

民办高校辅导员职业倦怠的原因分析与对策思考

蔡天奎

广州华南商贸职业学院

[摘要]在民办高校教育中,辅导员是对大学生实施思政教育、生活指导、就业指导、奖助学金评选的主要负责人,是大学各项活动的具体实施者,因此辅导员的工作能力和综合素养对民办高校教育有着重要的影响。根据教学经验,通过问卷调查民办高校辅导员,认识到存在职业倦怠现象,产生原因主要是职业认知不足、职业认同感低、工作期望过大、角色负担较重等。基于辅导员产生职业倦怠的原因,我们要探究科学的解决对策:正确认识职业,加强心理暗示;明确发展前景,强化自我认知;正确认识自己,强大内心世界;放下角色包袱,持续提高自我。新时期的,民办高校辅导员根据自身情况,落实以上对策,提高工作效果。

[关键词]民办高校;辅导员;职业倦怠;认识自己;提高自我

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.09.1876

所谓职业倦怠,是指个人社会期望值和个体内在的期望值过高,但客观实际上无法预期目标的情况下,个人因而产生失望情绪、疲惫心态的一种心理现象。辅导员是高校教职工队伍中的重要组成部分,负责的项目具有杂、多、综合性强的特点,对于个人的专业能力和综合素养提出了较高的要求。与公办高校相比,民办高校在薪资待遇、职称评级、学院管理、职业稳定性方面存在一些问题,一些辅导员存在职业倦怠现象。民办高校辅导员职业倦怠,主要体现为工作情境是责任人制度,常常超负荷工作,在与师生相处中产生的矛盾无法得到及时解决,产生心理挫败感,对思想、情绪和行为造成不良影响,导致心理紧张与精神疲劳。根据这类情况,辅导员需要及时作出改变。

一、民办高校辅导员职业倦怠的表现

通过研究多个文献,进行文件调查和实际访谈,明确民办高校辅导员职业倦怠的主要表现在情绪、生理、行为三大方面。在情绪方面,主要是精神萎靡不振,工作积极性降低,对学生工作缺乏耐心,对未来职业前景不抱希望,自信心降低。在生理方面,主要是睡眠不佳或者失眠,工作强度稍大就会疲劳,身体抵抗力下降,出现头痛或身体呈现亚健康状态。在行为方面,厌倦甚至逃避辅导员工作,无法全身心投入到工作中,工作方式从认真细致变为简单粗暴,工作效率下降,对日常生活产生一定的影响。

二、民办高校辅导员职业倦怠的原因

(一) 职业认知不足

关于民办高校辅导员工作,工作内容比较繁杂,工作形式较为多样,不仅要对学生实施思政教育和安全教育,还要进行班级文化建设、党团组织建设、辅导学生心理等,以及承担宿管员、学习督导员、生活老师等的角色,负责院校组织的各类活动的宣传、奖助学金评选、就业辅导等工作,总体而言工作时间较长、工作压力较大。不少刚入职的辅导员对于本职业的认知不足,认为核心就是管理学生,但是却对工作过程中可能产生的各类问题没有准备好,在面对各类矛盾和压力时不能勇敢面对,产生一些抵触情绪^[1]。

(二) 职业认同感低

在当今高校的教职工中,总体可以分为学科教师、行

政人员、教辅人员三类,学科教师一般包括公共必修课、专业课程等教师,院校的行政人员主要负责学校和学生管理工作,而辅导员的定位比较模糊,式教辅人员但也要承担学生的思想工作,负责班级文化建设等。由于对辅导员身份与晋升空间的不够明确,导致外界与辅导员本人对职位认识不清晰,职业认同感较低。很多辅导员原本满腔热情参加工作,但是在工作当中会遭遇很多掣肘,影响工作的有效落实。一些民办院校会将学生的缴费率、到课率、就业率作为辅导员的工作考核标准,影响到薪资待遇和职业晋升方面。在以上多种因素的影响下,辅导员很容易产生心理矛盾,对职业形成反抗情绪,逐渐形成职业倦怠。

(三) 工作期望过大

民办高校辅导员工作涉及方方面面,往往需要全身心投入,因此很多辅导员对自己的工作成果抱有较大的期望值,但是很多时候的工作成果不尽如人意,比如学生在准备参加一些地区或国家级的大赛时,辅导员负责学生生活、心理辅导等方面,当学生得奖时往往奖励的是辅导教师而非辅导员。反之,如果学生在校期间出现一些安全问题时,辅导员会首先受到指责,负有较大的责任。不仅如此,辅导员在职称评定方面还受到很多制约,一些辅导员想转岗行政岗位时会受到很多阻碍,使其感到职业前景渺茫,形成职业倦怠感^[2]。

(四) 角色负担较重

辅导员的角色是多种多样的,从学生角度看是领导者,从家长角度看是委托人,从思政教育角度看是正确思想的传授者,从生活角度看是生活老师。面对这些如此多的角色,需要辅导员具备渊博的知识储备,高尚的道德品格,良好的行为习惯,富有爱心等,在这些方面的要求下,对辅导员带来较大的心理压力。一些辅导员对自己要求过于严格,追求尽善尽美,产生一些不切实际的期望,一些想法超越自己本身的能力,当无法达到理想状态时会冲击心理,影响心理健康与工作状态,长此以往产生职业倦怠心理。

三、民办高校辅导员职业倦怠的解决对策

(一) 正确认识职业,加强心理暗示

面对民办高校辅导员的职业倦怠心理现象,解决相关问

题,避免出现这类不良心理现象,首先是要正确认识高校辅导员职业。辅导员应对充分研读国家部委的文件,明确高校辅导员岗位的特殊性,既是思政教育工作、学生管理工作、学生生活指导的主导者,也是院校党委工作、教师教学工作、学生学习方面的帮手。辅导员负责对学生的思想政治引导,负责辅导学生学习、引导生活、疏导情感、教导行为和指导就业等,当大学生在生活中遇到难题时,应当及时帮助他们解决问题,指导大学生做好学习、生活与未来规划。

为更好胜任以上相关的如此多的工作,民办高校应当加强自我心理暗示,认识到教师是一项神圣的职业,而辅导员不仅承担着思政教师的一些工作,而且还是大学生成长道路上的指路人,是培养社会主义国家未来建设者的重要负责人,因此应该永葆激情与活力,积极主动参与高校中的各项学生工作。当工作当中遇到问题时,面对繁杂的学生工作不知所措时,可以适当停下来,向有经验的教师求助,进行“我一定能做好”的心理暗示,逐渐形成强大的内心。

(二)明确发展前景,强化自我认知

关于民办高校辅导员的职业发展,还需要国家教育部等出台相关文件,帮助辅导员在职业道路上走的越来越好。令人欣喜的是,在2017年教育部就发布了《普通高等学校辅导员队伍建设规定》,明确指出高校辅导员的九大职责,为其工作划定了界限;2020年教育部等八部委又出台了《关于加快构建高校思想政治工作体系的意见》,提出建立高校辅导员的职业发展体系、职级与职称“双线”的晋升办法,要求高校为辅导员设置正高级专业技术岗,完善岗位晋升制度。

在相关文献的指导下,各地高校都需要根据具体情况,完善自身的辅导员管理岗位的等级晋升制度,重视奖励与表扬优秀的辅导员,可以说为高校辅导员安了一颗定心丸,不再担心职业发展前景。辅导员应当明确自己的优势与不足,熟悉自己的价值所在,真正认识自我,明确自己想做什么、能做什么、有何理想、如何实现理想等,形成积极的自我认知。在此基础上,辅导员将可以朝向正确的方向努力,认真对待工作与生活,通过各种方式持续提升自我。

(三)正确认识自己,强大内心世界

辅导员还要根据在工作与生活中遇到的问题,做到正确认识自己,积极调整自己的心态强大内心世界。不同的心理状态会对个人的工作和生活带来重要影响,因此心理健康学习是非常重要的,通过学习心理健康知识和学着调控自己的内心,在遇到困难和挫折时学会换位思维与多元思考,会给自己带来正向的改变,有效抵消由于心理问题造成的职业倦怠感^[3]。

例如,由于高校辅导员负责入学教育、思想教育、班级建设、心理教育、宿舍管理、突发事件、就业指导等各方面的工作,会遇到各种各样的情况,这些情况会对个人的心理造成各类影响。比如遇到学生打架,面对疫情突发问题,学生放假后不愿离校,优秀学生被孤立等,辅导员不仅要及时解决这些问题,还要对相关学生进行心理辅导和指导教育。

这就需要辅导员具备强大的内心,除了工作中加强与其他教师的合作,还要通过自主学习、参加培训等,学习心理疏导方面的知识,这样不仅可以强大自己的内心世界,而且便于后续做好学生工作。

(四)放下角色包袱,持续提高自我

民办高校辅导员还要及时放下角色包袱,不过度苛求自己,认识到只要认真工作做到问心无愧就算成功,不必追求尽善尽美。由于辅导员的工作内容多样、工作形式繁杂,在学生工作当中会遇到各种各样的问题,对于个人的能力和素养提出了较高的要求,很多时候会产生能力恐慌,因此需要持续提升自我^[4]。辅导员可以通过多读书、提升学历、参加培训等,不断提升自身的综合素养。

比如,在读书方面,辅导员应当认识到读书是获取名人智慧最便捷的途径,需要广泛涉猎各方面的书籍,包括教育学、心理学、社会学、历史、人物传记等类型,注重学以致用,与实际工作和生活相结合。辅导员通过每天关注国内外的新闻,特别是与民办高校教育相关的新闻,做好职业发展规划,可以参加各方面的培训,考取导游、律师、注册会计师、注册审计师等高含金量的证书,这样可以拓宽职业选择范围,为个人发展与将来自由选择职业做好充分的准备。辅导员应当与大学生建立亦师亦友的关系,通过多与学生交流和互动,形成良好的师生关系,这样才能从根本上减轻心理压力,享受辅导员工作。

结语

综上所述,民办高校的辅导员的工作形式多样,工作内容繁杂,在薪资待遇、职称评级等方面与公办高校存在一定的差距,加上个人职业认知不足、职业认同感低、工作期望过大、角色负担较重等的影响,产生职业倦怠心理现象。针对这些问题,民办高校辅导员需要及时改变自己,持续提升自我,更加积极参与到各项工作当中,通过各种方式解决问题,提升综合素质,逐渐消除职业倦怠感。

参考文献

- [1]刘爽.民办高校辅导员职业倦怠的原因分析与对策思考[J].决策探索,2020(4):63.
- [2]马天龙.河南省民办高校体育学院辅导员职业倦怠的原因及对策分析[J].当代体育科技,2018,8(36):25.
- [3]陈静.西藏高校辅导员职业倦怠原因分析及其对策研究[J].智库时代,2018(5):217.
- [4]伍媚.高校辅导员职业倦怠的原因分析与对策研究[J].滁州职业技术学院学报,2019,18(1):33-35.

作者简介:

蔡天奎(1980-),男,广东茂名人,工程硕士,讲师,研究方向:高校辅导员队伍建设与思政管理。

基金项目:广州华南商贸职业学院2020校级“质量工程”教研教改和科研项目(新形势下民办高校辅导员职业倦怠的因素分析及对策研究——以广州华南商贸职业学院为例,编号:2020HMZLGC04)成果。