

高职院校辅导员心理健康育人路径的问题与对策研究

石艳伟

河南机电职业学院 巨通电梯学院（轨道交通学院） 河南 郑州 451191

【摘要】：在当前社会形势下，高校学生心理健康问题日益突出，高职院校学生的心理健康状况更为严峻。辅导员作为学生管理工作的直接承担者和思想教育方面的骨干力量，在心理健康育人体系中发挥着不可替代的作用。在实际工作中，高职院校辅导员在心理健康育人方面仍存在着专业能力储备不足、角色定位不清晰、工作机制不顺畅和资源保障相对薄弱等多重困境。本文围绕这些问题展开分析，系统梳理高职院校辅导员在心理健康育人方面所面临的具体问题，并提出相应的优化路径和建议，为提升高职院校心理健康育人的实际效果提供参考。

【关键词】：高职院校；辅导员；心理健康；育人路径；对策建议

DOI:10.12417/2705-1358.26.15.045

1 引言

随着我国高等职业教育的快速发展，高职院校在校生规模持续扩大。截至2025年底，全国高职（专科）院校在校生已经超过1700万人，在高等教育中占比可观。高职学生作为一个特殊群体，既面临学业适应、人际交往、情绪管理等青春期的共性问题的同时，还要应对就业焦虑、学历自卑及家庭经济压力等特殊挑战，心理健康问题呈多发态势^[1]。相关调查显示，高职院校学生心理问题检出率高于普通本科院校^[2]，尤其在焦虑、抑郁和人际关系敏感等维度更为突出。

辅导员是高校思想政治工作中的骨干力量，也是学生心理健康教育的重要承担者。教育部《普通高等学校辅导员队伍建设规定》^[3]中提到，辅导员应开展心理健康教育与咨询工作，并协助学校心理健康教育与咨询机构做好相关工作。因此，辅导员在心理健康育人体系中处于关键前沿位置，承担着心理问题识别预警、心理危机初步干预、心理健康教育宣传普及以及家校沟通协调等多项职能。然而在实际工作中，高职院校辅导员在心理健康育人方面面临诸多困难，很大程度上制约了育人实效。如何破解这些难题，探索切实可行的心理健康育人路径，已成为当前高职院校心理健康教育的重要课题^[4]。

2 高职院校辅导员心理健康育人的职能定位

2.1 心理问题早期识别者

辅导员在学生日常学习和生活当中，是和学生接触频率比较高的教师群体，因此具备了在第一时间去发现学生心理异常状况的条件。通过宿舍走访、谈心谈话、课堂观察以及学生干部的信息反馈等多种渠道，辅导员能够快速捕捉到学生情绪上

的波动、行为方面的变化以及人际关系当中的异常信号，从而实现心理问题的早期识别和预警^[5]。这种发现问题、最早介入的客观优势，是心理健康教育中心专职教师所不具备的。

2.2 心理健康教育宣传者

辅导员承担着面向学生普及心理健康知识、传授心理调适技能的教育职责。通过主题班会、专题讲座以及新媒体推送等方式，向学生传播科学的心理健康理念，帮助学生了解常见心理问题的识别方法，掌握情绪管理和压力应对的基本策略，进而提升学生自身的心理自助能力。

2.3 心理危机初步干预者

当学生在校内遇到各种问题时，辅导员往往是最早到达现场的人员之一。如他们在遇到心理危机时，辅导员可以在第一时间去安抚学生的情绪、进行疏导和风险评估，同时还可以协助联系专业的心理咨询师或者帮助转介到医疗机构，并且可以通知学生家长做好沟通协调工作。这种最先到达现场并采取行动的角色，是辅导员的职责，这也对辅导员的危机干预能力提出了比较高的要求^[6]。

3 高职院校辅导员心理健康育人面临的主要问题

3.1 专业能力与工作要求不匹配

当前高职院校辅导员专业背景多元，文、理、工、医、艺术、服务等各类均有分布，而具有心理学、教育学等相关背景的辅导员占比不高^[7]。专业能力的不足主要体现在三个方面：心理评估能力薄弱，难以准确判断学生是否有心理问题及严重程度、风险等级，易高估、低估或漏判；咨询辅导技能欠缺，虽有心理培训经历但多侧重理论、缺乏实操训练，个别谈话停

留在浅层,难以深入学生内心;危机处置经验不足,面对自伤、自杀等极端情况,不少辅导员手足无措,不知如何有效安抚、评估风险、联系家长,心理负担较重^[8]。

3.2 角色定位模糊,职责边界不清

辅导员面临多重角色期待冲突:学校希望其做全天候的守护者,学生期待其成为知心朋友,家长视其为第二监护人,辅导员自身也常因全能型助人者角色而感到压力^[9]。职责边界模糊主要体现在:一是思政教育与心理健康教育界限不清,学生的心理困惑与情绪困扰到底归属心理健康教育还是思政工作,缺乏明确判断;二是心理疏导和专业咨询界限不清,辅导员本该负责发展性问题的预防和一般性困扰的疏导,专业咨询则针对更深层次的心理障碍,但由于缺少分级转介标准,常常被迫去承担超出自身能力范围的心理咨询工作;三是危机处置职责边界不清,辅导员、心理中心、学院领导等部门间的责任划分不明确,导致辅导员有时承担了本应由专业人员完成的评估任务,有时又因责任规避而延误处置时机^[10]。

3.3 工作机制不够健全

一是危机预警和转介机制不畅,部分院校虽建立了四级预警网络,但信息传递不及时、不准确,层级衔接不紧,对学生心理异常信息的收集、评估、上报和反馈缺少规范流程,更多依赖辅导员个人判断和责任意识,工作稳定性不够理想^[11];二是横向协同机制不完善,学工部门、心理中心、二级学院、保卫处及教务处等多部门之间存在信息壁垒,缺乏统一信息共享平台和协调沟通机制,辅导员协调和沟通投入大、效率低;三是考核评价方式不科学,不少院校考核流于形式,或仅以“是否发生过安全责任事故”作为唯一评判标准,“不出事就好”的底线思维使心理育人陷入被动防守,而非主动建设和推进。

3.4 资源保障相对薄弱

一是缺少专职教师,高职院校心理中心专职教师数量偏少,多为兼职人员,难以为辅导员提供有效专业支持;二是师生配比偏低。辅导员工作负担重,难在心理健康教育上投入足够的时间与精力;三是专项经费不足,心理健康教育专项经费常被压缩或挪用,心理咨询室等硬件不达标,心理测评系统和危机干预工具等相关资源也比较缺乏,限制了开展心理健康教育工作的条件和手段;四是培训投入不足,培训机会少、培训周期短,难以形成持续的能力提升效果。

4 高职院校辅导员心理健康育人的优化路径

4.1 构建分层分类的辅导员心理能力培训体系

提升辅导员的专业能力是首要任务,高职院校应构建分层式培训体系:基础培训面向全体辅导员,普及大学生常见心理问题的识别与处理、危机预警信号的判断、谈心谈话技巧和心

理测评工具的使用,确保人人具备基础育人能力;专项提升按需求和兴趣开设进阶项目,如焦点解决短期咨询技术、认知行为疗法、团体心理辅导、危机干预等,鼓励辅导员专注1-2个方向形成个人专长,可依托校内外专业资源;持续学习通过案例研讨与督导、外请专家个案指导,以及汇集优质课程资源、案例库以及工作工具包等内容,帮助辅导员在实践中提升自己、缓解压力。

4.2 明确辅导员心理健康育人职责边界

清晰职责定位是有效工作的前提,需从制度建设上明确辅导员在心理健康教育体系中的角色职责:一是区分思政教育与心理教育的边界,学校应制定工作指南,从问题性质、形成原因、表现特征和干预方式等维度厘清二者的界限——思想问题侧重价值认知偏差和行为失当,宜说服引导,心理问题侧重情绪困扰、人格偏差和适应障碍,需心理疏导或专业咨询,二者不能相互替代;二是建立分级干预和转介相关标准,明确辅导员、心理中心、医疗机构在不同情况下的介入时机与操作流程,辅导员负责一般性适应问题和轻中度情绪困扰,对明显病理特征或存在自杀风险者立即启动转介程序,由专业的心理咨询师或精神科医生来进行干预;三是厘清危机处置职责,明确辅导员承担发现报告、现场安抚、信息通报、协助转介、后续跟踪等职责,而风险等级评估由心理中心专业人员完成,既保障辅导员的参与有效性,又避免其承担超负荷的专业责任。

4.3 健全心理健康协同育人机制

心理健康育人需多方协同,应构建全员参与、全程覆盖、全方位协同机制:全员参与上,建立由学工部门牵头,心理中心、二级学院、教务处、保卫处、后勤部门以及校医院等共同参与的工作领导小组,明确各自职责并建立定期联席会议制度,同时推动专业教师、行政和后勤人员等共同参与,形成人人关注、人人参与的氛围;全程覆盖上,把心理健康教育贯穿学生从入学到毕业的全程——入学做普查与适应性教育,在校常态化开展素质拓展与辅导,实习实训关注职业压力调适,毕业做好就业心理疏导,辅导员据此有针对性地设计活动;全方位协同上,深化家校社协同,辅导员定期联系重点学生家长并指导配合,开展家庭教育指导活动,同时对接医疗机构、社会组织和公益热线,拓展心理服务资源,并在校企合作育人背景下协调企业导师关注实习学生的心理健康问题。

4.4 创新心理健康育人工作模式

积极探索适应学生特点的新模式,提升针对性和实效性:一是推进心理和思政融合,把积极心理学融入课程思政、关注学生心理和动力、营造健康校园文化,用心理健康增强思政实效,用价值引导提升教育高度。二是打造线上线下配合的育人平台,线上通过微信公众号、短视频、朋辈互助社区推送心理

健康知识、情绪调节方法、求助途径等信息。线下组织心理情景剧、主题征文、团体沙龙、素质拓展等活动,让学生在参与体验中提升心理素养。三是实施分类指导和朋辈互助结合,大一重适应性、大二重发展性、大三经过渡性分类指导,并对经济、学业、人际困难学生制定针对性方案,同时设立班级心理委员、组建社团、培训学生骨干,营造出一种助人、自助和互助相结合的心理文化氛围。

5 结语

高职院校辅导员心理健康育人工作,面临专业能力储备不足、角色定位不清晰、工作机制不顺畅、资源保障相对薄弱等多重困境。破解这些问题,既需要学校层面从制度建设、机制创新、资源保障等方面提供系统性的支持和保障,更需要辅导

员自身不断去提升专业素养和工作能力。

优化高职院校辅导员心理健康育人的路径,核心在于构建一个专业支撑、制度保障和协同联动三者相结合的工作格局。具体来说,以分层培训去提升辅导员的专业胜任力,以清晰的职责边界去确立工作的规范,以协同机制去整合多方面的育人资源,以创新模式去增强工作的渗透性和实效性。只有这样,才能使辅导员在心理健康育人工作中找准自己的位置,既能够发挥应有的作用,又不会越界或缺位,真正承担起前沿防线的重要职责,为高职院校学生的心理健康和全面发展提供有力的保障。展望未来,加强相关理论研究和实践探索,不断总结经验、创新工作模式,仍然是高职院校心理健康教育工作者需要持续努力的方向。

参考文献:

- [1] 王占仁.新时代大学生心理健康教育的工作难点与突破策略[J].中国高等教育,2024,(9):38-43.
- [2] 周燕琴,王思.高职院校大学生心理健康状况调查[J].教育与职业,2011,(17):183-184.
- [3] 教育部.普通高等学校辅导员队伍建设规定[L].2017-09-21.
- [4] 樊泽民,朱红松,高春柏.贯彻落实专项行动计划全面加强和改进学生心理健康工作[J].中国学校卫生,2023,44(6):805-808.
- [5] 林崇德.创造性心理学[M].北京师范大学出版社:2021.
- [6] 王建国.大学生心理危机干预的理论探源和策略研究[J].西南大学学报(社会科学版),2007,(3):88-91.
- [7] 吕东刚.高校辅导员心理健康教育能力建设的偏失及应对[J].教育理论与实践,2020,40(15):35-37.
- [8] 赵心路.高职院校学生心理健康问题成因及应对策略研究[J].时代青年,2025,(22):111-113.
- [9] 冯刚.高校辅导员队伍专业化、职业化建设的发展路径——《普通高等学校辅导员队伍建设规定》颁布十年的回顾与展望[J].思想理论教育,2016,(11):4-9.
- [10] 沈文青,刘启辉.高校辅导员在心理危机干预中的角色定位[J].中国青年研究,2007,(11):82-84.
- [11] 赵山,白仲琪.构建高校学生心理健康教育与服务体系的探索与思考[J].河南大学学报(社会科学版),2020,60(6):107-112.