

# 新时代高校辅导员心理育人路径创新研究

米晨

渭南师范学院

**摘要：**高等教育作为国家人才培养体系的核心环节，不仅承载着知识传承与创新的重要职能，更肩负着培育德智体美劳全面发展、堪当民族复兴重任的时代新人的历史使命。高校辅导员作为学生成长引路人，在心理健康教育中承担关键职责。国家政策为辅导员开展工作指明方向并提出更高要求，但新时代大学生心理健康教育面临多维困境：学生心理需求多元、问题复杂；辅导员专业能力不足、工作负荷大；学校资源整合困难、支持体系不完善；家庭与社会教育观念落后、支持力度不足。基于此，新时代辅导员心理健康教育需专业化发展，高校应提升辅导员专业素养、优化工作方法、加强资源整合；辅导员自身要强化责任意识，多措并举提升心理健康教育能力，真正成为学生成长成才的人生导师和健康生活的知心朋友。

**关键词：**高校辅导员；心理育人；心理健康教育

随着时代发展与社会变迁，大学生心理健康教育的对象特征、育人目标及实施路径均呈现出新的变化趋势。在新发展阶段，辅导员开展心理健康教育工作既面临着数字化技术赋能带来的创新机遇，也需要应对学生群体心理需求多元化、心理问题复杂化等现实挑战。如何在新形势下提升心理健康教育的针对性与实效性，成为当前高校辅导员队伍专业能力建设的重要课题。

## 一、新时代大学生心理健康教育的顶层设计

在新时代背景下，大学生心理健康教育被提升至关乎学生全面成长与高等教育质量提升的战略高度。国家通过一系列具有前瞻性和系统性的政策部署，为大学生心理健康教育勾勒出清晰且科学的顶层设计框架。从锚定政策导向以明确育人核心定位，到构建“家校社校”协同机制打破育人壁垒，再到强化政策赋能明确岗位要求，这一系列举措环环相扣、层层递进，不仅凸显了国家对学生心理健康全面发展的高度重视，更为高校开展心理健康教育工作提供了坚实的政策指引与行动纲领，推动着我国大学生心理健康教育工作迈向系统化、专业化、精细化的新阶段。

### （一）锚定政策导向，明确育人核心定位

2004年10月，党中央、国务院颁布实施的《关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》强调了辅导员在大学生健康成长中的重要性，同时指明要开展深入细致的思想政治工作和心理健康教育。这标志着把大学生心理健康教育摆在了高等教育的重要议事日程里，也标志着我国大学生心理健康教育的全面开展。

2023年，教育部等多部门联合印发的《全面加强

和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划（2023—2025年）》着重强调，在高校心理健康工作中，要充分发挥辅导员的关键作用，确将辅导员定位为心理健康教育的“基层核心力量”。该文件指出辅导员需密切关注学生心理动态，将心理健康教育融入日常学生管理与服务工作，通过定期谈心谈话、主题班会等多种形式，开展精准且深入的心理健康引导与干预，及时发现并化解学生潜在的心理问题。这一系列要求标志着高校心理健康教育工作被提升到前所未有的战略高度，凸显了国家对学生心理健康全面发展的高度重视；同时也标志着我国大学生心理健康教育工作迈向系统化、专业化、精细化的新阶段，为构建全方位、多层次的学生心理健康支持体系提供了坚实的政策指引与行动纲领。

### （二）构建“家校社校”协同机制，打破育人壁垒

2018年7月，中共教育部党组印发的《高等学校学生心理健康教育指导纲要》强调要“强化家校育人合力，引导家长树立正确教育观念，以健康和谐的家庭环境影响学生，有效提升心理健康教育实效”，要“实施分类引导，针对不同学段、不同专业学生，精准施策，因材施教，把解决思想问题、心理问题与解决实际问题结合起来，在关心呵护和暖心帮扶中开展教育引导”。该纲要明确辅导员不替代专业心理咨询师，但需具备“普适性心理支持能力”，形成“辅导员基础干预+心理咨询师专业治疗”的分层服务体系。

2023年，《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划（2023—2025年）》提出“家校社协同”机制，进一步重构了辅导员的工作边界。文件强调辅导员需主动建立与家长的常态化沟通渠道，在

心理危机事件中协同制定干预方案,例如针对自杀倾向学生设计“学校情绪支持+家庭环境调整+社区资源链接”的三维干预模式。该文件是构建“家校社”协同机制、打破育人壁垒的重要政策依据。它强调了学校、家庭、社会在心理健康教育中的协同作用,为全面加强和改进新时代学生心理健康工作提供了具体的指导和方向。

### (三) 强化政策赋能,明确岗位要求

2017年,《普通高等学校辅导员队伍建设规定》明确辅导员职责包括“心理健康教育与咨询工作”,要求其:协助学校心理健康教育机构开展工作;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活动。这为后续专项行动计划中细化培训要求奠定了基础。

2023年,《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》一方面要求辅导员每年接受不少于40学时的心理危机干预培训,并将相关能力纳入职称评审指标,这为后续量化研究提供了政策依据。另一方面,提出的“课程嵌入—危机协同—网格联动”机制创新路径,回应了政策落地中的资源整合难题。这种理论与实践的双向赋能,不仅推动了辅导员队伍的专业化建设,也为新时代高校心理健康教育的系统性改革提供了可复制的实践范式。

政策体系的叠加效应促使辅导员从“经验驱动型”工作者向“专业—协同复合型”教育者转型,既需要掌握发展心理学、危机干预理论等专业知识,又需具备跨部门沟通、家校协商等协同能力。

## 二、新时代大学生心理健康教育的多维困境

在新时代背景下,大学生作为社会发展的新生力量,其心理健康状况备受关注。然而,当前大学生心理健康教育正面临着来自学生自身、辅导员队伍、学校管理以及家庭和社会环境等多个层面的复杂困境。这些困境相互交织、彼此影响,不仅给大学生的健康成长带来诸多挑战,也对高校心理健康教育工作的有效开展形成了阻碍。深入剖析这些多维困境,对于探索针对性的解决策略、提升大学生心理健康教育质量具有至关重要的现实意义。

### (一) 学生层面:心理需求多元化与问题复杂化

新时代的大学生成长于信息高度发达、多元文化交融的时代,所接触的信息海量且来源广泛,这使得他们的价值观呈现出前所未有的多样化特征。在个人发展方面,他们不再仅仅满足于学业成绩的优异,对职业发展、人际关系、自我实现等多个维度均有着更高的追求和期待。这种多元的需求相互冲突、难以平衡,

使得许多学生在决策过程中感到焦虑不安、困惑迷茫。

同时,大学生所面临的心理问题也日益复杂。学习压力、就业竞争、情感困扰等各种问题相互交织、彼此影响,导致部分学生出现多种心理问题并存的现象。例如,一些学生可能既存在因学业负担过重而产生的学习焦虑,又有人际关系敏感、社交恐惧等问题。而且,随着互联网的普及和社交媒体的盛行,部分学生选择通过网络游戏、虚拟社交等途径来逃避现实生活中的问题和压力,这使得心理问题的表现形式更加隐蔽,增加了辅导员及时发现和有效干预心理问题的难度。

### (二) 辅导员层面:专业能力不足与工作负荷过大

虽然政策对辅导员的心理专业能力提出了要求,但部分辅导员缺乏系统的心理学专业知识和技能培训。在实际工作中,面对学生复杂的心理问题,他们可能无法准确识别和有效干预。例如,对于一些患有抑郁症、焦虑症等常见心理疾病的学生,辅导员可能由于缺乏专业的评估和应对能力,无法及时为学生提供科学合理的建议和帮助,甚至可能因为处理不当而加重学生的心理负担。此外,辅导员的工作职责繁多,除了负责学生的心理健康教育工作外,还要承担思想理论教育、党团和班级建设、学风建设、学生日常事务管理等多项任务。繁重的工作任务使得他们没有足够的时间和精力深入开展心理健康教育工作,往往只能进行一些表面的、形式化的工作。

在处理学生心理危机事件时,辅导员更是需要投入大量的时间和精力进行沟通协调、心理疏导和后续跟踪等工作。这不仅进一步加重了他们的工作负担,还可能导致他们在工作出现疲劳、焦虑等情绪,影响工作的质量和效果。

### (三) 学校层面:资源整合困难与支持体系不完善

学校内部涉及心理健康教育的部门和机构众多,如心理健康教育中心、学生工作处、各学院等。然而,各部门之间缺乏有效的沟通和协作机制,导致资源整合困难,难以形成工作合力。在开展心理健康知识普及活动时,常常出现各部门重复组织、资源浪费的现象。例如,不同部门可能在同一时间段举办类似主题的讲座或活动,不仅造成了人力、物力和财力的浪费,还可能让学生感到困惑和厌烦。而在处理学生心理危机事件时,各部门之间又可能出现推诿责任、协调不畅的问题,导致问题得不到及时有效的解决,给学生带来更大的伤害。

此外,学校对学生的心理健康支持体系还不够完善,缺乏长期的跟踪和干预机制。一些学生在接受初



步的心理辅导后,如果没有得到持续的关注和支持,可能会出现心理问题反复的情况。而且,学校与家庭、社会的沟通协作还不够紧密,在处理学生心理危机事件时,难以形成学校、家庭、社会“三位一体”的有效合力,影响了心理健康教育的整体效果。

(四)家庭与社会层面:教育观念落后与支持力度不足

部分家长对学生的心理健康教育重视不够,仍然秉持传统的教育观念,过分关注学生的学习成绩,而忽视了学生的心理需求和情感体验。当学生出现心理问题时,一些家长不能及时给予理解和支持,甚至采取指责、批评的方式,这无疑会加重学生的心理负担,使学生感到更加孤独和无助。

从社会层面来看,对大学生心理健康教育的关注和支持还不够。目前,社会上缺乏专门针对大学生心理健康的社会服务机构和资源,大学生在遇到心理问题时,往往难以获得及时、专业的帮助。而且,社会上存在的一些不良现象,如网络暴力、就业歧视、社会竞争压力过大等,也会对大学生的心理健康产生负面影响,增加大学生出现心理问题的风险。

### 三、新时代辅导员心理健康教育的专业化发展

心理健康教育的根本目标在于,通过有目的、有计划的教育活动,帮助受教育者在进入社会后能够积极主动地适应环境、谋求发展。具体而言,就是要使个体既具备在社会上独立生存的能力,能够充分发挥自身的特点和优势,实现个人价值;又能使个体的发展方向与社会主流需求相统一,顺应社会发展的潮流,成为符合社会要求、具有社会责任感和担当精神的真正意义上的社会人。在新时代背景下,大学生心理健康问题呈现出多样性与复杂性的特征,这对辅导员开展心理健康教育提出了更高要求。高校辅导员作为大学生教育工作的中坚力量,在学生心理健康教育领域肩负着重大使命。

#### (一)提升专业素养,增强教育能力

高校应加强对辅导员的专业培训,建立系统、全面的培训体系。一方面,定期组织辅导员参加心理学专业课程学习,邀请国内外知名专家学者进行授课和讲座,让辅导员深入学习心理学基础知识、心理咨询技巧、心理危机干预方法等专业内容,不断更新知识结构,提升专业水平;另一方面,为辅导员提供实践锻炼的机会,如安排辅导员到专业心理咨询机构进行实习或挂职锻炼,参与实际的心理咨询案例处理,积累实践经验,提高解决实际问题的能力。

同时,辅导员自身也应树立终身学习的理念,主动学习心理学领域的最新研究成果和实践经验,通过阅读专业书籍、期刊,参加线上课程和学术研讨会等方式,不断提升自己的专业素养和教育能力。

#### (二)优化工作方法,提高工作效率

针对工作负荷过大的问题,辅导员应优化工作方法,提高工作效率。可以采用信息化手段,建立学生心理健康档案管理系统,实现学生心理健康信息的数字化管理和动态跟踪,方便及时了解学生的心理状况。同时,利用网络平台开展心理健康教育和咨询服务,如开设在线心理课程、举办网络心理讲座、提供线上心理咨询等,打破时间和空间的限制,提高工作的覆盖面和效率。

此外,辅导员还应学会合理分配工作时间和精力,制定科学合理的工作计划和优先级,确保心理健康教育工作得到充分的重视和落实。在处理学生心理问题时,要注重方式方法,采用个性化的教育策略,根据学生的不同特点和需求,提供有针对性的帮助和指导。

#### (三)强化责任意识,践行使命担当

高校辅导员要深刻认识到自己在学生心理健康教育中的重要责任和使命,强化责任意识,以高度的责任感和使命感投入工作中。要关心关爱每一位学生,关注学生的心理变化和需求,及时发现和解决学生的心理问题。在学生面临心理危机时,要勇于担当,积极采取有效的干预措施,保护学生的生命安全和心理健康。

### 四、结语

辅导员要以身作则,树立良好的榜样形象,用自己的言行影响和感染学生,引导学生树立正确的价值观和人生观。通过开展主题班会、团体辅导等活动,营造积极向上、健康和谐的校园文化氛围,为学生的心理健康成长创造良好的环境。

#### 参考文献:

- [1] 陈善志.新时代提升高校辅导员心理健康教育能力的价值、挑战及路径[J].教书育人(高教论坛),2025(15):72-76.
- [2] 梅宇宸.新时代高校辅导员心理健康状况及对策研究[D].沈阳航空航天大学,2024.
- [3] 方颖,游冉,陈琳,等.新媒体时代高校辅导员心理健康教育策略研究[J].新闻研究导刊,2023,14(16):179-181.
- [4] 刘阳.心理健康教育融入高校思想政治教育的策略研究[D].中南大学,2023.