

高校辅导员谈心谈话在理工科教育中的实践

黄 卓

长春理工大学 化学与环境工程学院 吉林 长春 130022

【摘 要】：随着高等教育的进一步发展，辅导员角色在理工科教学中起到不可忽视的作用，特别是在对话交流的环境下对学生的引导性思维、学院化引导与学生自身的问题、未来学业发展方向、心理疏导与处理等诸多问题有积极的促进作用。本文主要讲述理工科校园环境下辅导员通过对话交流实施教化的重要性，以及辅导员如何通过自己特殊的方法促使理工科学生全方面成长，包括学业、科研、心理，增强学科归属感，从而更好地适应高等教育的需求，最终使理工科学生能够达到各方面素质与创造力的提升。

【关键词】：辅导员；谈心谈话；理工科教育；学生发展

DOI:10.12417/2705-1358.25.20.034

引言

谈心谈话是新时代高校师生最常用的沟通方式和重要交流手段，是辅导员工作中不可或缺的一部分。新时代的高校辅导员要做好教育工作，全方位提升育人效果，就应不断增强谈心谈话工作的针对性和时效性。辅导员在谈心谈话过程中，不仅要把握谈心谈话的基本原则，注重谈心谈话的辅导过程和路径选择，还要注重对谈心谈话技巧的学习和把控，从而更高效地开展谈心谈话工作，切实做好对学生的正向引导，帮助学生树立正确的“三观”。本文将从辅导员谈心谈话的多重功能出发，探讨其在理工科教育中的实践价值与实施路径。

1 理工科教育背景下辅导员谈心谈话的价值定位

1.1 理工科学生群体的成长特点与特殊需求

理工科学生通常有极强的逻辑思维能力与解决问题的能力，但在情感沟通、社交技巧以及压力管理方面的能力偏低。当遇到学科知识的深度挑战时，易产生较大的学业压力，进而产生焦虑症、抑郁症等情绪障碍。若未能及时缓解疏导，会给学生的学业与心理健康产生负面影响。辅导员可通过与学生的广泛交流及时觉察学生的情绪波动与学业负担，给予心理援助，使其较较好地进行情绪管理，调节学业负担。在个性化的交流过程中，除了解答学生的学科问题，还能够帮助其树立信心，给予一定的人文关怀，实现学生的健康成长。

1.2 谈心谈话在思想引领与学风建设中的作用

理工科教育不仅在于专业知识的传授，也蕴含着对学生的

品格与智慧的培养。而在日常生活中谈心谈话可帮助辅导员更深入地了解学生的内心思想，并尽快发现其可能产生的问题或错误价值观，及时给予引导。这种谈话模式也利于引导学生树立正确人生观、强化社会责任感和团队意识、增强职责和担当意识。同时，辅导员也可以通过谈话营造学习环境，增强学术诚信和学术规范观念意识，以此来培养学生认真严谨的学习态度，防止抄袭、弄虚作假、舞弊等不良行为，促进理工科学生学术研究过程中的规范性和效率性。

1.3 促进学生全面发展与学科归属感的价值

理工科学生的教育强调其专业与技能，但这并非说全面发展的重点只在学术，对学生心理、社会能力的发展同样至关重要。辅导员通过对学生谈心谈话，可以让学生意识到全面发展的重要性与作用，鼓励学生针对学业、心境、人际关系等诸多方面不断提升自我。并且这种交流也是情感发泄的一种途径，让学业压力的重重打击不会对学生心理健康造成不良影响。教师支持与指导可以增强学生专业认同感与学科认同感，让学生能够更加深入地体悟学科的重要性，从而激发学生对学科的热爱、对学科的激情，也进一步推动了学生的求学奋进精神与科研创新能力，有利于学生在学术层面取得更大突破。

2 理工科教育中辅导员谈心谈话的主要内容

2.1 学习方法指导与课程适应支持

理工科学生往往会因为课程难度或方法不当产生困惑和苦恼。辅导员在日常谈心过程中，会结合学生课堂表现与成绩

波动，了解其在学习节奏、时间安排、作业完成等方面存在的问题。从而满足学生不同时期的需求，向学生提供各类参考材料，或引导其向成绩优秀的同学取经，对于没有学习驱动力的问题，也会通过谈话沟通促使其找回学习目标。

表 1 辅导员在学习方法与课程适应支持中的常见工作内容

常见谈话内容	学生表现或反映问题	辅导员日常介入方式
课堂内容听不懂	反馈“老师讲得太快”或“专业名词太多”	帮助整理重点、推荐课外资料
时间安排混乱	经常熬夜赶作业、错过上课	逐项列出每日任务，督促调整作息
不会做笔记	上课只听不记，复习时没头绪	提供优秀同学笔记样例供参考
缺乏学习计划	只靠临时抱佛脚，考试前焦虑严重	协助制定学习周计划，定期跟进落实情况

通过表 1 这些具体支持，学生逐步掌握更适合自身的学习节奏与方法，提高了对课程内容的适应能力。

2.2 科研训练与创新能力培养中的谈话主题

对于理工科学生而言，参加科研训练是十分重要的，但很多学生在刚开始接触科研时，由于缺乏经验会感到迷茫或者失望。辅导员在谈心谈话中，要给学生树立正确的学习态度并确定学习目标，调动起学习积极性。要引导学生对研究过程中出现的问题进行思考，比如科研问题主题该如何选择、研究过程中的全面回顾如何进行、有效实验方案如何制定等，给出具体的解决方案。同时，帮助学生认识创新的重要性，鼓励学生在研究过程中要敢于尝试突破，在研究过程中通过做、写、谈等方式提升创新能力。通过谈话，辅导员不仅可以从技术层面对学生进行提升，更可以从精神层面上给予激励和帮助，让学生面对问题时更有抵抗力和决心。

2.3 心理调适与压力疏导的交流内容

理工科学生由于始终处于学习压力的状态下，容易出现焦虑等较大的心理压力，可能对学习与身心均会造成不良影响。作为辅导员，需要倾听学生的困扰，明确其产生压力的源头，之后应该为学生提供针对性帮助。对于压力可以加以宣传，让学生认识到压力不是坏事，并教会学生通过深呼吸、冥想或者运动等方式，来有效缓解压力。同时，辅助学生转变心态，认识到勇于面对困难与挑战的积极意义。对于受到心理困扰的情况，一旦学生长时间表现异常，需要及时联系专业人士，帮助学生在维护心理方面得到有效支持。此外，教会学生合理规划

时间及任务的划分与拆解，避免出现任务多导致心力紧张的情况。

2.4 职业发展规划与就业方向引导

对于理工科学生而言，如何做好自己的人生发展规划，并且付诸实践，是一项极为复杂并且具有极大挑战性的工作。而随着就业问题越来越严峻，越来越多的学生感到迷茫。辅导员在谈心谈话中，要时刻关注学生感兴趣、主修倾向及理想职业，帮助其设定理想的工作目标。辅导员可以通过了解学生的个性特点及学业经历，有针对性地提出职业建议。例如，根据其选择的专业领域，向学生介绍该领域毕业生就业状况及就业岗位，使其更深入地了解行业所需，为其职业方向设立合理的定位。同时可以鼓励学生参加课余生活、实训实践或研究活动，增加阅历，使他们更有竞争力。同时，帮助学生提升面试技巧、制作简历等求职技巧，让学生顺利步入社会。辅导员不仅要做学生的学业导师，还要做学生职业发展的引领者。

3 理工科教育中辅导员谈心谈话的实践路径

3.1 建立分层分类的谈话机制与长效制度

辅导员要根据学生的不同年级和学习诉求选择不同的沟通形式，确保学生得到适时帮助。对于刚进入学校的学生，应当侧重于培养学习适应能力并调整情绪以帮助其更好地适应大学生活。对于大二大三的学生，应当侧重于引导其研究能力、技术技能的进步以及激发其创新潜能。对于大四学生，应当侧重于引导其就业路径的设计和求职技巧，以给学生描绘未来的职业生涯。通过不定期的一对一谈话，及时了解学生情况、发现可能出现的问题并及时进行引导。以下表 2 是不同年级学生谈话内容的分层分类表。

表 2 不同年级学生谈话内容分层分类

学生年级	主要谈话内容	关注重点
大一	学业适应、心理调适、时间管理	学习方法、校园适应
大二大三	科研兴趣、学习方法、专业技能	创新能力、科研方向
大四	职业规划、就业指导、社会适应	职业发展、求职技巧

这种分层分类的机制能够确保辅导员在各个阶段为学生提供精准、有效的支持，促进学生在学术和心理上的全面发展。

3.2 结合数据化手段提升谈话的针对性与科学性

结合数据化手段，帮助辅导员进行个性化、科学化的谈心谈话工作，对学生的学业表现、心理状态和行为数据进行系统分析。根据学生学习成绩、参加学术活动次数、心理测评分数等诸多要素，从整体上把握学生整体的真实状态，为确定谈心谈话的内容提供指向性参考。在此之前，辅导员可以根据学生

的学习成绩变化、情绪等层面的情况进行先期预判学生的隐忧和压力,由此有针对性地开展教育引导。例如,对于考试成绩、情绪状态较低的学生,辅导员可以多加关怀,并且在谈话之前准备相关建议、途径帮助学生解决问题。数据化手段不仅增进了谈话的准确性,还能使辅导员追踪教育结果,取得学生的反馈意见,检验和反思谈话的内容和形式,不断提高教育引导的成效。基于科学的数据支撑,辅导员能够更好地把握学生需要,灵活调整谈话策略,实现更为深刻、富有针对性的教学引导。

3.3 在实验室、课程实践和项目训练中嵌入谈话环节

理工科学生的学习生涯不仅局限于课堂,也有诸多的实践训练、社会实践和课题作业等。这些环节中,学生常常面临诸多挑战,如实验设计难度、实际操作复杂性以及小组合作时的沟通等问题。因此,辅导员应该积极将谈心谈话融入到这些环节当中,为学生提供及时的学习指导和心理疏导。在学生进行实验、课题的时候,可以定期了解学生的进度,了解学生实验中的困惑和心理压力,给出相应的建议和鼓励。例如,当学生出现实验失败和科学问题时,辅导员可以通过提问的方式了解其心理状态,引导其调整心态,再回顾实验中出现的问題,寻找新的研究方向。同样,在课外实习阶段,辅导员也可以充当协调者,为学生解决好与同学相处的问题,解决合作过程中出现的矛盾。这样不但能帮助学生解决问题,也能提高学生的心理韧性,在团队中增强学生的主体意识和社会自信,帮助学生更好地应对学习挑战。

3.4 加强辅导员自身学科背景与沟通能力建设

由于辅导员的学识背景与语言技巧会直接作用到对话的

开展,因此提升辅导员自身的专业素养和沟通技巧是至关重要的。理工科学生的学术要求较高,这就需要辅导员在与学生交流时能理解学生的学术难题,并提供准确的意见。当然,辅导员还需要有足够的交际技巧以敏锐地察觉学生的情感需要,运用恰当的方式与学生建立信任关系。达成这一目的,辅导员可借助学科教学、咨询心理学等相关知识的研读提升对相关领域的认知水平以及学生的交往能力。定期开展心理辅导与情感交流训练有利于辅导员更好地处理学生的心理困惑,也有助于在与学生的对话中获得亲切感与影响力。辅导员还需要经常性地反思与交流过程,进行自我觉察与调整,持续提升自身的专业技能和服务水平,从而保证谈心谈话工作的有效性、科学性。

4 结语

在理工科教育中,辅导员的谈心谈话不仅是学习支持的重要组成部分,还是学生心理健康与成长的关键阶段。通过建立分层分类的谈话机制,要在大数据支持下重构对话内容,让沟通对话渗透在实验室或项目应用中,还要加强辅导员自身的学科知识和沟通能力,辅导员才能够更加精准地对学生提供个性化辅导与支持,解决学生的学业与心理困难,从而激发学生的创造力,促进学生全面发展。未来,高校应当进一步细化辅导员工作机制,重视和支持辅导员的专业能力提升,让沟通对话与学习研究、职业生涯、心理调整等深度融合,构建更加高效的教育支持体系,助力学生在理工科领域获得更好的学术科研和职业生涯效果,最终推动高等教育质量的全面提升。

参考文献:

- [1] 沈爱玲,赵贵臣.高校辅导员谈心谈话的育人价值及实践路径研究[J].现代教育科学, 2023(6):75-80.
- [2] 张慧.高校辅导员谈心谈话工作思考及方法探究[J].山海经:教育前沿, 2021(32):0171-0172.
- [3] 郝月君,卢长亮,李爱.高校辅导员谈心谈话的实效性提升研究[J].教育进展, 2024, 14(3):940-945.
- [4] 李青,夏泽龙.高校辅导员谈心谈话工作探究——基于“以人为本”的视角[J].领导科学论坛, 2023(12):144-147.
- [5] 李龙 肖倩怡 石梦婷 曾雪婷 白凤岚.增强高校辅导员与学生谈心谈话的针对性和实效性研究[J].空中美语, 2022(6):362-364.