

“三全育人”背景下辅导员工作中 开展心理健康教育的实践探究

严 双

(湖南信息职业技术学院, 湖南 长沙 410200)

摘 要:“三全育人”理念为人才培养打开了新的局面,也是辅导员开展心理健康教育工作必须考虑的因素之一。本文基于“三全育人”背景下,通过分析当前辅导员工作中开展心理健康教育的现状,探索辅导员开展心理健康教育工作的路径。

关键词: 辅导员 心理健康 育人

DOI: 10.12319/j.issn.2096-1200.2023.01.118

一、探索“三全育人”背景下辅导员心理健康教育工作的价值

教育部发布的《普通高校辅导员队伍建设规定》中明确了辅导员的工作职责,也对辅导员的工作内容进行了概括,这其中也包含了“心理健康教育与咨询工作。协助学校心理健康教育机构开展心理健康教育,对学生心理问题进行初步排查和疏导,组织开展心理健康知识普及宣传活动,培育学生理性平和、乐观向上的健康心态。”^[1]这项规定也肯定了高校辅导员对学生心理健康教育工作的价值。首先,高校辅导员开展心理健康教育工作,是实现全员育人的需要。在关注学生心理健康动态的过程中,一边履行自身的工作职责,积极发挥辅导员在心理健康教育工作中的作用,一边提高自身在心理育人方面的专业能力和工作能力。其次,高校辅导员开展心理健康工作也是促进全过程育人的需要。有很多学生的心理健康问题是慢慢累积而成的,在发展过程中的每一个阶段都有可能面临不同的心理健康问题,辅导员作为大学生成长的引路人更需要时刻关注学生的心理健康问题,而且辅导员是在校大学生接触最多的教师,这一天然优势更有助于工作的开展,帮助大学生保持身心健康的同时,及早发现和有效干预学生的心理健康问题,让学生在心理咨询过程中感受关心和关爱。最后,高校辅导员开展心理健康工作是推动全方位育人的需要,辅导员是在校大学生接触最多的教师,这一天然优势更助于心理健康教育工作进课堂、进宿舍和进头脑。如果辅导员善用信息科技,在网络空间中也能有很大的工作开展优势。

二、辅导员工作中开展心理健康教育的现状

(一) 师资队伍方面

1. 专业背景较弱。随着生活水平的提高,人们逐渐开

始注重心理健康的保持,高校也不例外。大学生正处在世界观、人生观、价值观形成的关键期,心理健康教育对其成长成才过程中的影响是至关重要的,高校和教师都把心理健康教育放在学生管理工作中的重要位置,足见心理健康教育工作的重要性。但当前辅导员队伍中具有心理健康教育专业知识和能力的教师占比不大,一方面,表现在专业背景上,具有心理学、教育学等与心理健康教育相关专业背景的辅导员与来自其他专业的辅导员人数比例接近对等,这种“先天不足”的现象更加需要“后天”的补助;另一方面,表现在专业能力上,一是具有心理健康咨询相关证书的辅导员和没有任何一种心理咨询方面职业资格证书的辅导员在专业能力上相差不大,二是小部分辅导员未曾参加过任何与心理健康教育相关的专业知识能力培训,如果具备其他专业背景的辅导员没有参加心理知识的系统学习和培训,将很难胜任心理健康教育工作。另外,部分辅导员对“三全育人”还缺乏深刻认识,“三全育人”需要辅导员探索不同阶段的学生成长成才规律、身心发展规律、教育特点规律等,将心理健康教育贯穿到教育教学各个环节中,发挥全员育人、全过程育人、全方位育人的效用。心理学是一门研究人们心理现象与行为的科学,辅导员熟练掌握并运用好它能有助于心理健康教育工作的顺利开展。如果缺乏专项的、系统的专业知识技能,将难以在学生的学习与生活中发现学生的心理问题,甚至可能在处理各类大学生心理健康问题时难以对学生进行较好的认识和引导^[2]。

2. 心理健康教育工作的开展方式传统。在辅导员的日常工作中,心理健康的工作内容是繁多而杂的,从新生刚入校的身心适应期到中间阶段的自我学习管理、自我认知、情绪管理、人际交往关系处理等,再到毕业季和踏入社会

的过渡期的生涯规划、迷茫焦虑等压力缓释等方面，几乎包含心理健康教育的全部内容。因此，在开展心理健康教育的方法和途径也是多种多样，有常见的谈心谈话、也有单独的心理咨询、举办心理健康讲座、开展心理健康主题班会等，虽然涵盖的心理健康教育内容多，但开展的方式较为传统，通过当下流行的新媒体技术和学生喜闻乐见的方式开展心理健康教育工作很少，如学生自发或自行组织的与心理健康有关的社团活动、心理健康微课或微视频等^[3]。究其原因，一是没有深入研究当代大学生的发展特点与规律，转变教育教学理念和观点。二是没有注重结合学生时下关注焦点，及时更新理论知识结构。三是没有利用好信息化时代的科学技术，没能熟练运用新媒体，使得在宣传上缺少技巧。传统的心理健康教育开展方式对辅导员洞察大学生存在的隐性心理健康问题、精准把握大学生的心理健康状态的帮助效果不明显，如果在处理学生心理健康问题时思路单一、方法简单，还易使得辅导员在开展心理教育工作的过程中心有余而力不足，对预防、干预学生心理健康问题造成一定的阻碍，导致最终教育效果不佳。

3.心理育人意识不明晰。“三全育人”背景下的心理育人，需要高校的各个部门、全体教职员和其他工作人员参与进来，更需要全员齐心协力在大学生发展的全过程中全方位协同育人。虽然高校和辅导员都重视人才培养过程中的心理健康问题，但在实践工作中辅导员往往扮演了一个“配合者”的角色，没有积极主动地参与到育人工作中，致使部分辅导员认为自己主要负责大学生的思想引导与价值引领，而学生的心理健康问题主要是学校心理咨询相关部门或心理健康教育专职教师的事情。这种参与意识不强、不明晰还体现在因对心理健康教育工作认识不足而易混淆心理健康教育与道德教育方面，这样不仅难以科学开展心理健康教育工作，无法实际解决学生的心理问题，在实操中还难以达到一个好的教育效果，不利于大学生的长远、全面发展^[4]。

（二）影响辅导员开展心理健康教育工作的其他因素

高校为辅导员提供的发展平台是辅导员开展心理健康教育工作的重要保障，层次越高的高校对辅导员队伍的建设愈发重视，但存在部分高校无法为辅导员创设一个好的工作开展环境。如增加辅导员所带学生的配比数，一个辅导员可能要带三四个学生，这样既加大了心理健康教育开展的难度，又不利于有针对性地对大学生心理健康问题进行预防与干预。而且辅导员在自身职业发展和切身利益没有得到保障的基础上，也是难以全身心投入到心理健

康教育工作中的，少部分高校在辅导员队伍的发展上缺乏有力、有效的激励机制，削弱了辅导员的职业认同感、归属感与稳定性。另外，信息化时代给辅导员的心理健康教育工作带来了挑战，高校辅导员要以一种新的教育方式方法去应对新的心理问题。当代大学生是在“信息茧房”中成长的一代，其学习、生活和工作都深受网络环境的影响，各类社交软件、各种高科技产品是必不可少的工具，他们搭乘互联网这列“快车”体验便捷的生活，接触多样的新事物。也正因如此，新时代青年更具有独特的个性，更具有自己的主见性。但凡事都有两面性，互联网自身具有很大的不确定性和复杂性，大学是青年培养良好习惯、完善道德品质的关键期，如果没有及时、正确地引导，给大学生带来的负面影响是很大的，不但无法帮助大学生形成正确的价值观和良好的思维模式、行为习惯，还会使大学生沉迷其中，失去自我。

三、增强辅导员工作中开展心理健康教育的路径分析

（一）提升高校辅导员开展心理健康教育工作的专业能力

要发挥高校辅导员在心理健康教育工作上的主观能动性和重要作用，协同全员育人。辅导员这一岗位会经常深入学生的学习和日常生活中，与学生的接触是最多的，对大学生的成长成才具有直观的影响，因此也是最能发现学生心理健康问题的，高校可以通过完善辅导员的相关考核机制，鼓励辅导员不断加强自我教育、提高心理育人的意识、提高心理育人的能力和水平，主动参与到心理育人工作中来。第一，在加强自我教育方面，以保持自身心理健康为主，各高校辅导员队伍都有较高专业素养与职业素养、有足够的爱岗敬业精神、能有效处理学生管理工作出现的问题，但一些刚接触辅导员工作的年轻教师没有一定的工作经验，还承受着来自家庭、生活和社会的压力，这部分辅导员老师在心理的自我调节能力可能较弱。但辅导员自身的心理健康会直接影响心理健康教育效果，只有提高辅导员自身的心理调节能力，才能在与学生的日常交流中正确引导学生，帮助解决大学生们遇到的心理健康问题，从而提高心理健康教育的专业能力，更好地胜任心理健康教育工作。第二，在提升心理育人意识方面，辅导员要深刻认识到心理健康教育的重要性和紧迫性，要立足于学生工作第一线这一重要位置，在开展心理健康教育工作时不错位、不越位、不缺位，发挥全员育人的力量和优势，协同高校相关部门、心理咨询教师、心理健康教育专任教师、家长、社团、班级心理专干等开展心理育人工作。

第三,在提高心理育人能力水平上,一方面,可以将心理健康教育工作与辅导员的其他工作内容相融合,在如班团建设、生涯规划指导、学生资助等工作中融入和宣传心理健康教育,将心理健康教育工作贯穿到育人工作的全过程中、贯穿到大学生发展的全过程中;另一方面,通过以下三个场域提高心理育人能力和水平,达到全方位育人。一是教学场域,利用“心理健康教育”“大学生就业指导”“创新创业基础与实践”等公共课程,将积极健康的心理学知识、心理育人的理念或元素融入课堂教学中。二是实践场域,结合“大学生心理健康日”“世界精神卫生日”等契机开展多样化的心理健康教育实践活动或社团活动,能获得更好的教育效果,也能更好地助益大学生心理健康发展。三是网络场域,高校辅导员要注重培养网络思维方式,善用新媒体方法普及积极心理学理念、知识等,促进师生交流沟通的同时也便于在网络空间中及时了解、掌握学生的心理动态、心理倾向,觉察学生的心理健康问题。另外,通过密切关注新时代大学生关注的网络热点,精准把握他们的需求,用学生喜闻乐见的网络表达形式和网络表达话语宣传与心理健康相关的理论知识,借助网络平台或软件推送优秀的、积极的、向上的网络文化成果,在网络的各个角落撒播正能量的种子。辅导员要将心理健康教育与全过程、全方位育人的要点融合在一起,提高自身心理育人能力水平的同时,还能增强大学生寻求心理帮助的意识,甚至实现心理自助和心理互助^[5]。

(二) 搭建高校辅导员心理健康教育工作平台

高校辅导员是学生管理工作中的主力,与其他工作岗位的教师相比更容易发现学生在学习、生活中的心理问题,但力量始终有限,所以各高校发挥全员育人的效用,壮大心理健康教育的队伍,满足心理健康教育工作的基本需求。同时,更要注重队伍在心理健康教育方面专业素养与能力的培养,为辅导员开展心理健康教育工作搭建各具特色的平台。一是科研平台,鼓励辅导员在工作中开展大学生心理健康问题调研,在调研、分析的过程中开拓心理健康教育思路,发现并及时解决问题。二是发展平台,各高校的辅导员基本都具有不同的专业背景,且在工作中具有管理者、组织者、兼职教师等多重身份,通过政策导向、完善评价机制等方式,为辅导员的发展提供一定保障,从而激励他们从不同的方向进行职业化、专业化的持续发展。三是培训平台,结合院校、辅导员队伍自身的相

关实际情况构建多元化、系统化、层次化的科学培训体系,为辅导员队伍开展全方位的心理健康教育工作打好坚实的基础,“调查发现,在培训方式上,案例教学督导被提及频次最高,反映出辅导员希望以案例教学分析与督导的方式提升心理健康教育工作水平;其次是不同高校之间的经验交流,互相借鉴;然后是校外实践培训。”在培训中还可以和其他辅导员、优秀专家学者等一起分享、交流、学习、探讨心理健康教育的经验。

另外,如果辅导员队伍不受重视,易导致学生对辅导员工作的不支持、教师队伍中对辅导员工作的歧视。长此以往会给辅导员队伍的工作积极性、工作稳定性等方面带来负面影响,最终提高了高校流失人才的风险,不利于该岗位的人才引进工作,形成管理工作中的不良循环。而任何事物的进一步发展都要有一个适合并促进其生长的环境,辅导员也不例外。因此,高校要重视辅导员队伍的培养,“完善辅导员队伍的管理机制,用多元化取代差异化,实现岗位的动态调整,扩大辅导员队伍的发展空间。使辅导员和专任教师之间的区分界限不再明显,促进整个教师岗位与管理岗位的团结协作,”^[6]为他们营造一个被理解、尊重和认同的工作氛围。一个温馨和谐的环境能让辅导员队伍安心投入到心理健康教育、学生管理、思想价值引导等工作中去,也有动力不断提升自身的专业化、职业化能力,从而更好地帮助大学生实现健康、全面发展。

参考文献

- [1]王佳利.积极心理学视角下高职院校心理健康教育审视及其建构[J].内江科技,2021,42(11):133-134,51.
- [2]李丹,刘静远,马喜亭.高校辅导员心理健康教育胜任力的现实困境与应对策略[J].北京教育(德育).2022(11):80-85.
- [3]郑霞.高校大学生心理健康教育优化策略探索[J].产业与科技论坛,2021,20(22):123-124.
- [4]石明月.网络教育环境下学生心理健康教育新模式构建[J].科技视界,2022,377(11):102-104.
- [5]王茜,王若凡,吴凡.构建大学生心理健康教育模式的理论探讨[J].品位·经典,2022(10):134-137.
- [6]严双.高职院校辅导员队伍素质能力提升的思考[J].现代商贸工业,2021,42(20):57-58.