

高校辅导员心理健康教育胜任力提升对策研究

张华东

桂林电子科技大学心理健康教育中心，桂林

摘要 | 目的：探索提升高校辅导员心理健康教育胜任力的对策，为辅导员心理健康教育培训提供参考。方法：采用文献综述、思辨的方法，对现有文献和理论进行归纳整理，提出适用于提升辅导员心理健康教育胜任力的对策。结果：通过提升辅导员识别心理问题的能力、深度辅导技能、关爱学生的能力和对辅导能力的自信四个方面的水平，能提升辅导员心理健康教育胜任力。结论：提升辅导员心理健康教育胜任力水平意义重大，要克服阻力，在辅导员选拔、培训和激励方面深入强调心理育人的重要性，最终提升辅导员心理健康教育胜任力。

关键词 | 辅导员；心理健康教育；胜任力

Copyright © 2022 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



2017 年 10 月，中华人民共和国教育部颁布实施《普通高等学校辅导员队伍建设规定》将辅导员界定为开展大学生思想政治教育工作的骨干力量，是高等学校学生日常思想政治教育和管理工作的组织者、实施者、指导者。随后，中共教

基金项目：本研究得到了广西高等教育教学改革工程立项项目“高校辅导员心理健康教育能力培养体系研究与实践”（项目编号：2015JGA205）；桂林电子科技大学《习近平谈治国理政》（第三卷）研究专项课题“社会心理服务机构参与社会治理现状及问题研究——以广西为例”（项目编号：US20193Y）资助。

作者简介：张华东，桂林电子科技大学副教授，研究方向：心理健康教育。

文章引用：张华东. 高校辅导员心理健康教育胜任力提升对策研究[J]. 心理咨询理论与实践, 2022, 4(6): 250-258.

<https://doi.org/10.35534/tpcc.0406032>

教育部党组印发《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》通知指出,高校思想政治工作需要充分发挥课程、科研、实践、文化、网络、心理、管理、服务、资助、组织等方面工作的育人功能,构建“十大”育人体系。虽然高校成立了专门的心理健康教育队伍,但辅导员仍然是心理育人这支队伍的重要组成部分。因此,如何提升辅导员心理健康教育胜任力就成为理论界和实践界协同研究的主题。

1 提升高校辅导员心理健康教育胜任力的意义

1.1 提升高校辅导员心理健康教育胜任力的理论意义

辅导员心理健康教育胜任力研究拓展了胜任力理论适用的领域范围,丰富和发展了胜任力理论。胜任力理论自产生之日起,就与实战结下了不解之缘。20世纪70年代,哈佛大学教授麦克利兰(McClelland)接到美国国务院参与外交官选拔的邀请,帮助解决当前采用以智力为核心的选拔技术选拔不到理想的外交人才的难题。随后,麦克利兰教授革新人才选拔方法,采用“从结果倒推能力”的方法,选取优秀的外交官(即高绩效的外交官)并从他们身上挖掘与高绩效相关的因素。麦克利兰将胜任力定义为高绩效者具备的与之相关的知识、技能、能力和特质的综合体。之后,胜任力理念和方法成为管理学人力资源领域的热门理论,逐渐从外交领域运用到其他领域的人才选拔和培训中,广受好评。辅导员心理健康教育能力胜任力并没有出现在早期辅导员工作和辅导员胜任力要求中,在以往研究^[1]中与辅导员心理健康教育胜任力相关的辅导员胜任力是关爱学生。随着大学生心理健康问题越来越普遍,辅导员要求进行心理健康培训并掌握心理健康相关的技能要求,以纾解大学生的情绪问题。现实需求反过来对辅导员心理健康教育提出了更高的理论期待,因此辅导员心理健康教育胜任力研究具有重要的理论意义。

1.2 提升高校辅导员心理健康教育胜任力的实践意义

辅导员心理健康教育胜任力研究为辅导员心理健康教育培训提供了明确的方向,提升辅导员心理健康教育胜任力,为大学生保驾护航。以往辅导员职业能力大赛包括基础知识测试、博文写作、自我介绍与展示和主题班会四部分,随着时代发展,当前辅导员职业能力大赛内容包括基础知识测试、案例研讨、

谈心谈话。从这个变化可以看出,谈心谈话逐渐成为辅导员职业的核心能力,而谈心谈话和心理咨询中的谈话有异曲同工之处。辅导员接受心理健康教育培训,有利于提升辅导员谈心谈话技能。因此,提升高校辅导员心理健康教育胜任力的现实意义体现在:第一,当前大学生心理危机频发,提高辅导员心理健康教育胜任力,有利于及时发现大学生心理危机并采取干预措施,及时构建社会支持系统,挽救心理危机学生;第二,当前大学生易受社会不良事件、错误思潮的影响,谈心谈话是辅导员做好大学生思想政治教育工作的必备技能;第三,大学生正处在世界观、人生观和价值观的形成期,也就是“灌浆期”,辅导员工作走进大学生心里,从心理上关爱大学生才能真正促进大学生成长。

2 高校辅导员心理健康教育胜任力的内涵结构

2.1 识别心理问题

辅导员要具有相关的知识理论基础,熟悉常见的大学生心理问题,在实践中不断提升辨察心理问题的能力。首先,相关的心理健康实践知识包括两点。分别是熟悉心理健康和不健康的标准,特别是了解常见的心理问题表现,了解大学生身心发展的一般规律特点。其次,还要有扎实的心理健康理论作为基础。心理健康的理论种类繁多,但从个体和团体作为划分标准,可以重点掌握个别辅导和团体辅导两种相关的理论和实践技能。个别辅导重点在解决特殊的、非普遍的问题,团体辅导重在解决普遍存在的,大众性的问题。最后,还要掌握必要的观察和判断心理问题的技能。心理可以通过行为推断,观察大学生日常言行就能够发现大学生群体中存在的心理问题。这需要辅导员有敏锐的观察力,通过情绪状态、学习状态、生活状态等发现大学生内心的想法,使用心理健康相关理论分析心理问题的类型和成因,对问题做出初步的判断。随着观察的持续,把学生心理问题的成因摸透后,对问题的严重程度做出判断,最后采取对应的干预策略。

2.2 深度辅导干预

辅导员和专业的心理咨询师不同,心理咨询师主要采用专业心理咨询的方

法进行干预,而辅导员主要采用深度辅导的方法进行干预。深度辅导的原理来自心理咨询,是把心理咨询方法改进后,而适用于辅导员的一种方法。深度辅导是依据大学生教育规律和成长规律,对大学生心理、思想、情感等方面的深层次辅导^[2]。它要求辅导员具备较好的交流表达能力,能够清晰地表述自己谈话的目的,把握问题的关键,并通过谈话影响学生的态度和行为。在这个过程中,辅导员还必须为辅导对象组织起社会支持系统,包括家长、室友、精神心理专家等,以解决大学生面临的问题。

2.3 关爱学生

关心爱护学生是辅导员的一项重要职业素质^[3]。关爱学生既是一种情怀,更是一种职业要求。它包括三个重要成分:第一是责任认同。只有在思想上认识到心理健康教育的重要性,认识到心理健康教育对于辅导员工作的促进作用,才能做好心理育人工作。在此基础之上,辅导员能够认真主动了解每一个学生的需要,碰到的困难,尽自己能力帮助学生,清楚了解自己是大学生成长的第一责任人,并从提供心理帮助中看到自己的价值,看到学生豁然开朗、健康成长时自己有满足感、价值观。第二是共情和倾听。能够耐心、用心倾听,是辅导员必备的能力素质。辅导员是大学学生的知心朋友,是大学生成长的引路人。在大学生遇到困惑时,辅导员以学生视角体会其困惑或者问题,耐心地疏通,能够在关键时刻帮助学生走出困惑,获得成长。第三是亲和包容。辅导员工作是琐碎繁杂的,学生的问题可能层出不穷,这考验每一个辅导员需要保持情绪稳定,能够主动工作,主动与学生建立和谐关系,做到事事平等、人人满意,多鼓励学生、善用批评惩罚。

2.4 对自身心理健康教育能力充满自信

辅导员对自身心理健康教育能力充满自信是必要的。自信,在心理学语境中也称为自我效能感。辅导员心理健康教育能力的自信,包括辅导员能够自信面对工作上的任何问题,相信自己有处理问题的能力。自信是辅导员心理健康胜任力形成的标志,建立自信的过程,或者建立自我效能的过程,可以从四个方面入手:第一是辅导员参考过往处理学生心理健康问题的经验;第二是向辅导员心理健康能手学习;第三是言语说服,包括他人说服辅导员能胜任心理健

康工作,以及辅导员自己说服自己能胜任心理健康工作;第四是不畏惧、不讨厌心理育人工作,积极的情绪有助于产生更多的心理育人行动。

3 提升高校辅导员心理健康教育胜任力的阻力

3.1 思想上不重视,对心理危机抱有侥幸心理

辅导员的心理育人职责并不是该职业一诞生就具有的,而是随着时代发展变化新赋予的内容。由于政治教育是辅导员的第一要务,在实际工作中,辅导员政治教育事务重而无暇顾及学生心理工作。大部分辅导员不重视心理育人工作,认为心理育人工作是心理健康教育中心专职老师的事情,辅导员只是从旁协助者。这种思想上不重视心理健康教育工作,给高校做好心理健康工作带来极大的负面影响。辅导员思想上不重视心理育人工作,与辅导员对大学生发生心理危机抱有侥幸心理有关。许多辅导员认为大学生是经过层层选拔出来的优秀群体,不容易得心理问题。这种侥幸,除了对心理育人工作重要性认识不足外,还源自心理问题、心理危机是潜在的、看不见也摸不着的。然而有关心理危机、抑郁和自杀的研究发现,非自杀性自伤在大学生全体的检出率为16.6%^[4],大学生抑郁症状检出率为24.71%^[5],大学生焦虑症状检出率为24.2%^[6],大学生自杀意念检出率为10.7%^[7],抑郁症的自杀意念发生率则更高^[8]。这些研究数据表明,大学生是心理危机的易发易感群体,十分之一的自杀意念检出率是相当高的,容不得半点侥幸。

3.2 忙起来没时间,把心理育人工作往后排序

“两眼一睁,忙到熄灯;两眼一闭,提高警惕”“五加二,白加黑”这些都形象地描述了辅导员日常忙碌的工作状态。辅导员的职责有思想教育和价值引领、党团和班级建设、学风建设、日常事务管理、心理健康教育、网络思政教育、危机事件处理,理论和实践研究工作等。其中日常事务管理、党团和班级建设占用了辅导员多数的时间,学生举办活动都会邀请辅导员参加,还有和学生谈心谈话等等。这些琐碎事务往往主动发生,会推着辅导员往前走,既让人感觉到重要又很着急。然而心理育人工作并没有那么让人既感觉到“重”,又感觉到“急”。

因此,心理育人工作就被一推再推,最后不了了之。比如,有辅导员和学生约好进行一次谈话即深度辅导,但是因为临时出现意外事故,不得不停止谈话并改期。还有辅导员预定了谈话时间,却因为领导临时交代一个任务而改期。这些事实说明,辅导员可能并没有设定心理育人工作就不重要,但由于心理育人工作的紧急程度和严重程度在感知上都没有其他事情重,导致每次轻重缓急排序时被列到后面位置。这是心理育人工作的性质决定的,如果让辅导员自己安排,可能会置于靠后的位置。所以,需要在制度上作出科学安排,比如院系设置专门负责心理育人的辅导员,这种制度性安排,能够让心理育人工作落到实处。

3.3 培训时没状态,把学习进修当作休息放松

辅导员入职培训时,一般都有一个心理健康专题,但仅有这一个专题是不够的,高校对已入职的辅导员还会提供心理育人相关的培训。与高校高度重视心理育人不同的是,辅导员一侧对心理育人并没有那么投入。这就产生了“培训多但效果不明显”的奇怪现象。真正融入辅导员日常生活、培训现场,我们会发现,辅导员日常交流会拿有没有外出培训机会作为“领导器重”“工作有价值感”的炫耀资本。然而,一旦进入培训学习,却把学习进修当作休息放松的好机会。或者,在培训时还忙于事务性工作,然后以“这些工作不是你干还会是谁干?”作为推脱。

4 提升高校辅导员心理健康教育胜任力的对策

4.1 做好选拔,优化辅导员队伍的知识结构

辅导员招聘是提升辅导员队伍素质的第一关,做好选拔工作,有针对性地选拔具备心理学等相关专业辅导员,可以优化辅导员队伍的知识结构。首先,高校应该设置辅导员相关学科占比的科学比例。辅导员招聘简章在专业要求时都会写“与我校学科专业相关”或者是具体的专业方向,这是不无道理的。辅导员要做好学生工作,就必须熟悉学生、熟悉学生所学的专业。同一个学院内,学科专业大致是相通的,然而,全校范围的专业差异就比较大了。辅导员招聘时除了考虑与学院专业相关,还要考虑与“十育人”工作内容相关。如果是较大的院系,

辅导员人数较多,这时辅导员所学专业就能保证更齐全。也就是说,从院系辅导员队伍结构考虑,匹配心理学专业的辅导员是可行的。如果从全校辅导员队伍专业结构考虑,本硕为心理健康相关专业毕业的辅导员必须具有一定占比。这方便校级心理中心开展工作,也有助于整个学校提升辅导员战斗力。总的来看,选拔是入口,但怎么管好入口,还要看当前辅导员队伍的专业结构比例。

4.2 做好培训,提升辅导员心理育人胜任力

要提升辅导员心理健康教育胜任力,必须回到胜任力的结构中,因此,要从心理健康知识、深度辅导技能和关心关爱学生技能入手,开展培训。首先,教授心理健康知识,并能让辅导员掌握。什么是心理健康,什么是心理不健康,如何保持心理健康这三个问题,是心理健康知识的核心。心理健康描述了心理的各个方面及活动过程处于一种良好或者正常的状态。心理的各个方面包括了性格、智力、认知、情感、态度和行为,最后是适应良好。了解了心理健康,就要了解大学生常见的心理不健康状态,比如环境适应问题、学习问题、人际关系问题、情绪情感问题、性心理问题、性格及自我认知问题、就业问题,神经症相关问题。其次,掌握深度辅导技能。深度辅导可以在了解其心理机制的基础上采用一定的工作模型实现^[9]。深度辅导的本质是辅导员要深入大学生生活,一对一谈话了解学生需求,思考探索影响学生成长的关键问题,最后找到解决问题的方案。因此,深度辅导要遵循一定的心理机制,通过建立良好的师生关系打破心理防御机制,师生之间相互信任;通过建立良好的社会支持,满足学生成长过程中的需要,师生之间形成默契;通过平等接纳,有教无类,促进师生之间相互认同。之后,辅导员建立起包含交融互动、面谈咨询、分析研究和开展辅导四个模块的个性化深度辅导工作模型。在培训时,有针对性的培训内容是影响培训效果的一个方面,高校还需要把培训环境设置在辅导员能安心学习的环境中,排除干扰,安心学习心理育人技能。

4.3 做好激励,巩固辅导员的心理辅导技能

没有不努力的员工,只有不会做激励的领导。这说明,再好的想法要得到落实还需要靠激励。辅导员学了再多的心理辅导、深度辅导技能,如果环境没

有突出的、与之对应的激励,这部分技能就会被遗忘。因此,高校需要建立多层次的激励体系,鼓励辅导员学习心理健康知识,锤炼深度辅导技能,提升心理健康教育胜任力。首先,每年度举行辅导员心理健康知识竞赛,并对个人总分前十名进行奖励,对集体前五名进行奖励。其次,每年度举行辅导员深度辅导技能大赛,就日常工作中使用深度辅导工作能手进行奖励,就大赛活动中评选出的优秀选手进行奖励。最后,在辅导员各项奖励中突出深度辅导的比重,突出心理危机工作一票否决的重要性。

参考文献

- [1] 杨继平,顾倩.大学辅导员胜任力的初步研究[J].山西大学学报(哲学社会科学版),2004(6):56-58.
- [2] 姚念龙,王巍.提升辅导员深度辅导质量的思考[J].思想理论教育导刊,2014(2):132-134.
- [3] 葛卫华.辅导员岗位胜任力模型构建的实证研究:以上海高校辅导员为例[J].思想理论教育,2016(7):103-106.
- [4] 潘珍,毛绍菊,唐寒梅,等.中国大学生非自杀性自伤检出率的Meta分析[J].中国学校卫生,2016,37(6):878-881.
- [5] 王蜜源,韩芳芳,刘佳,等.大学生抑郁症状检出率及相关因素的Meta分析[J].中国心理卫生杂志,2020,34(12):1041-1047.
- [6] 翟文海,张琼,胡卫,等.新冠肺炎疫情发生前后中国大学生焦虑症状及相关因素的Meta分析[J].中国心理卫生杂志,2022(7):626-632.
- [7] 谭琪钰,栾烨,徐超,等.中国大学生自杀意念检出率的Meta分析[J].现代预防医学,2022,49(7):1269-1274.
- [8] 张艳,胡德英,丁小萍,等.中国抑郁症患者自杀意念发生率的Meta分析[J].护理学杂志,2022,37(9):103-106.
- [9] 暴占光.个性化深度辅导的心理机制与工作模型[J].思想理论教育导刊,2010(8):109-113.

Study on Countermeasures to Enhance the Competence of College Counselors' Mental Health Education

Zhang Huadong

*Psychological counseling center, Guilin University of Electronic Technology,
Guangxi*

Abstract: Objective: To explore the countermeasures to improve the competency of college counselors in mental health education, and to provide reference for counselors' mental health education training. Methods: By means of literature review and speculation, the existing literature and theories were summarized and sorted out, and the countermeasures for improving counselors' mental health education competency were put forward. Results: Counselors' competence in mental health education can be improved by improving their ability to identify psychological problems, in-depth counseling skills, caring for students and confidence in counseling ability. Conclusion: It is of great significance to improve the competency level of counselors' mental health education. It is necessary to overcome resistance and emphasize the importance of psychological education in counselors' selection, training and motivation, so as to finally improve counselors' competency in mental health education.

Key words: Counselor; Mental health education; Competency