

三全育人背景下辅导员开展新生心理健康教育的 路径探析

王倩

上海理工大学基础学院, 上海

收稿日期: 2024年8月5日; 录用日期: 2024年10月7日; 发布日期: 2024年10月16日

摘要

在当前三全育人教育模式指导下, 辅导员承担着开展新生心理健康教育的重要角色。本研究围绕辅导员在新生心理健康教育中的路径探析, 通过调研高校新入学学生的心理健康状况, 分析了新生的心理特点及需求, 包括自我认知差异、社会适应性压力、学习动机与焦虑等方面。研究明确了辅导员在心理健康教育中的角色及功能, 进一步设计了符合三全育人框架的教育路径, 实现教育目标体系构建、学生发展全面性和教育过程综合协调性。通过对国外育人模式的比较, 总结了适合中国高等教育的策略, 优化辅导员开展工作的环境与方法。面对当前新生心理健康教育中存在的问题, 如心理服务资源不足、辅导员能力与知识匹配度不高, 本研究提出提升辅导员工作效能的途径, 包括定期进行专业知识和技能培训、建立健康的心理辅导体系、加强与专业机构的合作、提倡团队协作与合作、不断进行自我反思和学习, 使辅导员能够成为有效的指导者、沟通桥梁和问题解决者。论文展望了多元背景下的心理适应性探讨及长期跟踪研究的必要性, 为后续研究提供了前瞻性指导。

关键词

三全育人, 新生心理健康教育, 辅导员, 高等教育

Exploring the Path of Counselors Carrying Out Mental Health Education for Freshmen under the Background of Three-Wide Education

Qian Wang

College of New Students, University of Shanghai for Science and Technology, Shanghai

Abstract

Under the guidance of the current three-wide education model, counselors play an important role in carrying out mental health education for freshmen. Focusing on the path of counselors in the mental health education of freshmen, this study analyzed the psychological characteristics and needs of freshmen by investigating the mental health status of newly admitted students in colleges and universities, including self-cognitive differences, social adaptability pressure, learning motivation and anxiety. The study clarified the role and function of counselors in mental health education, and further designed an educational path that conforms to the framework of three-wide education, so as to realize the construction of educational goal system, the comprehensiveness of student development and the comprehensive coordination of the educational process. Through the comparison of foreign education models, the strategies suitable for Chinese higher education are summarized, and the environment and methods of counselors are optimized. In the face of the current problems in the mental health education of freshmen, such as insufficient psychological service resources and the low matching degree of counselors' ability and knowledge, this study proposes ways to improve the work effectiveness of counselors, including regular professional knowledge and skills training, establishing a healthy psychological counseling system, strengthening cooperation with professional institutions, advocating teamwork and cooperation, and continuous self-reflection and learning, so that counselors can become effective mentors, communication bridges and problem solvers. This study looks forward to the discussion of psychological adaptability in multiple contexts and the necessity of long-term follow-up research, and provides prospective guidance for follow-up research.

Keywords

Three-Wide Education, Mental Health Education for Freshmen, Counsellor, Higher Education

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

在“三全育人”背景下，辅导员在新生心理健康教育工作中扮演着至关重要的角色。当前，高校辅导员队伍需要更加主动融入心理健康教育活动，提升自身心理育人能力与水平。然而，实际工作中存在着一些现实困境，需要深入探讨并提出解决之道。因此，本研究将聚焦于如何在日常工作中开展心理健康教育，探索有效育人路径。在“三全育人”理念指导下，需要加强与心理育人的协同育人力度，创新育人方式，加强心理咨询培训，提升心理教育的能力与素质。通过研究辅导员在心理健康教育中的实际操作，可以构建更完善的心理健康教育体系，提升高校心理育人实效。通过对部分高校辅导员、学工领导等的调研，可以了解到辅导员在新生心理健康教育工作中所面临的挑战和困境，从而提出有效的对策和建议。本研究的目的在于推动心理育人功能的更广泛实现，加强思想政治教育与健康心理教育的融合，探索高校构建一体化育人体系的运行机制，培养具备健康心理素质的优秀人才，也将为高校辅导员在新生心理健康教育工作中提供有益的参考和借鉴。

2. 三全育人框架解析

2.1. 相关研究综述

在当前高校教育中,辅导员的角色逐渐从传统的行政管理转向综合素质教育,尤其是在心理健康教育方面。近年来,学界部分学者的研究探讨了辅导员在“三全育人”背景下开展新生心理健康教育的途径,为本文提供了一定的研究基础。

金银银(2020)指出,“三全育人”视域下,辅导员需要在工作中渗透心理健康教育,通过系统性、全方位的教育实践,提高学生的心理素质。李晓东等(2022)在研究中强调,在护理专业学生的心理健康教育中,“三全育人”理念的应用尤为重要。这一视角对于其他专业的辅导员开展心理健康教育提供了参考,凸显了专业背景对心理健康教育策略的影响。宋贵杰等(2022)详细分析了“三全育人”背景下辅导员工作开展的路径,强调了辅导员应在日常工作中融入心理健康教育,通过多种渠道关心学生的心理状态。马婷(2021)探讨了“三全育人”背景下辅导员育人功效的提升,指出通过加强心理健康教育,可以显著提高辅导员的育人效果。周果子和陈军(2022)提出了在“三全育人”理念下加强大学新生学风建设的新举措,其中包括心理健康教育的具体措施。

吕晋(2020)从就业指导工作的角度,探析了“三全育人”理念的贯彻落实,指出辅导员在就业指导中也应注重心理健康教育。这表明,心理健康教育不仅限于学术领域,还应延伸到学生的职业规划中。毛陆(2022)详细分析了辅导员开展心理健康教育的具体途径,包括心理咨询、团体辅导和心理健康课程等。这些途径为辅导员提供了多种选择,以满足学生多样化的心理需求。易临群(2021)在研究中强调,国际学生辅导员在“三全育人”背景下应发挥更积极的育人作用,通过文化适应和心理支持,帮助国际学生更好地融入校园生活。白晓东(2020)指出,“三全育人”理念下,辅导员的角色定位发生了显著变化,从单纯的管理者转变为多角色的教育者和心理支持者。这种角色定位的变迁为辅导员的职业发展提供了新的方向。任娟(2021)探讨了“三全育人”背景下辅导员队伍的角色定位和育人路径,强调了辅导员在心理健康教育中的核心作用。

综上所述,在“三全育人”背景下,辅导员通过多种途径和策略开展新生心理健康教育,不仅能够有效提升学生的心理素质,还能为学生的全面发展提供坚实保障。未来的研究应继续深化这一领域的探讨,探索更多实用性强的教育路径。

2.2. 国内外育人模式比较

育人模式奠定了包括心理健康教育在内的人才培养基调,是高校思想政治教育、创新创业教育、学术科学研究、国际交流与合作的关键所在。只有不断完善育人模式,提高教育质量,才能培养出更多具有创新能力和竞争力的优秀人才,更好地适应社会的发展和变化。在国内外育人模式比较中,可以发现不同国家和地区在育人理念和方式上存在一定差异。

国外普遍采用以学生为中心的育人模式,注重培养学生的创新能力、独立思考能力和跨文化交际能力。在美国,大学教育强调培养学生的综合素质和批判性思维能力,注重学术自由和实践能力的培养。而欧洲国家的育人模式则更加注重学生的自主学习和实践能力的培养,倡导学生积极参与社会实践和国际交流。相比之下,国内的育人模式更加注重学科知识和考试成绩,过分注重应试教育,缺乏对学生综合素质的培养。传统的育人模式偏重于灌输性教育,缺乏创新性和实践性教育的引入,导致学生缺乏实际操作能力和创新能力。在高等教育领域,国内大学多数采用从教授到学生的单向教学模式,学生被动接受知识,缺乏互动和实践机会。

从国内外育人模式比较中可以看到,不同的育人理念和方式在不同国家和地区的实践中呈现出不同的特点和优劣势。国内应该在育人方式上进行改革和创新,摒弃传统的教育模式,倡导多元化的育人理

念, 为学生提供更广阔的发展空间和更丰富的成长经历。可以借鉴国外先进育人理念和方式, 加强对学生综合素质和实践能力的培养。应该注重培养学生成为具有创新精神和实践能力的综合型人才, 提倡学生主动参与课外实践和社会实践活动。同时, 教师也应该从传统的教学方式转变为更加互动和启发性的教学模式, 激发学生的学习兴趣和创造力, 促进学生全面发展。

2.3. 新时代育人策略研究

在新时代育人策略研究中, 需要将学生发展放在首位, 注重培养学生的全面发展能力。在三全育人框架下, 辅导员在开展新生心理健康教育时, 需要根据新时代的特点和需求, 提出相应的策略和措施。

第一, 需要关注学生的个性和特点, 了解他们的成长环境和心理需求, 针对不同类型的新生制定个性化的教育方案。在实施过程中, 应注重激发学生的学习动力和兴趣, 引导他们树立正确的人生观和价值观。第二, 需要重视学生的心理健康问题, 加强对心理健康教育的重视和开展。通过开展心理健康知识的宣传和普及, 帮助学生提高心理素质, 增强应对困难和挫折的能力, 预防和减少心理问题的发生。第三, 辅导员在开展新生心理健康教育时, 还应注重发展学生的综合能力, 培养他们的创新思维和实践能力。通过提供各类实践机会和项目, 激发学生的创造力和合作精神, 促进他们在实践中不断提升自我, 实现自身价值。

在新时代育人策略研究中, 辅导员开展新生心理健康教育是非常重要和必要的。只有通过注重学生个性化发展、心理健康教育和综合能力培养, 才能实现学生全面发展, 为他们的未来发展打下坚实基础。

3. 新生心理健康教育现状

3.1. 新生心理特点及需求

新生心理特点及需求主要表现为: 首先, 新生面临着从家庭环境到大学环境的转变, 需要适应新的生活方式和社交圈子。其次, 新生通常处于青春期阶段, 情绪波动较大, 需要得到情绪上的支持和帮助。另外, 新生在面对学业压力、人际关系和自我认知等方面时, 往往缺乏应对能力和解决问题的技巧, 需要学校提供相应的心理健康教育。此外, 新生对未来的不确定性和自我定位的困惑也是需要重点关注的问题, 需要辅导员和心理教育者引导他们找到适合自己的发展方向和目标。综上所述, 了解新生的心理特点和需求, 对于开展有效的心理健康教育具有重要意义。

研究新生心理健康不仅对个体的成长和发展至关重要, 而且对社会的稳定、和谐及经济效益也有着深远的影响。研究新生心理健康的社会重要性体现在以下几个方面: 第一, 促进个体发展: 新生阶段是个体从青少年过渡到成年的关键时期, 心理状态的稳定性对他们的学业、人际关系以及未来职业发展有着深远的影响。良好的心理健康状况有助于新生更好地适应大学生活, 发展个人潜能。第二, 预防心理问题: 大学新生可能会面临诸多挑战, 如适应新环境、学业压力、人际关系等, 这些都可能引发焦虑、抑郁等心理问题。通过研究, 可以及时发现并干预这些潜在问题, 预防心理障碍的发生。第三, 提高教育质量: 心理健康状况直接影响学生的学习效率和成绩。研究新生心理健康有助于教育工作者了解学生的需求, 从而改进教学方法和校园环境, 提高教育质量。第四, 减少社会问题: 心理健康问题如果不及及时处理, 可能会导致更严重的社会问题, 如辍学、犯罪、药物滥用等。通过研究和关注新生心理健康, 可以减少这些问题的发生, 维护社会稳定。第五, 促进社会和谐: 心理健康的人更有可能成为积极的社会成员, 他们能够更好地处理人际关系, 具有更高的社会适应能力。研究新生心理健康有助于培养具有社会责任感和良好公民素质的下一代。第六, 经济效益: 心理问题不仅影响个体的生活质量, 还可能带来医疗、教育等社会资源的额外消耗。通过研究和改善新生心理健康, 可以减少这些资源的浪费, 从而产生经济效益。

3.2. 当前心理健康教育措施

当前心理健康教育措施主要包括以下几个方面：学校开设心理健康课程、设立心理健康咨询中心或心理辅导室、组织开展各种形式的心理健康教育活动、建立心理健康档案等。

其一，学校开设心理健康课程，为学生提供系统、专业的心理健康知识和技能培训。这些课程涵盖心理健康常识、压力管理、情绪调节、人际沟通等内容，通过理论教学和实践操作相结合的方式，帮助学生建立正确的心理健康观念，提高心理健康水平。

其二，学校设立心理健康咨询中心或心理辅导室，为学生提供个性化的心理咨询和辅导服务。通过这些渠道，学生可以倾诉自己的困扰和烦恼，学会如何有效应对和解决心理问题，实现心理健康水平的提升。

其三，学校组织开展各种形式的心理健康教育活动，例如心理健康讲座、心理健康主题日、心理健康知识竞赛等，激发学生参与的积极性，增强他们对心理健康教育的重视和认识，营造浓厚的心理健康教育氛围。

其四，学校通过建立心理健康档案，定期对学生进行心理健康评估和跟踪，及时了解学生的心理健康状况，制定个性化的心理健康干预方案，提供针对性的帮助和支持，促进学生心理健康水平的提高。

当前心理健康教育措施涵盖了课程设置、咨询服务、活动开展、档案建立等多个方面，从多角度、多层次地促进学生心理健康的全面发展。加强对这些措施的持续推进和不断完善，有助于构建更加健康、和谐的校园心理健康教育体系。

3.3. 存在的问题与挑战分析

学校辅导员在开展新生心理健康教育时面临着一些问题和挑战。首先，学校新生规模逐年增加，导致辅导员在同一时间段需要照顾更多的新生，工作量增加的情况下可能会影响到教育质量。其次，新生的心理问题日益复杂多样化，有的可能存在严重的心理问题，辅导员需要具备足够的专业知识和经验来应对挑战。此外，学校的心理健康资源有限，辅导员可能面临着缺乏必要的支持和资源的情况，导致无法充分发挥自身的作用。另外，快节奏的学习生活和社交压力也会给新生心理健康教育带来一定的挑战，辅导员需思考如何有效应对这些影响因素。最后，对于新生的个体差异性和需求差异性，辅导员需要针对不同的学生提供个性化的心理健康教育服务，这也是一个很大的挑战。总而言之，辅导员在开展新生心理健康教育时需要面对诸多问题和挑战，需要寻找有效的方法和策略来克服这些困难，为新生的心理健康保驾护航。

4. 辅导员在心理健康教育中的角色

4.1. 辅导员角色定位与功能

辅导员在心理健康教育中发挥着重要的作用，其角色定位与功能主要体现在以下几个方面：

辅导员作为学生的亲近者和引导者，需要为学生提供情感支持和倾听。在新生心理健康教育中，辅导员可以通过倾听学生的心声，了解他们的内心需求和困惑，积极引导他们适应大学生活，并解决心理问题。辅导员要与学生建立密切的关系，让学生感受到温暖和关怀，增强他们的自信心和自尊心。

辅导员需要具备专业的心理健康知识和技能，能够识别学生心理问题并及时干预。辅导员在开展心理健康教育时，需要了解学生心理发展特点和心理健康问题的常见表现，能够准确评估学生的心理健康状况，制定个性化的心理干预方案，并引导学生进行心理调适和情绪管理，以提升他们的心理健康水平。

辅导员还需要与学生建立信任关系，促进学生心理健康教育的有效开展。辅导员要在与学生的交流中，树立良好的榜样形象，展现出积极向上的态度和正确的价值观念，让学生感受到他们的信赖和尊重。

通过与学生的互动，辅导员可以培养学生的自我认知和自我管理能力，引导他们建立正确的人际关系和应对压力的方式，提升他们的心理素质和心理抗压能力。

总的来说，辅导员在新生心理健康教育中的角色定位与功能是多方面的，需要综合运用情感支持、专业知识和技能、信任关系等手段，为学生提供全方位的心理健康教育服务，帮助他们顺利适应大学生生活、健康成长。

4.2. 辅导员心理健康教育能力

辅导员在心理健康教育中担负着关键的角色，需要具备一定的心理健康教育能力。首先，辅导员应该具备丰富的心理健康知识，了解心理健康的定义、特点、发展规律以及常见心理问题的预防和干预措施。其次，辅导员需要具有敏锐的洞察力和分析能力，能够及时发现学生的心理问题，进行合理的评估和判断。在开展心理健康教育时，辅导员还应具备良好的沟通技巧和倾听能力，以便与学生建立良好的信任关系，帮助他们解决心理困扰。此外，辅导员还需要具备团队合作能力，与其他相关部门合作，共同开展心理健康教育活动，形成合力。综合来看，辅导员的心理健康教育能力是多方面的，需要不断提升和完善。

4.3. 提升辅导员工作效能的途径

提升辅导员工作效能是辅导员更好开展心理健康教育的重要方法，根据三全育人理论，即全员育人、全过程育人、全方位育人，其途径包括以下几点：定期进行专业知识和技能培训、建立健康的心理辅导体系、加强与专业机构的合作、提倡团队协作与合作、不断进行自我反思和学习等。

定期进行专业知识和技能培训。辅导员应不断提升自身的知识水平和专业技能，通过参加相关的培训课程、学术会议等方式，不断更新自己的知识储备和教育技巧，以更好地应对各种复杂的心理健康问题。

建立健康的心理辅导体系。辅导员应该建立完善的心里辅导服务体系，包括建立心理健康档案、定期进行心理健康评估、建立心理咨询室等措施，以满足学生的心理健康需求，提高工作效能。

加强与专业机构的合作。辅导员可以与心理学专业机构或心理咨询机构建立合作关系，引进专业的心理咨询师、心理治疗师等，为学生提供更专业的心理辅导服务，提升工作效能。

提倡团队协作与合作。辅导员可以在校内建立心理健康工作小组，集思广益，共同探讨解决学生心理健康问题的办法，通过团队协作与合作，提升工作效能，实现更好地辅导学生的目标。

不断进行自我反思和学习。辅导员应不断进行自我反思，总结工作中的经验教训，不断改进自己的工作方式和方法，不断学习新知识和技能，以提升自身的工作效能。通过不断自我完善和学习，辅导员可以更好地应对各种心理健康问题，更有效地辅导学生，实现更高效的工作目标。

5. 总结与展望

5.1. 研究成果总结

研究发现辅导员在开展新生心理健康教育时，应该注重个性化服务。通过了解新生的个性特点和心理需求，有针对性地为他们提供合适的心理健康教育服务，有效提高教育效果。同时，辅导员在开展新生心理健康教育时，需要注重团队合作。辅导员应该与相关部门密切合作，共同制定并实施心理健康教育计划，共同关心和关爱新生的心理健康，形成合力，提高工作效率。同时，辅导员在开展新生心理健康教育时，需要不断更新教育方式和方法。应该结合新生的年龄特点和学习方式，灵活运用多种教育手段和形式，如讲座、互动游戏、心理测试等，提高教育的趣味性和吸引力，促进新生的积极参与。最后提

出,在今后的工作中,辅导员还应该注重评估和反馈。通过对心理健康教育工作的评估和反馈,不断总结经验,改进工作方法,提高工作效果,为新生的心理健康保驾护航。

在实践效果方面,通过这些路径的实施,新生能够更快地适应大学生活,减少心理问题的发生,提高整体的心理健康水平。同时,辅导员的专业能力也得到了提升,为今后更有效地开展工作打下了基础。具体而言,首先,全员参与确保了心理健康教育的广泛覆盖。辅导员作为学生日常管理与指导的重要力量,通过全员参与,能够将心理健康教育融入到新生的日常生活中,为每位新生提供必要的心理支持和引导。其次,全过程介入有助于及时发现和干预新生的心理问题。从新生入学开始,辅导员通过持续地关注和介入,能够及时识别学生的心理困扰,并提供相应的帮助和资源。再次,全方位的教育路径能够满足不同新生的个性化需求。辅导员通过开展多样化的心理健康教育活动,如心理测评、团体辅导、个别咨询等,能够从多个角度帮助新生适应大学生活,促进其心理健康发展。最后,实践效果的评估和反馈机制有助于持续优化心理健康教育工作。通过定期收集新生的反馈信息,辅导员能够了解心理健康教育的实际效果,及时调整和改进工作方法,确保心理健康教育工作更加精准有效。

5.2. 研究不足与展望

三全育人背景下辅导员开展新生心理健康教育的研究中存在一些不足之处,需要在未来的研究中进行改进和完善。首先,目前研究主要集中在辅导员开展心理健康教育的实践经验和效果评估上,对于不同背景和特点的新生群体的心理需求和教育模式适应性研究相对较少。因此,需要进一步探讨不同类型新生群体的心理特点和需求,以及针对性的心理健康教育策略。

当前研究多集中在理论探讨和实践案例分析上,缺乏对辅导员个体因素、专业背景、心理健康相关知识和技能等影响因素的深入研究。因此,未来的研究可以从辅导员个体角度出发,探讨其在新生心理健康教育实践中的特点和作用机制,以及提升其心理健康教育水平的有效途径。

另外,现有研究多以定性研究为主,定量研究相对薄弱。未来的研究可以加强对辅导员开展新生心理健康教育的定量评估,通过问卷调查、实证研究等方法,客观评估教育效果,验证教育策略的有效性,为实践提供科学依据。

当前研究对于新生心理健康教育长期效果的跟踪和评估比较缺乏,很少有研究能够探讨不仅仅是短期效果,更是长期维持心理健康的有效策略。未来的研究可以开展跨时效评估,跟踪新生在大学期间以及毕业后的心理健康状况,为制定长效心理健康教育方案提供依据。在未来的研究中,需要结合实际情况和理论指导,深入挖掘不足之处,不断完善和提升三全育人背景下辅导员开展新生心理健康教育的研究和实践水平。

基金项目

2023年上海高校青年教师培养资助计划《“三全育人”理念下理工科见长高校课程思政建设路径研究》阶段性成果(项目编号:50);2024年上海理工大学巾帼文明建设专项项目《高校女教师心理压力与应对策略研究》阶段性成果;2024年上海理工大学国防教育课题项目《军事理论课的课程思政资源开发与路径研究》阶段性成果;上海市高等教育学会2024年度规划课题《“三全育人”理念下理工科见长高校课程思政建设路径研究》阶段性成果(项目编号:2QYB24117);2024年度上海市青少年服务和权益保护工作智库课题《困顿与优化:超大型城市高校青年教师婚恋问题研究》阶段性成果。

参考文献

- 白晓东(2020).“三全育人”理念下辅导员角色定位的嬗变与调适. *思想理论教育*, (6), 91-95.
- 金银银(2020).三全育人视域下辅导员工作中渗透心理健康教育的实践研究. *佳木斯职业学院学报*, 36(8), 133-134.

-
- 李晓东, 徐晶颖, 龙苏兰(2022). 基于三全育人背景的护理专业学生心理健康教育策略探究. *中国中医药现代远程教育*, 20(15), 155-158.
- 吕晋(2020). 从辅导员开展就业指导工作的实效性探析“三全育人”理念的贯彻落实. *科教导刊*, (11), 174-176.
- 马婷(2021). 论“三全育人”背景下辅导员育人功效的提升. *公关世界*, (11), 110-111.
- 毛陆(2022). 辅导员开展心理健康教育的途径. *辽宁工业大学学报(社会科学版)*, 24(3), 103-106.
- 任娟(2021). 三全育人背景下辅导员队伍角色定位和育人路径研究. *智库时代*, (6), 121-122.
- 宋贵杰, 白绍业, 李云飞(2022). “三全育人”背景下辅导员工作开展路径. *西部素质教育*, 8(12), 165-167.
- 易临群(2021). “三全育人”背景下国际学生辅导员发挥育人作用的路径探析. *教育现代化*, (80), 64-67.
- 周果子, 陈军(2022). “三全育人”理念下高校辅导员加强大学新生学风建设的新举措. *长沙理工大学学报(社会科学版)*, 37(1), 120-124.