

# 提升高校辅导员心理健康素养的实践理路

李 峰

浙江理工大学马克思主义学院, 浙江 杭州

收稿日期: 2023年8月8日; 录用日期: 2023年9月8日; 发布日期: 2023年9月22日

## 摘 要

高校辅导员心理健康素养是在育人实践中生成的, 能够正确把握新时代大学生思想状况和行动方式以及促进新时代大学生自觉成长所拥有的知识、技能、态度与人格。为了有效提升高校辅导员心理健康素养, 必须明确其内涵以及其在新时代所面临的挑战, 职责分工不明、社会地位不高、考评标准单一等, 需要制定科学的政策和措施, 从实践理路上看, 提升高校辅导员心理健康素养需要明确工作职责, 创设辅导员的自身发展空间; 重视核心诉求, 增强高校辅导员的职业认同; 完善考评体系, 促进高校辅导员的职业发展。

## 关键词

高校辅导员, 心理健康素养, 实践理路

# Improve the Mental Health Quality and Practice of College Counselors

Feng Li

School of Marxism, Zhejiang Sci-Tech University, Hangzhou Zhejiang

Received: Aug. 8<sup>th</sup>, 2023; accepted: Sep. 8<sup>th</sup>, 2023; published: Sep. 22<sup>nd</sup>, 2023

## Abstract

The mental health quality of college counselors is generated in the practice of educating people, and they can correctly grasp the ideological status and action mode of college students in the new era, as well as the knowledge, skills, attitude and personality of college students in the new era to promote their conscious growth. In order to effectively improve the mental health literacy of college counselors, it is necessary to clarify its connotation and the challenges it faces in the new era. The division of responsibilities is unclear, the social status is not high, and the evaluation standard is single, etc. Scientific policies and measures need to be formulated. From the perspective of prac-

tice, to improve the mental health literacy of college counselors, it is necessary to clarify the job responsibilities and create a space for their own development. Pay attention to the core demands and enhance the professional identity of college counselors; improve the evaluation system and promote the career development of college counselors.

## Keywords

College Counselor, Mental Health Literacy, Practical Approach

Copyright © 2023 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

高校辅导员心理健康素养概念的提出借鉴了心理健康素养的概念。Jorm (Jorm et al., 1997)首先提出心理健康素养的概念,将其定义为“帮助人们认识、处理和预防心理疾病的知识和信念”。Kutcher (Kutcher et al, 2015)等人又将其从如何实现和保持积极的心理健康、了解精神疾病及其治疗、降低和精神疾病相关的污名、提高寻求帮助的效率 4 个维度重新进行定义。随后,我国很多学者在此基础上不断深化关于心理健康素养的概念。其中,江光荣(江光荣等, 2020)等学者于对心理健康素养的解释得到广泛认可,他们从“心理疾病应对-心理健康促进”和“自我-他人”两个维度将心理健康素养定义为:个体在促进自身及他人心理健康,应对自身及他人心理疾病方面所养成的知识、态度和行为习惯。该内涵从根本上满足了实施健康中国战略的现实需求,也进一步体现了心理健康素养的本质特征。高校辅导员心理健康素养不仅是心理健康素养概念的延伸和发展,更应该体现出高校辅导员这一主体身份的特征和实践本质。高校辅导员具有教师和学生管理人员双重身份,在实际工作中担负着学生管理的一线工作,承担着培养时代新人的重要任务。所以,高校辅导员心理健康素养不仅需要具备心理健康素养的基本功能,而且要将育人这一工作目标融入其核心理念,从而助力学生更好地实现自我发展。杜和军(杜和军, 陈旭, 2023)等人从心理健康知识、技能、态度以及人格等四个层面对新时代高校辅导员心理健康素养的结构进行了分析,本文将高校辅导员心理健康素养解释为辅导员在育人实践中生成的,正确把握新时代大学生思想状况和行动方式以及加快新时代大学生自觉生成所需的知识、技能、态度与人格。从某种程度上说高校辅导员心理健康素养应当是一个整体,在对其解释时要多角度全方位去理解。高校辅导员心理健康素养贯穿于辅导员整个职业生涯,应始终坚持以立德树人为中心,以加强高校辅导员队伍建设和实现自身的健康发展为根本目标。

## 2. 提升高校辅导员心理健康素养面临的挑战

### 2.1. 职责分工不明, 挤压个人自由时间

在学生管理工作中,高校辅导员的工作职责没有明确的边界,是学生在校日常事务最直接的管理者,通常需要接受很多部门的多重领导,几乎承担着全方位的实务工作。比如,对毕业生的就业进行指导、通过教学开展思想政治工作、对学生党团组织进行管理,依托暑期社会实践实现育人目的;通过学生的班级评比、宿舍关系等引导大学生开展积极正向的行为实践,实现文化育人;注重大学生的心理健康状态,及时进行心理疏导和谈心谈话,从而实现心理育人。高校辅导员长期处在思想政治

教育工作一线，长期处于实务工作中，(万胜，申林灵，2022)在此现实背景下进一步造成辅导员工作与学生工作的等同化，直接将与学生相关的工作默认为辅导员的工作职责。这种集管理、服务、教育为一体且缺乏清晰边界的工作安排导致许多不属于其岗位职责却又与学生密切联系的工作事务侵入高校辅导员工作范围，冲击辅导员的个人时间和精力，影响辅导员核心工作成效，制约辅导员的专业化发展，从而导致其将更多的时间资源分配在被动完成工作任务，而非主动的工作创造中，(张楠，2021)严重挤压原本用于促进人的精神价值创造，实现人的自由全面发展的可自由支配的时间，也在一定程度上影响了高校辅导员心理健康素养。

## 2.2. 社会地位不高，引发职业倦怠

高校辅导员的职业倦怠感等体验不单单是由工作繁忙所致，而是辅导员能否在工作中获取得以实现自身价值，(张楠，2021)高校辅导员虽然是高校教师队伍的重要组成部分，但对于从业人员的知识性要求不高。职业外部人员通过短期培训甚至工作实践模仿，即可进入辅导员职业领域，完成相关工作。因而，高校辅导员相对于专业教师、管理干部，处于从属地位，造成辅助性、例行性工作的侵入。这些职业群体将部分属于自身的、低壁垒门槛、不威胁自身管辖权的管理、服务、教育职责转介给辅导员，使得辅导员由专职的思想政治工作人员降格为教学管理工作的辅助性人员，导致辅导员在学生和其他专业教师眼中社会地位和权威并不高，从而陷入了既不能很好挂靠教师队伍也不能顺利归属管理队伍的两难境地。(肖述剑，2019)在此背景的影响下，高校辅导员个体的自身价值和职业成就在某种程度上被降低，具有价值引领性的育人工作被大量的事务性工作所替代，这不仅意味着高校辅导员与专业教师在工作目标和工作内容上的失衡，也进一步导致高校辅导员的心理感受和职业追求等发生重要的变化，高校辅导员工作的积极性和主动性随之降低，这势必导致高校辅导员难以在工作中实现自身价值，也在一定程度上影响了其职业成就感和归属感，进而致使其对职业产生倦怠。

## 2.3. 考评标准单一，导致职业发展受限

对高校辅导员工作进行考评是影响其心理健康素养的关键环节。长期以来，辅导员的职业发展出路就是成为管理干部或者转岗为专业教师。这种职业生涯模式将辅导员晋升路径固定化、单一化。一方面，该晋升模式普遍与科研成果挂钩。因而，高校辅导员不得不在兼顾工作的同时提升个人科研能力，努力把辛苦工作总结转化为理论成果。但实际上辅导员工作具有时空弥散性，晋升的科研要求与日常工作特征的不匹配难以保障科研工作的开展(孙留萍，2023)，高校辅导员科研成果产出不仅使其承受额外的压力而且对于其工作能力的提高也不明显，违背了考评的初衷，也使得高校辅导员的科研动机逐渐“变味”，本质上与高校辅导员的工作缺乏适配性。另一方面，由于管理岗晋升能够直观地反应出外界对辅导员工作的评价，多数辅导员进一步把职务晋升看作人生追求，想在最短时间内快速获取成绩，从而实现自己身份的转变和纵向发展，与现实工作形成了张力，同时反映了个体对职业发展的焦虑。实际上，辅导员的行政级别晋升主要取决于领导认可，还需要有职位空缺，两者都是稀缺资源，(陈向明，王富伟，2021)能够获得晋升的只是少数辅导员，造成了强烈的职业焦虑的心理体验，加重了高校辅导员的心理负担。

## 3. 提升高校辅导员心理健康素养的实践理路

### 3.1. 明确工作职责，创设高校辅导员的自身发展空间

面对新时代的新要求，提升高校辅导员心理健康素养，必须明确其工作的职责和边界，从工作实际出发，创设有助于实现高校辅导员自身成长发展的空间。首先，要形成各主体协同育人效应，调动多种育人资源和要素的积极性，改变高校辅导员是学生“保姆”等刻板印象，从而提升高校辅导员队伍的职

业化、专业化水平。其次，要明晰高校辅导员在学生工作中的定位，让其了解自己的职权范围和自我期望，充分考虑高校辅导员岗位在育人体系中的实践需求，应当立足于思想政治工作需要把握日常工作的界限，强化边界意识，区分好日常管理工作与思想政治工作的界线，从而降低工作压力对辅导员自由时间和个人成长时间的撕裂，实现心理育人体系的优化。具体来看，高校辅导员与心理健康中心、班主任以及学生工作线上的其他主体之间应职责清晰，既有边界，又有共识，从而最大限度地形成系统的凭借自由时间，不断地提升自身的职业能力和专业水平，有利于促进其个人能力实现内涵式发展，形成更加系统、科学、专业的育人思维和能力，最大地实现对个人自由时间的利用，进一步加强高校辅导员工作的专业属性。

### 3.2. 重视核心诉求，增强高校辅导员的职业认同

高校辅导员所追求的工作价值是提升其心理健康素养的基础。因而，应当推动辅导员掌握具有排他性的专业技能，突出辅导员工作中的技术含量，以此来增强其职业认同感与自信心。高校辅导员的职业认同一般来自社会和自我两种价值。社会价值更多体现为辅导员职业的社会地位及其影响力，是一种外界衡量标准。自我价值则是辅导员的自我感知、自我体悟，二者之间是相互促进与制约的关系(黄友初，2019)。自我价值能够转换为提升辅导员心理健康素养的内驱动力。因此，应当建立辅导员职业准入壁垒，注重专业支持型辅导员的发展，扎根辅导员工作实践进行日常工作的理论研究，通过理论知识的发展重塑辅导员职业的实践形态，根据辅导员个人分管内容聚焦研究方向，同时在日常工作中要注意积累相应的专业知识，充分发挥其价值引领作用，从而在工作实践中进一步保证了心理健康素养的自觉和自为发展。缩小高校辅导员与其他教师的发展前景、工资待遇等方面的差距，彰显高校辅导员的社会价值，广大师生将会理解并尊重辅导员的工作，其社会地位将得到相应的提升，高校辅导员自身的工作意义感将得到巨大提升，个人发展诉求将得到满足，同时，重视高校辅导员工作的正向反馈，如积极举办选拔“最美辅导员”大赛、“辅导员个人职业能力比拼”、“年度辅导员人物”评选等等，并且及时宣传优秀辅导员的典型事例，进而缓解其职业发展焦虑，推动辅导员队伍朝着高素质人才队伍更加健康地迈进，如此往复形成良性循环，激发高校辅导员的职业认同。

### 3.3. 完善考评体系，促进高校辅导员的职业发展

为确保提升高校辅导员心理健康素养的举措能够落到实处，还必须完善相应的考评体系。首先，与时俱进，强调育人的首要价值。中国特色社会主义进入新时代，高校学生工作任务也相应地发生了新的变化。所以，应当站在贯彻落实党的教育方针、落实立德树人根本任务的高度，将高校辅导员所发挥的育人属性纳入其专业化、职业化建设之中，并且为辅导员更新育人观念提供平台支持，如将适配其工作特点的工作总结、工作报告、工作案例等具有“学术”特质的内容纳入科研成果评比之中，促使高校辅导员在完成本职工作的基础上更好地产出相应的科研成果，这有利于改善考评标准与工作内容“两张皮”的现象，为辅导员队伍健康成长形成良好的价值引领。其次，分类督导，进行多样化评价。由于不同工作年限的高校辅导员的职业追求和心理健康素养有差异，因而需要重视对其进行分阶段分类别地进行个性化、多样化评价，根据高校辅导员的专业知识掌握程度、工作技能、育人态度、人格魅力等来设置评价标准，并制订满足相应标准的职业发展方案，重视其对职业的不同追求，例如在各个高校设置辅导员培训基地、高校辅导员精品项目、教育部专项课题、辅导员访学计划、辅导员读博计划等使他们产生强烈的事业归属感，实现人与事的理想结合，营造有利于辅导员心身健康发展的浓厚氛围。

总之，高校辅导员心理健康素养的提升需要多方合力，这是建设符合现代化教育要求，促进高校辅导员队伍高质量发展的重要基础。

## 参考文献

- 陈向明, 王富伟(2021). 高等学校辅导员双线晋升悖论——一项基于扎根理论的研究. *教育研究*, 42(2), 80-96.
- 杜和军, 陈旭(2023). 高校辅导员心理健康素养的价值意蕴、基本内涵及培育路径. *黑龙江高教研究*, 41(7), 110-115.
- 黄友初(2019). 教师专业素养: 内涵、构成要素与提升路径. *教育科学*, 35(3), 27-34.
- 江光荣, 等(2020). 心理健康素养: 内涵、测量与新概念框架. *心理科学*, 43(1), 232-238.
- 孙留萍(2023). 高校辅导员“教师职称”晋升实施困境与对策. *学校党建与思想教育*, (9), 84-87.
- 万胜, 申林灵(2022). 角色理论在高校辅导员工作中的价值与应用. *学校党建与思想教育*, (1), 78-81.
- 肖述剑(2019). 高校辅导员职业认同的内在机理探析. *思想政治教育研究*, 35(2), 121-125.
- 张楠(2021). 时间观念视角下高校辅导员工作状况研究. *思想理论教育*, (9), 99-105.
- Jorm, A. F., Korten, A. E., Jacomb, P. A. et al. (1997). “Mental Health Literacy”: A Survey of the Public’s Ability to Recognise Mental Disorders and Their Beliefs about the Effectiveness of Treatment. *Medical Journal of Australia*, 166, 182-186. <https://doi.org/10.5694/j.1326-5377.1997.tb140071.x>
- Kutcher, S., Bagnell, A., & Wei, Y. (2015). Mental Health Literacy in Secondary Schools: A Canadian Approach. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 24, 233-244. <https://doi.org/10.1016/j.chc.2014.11.007>