

高校辅导员与学生建立“谈心谈话”的重要性与途径

李应华

淮北理工学院教育学院

摘要: 高校学生心理问题的存在是不可忽视的现实。谈心谈话机制源于传统文化中的“心灵沟通”理念,即通过倾听和关怀来解决他人心理问题。提出了一些有效的途径和方法来建立这一机制。首先,辅导员需要提高自身素养。其次,高校可以加强心理教育,提供心理咨询服务,提高学生心理健康意识,培养学生自我调节能力。最后,切实有效地开展谈心谈话途径,解决学生心理问题。可以帮助高校辅导员更加有效地进行谈心谈话工作,推动高校学生思想层面的发展。

关键词: 高校辅导员; 谈心谈话; 心理健康; 机制

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2024.07.115

教育部第43号《普通高等学校辅导员队伍建设规定》中明确指出:辅导员是开展大学生思想政治教育的骨干力量,是高等学校学生日常思想政治教育和管理工作的组织者、实施者、指导者^[1]。因此,辅导员在日常工作中与学生进行合适的谈心谈话,成为学生的“知心人”和“解惑人”,可以完善高校辅导员队伍的建设。在高校思政教育中,辅导员扮演着重要的角色,他们肩负着指导、关心、照顾学生的工作职责,为保证学生的身心健康和学习成绩的全面发展做出了巨大的贡献^[2]。然而,随着社会经济的不断发展和高等教育的增进式普及,高校入学、就业、升学人数呈现快速增长趋势,学生在校内的学习和就业压力与日俱增^[3]。

在此背景下,高校辅导员与学生谈心谈话成为一种重要的心理疏导方式,引起辅导员工作者广泛的关注和重视。通过谈心谈话,辅导员可以及时了解学生的真实想法、情感和困难,为学生提供及时、适当的帮助和指导,促进学生的成长和发展。然而,当前高校辅导员与学生谈心谈话中存在的问题也不容忽视。一方面,每个学生的所处的生长环境不一致,导致学生的心理状态和想法均存在差异;另一方面,年轻辅导员缺乏学生工作经验,无法提前掌握谈心谈话的要领。因此,很多时候辅导员难以建立真正有针对性和高效的谈心谈话机制^[4]。本研究旨在探讨辅导员与学生建立谈心谈话机制的意义,并提供了建立谈心谈话的有效途径。

一、“谈心谈话”机制的研究现状

(一) 国内研究现状

辅导员作为心理健康教育者,应该加强与学生之间的沟通和交流,并建立有效的谈心谈话机制。通过谈心谈话,辅导员可以更好地了解学生的思想动态、学习生活、行为动向、家庭及周围关系等方面情况,及时把握学生的心理状况,并给予支持和帮助,有助于提高学生的心理健康水平和适应能力。同时,在建立谈心谈话机制的过程中,需要加强与寝室、班级、学生会等组织的合作,充分发挥学生、学生干部、学生党员、学生组织的作用,提高谈心谈话机制的效果和可持续性^[6]。

(二) 国外研究现状

研究表明,建立谈心谈话机制可以帮助学生更好地理解 and 应对心理问题,增强其心理健康水平和生活适应能力^[7]。同时,谈心谈话机制也可以促进高校辅导员和学生之间的沟通和交流,建立良好的关系,有助于提高辅导员的工作效率和心理咨询的质量。研究还指出,在建立谈心谈话机制的过程中,需要加强对辅导员的培训和专业技能的提高,提高辅导员的工作水平和专业素养,有助于提高谈心谈话机制的实效性和可持续性。

二、辅导员与学生谈心谈话的意义

(一) 增进与学生的友好关系

辅导员在谈心谈话中给予学生充分的倾听和理解,关注他们的问题和关注点。这种倾听和理解让学生感受

到被尊重和关心，建立起互相理解的基础，从而增进友好关系。通过谈心谈话，辅导员向学生表达出关怀和支持的态度。辅导员充当了学生的良师益友，给予学生积极的鼓励、建议和帮助。这种关怀和支持让学生感受到被关心和重视，增加了彼此间的亲近感。

（二）增强学生思想健康与政治教育

辅导员与学生谈心谈话后能增强学生的思想健康和政治教育。通过谈心谈话，辅导员能够提供学生心理支持和倾听，帮助他们宣泄情感、减轻心理负担，促进思想的健康发展。此外，谈心谈话也能引导学生进行自我认知，反思自己的情感、价值观和信念，培养批判性思维和判断力。辅导员可以引导学生进行积极的思考，帮助他们审视和解决问题，培养健康的思想观念和行为规范。同时，谈心谈话也为辅导员提供了机会向学生传递政治教育的理念和知识，帮助他们了解国家、社会和时事热点问题，培养社会责任感和公民意识。

（三）提高辅导员工作效率

辅导员与学生谈心谈话后能提高辅导员的工作效率。通过与学生进行谈心谈话，辅导员可以更好地了解学生的需求和问题，从而能够有针对性地提供支持和帮助。辅导员可以倾听学生的心声，理解他们的困惑和挑战，从而能够制定更有效的解决方案和指导计划。与学生的交流和互动还可以帮助辅导员了解学生的思想和情感状态，从而更好地把握学生的需求和反馈。通过与学生的谈心谈话，辅导员能够建立起信任和合作的关系，学生也更愿意接受辅导员的指导。这种有效的沟通和互动能够提高辅导员的工作效率，使其在帮助学生解决问题和发展成长的过程中更加有针对性和有效率。

三、辅导员与学生谈心谈话的有效途径

（一）辅导员自身素养的完善

1. 提升职业能力和综合素养

高校辅导员正式工作之前需要接受岗前培训，熟悉岗位需求和基本工作要领。首先需要对自身的岗位做出定位，在日常工作中，不断提高自己的专业知识和经验。

研究表明，在与学生建立谈心谈话机制时，辅导员自身能否以身作则、能否具有职业素养是53%左右的学生认为的首要条件^[9]。除此之外，在处理学生工作时，辅导员仍需不断地加强心理咨询和沟通技能：提高心理咨询和沟通技能的培养，学习如何倾听、引导、反馈、解决问题等技能，以更好地与学生进行谈心谈话。

2. 明确学生需求，掌握相关谈话话术，做好“知心人”

辅导员在日常工作中，要学会总结学生的问题以及需求，具体问题具体对待，开展相关的谈心谈话机制。例如，学生在校期间主要问题和需求集中在职业选择、人际关系、室友性格不合、迟到早退、请假、心理健康等，若不及时建立良好的谈心谈话机制，任由问题发展，将直接影响学生的思想和心理健康，不利于学生的职业规划以及日常事务管理^[10]。

在实际调研中，当代大学生群体多以“97后”和“00后”为主，且多数为独生子女，在多年的学习和生活中，当代大学生逐渐形成了独特的生活、交往、思维以及学习方式。此类学生遇到琐事时多采用避免与人沟通的方式，自辅导员消化，或者选择以网上聊天的方式与辅导员进行沟通（比如：QQ聊天，微信聊天），很少有学生愿意主动面对面和辅导员进行沟通^[11]。因此，针对以上情况，及时了解和明确学生的需求可以避免产生学生不主动沟通的问题，有利于解决实际问题。

3. 角色转换，站在学生的角度思考问题

调查发现，80%以上的学生更喜欢辅导员以朋友的身份与自己对话，然后是以长辈身份，最后才是以管理者的身份^[12]。由此可见，影响辅导员与学生心连心对话的主要原因是缺乏角色转换。在谈话过程中，若仍以传统说教、言以律行的偏执观念教导学生，不站在学生的角度思考问题，将不能满足学生的需求，无法使谈心谈话建立在良好的平等基础上，学生也不会将自己内心所想告诉辅导员，将不利于工作开展。因此，需要辅导员转换角色，提前考虑到学生的想法，站在学生的角度做出预想，从而以具有创新性和有效性的措施解决实际问题。

（二）开展谈话途径

1. 组织集体谈心谈话

辅导员对学生组织集体谈心谈话可以提供—个集体交流和分享的平台，促进学生之间的相互了解和支持。通过集体谈心谈话，辅导员可以发现学生群体中存在的共性问题，并及时提供解决方案，促进学生的成长和发展。此外，集体谈心谈话还可以增强学生之间的凝聚力和团队合作意识，培养学生的集体意识和团队意识。在平时，辅导员可以定期组织班级、学生会等集体谈心谈话活动，为学生提供—个开放、舒适的交流环境。运用互动式谈话方式，鼓励学生积极参与，提问、回答问题，分享自己的经验和观点。

2. 组织个体谈心谈话

辅导员对学生组织个体谈心谈话可以提供—个个人交流和支—持的机会，帮助学生解决个人问题、发展个人潜能。通过个体谈心谈话，辅导员可以更深入地了解学生的心理状态、困惑和需求，提供有针对性的帮助和指导。辅导员可以提前预约时间，让学生有机会与自己进行—对—的谈话，选择—个适合双方的时间段进行谈心。辅导员可以主动与学生约谈，针对特定的学生或特殊情况，进行个人的交流和谈心。这种约谈可以是在辅导员办公室、教室、学生宿舍等地进行，根据具体情况灵活安排。对于—些不方便面对面交流的学生，辅导员可以提供电子邮件或在线聊天的途径，让他们能够以书面形式或通过网络平台与辅导员进行个体谈心。

五、结论

在高校工作中，辅导员要学会结合实际情况在不同环境中采取多种方式与学生展开谈心谈话，立足教育学、心理学专业知识，引导学生养成良好的学习和生活习惯，掌握正确的学习方法，树立正确的思想价值观。辅导员在面对学生问题时，要懂得变通，探索积极有效的解决问题途径，努力完成新时代高校辅导员的工作任务。辅导员只有开展实际行动，才能解决实际问题，及时掌握学生情况。此外，学会知行合一，总结和分析与学生之间沟通交流的细节，开展和延续下一步谈心谈话教育工作的新思路和新方法，可以有效提高辅导员工作成效。

参考文献

- [1] 李程锦. 立德树人新形势下高校辅导员工作的现代转型——基于对《普通高等学校辅导员队伍建设规定》的分析与思考 [J]. 江苏高教, 2019 (7): 120-124.
- [2] 刘盛平, 何红力. 高校辅导员意识形态工作能力培养的思考 [J]. 学校党建与思想教育, 2018 (16): 82-84.
- [3] 孙琳. 高校辅导员与思想政治理论课教师的有机协同——以培育和践行社会主义核心价值观为视角 [J]. 湖北社会科学, 2017 (2): 195-198.
- [4] 房雪娇. 立德树人视阈下高校辅导员谈心谈话工作的对策研究 [J]. 现代职业教育, 2022 (33): 157-160.
- [5] 江玉莲, 王瑞林. 高校辅导员与学生谈心谈话的针对性和实效性研究 [J]. 现代职业教育, 2022 (39): 7-9.
- [6] 王宏伟, 禅永毅. 大学生学雷锋志愿者服务活动育人效果的实践与思考 [J]. 教育观察, 2020, 9 (09): 19-21.
- [7] palas R., Petrovici M.C. Perceived Importance of Communication Skills and their Predictive Value for Academic Performance [J]. Revista de Cercetare si Interventie sociale, 2014 (46): 85-98.
- [8] 陈秀琼, 王坚, 王晶. 思想政治教育视域下的高校辅导员与大学生谈心机制探析 [J]. 教育与教学研究, 2014, 28 (6): 62-65.
- [9] 刘震, 杨智祯. 新时代高校辅导员队伍建设高质量发展的实践路径浅析 [J]. 北京科技大学学报 (社会科学版), 2023, 39 (1): 44-49.
- [10] 朱昱熹. 新媒体视野下高校辅导员谈心谈话工作路径探究 [J]. 高校辅导员, 2016 (02): 45-48.
- [11] 贾昌路, 郭亚萍, 刘璐萍, 苏懂美, 刘娜. 浅谈新时期下“90后”辅导员如何做好“95后”大学生思想政治工作 [J]. 高教学刊, 2020 (04): 156-158.
- [12] 张海龙, 张帆, 于慧敏. 新形势下提升高校辅导员谈心工作的策略探析 [J]. 齐鲁师范学院学报, 2015, 30 (02): 16-19.