

高职学校辅导员参与心理危机干预的作用探析

王秀华

白城医学高等专科学校

[摘要]对于人才本身而言,需要其具备较强的学习能力,扎实掌握深厚理论知识,具备高超的专业能力,这也为成长中的人才带来了巨大的心理压力。高职院校是国家培养优质专业化人才的主阵地,面对着巨大的就业竞争压力、升学压力和情感压力,很容易导致学生出现心理危机,而辅导员是学生心理危机干预工作当中的重要参与主体。为此,本篇文章主要研究高职学校辅导员参与心理危机干预的作用,首先介绍高职学生心理危机干预的相关定义,再分析高职学校辅导员参与心理危机干预的作用,最后针对高职学校辅导员参与心理危机干预的策略提出几点建议。

[关键词] 高职学校; 辅导员; 心理危机干预; 参与作用

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.09.845

随着社会经济的稳步提升和现代科技的快速进步,人们的物质生活水平得到了大幅度的改善,同时社会生活的节奏与工作节奏也不断加快,各行业的快速发展下,人才需求不断增强的同时也带来了激烈的竞争,人才竞争在较高的社会复杂性和人际关系处理当中往往会产生很大的社会压力,心理问题已经逐渐成为影响国家高等教育当中人才培养的重要因素,如何提高高职学校学生心理健康水平成为了高职学校教育工作者所重点研究的课题。高职学校辅导员时直接参与学生管理工作的人员,与专业课教师所不同的是,辅导员工作的重心在于对学生的管理,其能够及时全面的掌握高职学生心理状态和所发生的变化,这也使得高职学校辅导员在高职学生心理危机干预当中有着不同于其他教师的优势和作用。

一、关于高职学校学生心理危机干预

心理危机最早是在1954年由美国心理学家金·开浦兰所提出的,从定义角度来说,心理危机主要是指当人面对一些问题和困难时,由于问题和困难超越其自身实际解决能力所产生的短暂性心理失衡,而高职学校学生心理危机则主要是指在高职学校的学生所出现的心理失衡,指的是学生在遇到超出其解决问题能力或承受能力范围的问题或困难或刺激,导致其产生极度的焦虑、抑郁情绪,甚至发生失去控制的情况。而高职学校学生心理危机干预则是指通过一些方法或手段,针对遇到困难或问题或受到刺激的学生给予一定的洗礼、关怀或支持或帮助,是属于为处在心理危机状态学生提供适当心理援助,使其心理压力得以顺利释放所进行的心理辅导活动和应对措施,帮助高职学校学生摆脱心理困境,走出压抑的情绪或心理状态^[1]。

对于学生而言,其在发生心理危机时,往往会产生焦虑、思维混乱和行为异常等现象,严重威胁学生的心理健康,需要通过一定的干预来帮助学生逐渐走出心理误区,使其能够时刻保持健康良好的心态,如此才能够使其得以健康的成长,保证其未来获得良好的发展。

二、高职学校辅导员参与心理危机干预的作用

心理危机对于高职学生来讲有着极大的影响,一方面,

高职学校学生处于青春期发育的,末期,其心理状态正在从青春期向成熟期过渡,此时的学生社会阅历相对较浅,在面对困难或问题时,往往不具备有效解决的能力,这就容易产生巨大的心理压力,同时高考的失利也会导致其心理较为敏感,容易出现不同心理问题。而高职学校辅导员作为学生日常生活和学习过程的管理者,对高职学生心理危机进行干预,可使学生保持良好的心理状态,对学生健康成长和良好发展都有着重要的作用。而且其本身的管理职能和岗位特点以及工作特性对学生进行心理危机干预有着更好的优势。

首先,高职学校辅导员具有丰富的学生管理经验和专业化的知识储备。

高职学校辅导员日常工作的重点内容之一就是进行学生的管理,而在学生管理工作开展过程中,辅导员往往可以积累大量与学生沟通和相处的经验,很容易察觉和了解学生的心理状态,而且也能够具备较好的与学生沟通的能力和观察学生的能力,以及引导学生的能力,这就可以为心理危机干预工作的开展提供重要的基础^[2]。

其次,与学生有着紧密的联系,可及时掌握学生心理动态。

辅导员是能够最早发现学生产生心理危机和更好实施干预的人员,高职院校通常情况下是以专业为单位,分年级来配备学生辅导员,而且部分高职院校辅导员甚至贯穿于高职学生整个在校学习和生活的全过程,这就意味着辅导员在参与学生日常管理检查和组织学生开展各项活动的过程中,能够始终与学生保持极为紧密的联系,可以全面、快速、及时地了解学生的各种表现,从而获得学生心理状态的第一手资料,从其表现情况和心理动态方面了解到学生是否存在心理危机,而且辅导员也能够与学生在实际生活和学习当中通过互动拉近彼此的距离,这也能够为实施心理干预方法和措施带来便利,且还能够承担学生心理危机干预之后的相关监控工作,持续保证对学生心理动态的影响,确保干预效果^[3]。

此外,辅导员能够有效调动学生健康生活和学习的有利因素,帮助高职学校学生快速走出心理危机认知上的误区,

并形成积极轻松的心态和学习氛围。

在实际的心理危机干预过程当中,辅导员可以调动学生与家长的影响力来帮助学生走出认识上的误区,更好地参与到学习和生活,勇敢地面对挫折和挑战,从而得到最佳的干预效果。

三、高职学校辅导员参与学生心理干预策略上的几点建议

(一) 构建学生心理健康档案,提高心理危机预警意识

高职学校辅导员要能够随时观察和掌握学生实际学习与生活的状态,并分析其心理健康发展需求,将所收集的资料作为建立心理健康档案的基础依据,及时针对学生的个人表现和心理状态作出分析和记录,并且要建立心理危机预警意识^[4]。

在进行心理档案记录过程中,辅导员要剖析学生的真实心理状态,随时掌握学生心理变化信息,并分析出学生心理危机的信号,从而快速及时化解危机,提高学生心理危机应对能力。

例如高职学校当中,医学高等专科学校的学生与其他高职高专类学生有着明显的不同,该类学生由于医生职业本身的敏感性与特殊性,特别是对医德、医风与医患关系更加重视,这使得作为医学高等专科学校的学生在心理健康教育方面会产生一些特殊的心理危机,其除了要面对其他高职学校学生所面对的学业压力、经济压力之外,还要面临着医患关系处理和医德建设等相关知识的学习所带来的压力,尤其其所学习的专业知识及技术运用是其未来走入工作岗位都必须担负的职能,带着明显的决定他人生命的特殊性因素,如无法面对这些压力就容易产生心理危机,这就需要辅导员对学生的心理变化更加敏感,随时掌握学生的心理动态^[5]。

而且医学高等专科学校学生本身所学习的知识当中包含了心理学知识,这就要求辅导员具有丰富管理经验和专业化知识储备的同时,还有掌握一些更具针对性的特殊心理危机干预方法与手段,也就意味着医学高等专科学校的辅导员在进行学生心理危机干预时,要面对更高的难度。所以,辅导员全程参与学生的日常教育工作与管理工作时,可借助工作之便与学生长时间相处,更加详细地掌握学生的学业和家庭状况,以及交际状况,其与学生日常交流更多也更为熟悉学生这一群体,理应担负起学生心理危机干预的重任,及时获得学生最全面的信息,有效预防和降低学生发生心理危机事件的概率,认真处理好学生心理危机干预中各个阶段^[6]。

(二) 打造多元参与的心理危机干预机制,提高干预效果和效率

高职学校辅导员要能够全面掌握和仔细分析引起高职学生心理危机的相关因素,明确系列危机因素的多元性。在实际工作当中,要能够构建以辅导员为核心,联合学生家长与

班级管理干部的心理危机干预模式,并通过改变学生学习环境与生活环境,营造轻松愉悦的学习与生活氛围来发挥出不同角色主体与学生心理危机干预的作用,积极引导学生走出心理误区,使其掌握正确排解心理压力的方法。但辅导员必须要注意的是,要保护学生的隐私,不可伤及学生自尊心,要与学生之间构建良好的信任关系,降低硬性干预学生心理危机方法的应用,避免使学生产生逆反心理^[7]。所以,辅导员能够打造多元参与的系列危机干预机制,从根本上提高心理危机干预的效率与效果,引导学生养成阳光、健康、积极的心态,使其具备抵抗外界压力的能力。

结束语:

结合上述文章内容所述,对于高职院校的学生来讲,相比高中学生,高职学生面临着更大的心理压力,包括就业压力、学业压力,而且其逐渐开始接触更加复杂的人际关系与社会关系,初次接触社会关系的高职学校学生往往极为容易产生心理危机,而心理健康对于学生的成长和未来的良好发展至关重要。高职学校的辅导员在心理危机干预当中有着不可替代的作用,其能够与学生亲密接触,而且这也是其工作开展的中心,辅导员可以及时快速地掌握学生的心理动态变化,从而及早发现学生心理危机,并采取有效的措施快速帮助学生掌握正确的心理压力调节方法,走出心理误区。所以,高职学校辅导员要能够正确认识自身所担负的责任和使命,在日常工作开展过程中,更好地帮助学生树立强大的自信,引导学生形成健康良好的心态。

参考文献:

- [1] 郭薇. 高职学校辅导员参与心理危机干预的必要性研究[J]. 农村经济与科技, 2020, 31(10): 2.
- [2] 杜琼, 王业祥. 浅析高职院校辅导员在心理危机干预中的作用[J]. 决策探索, 2020, 18(20): 2.
- [3] 吴楚燕. 论辅导员在高职学生心理危机干预中的积极作用[J]. 教师, 2019, 15(17): 2.
- [4] 聂红建, 许玮. 高职院校辅导员对学生心理危机干预模式探究——以某高校有效实施危机干预案例分析为例[J]. 中国培训, 2019, 6(8): 2.
- [5] 翟羽佳. 高校辅导员在大学生心理危机干预中的作用及定位分析[J]. 高考, 2019, 11(12): 1.
- [6] 杨婷, 谢刚, 李垠. 高校辅导员在大学生心理危机干预中的作用及定位分析[J]. 广西青年干部学院学报, 2018, 28(5): 5.
- [7] 郝驰原. 高校辅导员在大学生心理危机干预中的作用研究[J]. 人生十六七, 2018, 20(6X): 2.