

# 高校班级信息员思想认同与心理调适研究

王钰

安徽外国语学院

**摘要:** 大学班干部是班级工作开展的关键,是学生与教师沟通的桥梁,也是学生反映问题的间接渠道。进入大学的学生,思想方面普遍成熟独立,家长和学校无法了解学生更多的想法,这就造成了辅导员在学生工作第一线的困难,基于此,本篇论文简述了在大学生群体中选择班级信息员的方式方法辅导员如何跟信息员私下沟通班级管理以及如何缓解班级信息员的焦虑问题。结合实际案例明确大学班级设置班级信息员的重要性,为班级干部配置工作提出自身见解。

**关键词:** 高校大学生; 班级信息员; 思想认同; 心理调试

**DOI:** 10.65976/3080-0374.2026.05.019

班干部是管理班级的主要力量,而班级信息员角色是预防班级出现危险问题的重要群体。组建团结、负责任的干部队伍是增强班级凝聚力的关键,队伍建设决定了班级的精神风貌,作为班级的领头管理者,我们要做好班级基础的干部建设外还要加强班级的内在管理,获取细小的信息,预防干预风险问题,扎实班级管理建设。这就需要信息员的角色为班级的安全稳定保驾护航,基于此班级信息员自身的心理问题也是辅导员所要重点关注的对象,对该类群体的自身发展和能力培养也是辅导员所在的职责。

## 一、班级信息员的遴选途径标准

班级信息员作为班级干部的重要一环,在骨干遴选上也是非常谨慎,信息员一职不同于其他普通班干,除了有出色的工作能力、沟通协调能力之外,还要有敏锐的洞察能力、在与学生相处中,能和班级同学有共情认同的能力、是一个倾听观察者的角色。在老师的眼中信息员是获取班级信息的关键一员,对于了解各宿舍的相处状态、班级同学的学习情况至关重要,在信息员选择方面建议选择男女各一人,方便系统地掌握班上同学的整体情况,信息员职位应避免让班委兼任,兼任的班委无法区分两者之间的职责划分,在自己的工作和同学的相处中难以区分,可能对工作力不从心,人员的选任可以在寝室长、入党积极分子、团员和普通优秀学生中间选出,选择的群体是积极向上、甘于奉献的。确定的人员要有一定的考察期,对于考察期的表现辅导员可以做出客观的评价,在选人用人方面有自己的评判标准,同时也要注意该学生在班级中的群众基础,综合进行评判。

## 二、班级信息员身份界定及工作职责

班级信息员的主要职责是洞察班委和辅导员看不到的情况,建立班级同学和辅导员之间的桥梁纽带,

通过信息员与班级同学的日常交往观察,及时反馈同学面临的困难或风险隐患,确保辅导员在第一时间掌握学生事件信息,把预判事件和危机事件第一时间扼杀在摇篮里。班级信息员工作繁杂,做好自身的同时还要兼顾班级工作,所以很多同学不愿意当班级信息员,会感觉信息员是辅导员的“眼线”,辅导员的贴身小助理会有异样的眼光。觉得同学的秘密都是从自己口中传出去的,跟辅导员关系好会引起别人的妒忌,或者是因为自己功利心强而接近辅导员,在班级中无法取得同学的信任感,也没有办法跟班级同学成为朋友,在寝室相处中处于困难的境地。但设置班级信息员的初衷就是把班级同学不想跟辅导员说的事情、学生的困惑提前让辅导员知道,同学不敢提的意见通过不同的方式表现出来,最终的目标是能更深入地了解班级同学,协助辅导员实现精准关怀,而非简单的“传递秘密”,最终避免不必要的恶性事情发生、做好班级同学的思想工作。所以在班级中,信息员的主要职责需要有以下四点:

### (一) 约束自身,提高政治站位

班级信息员要有高度的政治敏锐性,在高校当中部分学生对于政治的关注度较少,容易出现人云亦云的不当言论,对于社会舆情和国际局势无法正确去看待,在一些网络平台或多或少可以看到大学生的发声。高校辅导员不可能无时无刻地关注学生的朋友圈的信息,这就需要班级信息员要有一个关注敏感性,看到有不当言论苗头时要向辅导员及时上报,同时自己也要时刻关注时政信息、国内外局势,很多信息都是隐藏的含义,对言论的正确性要有辨识度,重要的是要注意汇报给辅导员的方式方法,也可以提出站在学生角度的解决对策。为了避免言论侵蚀到自身的思想状态,可以尽可能及时地的跟老师沟通交流,在交

流中表达自己的观点。

### (二) 服务奉献, 以高能力服众

班级信息员要有亲社会的能力, 首先要提高自己的学习能力、语言表达能力、高情商能力、多方做事协调能力, 参加社团组织活动, 学科竞赛, 在同学有困难时进行帮助等, 在班级学生中有一定的群众基础, 跟同学能够打好关系, 建立自己的团体信息网。在学习之外要多善于跟班委、班级的小群体同学沟通, 多关注落单群体的情绪问题, 及时了解班级同学的心理诉求, 在自己工作时发现班级同学能信任的人往往都是愿意为班集体做贡献、积极参加学校活动比赛的人, 他们的班群中间有一定的威信, 不论是在能力方面还是相处方面都会被信服, 但信息员需要具备的这些高质量能力是需要日积月累的过程, 在细小的事情中锻炼的过程, 最重要的还是需要个人本身要有进取之心, 要时刻提醒自己的职责不能放松警惕。

### (三) 双向沟通, 解决管理难题

有很多班级信息员会遇到真知道事情了不敢跟辅导员说的情况, 这个情况的出现也意味着对辅导员工作的不信任, 而这种信任关系需要辅导员去维护去建立起来, 首先双方要相互信任, 信任的基本点是辅导员不会在处理问题时把信息员的信息暴露出来, 为信息员的身份保密, 信息员在汇报工作的同时能为辅导员出具解决问题的办法, 从学生的角度去考虑问题的关键点, 结果是双方商量沟通选择出最佳的方案, 双方相互信任对方, 共同的目标都是为了班级管理, 为了班级同学的安全着想, 打造有凝聚力、集体感的班集体。

## 三、打造优秀班级队伍的案例研讨

我们可以通过实践案例分析信息员在班级群体中的重要性, 以及在班级管理中如何发挥班干、信息员的功能, 打造优秀班级团队。实际案例如下:

案例一: 寝室矛盾。大二女生 6 人间寝室有多个小团体矛盾的存在, 在暑假前夕班级女生信息员发消息告诉辅导员, 该寝室有同学因长期被孤立, 采取了不恰当的自我保护行为 ( 安装监控 ), 在此次之前该寝室的宿舍矛盾一直没有间断过, 辅导员多次到寝室去调解矛盾, 都是小团体抱团排挤别人的情况, 本次信息知晓的渠道是班级信息员, 她第一时间把知晓的信息传达给了辅导员, 也告知辅导员在期末考试临近之期该寝室也发生了小矛盾可能是导火索。并要求辅导员保密她的身份信息, 并且删除了跟辅导员的文字信息对话, 以保护自己的身份。

本次案例解决的办法: 辅导员单独找安装监控的

学生聊天, 从寝室相处的角度出发跟该名同学聊天, 让学生本人主动袒露出自己的困扰, 敞开心扉信任辅导员。经过聊天辅导员了解到, 因为寝室一直出现矛盾, 该名同学处于一直被排挤的状态, 其他室友会私下说该名同学的坏话, 所以该名同学为了找到其他室友的造谣证据, 自己在寝室安装了监控设备, 但该行为严重侵犯了别人的隐私, 如果被寝室室友知道也会产生更严重的矛盾冲突, 通过辅导员的细心教导, 该名同学明白了自己不适当的行为, 主动拆除了监控设备, 但因为无法调和的寝室问题, 辅导员给该学生调换了宿舍, 信息员在此次事件中及时反馈信息, 避免了寝室矛盾的出现。

案例二: 心理问题。大二女生在班级上课时总是一个人单座, 寝室说她经常一个人喃喃自语, 精神有点恍惚, 在信息员在观察中得知异常情况在第一时间告诉了辅导员, 在辅导员知道的当天, 该名精神异常的学生在寝室走廊开始随处乱窜, 情绪行为异常引起了整栋楼的恐慌, 辅导员第一时间赶到了学生宿舍联合保卫处的人一起控制了该名同学并安抚缓解她的情绪, 及时打电话告知了家长, 送去医院就医, 该名行为异常的学生在医院检查出有需医学评估的心理困扰的症状, 需要在医院就医治疗, 最后辅导员给该名同学办理了休学手续。

本次案例是因为班级信息员的细心观察, 发现了学生异常的情况, 在大学生中间有很多心理问题的出现, 但不是每个心理问题都是明显显现出来的, 特别是一些平时很乖、优良的学生, 他们不善于表达自己的情绪, 会导致辅导员方面忽视该类群体, 这就需要有人去关注观察, 发现细小的动态及时联系学校相关人员去就医。

案例三: 学习压力。大三一名学习成绩优异的女学生在期末考试考场, 考试考到一个小时不到就情绪低落离场了, 班级信息员发现了该名同学的异常举动, 主动举手和监考老师汇报该情况, 监考老师也第一时间联系辅导员, 辅导员当场没有联系到学生, 多次打电话也不接, 后联合保卫处调该名同学出入学校的监控, 最后在商场找到该名同学, 学生情绪低落, 事发原因是自己背的重点都没考到, 情绪失控离开了考场, 自己情绪不好不想跟别人沟通, 挂断了与人通话的手机。

本次案例是学生考试压力、情绪失控导致, 考场老师并没有发现异常情况, 但跟该学生熟悉的信息员发现了异常并第一时间上报给监考老师, 在大学生群体里自制能力和情绪控制能力相对较弱特别是焦虑压

力大的时候无法控制自己,所以在考场中都会安排班级学生去观察异常情况,方便老师和学校及时采取措施,缓解学生情绪,在很多时候辅导员不能时时刻刻关注到学生的举动,这就需要班级的信息员去履行自己的职责,消除不必要的隐患。

一个优秀班干群体的建立离不开班级信息员的辛劳,除了有其他班干处理正常的班级信息收集、材料收集、举办班级活动外,更重要的是需要班级信息员去掌握班上学生的思想状态以及情绪波动的情况,从一些细微的方面做好辅导员的小助手,及时发现反常现象,做好班级学生的守卫兵,也感谢他们为班集体的付出。

#### 四、班级信息员心理问题疏导

当前大学生心理健康问题严峻,据统计2024—2025年大学生心理问题比例占24.6%~30%,会出现情绪低落、焦虑等心理困扰。对于大学生班干、信息员他们承担的责任更多,想要获得的荣誉也更多,所以面临的心理问题也会更加突出<sup>[1]</sup>。对于这类学生的心理辅导也是至关重要,学校方面也要开展相关专业的心理知识讲座,在自身方面也要锤炼坚韧的品格,具体方法如下:

##### (一) 定期开展心理辅导,汲取反馈意见

辅导员要对班级信息员团体定期开展心理咨询辅导,在谈话中加强彼此之间的信任感,特别要关注信息员中的女性群体,女生的性格相对敏感细腻一些,对事物的观察也会更加敏锐,男生的性格敏锐性则相对较弱。作为辅导员我们要了解他们在学习和生活中遇到的困扰问题,尽自己最大的力量去解决,以拉近学生的距离。开展心理辅导的氛围应该是愉悦放松的,我们可以在愉快的交谈中,通过班上所发生的事情去谈谈对每个班级管理的建议,针对不同的班级现状民主意见商讨改进措施,增强班级凝聚力建设和班干对于管理建设,广泛建言献策。

##### (二) 学会自我调节情绪,增强坚韧品格

外界的心理帮助只能起到辅助的功能,很多心理问题并不能通过一两次谈话就能解决,辅导员所带学生较多,不可能全面关照到每一位班级学生,班级信息员要有自我调整情绪的能力,在校期间,把关注点放在自己的综合能力提升和全面发展上,积极学好自身的专业知识,参加竞赛活动,提升自己的应对挫折和抗压能力,增强自己坚韧顽强的品格。积极参加学校组织的心理健康月和心理健康教育周活动。参与专家心理健康讲座、座谈会,通过专家指导了解自己的

性格特征,心理困扰,掌握在遇到困境问题后的应对方法以及压力时的释放调节,学习相关的心理学知识,这样可以在身边同学发生紧急性的心理问题时,及时传递正能量信息,用自己的能量去传染他人,获得自身的存在感和幸福感,提升自己的能力。

##### (三) 建立知心朋友关系,端正自我思想

班级信息员要始终知晓自己的使命所在,要有坚定的理想信念、高尚的道德情操、遇事要有理性的判断能力、端正自己的思想观念、提高综合能力素质。但本身也不是一个孤独的个体,生活中的人总需要有自己的知心朋友,在情绪不好时需要有人帮忙去化解,有可倾诉的对象,建立自己的朋友关系圈。自己要相信我的职责是帮助他人,跟我志同道合的人一定会明白我的良苦用心,不能在自我怀疑中迷失了初衷,要在他人的信任中获得存在感,在自我肯定中找寻方向,在学习生活中也要学会跟亲人沟通,有家长的支持也是缓解焦虑的重要因素,袒露自己的真情实感,学会表达自己的情绪,建立良好的人际关系。

#### 五、结语

班级干部队伍是班级管理的主力军,班级信息员是班级管理的托举者。高校辅导员工作多、任务繁重,加之班级学生多、学生各有特点,单靠一个人的力量管理远远不够<sup>[1]</sup>,特别是对于班级特殊情况的反馈,突发事件的预防、危机事件的处理都需要信息员配合完成。不论是班干还是默默奉献的信息员群体都要牢记自己的职责使命,为辅导员排忧解难,为班级建设贡献自己的力量,同时也要注意自身的修养和能力的培养,心理健康调试,让自己在锻炼中健康快乐地成长,营造风清气正的班级文化氛围。

#### 参考文献:

- [1] 许智鹏. 大学生班干工作焦虑案例研究分析 [J]. 才智, 2020(20):100-101.
- [2] 魏珂, 彭展. 高校辅导员如何做好通知信息的传达 [J]. 高校辅导员学刊, 2009, 1(2):82-84.
- [3] 张深. 对高校大学生班干部管理工作的探讨 [J]. 才智, 2021(26):138-140.
- [4] 潘仙江. 大学生人格特质及心理健康相关性研究 [J]. 中国学校卫生, 2025, 46(3):457-458.
- [5] 陈万军. 社会交换理论视角下大学生人际关系构建的三重路径 [J]. 哈尔滨学院学报, 2023, 44(10):132-135.
- [6] 赵玉芳, 左有霞. 新时代大学生心理健康监测体系构建与实践进阶 [J]. 中国高等教育, 2024(23):60-64.