

基于胜任力理论的高校辅导员在大学生心理健康教育中的作用发挥对策研究

詹天甜

江西青年职业学院, 江西 南昌 330013

DOI: 10.61369/ETR.2025300027

摘要： 新时代下，高校辅导员除了要完成基本的学生管理工作，还承担着对学生进行心理健康教育责任。对此，高校辅导员应基于胜任力理论，积极探索如何提升自身的大学生心理健康教育能力，从而为学生提供更好的指导与服务。基于此，本文将浅析高校辅导员胜任力的理论内涵，以及高校辅导员在大学生心理健康教育中的作用发挥现状，并提出相应对策，以期促进大学生心理健康教育与高校辅导员育人工作的创新发展。

关键词： 胜任力理论；辅导员；大学生心理健康教育

Research on Countermeasures for College Counselors' Role in College Students' Mental Health Education Based on Competence Theory

Zhan Tiantian

Jiangxi Youth Vocational College, Nanchang, Jiangxi 330013

Abstract： In the new era, in addition to completing basic student management work, college counselors also assume the responsibility of providing mental health education to students. In this regard, college counselors should, based on the competence theory, actively explore ways to improve their own ability in college students' mental health education, so as to provide better guidance and services for students. Based on this, this paper will briefly analyze the theoretical connotation of college counselors' competence and the current situation of college counselors' role in college students' mental health education, and put forward corresponding countermeasures, in order to promote the innovative development of college students' mental health education and college counselors' education work.

Keywords： competence theory; counselors; college students' mental health education

引言

高校辅导员作为与大学生日常接触最多，学生工作经验最丰富的存在，已成为大学生心理健康教育的有效引导者。因此，高校辅导员要发挥出自身主观能动性，以强有力的胜任力构建科学的大学生心理健康教育体系，引导学生树立正确的价值观念，培养学生形成良好的心理素质，以应对今后生活、学习及工作中的挑战。

一、高校辅导员胜任力的理论内涵

所谓胜任力是员工在工作中在其所处岗位的价值观念、自我认知、工作能力、知识素养和个人品质等方面，存在明显的个人特征^[1]。首先，对于高校辅导员来说，良好的胜任力与其履行工作职责之间具有因果关系。然而当前许多高校辅导员团队在综合素质方面还存在一定不足，如理实结合能力相对薄弱，从而使其胜

任力有较大提升空间。比如，部分高校辅导员在专业理论素养方面缺乏系统的知识体系。对心理学、教育学以及相关学生教育专业的理论知识认知上相对片面，其知识素养的深度与广度还应进一步提高，以提升其自身的胜任力^[2]。其次，部分高校辅导员在思政素养、信息素养方面也需要不断学习。在实际学生教育管理中，未能有效利用先进的教育理念与育人技能开展思政教育与心理健康教育教学活动，不能快速捕捉学生心理问题的关键本

课题项目：本文系2023年江西省教育科学“十四五”规划立项课题，课题名称：新时代高校辅导员心理健康教育胜任力及提升策略研究，编号：23GZQN002

质，从而导致工作开展并不顺利。

二、高校辅导员在大学生心理健康教育中的作用发挥现状

（一）专业知识与实践经验有待提升

高校辅导员在大学生心理健康教育中想要发挥其应有的作用，其培训体系、实践经验和职业发展路径都应明确具体。在专业培训层面，尽管当前高校普遍重视对辅导员心理健康教育能力的培训，但培训内容容易缺乏系统性和针对性，从而难以满足辅导员实际工作的需求。培训方式也多以课堂讲授为主，缺少典型案例与实践指导，导致辅导员难以将所学知识能力运用于实际工作^[3]。在实践经验方面，一些辅导员在入职前并未接受过系统的心理健康教育实践训练，担任辅导员后也是自己“摸着石头过河”，并不能找到实践与理论的联系。这容易使辅导员在开展大学生心理教育时感到力不从心，无法为学生提供有效的指导。

（二）心理健康教育与思政教育融合不足

部分高校辅导员在进行大学生心理健康教育时，认为其与思政教育是两个独立存在的教学范畴，并没有将二者有机融合的意识。这种割裂的教育理念会使辅导员在对大学生进行心理健康教育时缺乏科学系统的理论指导^[4]。另外，虽然一些辅导员认识到心理健康教育与思政教育存在交叉性的教学内容，但并未找到二者的契合点，从而导致二者在融合时内在联系仍是松散的，难以形成教育合力，也无法发挥其应有的育人作用^[5]。此外，心理健康教育和思政教育在教学方法上各具特色，但部分辅导员在实际教学时，缺乏创新意识和灵活应变，未能根据学生的实际需求，选择恰当的教学方法。这难以激发学生的学习兴趣，还可能影响二者本身的教育效果。

（三）心理健康教育开展缺乏个性化

一方面，高校辅导员在开展大学生心理健康教育时，往往采取“一刀切”的教学模式，按照统一的教育理念与教学方法开展教育工作，忽视了不同大学生由于成长背景、性格喜好等方面的不同，对心理健康教育的需求也不尽相同^[6]。这种认知偏差使得辅导员在开展心理健康教育时，难以根据学生的个性化需求为其制定具有针对性的教育方案。另一方面，高校辅导员日常还承担繁重的学生行政管理工作，对学生进行心理健康教育也多是在班会课上。而辅导员的精力有限，难以对每个学生进行深入了解和辅导^[7]。

三、基于胜任力理论的高校辅导员在大学生心理健康教育中的作用发挥对策

（一）加强对心理基础理论知识的学习

为了充分发挥高校辅导员在大学生心理健康教育中的作用，高校应加强对辅导员心理教育能力的培训教育，使其具备良好的胜任力。鼓励辅导员去学习、探究心理学、教育学和社会学的一些基本原理知识，从而提升他们实施大学生心理教育健康教育的水平。首先，在对大学生进行心理健康教育的过程中，许多

辅导员都感觉压力倍增，并且心理健康教育的效果也不显著。导致他们这种心理最主要的原因是心理健康教育是一项较为复杂的工作，受着许多主观因素和客观因素影响，一些辅导员还不具备相关专业知识和育人技能，其心理学素养有限，未能使用合适的心理教育方式。对此，高校要尽可能地对辅导员进行心理健康教育胜任力进行培养，助力他们不断提升自身的心理健康教育能力^[8]。另外，随着高校招生规模的不断扩大，大学生心理健康也得到了越来越多的关注，作为直接接触学生的辅导员来讲，其综合素质的全面提升是其应对各种学生管理工作所应该具备的一项重要能力。高校辅导员应不断优化他们的认知结构，积极学习美育学、社会心理学等方面的知识与技能，并始终保持对学生教育工作的热情和积极学习的态度，以此促进自身职业生涯发展。同时，高校方面也应给予辅导员相应的心理健康教育训练和心理咨询服务，加强对辅导员自身心理健康的关注。引导辅导员通过积极探索先进的心理教育理念与沟通技巧，通过自身反思与总结，探索出实施大学生心理健康教育的有效途径。

（二）创新实践心理健康教育方法与技巧

想要实现高校辅导员高效开展心理健康教育的教学目标，高校应当营造一个良好的心理健康教育氛围，并鼓励辅导员积极创新实践心理健康教育方法与技巧，掌握其精髓所在，进而灵活应用。由于高校辅导员的工作环境与工作任务较为繁杂，因而他们在提升个人胜任力的同时必须脚踏实地地对每一个问题进行逐一分析，从而保障大学生心理健康教育的质量。首先，辅导员应加强与学生进行心理沟通交流、心理咨询服务的投入力度和保障力度。随着高校扩招力度的加大，很多高校都是按院系、专业给学生配备辅导员，由于不同院系、专业的特点不同，其学生所学的心理健康教育侧重点也各不相同。对此，辅导员应根据实际管理班级学生的心理动向，甄选合适的心理健康教育内容^[9]。比如，对于理工类专业学生，由于专业课程理论知识抽象，实践操作具有一定难度，很多学生在专业学习中产生了畏难心理。对此，辅导员可以引导他们积极参与班级团体活动，以此增强班级学生的凝聚力和向心力，让学生团结合作解决问题，以此减轻学生在专业学习中的畏难心理。另外，辅导员还换位思考，尝试站在学生的视角思考问题，以此洞察学生的内心世界，从而使心理健康教育真正入脑入心。在参与社交活动中，学生渴望能够获得外界对他们的认同与理解，但更多学生往往只关注自己，且缺乏同理心。作为辅导员要鼓励学生在日常生活与学习中要做到尊敬与理解他人，站在他人立场的角度上去思考问题。在与学生的互动交流中，引导他们学会如何处理好师生关系、同学之间以及其他人际关系。

（三）组织学生开展心理健康教育活动

部分高校辅导员进行大学生心理健康教育仅局限于理论讲解和说教，学生只是被动接受，其教学效果通常达不到辅导员的预期效果。对此，辅导员应转变教育理念，组织学生开展心理健康教育实践活动，以实践活动为载体，丰富大学生心理健康教育教学工作。首先，教师需明确大学生心理健康教育目标，比如帮助学生认识自我、学会情绪管理、建立积极的人际关系等。在实际教学

中,辅导员应结合学生的年龄特点和身心发展规律,设计富有针对性和趣味性的心理健康教育活动。对于大一学生,他们由于刚刚步入大学生生活,对专业学习、人际交往容易感到迷茫。辅导员可以通过趣味游戏、故事演绎等活动,引导他们认识自己情绪,学会准确表达和调节自己的情感。例如,辅导员可以组织学生开展“情绪脸谱”游戏,让学生通过作出不同情绪的面部表情,加深对不同情绪的理解。对于大四学生,他们面临着毕业和就业的压力,辅导员可以组织学生开展“职场面试”的角色扮演,让学生分别扮演企业面试官和面试的应届生,让学生练习面试技巧,学会自信表达、应对面试压力。在活动中,教师还应注意营造轻松、愉快的氛围,让学生感受到鼓励和支持。同时,辅导员也要关注学生的个体差异。例如,对于性格内向的学生,辅导员应主动邀请他们参与活动,以及表达自己的想法和感受;对于有心理困扰的学生,辅导员应提供适当的心理咨询服务,帮助他们走出困境。

(四) 拓展心理健康教育多元育人模式

首先,辅导员可以与班长、宿舍长等班干部加强合作,共同开展心理健康教育工作,在班干部的帮助下,辅导员能够及时了解学生的心理状况,并采取相应措施进行辅导或帮助,强化预防性心理教育工作^[10]。另外,辅导员可以让学生之间相互开展心理

援助,通过同学相互之间的心理援助来解决一些共性的问题。这是因为学生之间关系比较亲密,也更容易敞开心扉。辅导员应鼓励学生在与同学的交往过程中,要诚心真意地对话,倾听各自的心声,彼此相互帮助以求减轻自身的心理压力。其次,辅导员应利用好线上教学平台、社交媒体,创新线上心理健康教育活动。在此教学模式下,一些性格腼腆的学生由于不用面对面交流,更能表达出自己的真实想法。最后,辅导员应积极利用大数据与人工智能技术,对学生心理健康动态进行监测。通过收集学生的学习、生活数据,对其心理状态变化进行分析,并为个性化干预提供科学依据。同时,辅导员还可以借助心理健康教育 APP 或小程序,为学生推荐可以进行在线专业咨询、心理测评、自主学习等的平台,以满足学生对心理健康教育的需求。

四、结束语

综上所述,高校辅导员在大学生心理健康教育中发挥着重要的作用。为了大学生能够健康成长,高校辅导员应采取多样化措施,提高自身的胜任力,在大学生心理健康教育中通过加强专业学习、创新教育方法、组织实践活动、开拓教学模式等策略,为学生的全面发展保驾护航。

参考文献

[1] 何冬冬,谭鑫,何菲菲.基于“双螺旋”模型的辅导员谈心谈话胜任力模型建构[J].高校辅导员,2025,(01):85-90.
[2] 张利萍,李彬.高校辅导员心理危机应对胜任力现状及提升路径[J].长春大学学报,2024,34(08):31-36.
[3] 李宪玲,李佳蔚.新时代高校辅导员职业胜任力提升路径研究[J].高等继续教育学报,2024,37(03):73-78.
[4] 梁社红,国锐,谈论语,等.高校辅导员心理助人胜任特征问卷的编制[J].中国健康心理学杂志,2024,32(05):757-764.
[5] 宋琳.基于胜任力理论的高校辅导员在大学生心理健康教育中的作用发挥[N].科学导报,2023-12-26(B04).
[6] 沈梦.胜任力视阈下高校辅导员心理辅导能力提升策略[N].山西科技报,2023-10-24(A03).
[7] 盛烨.胜任力视角下高职院校辅导员心理辅导工作现状分析[J].佳木斯职业学院学报,2023,39(04):136-138.
[8] 宋红,侯夏梦.高校辅导员大学生心理支持能力结构及提升路径研究[J].陕西教育(高教),2023,(02):49-51.
[9] 党莉.基于胜任力理论的高校辅导员在大学生心理健康教育中的作用发挥[J].现代职业教育,2023,(05):168-171.
[10] 苏里阳.高校辅导员心理健康教育胜任力探讨[J].山西青年,2022,(23):187-189.