现周期长,成果转化不尽人意,常常为他人“做嫁衣”,造成高校辅导员“低人一等”的心理认知和隐性氛围^[15]。由于高校工作的复杂性和环境的特殊性,长期的较高强度和较高负荷工作也可能使辅导员对工作力不从心进而感到身心疲倦^[16],导致事业心、责任心以及职业精神淡化,心理健康教育投入不足。

(四) 教学形式单一,教育效果粗放

大学生心理健康教育课程是集知识传授、心理体验与行为训练于一体的公共课程,在课程目标、课程内容、课程形式课程对象上具有多质化的显著特征,如何在有限的教学条件下提高教育的针对性是大学生心理健康教育课程建设的首要困难^[16]。尽管我国绝大多数高校都开设了心理健康教育课程,但重理论轻实践,教学模式传统。部分教师教学理念陈旧,教学方法落后,案例教学、体验教学、团体活动、社会实践少,教学过程枯燥、沉闷,趣味性、创新性不强,造成学生学习兴趣不高,缺乏学习热情,难以激发学生主动学习的内生动

力。再加上高校优质心理健康教育资源匮乏,难以满足大学生多元个性的心理咨询需求。新时代高校辅导员主要以谈心谈话或讲座、主题班会开展心理健康教育,教学形式单一,学生满意度低,教育效果不佳。而新时代大学生群体个性鲜明,思维活跃,传统的心理健康教育形式很难让学生沉浸其中。辅导员必须遵循大学生心理健康教育规律,创新丰富教学内容,提高心理健康教育的有效性,深化心理育人质量。

三、高校辅导员开展心理健康教育的突破

高校辅导员要全面加强和改进新时代学生心理健康工作,持续完善专业知识、明确身份定位、强化职业精神、创新活动形式,提高大学生心理健康教育的针对性、有效性,提升学生心理健康素养。

(一) 完善知识体系,增强心理育人本领

首先,高校辅导员要坚持育心与育德相结合,紧密围绕立德树人根本任务,以培育具有责任担当、完善人格和健康心理的时代新人为目标。要立足于学生发展实际,发挥高校学术与资源优势,加强心理健康教育理论与实践探索,不断完善知识体系,提高心理咨询能力^[17]。其次,高校辅导员要树立关爱学生的职业情怀,学会倾听共情、强化责任认同,增强关爱学生内驱力,提高心理健康教育胜任力,真正做到以生为本、以爱为桥^[18]。此外,学校应组织统一、规范、专业的心理健康教育培训,加强实践案例以及技术经验的学习分享。既要提高辅导员对学生心理健康问题的重视程度,又要规范高校学生心理事件处理方式和流程,预防校园心理危机事件的发生。最后,高校辅导员应树立终身学习理念,变“被动”为“主动”,利用假期闲暇时间积极学习相关心理知识,开展大学生心理健康教育和生命教育相关研究,不断丰富自己的专业知识和技能,提高心理育人能力,在为学生解决实际困难的过程中赢得信任和支持,推动大学生心理健康教育工作长远发展。

(二) 夯实角色担当,拓宽心理育人视野

深化辅导员对自我角色的认知,强化辅导员的角色意识,有助于提升辅导员育人工作的水平,促进育人机制的科学化,完善“三全育人”的主体力量,推动思想政治教育工作的发 展^[19]。高校辅导员要明确教师身份,要不断加强马克思主义修养,坚定理想信念,旗帜鲜明讲政治、守底线、敢担当、有作为,做有理想信念,有道德情操,有扎实学识,有仁爱之心的“四有”好教师。还要时刻牢记新时代教师育人的初心和使命,以高校教师党员身份严格要求自己,以身作则,深入了解大学生群体的思想动态和心理特点,强化思想政治教育和心理健康教育的互通融合,创造性地开展心理健康教育工作。只有高校辅导员明确教师党员身份,夯实心理健

康教育的角色担当,重视心理健康教育对于人才培养的巨大作用,实现心理健康教育和思想政治教育的契合,才能真正将学生培养成为德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。在处理常见的心理问题和咨询中,要有爱心、有耐心、有责任心、有包容心,和学生建立民主平等的师生关系,提高学生认可,增强职业认同。在大是大非面前,更要恪守师德形象,自觉抵制不良诱惑和低俗趣味,引导学生树立并践行社会主义核心价值观。高校还可以将心理健康教育和诚信教育、感恩教育、爱国主义教育、安全教育、防非防诈教育、恋爱观教育等进行整合,发挥优质教育资源的集约优势,拓宽心理健康教育视野,保障心理育人质量。

(三) 强化职业精神,加大心理育人投入

新时代高校辅导员要强化师德意识,养成正确的职业观念,树立良好的职业道德,培养崇高的职业精神,增强对辅导员职业的荣誉感和归属感。首先,辅导员要坚定职业理想,加强自身师德修养,爱岗敬业,勇于承担社会责任和育人使命,自觉抵制极端个人主义、功利主义等腐朽思想的侵蚀,直面中西方多元文化的碰撞冲击。其次,高校辅导员要树立正确的职业价值观,更新教育理念,紧随时代潮流,提升职业基础能力,在思想认识、精神品格、行为示范上深化内涵,做到以己示人,以己化人,真心关心爱护学生。高校应建立合理、科学、人性化的考核机制,打通辅导员的上升渠道,为辅导员提供良好的工作环境,既要鼓励支持辅导员学习、研究和深造,又要解决辅导员面临的经济、生活、社会认可度等方面的现实困难。只有免除辅导员的后顾之忧,充分保障辅导员的权益,辅导员才能在大学生心理健康教育与咨询工作中投入更多的时间和精力。此外,辅导员要积极学习心理学知识,塑造教师良好形象,增强职业敏感性,学会换位思考,提升心理健康教育能力,巩固抗挫抗压本领,并观照新时代大学生的心理特点,尊重学生的个性和差异,及时发现疏导学生心理问题,满足学生心理需求,坚持公平公正原则,做到以情化人,获得学生发自内心的尊重。

(四) 创新组织形式,保障心理育人效果

高校辅导员在开展大学生心理健康教育活动时,应围绕学生兴趣,创新形式和方法,提升心理育人成效。要尊重学生主体地位,尊重学生人格,保护学生隐私,取得学生信任,帮助学生树立正确的三观。一是可以利用社团学生干部的榜样力量,通过讲座、心理团体辅导、趣味活动,对大学生进行心理健康教育和辅导,培养学 习积极乐观、健康向上的心理品质。二是高校要建立“一生一档”心理健康档案管理制度,完善大学生心理疏导与危机干预机制,规范辅导员心理健康教育工作的

有效实施,强化辅导员的心理健康教育责任意识、协同意识,实现心理健康教育的精准帮扶。三是可以利用新媒体信息技术搭建线上心理咨询平台,为学生提供私密的心理咨询和服务,拓展心理健康保护覆盖面。互联网短视频平台已成为最受大学生欢迎的传播媒介,高校辅导员可以投其所好,引导学生在娱乐中释放压力,提高心理育人效果。四是可以营造积极的心理文化氛围,将阅读、赏乐、观影融入心理健康教育实践活动中,创新活动形式,促进心理健康教育与假期社会实践、志愿者服务活动等有机融合,^[20]增加学生心理调试能力。五是定期组织班级集体活动,为学生搭建锻炼、学习和交流的平台,丰富学生校园生活,增强班级凝聚力,促进学生健康成长。

四、结语

当今世界正面临百年未有之大变局,大学生的心理健康问题也愈发复杂多样,辅导员开展大学生心理健康教育工作是时代赋予的神圣使命和重要任务。高校辅导员应高度重视高校大学生心理问题,明晰角色定位,树立终身学习理念,在学习中实践,在实践中学习,为大学生预防心理疾病、提高自身心理健康水平贡献应有力量。

参考文献

- [1]何进,房超,王艳.加强学生骨干团队建设 构建心理健康教育的互助体系[J].思想教育研究,2008,(10):63-65.
- [2]刘艳梅.大学生心理健康与思想政治教育问题探索[J].中国学校卫生,2022,43(02):324.
- [3]教育部.关于加强普通高等学校大学生心理健康教育工作的意见[EB/OL].2001-03-16[2022-07-02].http://www.moe.gov.cn/s78/A12/szsllef/moe_1407/moe_1411/s6874/s3020/201001/t20100117-76896.html
- [4]中共教育部党组.关于印发《高等学校学生心理健康教育指导纲要》的通知[EB/OL].2018-07-06[2022-07-02].http://www.moe.gov.cn/srcsite/A12/moe_1407/s3020/201807/t20180713_342992.html.
- [5]教育部办公厅.关于加强学生心理健康管理工作的通知[EB/OL].2021-07-12.[2022-07-02]http://www.moe.gov.cn/srcsite/A12/moe_1407/s3020/202107/t20210720_545789.html.
- [6]赵毓敏.大学生心理健康教育实践探索[J].中学政治教学参考,2022(09):100.
- [7]王晓敏.“三全育人”理念下高校心育工作实践探索[J].中学政治教学参考,2021,(48):23-25.
- [8]习近平在全国高校思想政治工作会议上强调:

把思想政治工作贯穿教育教学全过程 开创我国高等教育事业发展新局面[N].人民日报,2016-12-09(1).

[9]习近平.决胜全面建成小康社会 夺取新时代中国特色社会主义伟大胜利——在中国共产党第十九次全国代表大会上的报告(2017年10月18日)[M].北京:人民出版社,2017.

[10]杨杨.高校辅导员的身份认同与价值重构[J].黑龙江高教研究,2023,41(11):108-113.

[11]孔夏萌.大学群体文化博弈中的辅导员角色定位——从角色尴尬到身份认同[J].江苏高教,2019,(01):97-101.

[12]张莉,甘标.大学生心理健康教育教师队伍专业化建设状况调查研究[J].中国职业技术教育,2018(02):14-17+28.

[13]胡世港,张洪春.从教师职业精神的消解与重构看师生课堂冲突的化解[J].职业技术教育,2020,41(02):62-66.

[14]武婷,马晓婷.新时代高校辅导员职业化发展的系统思考[J].系统科学学报,2023,31(02):92-97.

[15]董慧.“双创”时代高职辅导员队伍专业化培养和职业化发展探究[J].教育与职业,2021,(19):99-103.

[16]李忠艳,雒文虎,胡菊华.大学生心理健康教育课程建设的困境及突破[J].黑龙江高教研究,2021,39(12):145-149.

[17]李焰,朱丽雅,王瑞,杨笑蕾.育德与育心结合导向下高校心理健康教育的创新发展[J].教育发展研究,2022,42(10):10-16.

[18]李丹,马喜亭.高校辅导员心理健康教育胜任力研究[J].学校党建与思想教育,2022,(06):87-90.

[19]万胜,申林灵.角色理论在高校辅导员工作中的价值与应用[J].学校党建与思想教育,2022,(01):78-81.

[20]郝颖.新时代大学生心理健康教育创新的现实难题与对策[J].教育与职业,2020,(09):107-111.

作者简介:

钱珍(1994.11—),女,汉族,籍贯:安徽宿州人,江苏师范大学科文学院,硕士学位,助教,专业:国际贸易,研究方向:思想政治教育。

陈善志(1992.02—),男,汉族,籍贯:安徽芜湖人,江苏师范大学科文学院,硕士学位,讲师,专业:高等教育学,研究方向:思想政治教育。