

# College Counselors to Optimize the Path of Psychological Work

Junping Zhao

Xijing College, Xi'an, Shaanxi, 710123, China

## Abstract

The Party's 20 report pointed out that the college counselors should do the young friends, youth work warm-hearted people, the young masses of the guide, guide the young people to listen to the party, follow the party. Colleges and universities in the deep learning and practice of xi new era in the process of the thought of socialism with Chinese characteristics, to encourage college counselors to remember education in mind and mission, to use effective conversation talk, form the communication with students, help students to solve practical problems, and guide the formation of healthy psychological and emotional cognition. This paper explores the college counselor talk work, first explore the new period background of the importance of counselor talk work, and combined with the present situation of our school counselor talk and the influence on students, key seek counselor talk work optimization path, in order to achieve the goal of college talent cultivation, for the society to cultivate morality, intelligence and physique all-round development.

## Keywords

colleges and universities; school counselor; psychological counseling; emotional counseling

# 高校辅导员推心置腹式心理工作方式优化路径

赵军平

西京学院, 中国·陕西 西安 710123

## 摘要

党的二十大报告中指出,各高校辅导员要做青年朋友的知心人、青年工作的热心人、青年群众的引路人,引导青年听党话、跟党走。高校在深度学习和践行习近平新时代中国特色社会主义思想的过程中,要鼓励高校辅导员牢记教育初心与使命,能够借助行之有效的谈话谈心法,与学生形成推心置腹的交流,帮助学生解决实际问题,并引导其形成健康的心理和情绪认知。论文围绕高校辅导员谈话工作进行深入探究,先阐述探究新时期背景下辅导员谈心谈话工作的重要性,并结合我校辅导员谈话的现状及对学生产生的影响,重点寻求辅导员谈心谈话工作的优化路径,以期能够实现高校的人才培养目标,为社会培养德智体美劳全面发展的人才。

## 关键词

高校; 辅导员; 心理咨询; 情绪疏导

## 1 引言

高校辅导员谈话工作对于学生健康全面发展有着至关重要的作用,其不仅帮助大学生解决学习生活中出现的问题,更可以让辅导员更深入地了解学生的心理动向,并促进学生的自我管理和自我认同。因此,高校要加强辅导员谈话工作的研究,力求能够针对辅导员谈话中的问题进行深度剖析,并寻求更加有效的谈话方式,提升辅导员谈话的影响力,继而真正做到推心置腹式的心理工作,对学生产生积极向上

的影响。

## 2 高校辅导员推心置腹式心理工作研究的意义

### 2.1 有助于发挥辅导员的引导效用

国内针对辅导员谈话方面的研究中提到,通过辅导员的谈心谈话工作,能够形成对学生个性化的辅导,让学生得到针对性地引导,有助于学生的成长与发展。其中,学者提出辅导员谈话工作能够形成与学生有效的沟通,引导大学生形成正确的价值观念,并得到良好的德育教育。结合理论研究可知,高校辅导员的职责涵盖思政引导、价值引领、学风建设、职业规划、心理健康教育及危机事件干预等,继而借助谈话工作,能够显著地发挥辅导员的职能作用,对学生形成正向的引导,对学生的世界观和人生观形成有着重要作用。

【课题项目】新时代高校辅导员推心置腹式心理工作方式优化路径研究(项目编号: XJKT2308)。

【作者简介】赵军平(1979-),男,中国陕西宝鸡人,硕士,讲师,从事大学生思想政治教育研究。

## 2.2 有助于提升辅导员的专业素养

高校辅导员在开展本职工作过程中,可通过谈话工作实现多方面的引导效果,进一步让学生能够得到有效的培育。研究中发现辅导员谈话的重要性,关系高校思想建设的质量,且提升谈话的实效性,能够进一步强化学生的思维引领,让学生养成良好的道德品质。而在具体的谈话工作中,辅导员通过不断完善自身的谈话技巧,科学判断谈话的时机,选择谈话的方向,拟定谈话内容及主题,均能够让辅导员的专业素养得到提升,并形成高超的谈话艺术,有助于辅导员日后的职业发展。

## 2.3 有利于促进学生健康全面发展

辅导员开展的谈话工作内容,需依托理论与实践的结合,要求对学生形成一定的影响。其中,对于刚入校的大学新生,对其开展谈话工作,能够让其快速地适应大学生活,有助于帮其解决人际交往及学业等方面的问题。而针对文化知识基础薄弱、自我管理能力和自我认同感较低的学生,通过辅导员进行的谈话,能够让其明确学习目标,并逐渐建立起自我管理意识和自我认同感,进而化解学生在学校遇到的多种多样问题。辅导员还可以针对学业规划、职业生涯规划、成长成才等方面的问题进行谈话,进而帮助学生明确人生目标。通过上述谈话工作的研究,可发现辅导员谈话能够极大地促进学生健康全面发展。

## 2.4 有助于达到因材施教的目的

大学生正处于价值观念和认知情感向成熟过渡的时期,且会受到各种各样客观因素影响,而形成学生心理特质及情绪特点的差异化发展。其中,通过辅导员开展适宜的谈心谈话,选择适合的谈话方法和谈话内容,能够依托学生在校园中遇到的实际问题,进行一一解决,便于增强高校教育的针对性和指向性。在不断加强高校辅导员谈话研究的过程中,期望能够提高辅导员队伍的思想站位和理论水平,让其能够具备教育认知高度,针对不同个人学生的实际情况,实施因材施教的教育引导。

## 3 高校辅导员推心置腹式心理工作的现状

在论文的研究中,对我校学生进行了问卷调查,涉及人文、理工、医学、工学等不同专业,计划通过对20余名高校辅导员、500余名在校本科生、100余名研究生进行问卷调查,着重了解学生对辅导员采取的谈话技巧及方法的接受程度和现实感受。依据调查统计结果,可发现大部分学生乐于接受辅导员的谈话,并借助谈话修正自身的思想和行为;但也有小部分学生虽然能够接受辅导员的谈话引导,但自查成效不大;有个别学生认为辅导员的谈话工作是无用功,无法对其心理及情绪产生良好的影响和帮助。由此,结合相关文献研究,总结出高校辅导员谈话工作存在着普遍问题。

### 3.1 谈话工作存在盲区

高校辅导员开展谈话工作,能够一定程度上帮助学生

解决实际学习生活中遇到的问题,充分践行高校教育改革的部署。但部分辅导员在实际谈话工作中,对于谈话内容的把控不足,导致谈话内容存在盲区。其中谈话的主要内容往往集中在学生在学习上,或谈话工作集中在学生的学业、心理、日常行为等出现问题之后,存在着一定的滞后性,导致学生难以结合辅导员的谈话内容,形成健康积极向上的生活态度。另外,部分辅导员表现出更愿意与学生干部或重点关注群体进行谈话交流,使得部分表现中庸的学生与辅导员进行谈话交流的机会较少,难以将谈话工作形成全面的覆盖。

### 3.2 谈话深度有待增强

从辅导员谈话的理论效用分析,辅导员谈话能够对学生的思想、认知、心理、行为习惯、情感等产生积极的影响,具有促进学生健康全面成长的效用。但在实际谈话效果中,部分辅导员的谈话工作深度不够,导致谈话工作变为泛泛而谈,无法达到真正的谈话目的。还有部分辅导员对于学生的基本情况了解不足,导致谈话中难以切中要害,难以全面发挥出谈话工作的作用。而不够深刻的谈话过程,极易让学生感受到被忽视,进而形成心理屏障,不愿意与辅导员进行再次深度的交流。

### 3.3 谈话效果不够明显

高校辅导员开展谈话工作,要秉承着明确的谈话目的,并从学生的实际情况出发,进行深入的分析 and 引导,方能保证谈话工作的有效性。但部分辅导员在谈话工作中选择的谈话时间和内容缺乏计划,且多数属于临时性的沟通,未能对谈话目的进行深入研究,导致谈话的作用效果不佳。还有部分辅导员的谈话技巧不足,惯用说教式的谈话方式,此种说服教育极易引起学生的不满或抵触情绪,难以实现谈话工作的效果。另外,部分辅导员在谈话中经常使用千篇一律的套话,难以体现出谈话的真挚性,进而会影响到谈话的成效。

## 4 高校辅导员推心置腹式心理工作方式的优化路径

### 4.1 建立和谐关系,提升谈话可接受度

高校辅导员的谈心谈话工作,旨在通过谈话交流,对学生进行思想教育,并真正地为为学生提供帮助和关心,让其能够在大学校园中健康快乐地成长。其中,谈话工作需要建立在良好的关系基础上,借助良好的谈话关系,促进谈话效果的提升。首先,辅导员要与学生建立平等的主体关系,并构建平等的交流氛围,进一步让学生在谈心谈话过程中得到思想政治教育,且平等的交流与谈话更容易获得学生的认可和接受。其次,辅导员要注重谈话的艺术,要具备充分的心理教育理论知识,进而能够在谈话过程中掌握话语权,并增强谈话的可信性,让学生能够认同谈话内容。其中,辅导员要在谈话工作中给予学生充分的尊重,进而能够最大限度激发学生的潜能,消除学生的不良情绪。尤其针对现阶段的大学生,个体的独特性较强,辅导员要在谈话过程中尊重学生主体的个体差异,方能良好的谈话奠定基础。

另外,真诚相待和同感共情亦是增强谈话工作可接受度的要素。辅导员应将真诚作为谈话的根本,要在谈话中真诚、真实地与学生进行沟通,方能营造可信、安全、自由的谈话氛围,让学生能够敞开心扉进行交流,进而强化学生的谈话动机,真正实现谈话的目的。而同感共情则是辅导员与学生个体展开有效谈话的有力辅助,通过共情效应,能够让辅导员更加深入地理解学生的困境,并为学生提供及时有效的帮助,且更利于学生分享自身的状态和情绪。由此,辅导员可通过以下措施进行谈话有效性的提升:一是坚持生本原则,要控制谈话的节奏,避免破坏谈话的气氛,让学生产生回避的心理状态。且要注意保护学生的自尊心,展现真诚的同时要避免学生受到伤害。二是要结合事实进行谈话,不可讲空话,对于自身未知的领域要采用客观的态度对待,避免丧失学生的谈话认同。三是要控制自身的谈话情绪,避免因过于热情,而引发学生不必要的猜忌。

#### 4.2 明确谈话目的,做好谈话准备工作

辅导员开展谈话工作需要围绕具体的谈话目标进行,并围绕谈话的目的进行针对性地引导和叙述,进而能够直击学生痛点,增强谈话工作的针对性和实效性。因此,在谈心谈话工作前,辅导员可做好充分的准备工作,从谈话目的和谈话主体上进行事先的了解和信息掌握。其中,谈话目的是本次谈话的初衷,谈话是因何问题事件而起,并结合这一实质性问题或思想教育目的进行关键信息的提炼,并收集相关的资料,为谈话提供理论基础。而对谈话主体要事先进行充分的了解,收集学生近况,并对学生的心理状态及性格特点形成初步的了解,便于在谈话中结合学生的认知价值及思想高度进行引导。不同学段的学生的认知特征存在明显差异,辅导员在谈话过程中要充分利用不同学段学生的特点进行交谈,可进一步优化辅导员与学生的亲近关系。如针对大一学生,其刚刚进入大学校园,在人际关系和学习模式上尚存在着不适应性,可通过如何更好地适应大学生,构建人际交往关系等方面,形成与学生的共情。而针对大二学生,该学段的学生已经摆脱了刚入学的稚嫩,辅导员可围绕成长和未来发展进行谈话设计,便于学生对谈话产生认同感。针对大三、大四的学生,辅导员则要从实践与就业等方面进行内容

的拓展,便于真正做到排忧解难,发挥谈话的作用价值。

#### 4.3 优化谈话风格,增强谈话工作有效性

辅导员谈话工作中的谈话风格和谈话技巧,关系到谈话工作的有效性。因此,高校在着重加强对辅导员谈话工作的研究中,要从谈话能力等方面,让辅导员获得较强的谈话水平。首先,学校要让辅导员认清自身的角色,并明确自身的职责所在,进而能够不断地在谈话工作方面进行钻研,形成谈话水平的提升。其次,要对谈话风格进行管理与控制。要想实现谈心谈话的真实效用,辅导员需要采取适用的谈话风格,保证谈话的有效性。其中,辅导员以往最常用的谈话风格有说教、指导、批评、告知等,不利于对学生进行正向的引导,且难以发挥良好的谈话作用。辅导员要在谈话中尝试控制自身的技巧,避免刻板的说教谈话,要尽量保证与学生形成共情交流;要杜绝采用训诫的谈话方式,能够让学生感觉到被理解和被接纳;更要避免居高临下的谈话态度,要保持平和平等的谈话原则,循循善诱地开展谈话。借此能够让学生感受到辅导员的真诚,进而能够真正地帮助学生解决问题,并对学生的思想形成引导。

### 5 结语

综上所述,高校辅导员开展有效的谈心谈话工作,能够帮助学生解决遇到的实际问题,并形成对学生思想上的教育引导,让其能够养成良好的价值观念和行为习惯,更好地适应社会。论文针对高校辅导员谈话工作进行深入研究,能够发现我校辅导员谈话工作中的不足,并为辅导员谈话提供有效的指引,具有较大的研究价值。

#### 参考文献

- [1] 田晓晖,贾海霞,任丽霞.高校辅导员谈心谈话质效提升路径[J].西部素质教育,2024,10(4):171-174+179.
- [2] 陈艳.高校辅导员增强与学生谈心谈话实效性的研究[J].产业与科技论坛,2024,23(4):251-255.
- [3] 祝天振.高校辅导员与学生谈心谈话的现实意义和实效提升研究[J].湖北经济学院学报(人文社会科学版),2024,21(1):124-126.
- [4] 张振飞.高校辅导员开展与学生谈心谈话的实效性研究与思考[J].长治学院学报,2023,40(6):109-115.