

高校辅导员心理健康教育路径创新研究

刘洋

三亚理工职业学院，海南三亚，572000；

摘要：随着社会的快速发展和高校学生心理健康问题日益突出的现状，高校辅导员在心理健康教育中承担着重要的责任。本文旨在探讨高校辅导员在心理健康教育中的创新路径，分析当前心理健康教育的现状与挑战，并提出相应的创新策略。通过文献研究和案例分析，重点讨论多元化心理健康教育模式、数字化工具的应用、跨学科合作以及心理健康教育的评估与反馈机制等创新路径。研究表明，系统的创新路径能够有效提升高校辅导员的心理健康教育能力，促进学生心理健康的提升。

关键词：高校辅导员；心理健康教育；路径创新；多元化模式；数字化工具

DOI：10.69979/3041-0673.25.06.051

近年来，高校学生心理健康问题逐渐引起社会广泛关注，社会竞争加剧，学业压力增大。在心理健康教育中，高校辅导员作为学生管理和服务的重要角色，功不可没。但内容单一、方法单调、效果不佳等问题，往往是传统的心理健康教育模式所面临的。^[1]因此，探索创新高校心理健康教育辅导员队伍的路径，增强心理健康教育工作的实效性和针对性，就显得尤为重要，要有针对性地开展心理健康教育。

1 高校辅导员心理健康教育的现状

1.1 心理健康知识宣传 心理健康知识的宣传是辅导员工作的重要组成部分

辅导员通过组织心理健康讲座、发放宣传资料、制作海报等方式，向学生普及心理健康知识。这些活动旨在提高学生对心理健康的认识，帮助他们了解心理健康的重要性以及如何维护自身的心理健康。近年来，随着心理健康问题的增加，许多高校开始重视心理健康知识的宣传，^[2]努力营造良好的心理健康教育氛围。

1.2 个体心理辅导 参事对学生进行心理辅导

有心理方面的困扰。很多同学在面临学业上的压力的时候，在情绪上受到困扰的时候，面对家庭上的问题，也许会寻求心理咨询师的帮助。辅导员通过倾听、理解、支持等方式，为学生减轻心理上的压力，在情感上给予支持。这种个体辅导，除了对学生解决眼前的问题有一定的帮助外，对学生今后面临挑战也有一定的处理工具。

1.3 危机干预 辅导员在突发心理危机事件中

为危机的评估干预需要及时介入。心理危机可能包

括自杀倾向、严重的情绪障碍、心理咨询师要保证学生的安全，需要有一定的危机辨识能力和干预技巧。同时，心理咨询中心、医疗机构及其他需要专业人员配合的辅导员也需要提供必要的支援与协助。

1.4 心理健康活动组织 辅导员负责组织各类心理健康活动

例如心理健康周、心理剧、团体辅导等。这些活动不仅丰富了学生的课外生活，也为他们提供了表达情感、沟通交流的机会。通过参加这些活动，学生更好地认识自己，增强心理素质，提升应对压力的能力。

2 高校辅导员心理健康教育面临的挑战

2.1 专业知识不足

很多心理咨询师相对缺乏专业知识，对心理健康教育缺乏系统的训练。这方面的知识欠缺主要表现在：（1）心理学基础知识缺乏：很多心理咨询师都不是心理学专业出身，对心理健康的基本概念、心理发展理论和识别、处理心理问题的方法不是很了解。这就使得他们在面对学生心理困扰的时候，常常不能进行有效的评估，不能进行有效的干预。（2）缺乏持续的专业培训：尽管部分高校会定期组织心理健康教育培训，但心理咨询师往往很难获得最新的心理研究成果和实践经验，因为课程内容和形式的限制。缺乏持续的专业培训，造成心理咨询师知识更新滞后，对学生心理健康需求变化难以适应。

（3）处理复杂案例的能力不足：心理咨询师面对复杂的问题，可能会有无从下手的感觉。比如，学生心理问题有时与多种因素有关，比如家庭背景、社会环境等，

如果心理咨询师缺乏相关知识和技能，就可能造成误判或处理不好学生的问题，从而对学生的心理健康造成影响。

2.2 教育方法单一

目前，以讲座、宣传为主的心理健康教育，仍有不少高校辅导员采用传统的教育方式，其不足之处有以下几点：（1）缺乏互动性：传统讲座形式往往是辅导员上课讲知识，学生参与感、互动性不高的单向信息传递。这种互动不足的模式，可能造成学生对心理健康知识的重视程度下降，难以真正了解和汲取。（2）学生兴趣不足：如果单纯是理论知识枯燥乏味，心理健康教育的内容容易使学生产生厌烦、厌倦情绪，学习兴趣难以激发。学生在这种情况下，可能会产生抵触心理健康教育的情绪，参与热情会降低一些。（3）缺乏个性化教育：针对不同学生的个性化需求，传统的教育方式往往不能满足。每个学生都有不同的心理状况和需求，而单一的教育方式对这些差异很难产生有效的效果，这就造成了一些学生的需求无人问津。

2.3 资源配置不足

一些大学在心理健康教育上的资源投入不足，主要表现在：（1）专业心理咨询师短缺：不少高校的心理辅导人员数量不足，对学生的需求很难满足。心理咨询师通常需要身兼数职，而心理辅导的专业性和复杂性，让他们在进行心理辅导时，会有力不从心的感觉。（2）经费不足：一些大学对心理健康教育的资金投入较少，使教育活动受到限制。缺乏足够的预算，使得心理咨询师在组织心理健康教育活动时受到限制，无法引进专业的讲师或开展丰富多样的活动。（3）缺乏设施和资源：大学的心理健康教育设施和资源配置还不够完善，缺乏专门的场地和设备，适合心理辅导和指导工作。这就造成心理咨询师在进行心理辅导时，很难对心理辅导造成影响的舒适、安全的环境。

2.4. 评估与反馈机制缺失

心理健康教育效果的系统评估和反馈机制目前在大多数高校还很欠缺，主要表现在：（1）缺乏标准化评估工具：心理健康教育效果的衡量，很多高校都没有建立标准化的测评工具，导致很难保证测评结果的真实可靠。参事没有科学的考核工具，对教育活动成效的把握就很难做到心中有数。（2）反馈渠道不畅通：心理

健康教育对学生的反馈往往缺乏有效渠道，真正的反馈信息也很难被心理咨询师所了解。即使有反馈机制，学生可能会因为担心或不信任而不愿把真实的想法表达出来，这让心理咨询师对教育效果的判断并不准确。（3）缺乏动态调整机制：在没有有效评估的情况下，辅导员难以根据学生的反馈对心理健康教育进行动态调整。缺乏及时的反馈和调整机制，导致心理健康教育的内容和形式难以与时俱进，无法适应学生不断变化的需求。

3 高校辅导员心理健康教育的创新路径

3.1 多元化心理健康教育

（1）整合课程与活动将心理健康教育融入到类课程和中，可以增强教育的实效性针对性。例如辅导员可以与思想政治教育职业规划等课程结合，通过案例分析角色扮演等形式，增强的心理健康意识和应对。这种整不仅能够丰富学生的学习体验能帮助他们将心理健康知识于实际生活中。（2）开展团体辅导心理咨询师可利用团体讨论心理剧、增进群体凝聚力等组织心理辅导活动，在团体中促进学生之间的沟通支持。这类团体辅导既能使学生彼此之间、彼此间都能感受到心理上的问题，又能使学习到心理问题在互动中的本领。学生通过团辅导，在轻孤单的情况下，能够感受到同伴们的拥护。

（3）引入健康教育坊心理健康教育室是经常性、心理学专家或实务人员进行的，以帮助辅助人员掌握更多的心理教育技巧方法为目的的实务培训。这类工作坊可以覆盖各种题材，如压力管理情绪调节、人际关系等，咨询师通过参加工作坊，使自己的业务

3.2 数化工具应用

（1）建立心理健康教育：高校开发心理健康教育线上平台提供心理健康知识、咨询、测试等功能，使学生能够随时获取健康信息。通过线上，学生可以以更为隐私便捷方式获取心理支持，辅导员也可以通过平台踪学生心理健康况。（2）社交媒体进行宣传：通过微信公众号、微博等交媒体，定发布心理健康知识、活动信息和测评，扩大健康教育的覆盖面。社交的广使用能够帮助辅导员好地接触到学生，增强健康教育的影响力。

（3）在线心理咨询：辅导员可以利用网络视频工具，线上咨询服务学生提供更为便的心理辅导。在线能够打破和空间的限制，使学生在时能够迅速支持，是在疫情等特殊，在线咨询显得为。

3.3 跨科合作

(1) 与学专业合作高校可与学专业的教师,开展健康教育的联合和讲座,借专业的力量提升导员的心理教育能力。通过心理学专家的合作辅导员可以更系统的心健康知识,提升的专业素养 (2) 与机构合作建立与校心理服务机构合作关系,为有的学生提供专业心理咨询和治疗。辅导员通过与医疗机构的合作,学生专业的心理服务形成校内外心理健康教育联动机制 (3) 多科团队协作组建由学、教育学社会学等多个科背景的教师的心理健康教育团队,共研究和探讨健康教育的创新与实践。多学科的协能够整不同领域的,提升心理健康教育的性和性。

3.4 心健康教育的评估与机制

(1) 建立评估体系 高校应心理教育效果评估,通过问卷、谈等方式,期收学生对心理健康的与建议,评估教育。评估,导员可以了解的需求和望,及时调整内容方式。(2) 数据分析与进对收集到的评数据分析,找心理健康的不足之,及时和改进内容和方法数据驱动的改进使健康教育更加和有效,提升学生的满意度参与。(3) 定总结与分享 辅导应期总结心理教育的经验教训,通过会议研讨会等与分享,促进相互与提升。总结与分享辅导员借鉴他人的经验,改自身的工作,提高心理健康的整体水平

4 结论展望

大学学生心理问题越来越严重,心理健康教育中心心理咨询师起到了至关重要的作用。他们既是学生心理健康的守护者,又是心理教育的实施者,更是心理教育的推动者,他们的职责定位是学生心理健康的分析当前心理健康教育面临的形势和面临的挑战,查找出不少问

题亟待解决。因此,如何提出创新的路径,如心理健康教育的多元化模式,数字化工具的应用,跨学科的协作,以及评估和反馈机制,就变得格外重要。这些创新路径的实施,既可以有效增强高校心理健康教育辅导员的能力,又可以更好地为促进学生全面发展的学生心理需求服务。

多样化的教育模式能够满足不同学生的个性化需求,而数字化工具则让心理健康教育变得更为便捷,也更有效率。跨学科的合作可以为心理健康教育的科学性和有效性引入更多的专业知识和资源。同时,建立完善的考核反馈机制,能够及时帮助辅导员了解教育效果,并进行必要的调节和完善。

展望未来,心理健康教育将得到不断的发展,高校心理咨询师要不断关注心理健康教育的新的潮流和新方法,积极探索适合自己学校特点的心理健康教育模式,在心理健康方面,高校的心理咨询师应该不断地关注心理健康的教育新趋势和新方法。辅导员通过创新和实践,为学生创造一个更和谐、更有支持、更有理解的环境,从而达到身心健康发展的目的,帮助学生更好地应对心理压力、提高学生素质。

参考文献

- [1] 于珈硕. 高校思想政治教育与心理健康教育相融合的研究[J]. 产业与科技论坛, 2024, 23 (20): 197-199.
- [2] 梁小玲. 大学生心理健康教育获得感研究[D]. 南昌大学, 2023. DOI: 10. 27232/d. cnki. gnchu. 2023. 00146 7.

作者简介: 刘洋 (1990. 02-) 女, 汉, 黑龙江, 硕士, 研究方向: 思想政治教育。