

高校辅导员在大学生心理危机事件应对中的思考

□ 张俊

摘要:近些年来,大学生心理问题层出不穷,既影响了学生的健康成长,也使得学生家庭和所属学校承受了不少的压力。高校辅导员作为一线的学管工作者,首当其冲要面对、处理、解决好学生的心理危机事件。在这个过程中,高校辅导员需要明确角色定位,有效的发挥在危机干预中的作用,同时保护好自身,对保证学生的心理健康、减少或预防因此而引发的安全事件,对稳定校园环境,营造平安和谐校园氛围具有重要意义。

关键词:辅导员;大学生;心理危机应对

“辅导员是开展大学生思想政治教育的骨干力量,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。”教育部令第43号《普通高等学校辅导员队伍建设规定》中,重新定义了高校辅导员的工作职责,其中心理健康教育与咨询工作,更是9大工作内容体系之一。这就需要辅导员协助学校心理健康教育部门,积极开展心理健康教育,认真推进心理危机预防工作,对学生心理问题初步排查和疏导,组织开展心理健康知识普及宣传活动,培育学生理性平和、乐观向上的健康心态,坚持立德树人,努力构建高校稳定和谐的育人环境。

一、大学生心理问题存在的原因

(一) 角色转换不及时,不适应新环境

部分大学生刚进入大学,面对陌生环境和人群,加上远离家长,本能的会有些无所适从,不能及时调整心态,适应新环境,就会出现孤僻、内向、“脱群”等问题。特别在高职院校中,一部分学生因高考失利,无奈选择不理想学校和专业,心理落差大,心态失衡,更容易出现焦虑、抑郁等心理问题。

(二) 家庭教育环境,与父母关系紧张

在笔者接触到的心理问题的学生中,因为家庭环境、与父母关系不融洽原因而造成的占绝大多数。家庭教育中,只注重学生是否温饱无忧,对于心理问题要么忽视,要么视而不见,不认为是严重的问题。亲子关系紧张,双方缺乏沟通理解,家长特别是父亲,总是以强权思想,压抑控制学生,久而久之,学生的心理变的“病态”。

(三) 生活学习处理不当,面对压力

一些大学生不适应群体生活,加之舍友来自不同的地方,生活习惯各不相同,需要不断的调整、适应。而一旦发生摩擦,轻则,口角之争;重则打架发泄,甚至会持械伤人。对于性格内向、胆小的学生,表面上息事宁人,其内心就可能压抑、扭曲,从而产生心理问题。

(四) 情感问题受挫

伴随青春期的增长,大学生年龄和心智日渐成熟,没有了家长的管控,在大学期间会有恋爱的阶段,缺乏正确的恋爱观,不能成熟处理情侣间产生的问题和矛盾,因失恋受挫而受到打击,也是引发学生心理危机的重要因素。

二、高校辅导员应对大学生心理危机的措施

(一) 开展心理教育,培养大学生预防心理危机意识

辅导员要协助学校心理健康教育部门,包括心理协会,积极开展心理健康教育,诸如心理讲座、心理测评、爱心角,心理知识竞赛等多种活动形式,使学生知道、了解相关心理健康知识,培养预防意识,能够在有心理问题的时候,主动求助,不逃避,正视问题,并愿意解决。

(二) 加强日常管理,及时发现并疏导心理危机事件

在班级内设置心理信息员一职,按月汇报班级是否存在高危的12类人群;注意关键时间点,在开学放假、小长假等心理危机高频发生时间段,加强对班级学生的关注。一旦发现可

疑苗头,宁可错报,也绝不能漏报,及时与上级部门和心理教育部门汇报。

(三) 加强心理教育,树立学生正确的人生价值观

通过生命教育、自我意识教育,引导学生正确的认知,客观的评价自身,明确努力方向,确定奋斗目标,实施可行的、具体的计划。通过倾听、交流,帮助学生树立正确的价值观,多参与社会实践,特别是爱心援助之类的活动,引导其形成健康的心理,遇到负面情绪,及时疏导,避免危机事件发生。

(四) 增强家长沟通,形成全员全程全方位危机干预

大学生的教育是家长、学校、社会共同的作用,特别不能忽略家长的因素。一些家长觉得把学生放在学校,又已成年,就疏于教育管理,一旦学生发生问题,又矛头直指学校,将所有责任推卸干净,造成学校工作的被动局面。辅导员在平时的日常管理中,要多于家长联系沟通,及时掌握学生家庭情况、亲子关系,要求家长参与学生的教育管理,宁可“婆婆嘴”,或者被学生误会“告状”,也绝不能只在学生出现重大问题时,才联系家长。

三、高校辅导员应对大学生心理危机的定位

(一) 心理问题学生的发现者

高校辅导员要具有心理疾病的判断意识,基本判断思想道德问题与心理问题的区别。在日常工作中,利用宿舍、班级以及社团等多个渠道,将思想政治教育落到实处,了解学生的思想动态,特别对家庭困难、学业困难、就业困难学生的言谈、行为、成绩等进行观察,从这些方面的变化上来对学生的心理情况进行判断,及时发现心理问题学生。

(二) 应对危机事件的协助者

当危机事件发生时,辅导员要第一时间达到现场,尽可能稳住事态发展的局面,避免其扩大化,并及时向上级领导部门汇报情况,寻求专业人员帮助。在应对过程中,要提供学生全面可靠的信息,协助工作顺利开展、进行;及时联系家长,向家长说明情况,获得支持和理解,同时还要做好其他学生的安抚工作。

(三) 危机事件处理后期的跟踪者

危机事件处理后,辅导员要长期对学生持续关注,并配合专业人员定期反馈相关情况,必要时还要做心理疏导。对于其他接触过的学生,也要及时关注和疏导。最重要的,要与家长保持密切的联系,定期交流反馈学生心理动态,帮助其尽快走出阴影。同时,辅导员自身在参与危机干预过程中,也会有心理上的波动和影响。要注意,选择恰当的方式来进行自我调整,主动寻求帮助和心理支持,向同事、朋友、家人倾诉,及时宣泄不良情绪。高校辅导员作为大学生的“人生导师”、唯有明确工作职责,弄清角色定位,才能有的放矢的实现职业价值,最终提升职业认同感。同时,也需要学校、社会、家庭构建完善的心理支持系统,才能真正保证大学生的健康成长、成才。

参考文献

- [1] 徐娇.高校辅导员在大学生心理危机干预中的角色定位思考[A].南昌教育学院学报,2015(02).
- [2] 王金丽.高校辅导员干预大学生心理危机的思考[J].机械职业教育,2017(05).
- [3] 仇妙芹.认知偏差对高校辅导员心理危机干预工作的影响[A].大学教育,2018(08).

(作者单位:湖北水利水电职业技术学院)