

新时代高校辅导员心理健康教育能力培养的困境与突破路径

邢晓鹏

西南交通大学，四川省成都市，611756；

摘要：新时代背景下，大学生心理健康问题日趋凸显，辅导员作为开展学生心理健康教育的核心骨干力量，其专业能力直接关乎教育成效与学生全面发展。本文立足新时代高校心理健康教育的发展导向，系统剖析当前辅导员心理健康教育能力培养面临的认知偏差、体系缺失、资源不足与动力匮乏等核心困境，结合实践探索构建靶向性突破路径，旨在为提升辅导员专业素养、完善高校心理健康教育协同体系提供理论参考与实践指引。

关键词：新时代；高校辅导员；心理健康教育能力

DOI：10.64216/3080-1516.25.11.084

1 引言

党的二十大报告明确提出重视心理健康和精神卫生，将心理健康教育提升至国家战略发展高度。高校作为人才培养的核心阵地，肩负着培育担当民族复兴大任时代新人的使命，辅导员作为连接学校与学生的关键桥梁纽带，是大学生心理健康教育工作的一线核心执行者。新时代以来，社会转型期的复杂环境叠加学业竞争、就业压力、人际关系调适等多重挑战，致使大学生心理健康问题发生率呈现持续攀升态势，对辅导员心理健康教育专业能力提出更为严苛的时代要求。

当前，我国高校辅导员队伍建设虽取得一定成效，但在心理健康教育能力培养方面仍存在诸多短板，部分辅导员缺乏系统的专业培训、实操技能不足，难以有效应对学生多样化的心理需求。因此，深入探究辅导员心理健康教育能力培养的困境，构建科学高效的培养体系，不仅是提升高校心理健康教育质量的现实需要，更是落实立德树人根本任务、促进大1新时代高校辅导员心理健康教育能力培养的核心内涵与时代要求。

1.1 核心内涵

辅导员心理健康教育能力是指辅导员在遵循心理健康教育规律与大学生身心发展特点的基础上，运用心理学专业知识与技能，开展心理健康知识普及、心理问题筛查与干预、心理危机处置等工作的综合能力，主要涵盖认知能力、实操能力、沟通能力与反思能力四个维度。其中，认知能力是基础，要求辅导员准确把握心理健康教育的核心要义与学生心理发展规律；实操能力是关键，体现为开展心理辅导、处置心理危机的实际效能；沟通能力是桥梁，保障辅导员与学生建立信任关系、精

准掌握心理诉求；反思能力是保障，助力辅导员在实践中总结经验、提升专业素养。

1.2 时代要求

新时代对辅导员心理健康教育能力提出更高层次的专业化、多元化要求。其一，要求辅导员树立全人教育理念，突破传统心理健康教育问题导向的局限，转向发展导向与预防为先并重的教育模式，既要精准处置学生心理危机，更需着力培育学生积极心理品质；其二，要求辅导员主动适配数字化发展趋势，熟练掌握线上心理健康教育技能，依托新媒体平台开展知识普及与情绪疏导工作，有效应对线上线下融合场景下大学生心理健康的新挑战；其三，新时代凸显心理健康教育的协同育人属性，要求辅导员具备跨部门协作能力，能够与学校心理中心、专业医疗机构、家庭及社会机构形成育人合力，构建全方位、全链条的心理健康教育格局。

2 新时代高校辅导员心理健康教育能力培养的现实困境

2.1 认知偏差显著，重视程度不足

当前，高校及辅导员自身对心理健康教育能力培养均存在显著认知偏差，直接掣肘培养工作的有序推进。从高校层面而言，部分高校仍将辅导员核心职责局限于日常事务管理、思想政治教育等传统领域，忽视其心理健康教育的专业职能，对心理健康教育能力培养的资源投入不足，未将其纳入辅导员队伍建设的核心规划体系。部分高校虽开展相关培训，但多将其视为附加任务，存在培训频次不足、内容浅显零散、与实践脱节等突出问题，难以满足辅导员实际工作需求。

从辅导员自身层面来看，多数辅导员非心理学专业

科班出身，对心理健康教育的专业性认知不足，普遍存在心理健康教育等同于思想政治教育心理辅导即简单聊天疏导等认知误区，将日常管理工作视为核心职责，对心理健康教育工作缺乏主动学习与专业提升的意识。同时，部分辅导员因担忧越界开展心理辅导引发职业风险，对学生心理问题存在回避、推诿心态，进一步弱化其提升相关专业能力的主动性与积极性。

2.2 培养体系缺失，培训实效性差

当前，辅导员心理健康教育能力培养缺乏系统完善的体系支撑，培训工作普遍呈现碎片化形式化弊端，实效性大打折扣。其一，培养目标模糊笼统，多数高校未结合辅导员工作年限、专业背景、岗位需求制定分层分类的培养目标，导致培训内容与实践需求脱节，难以解决辅导员实际工作中的核心困惑；其二，课程体系残缺不全，培训内容多以理论知识灌输为主，严重缺乏心理辅导技巧、危机干预流程、团体辅导设计等实操性内容，未形成基础理论+实操技能+案例研讨+后续督导的完整课程链条；其三，培养方式单一固化，多采用集中授课、专家讲座等传统单向灌输形式，缺乏体验式教学、模拟演练、一对一督导等互动性强的培养方式，难以调动辅导员参与积极性，亦无法有效提升其实操应用能力；其四，考核评价机制缺失，多数高校未建立针对辅导员心理健康教育能力的专项考核评价体系，对培训效果的跟踪反馈与闭环优化不足，导致培养工作质量难以保障。

2.3 资源保障不足，支撑力度薄弱

资源保障不足是制约辅导员心理健康教育能力培养的重要瓶颈，主要体现在师资、经费、平台三大核心维度。在师资保障方面，高校开展心理健康教育培训的师资多为校内心理中心教师或行政管理人员，部分师资缺乏一线辅导员工作经验，难以精准把握辅导员工作痛点与需求；外部优质专家资源引入不足，且与辅导员的常态化互动交流机制缺失，难以形成长效指导支撑。在经费保障方面，多数高校用于辅导员心理健康教育能力培养的专项经费匮乏，无法支撑开展高频次、高质量的培训活动，亦难以保障实操演练、外出研学、专业督导等关键培养环节的顺利推进。

在平台保障方面，缺乏专门的心理健康教育能力培养实践平台，辅导员难以获得充足的模拟演练机会，仅能在实际工作中摸索试错，既降低工作效率，亦增加职

业风险；同时，高校内部心理中心、学工部、院系等部门之间缺乏协同联动机制，资源共享壁垒显著，辅导员开展心理健康教育工作时难以获得及时有效的专业支撑与优质资源供给。此外，校外实践基地建设滞后，辅导员与专业医疗机构、社会心理服务机构的深度合作不足，难以吸收借鉴先进实践经验，制约专业能力提升。

2.4 职业压力较大，发展动力不足

新时代高校辅导员面临多重职业压力叠加，直接导致其提升心理健康教育能力的动力不足。一方面，辅导员工作内容繁杂琐碎，除心理健康教育外，还需承担思想政治教育、日常事务管理、就业创业指导、奖助贷评审等多项工作，任务繁重、压力巨大，难以抽出充足时间参与系统的心理健康教育能力培训；另一方面，辅导员职业发展路径模糊，部分高校未将心理健康教育能力纳入职称评定、绩效考核的核心指标体系，导致辅导员提升相关专业能力的获得感成就感不强，缺乏持续学习的内在动力。

同时，辅导员开展心理健康教育工作面临较高职业风险，若对学生心理问题判断失误、干预不当或处置不及时，可能引发极端事件，导致部分辅导员产生多一事不如少一事的消极规避心态，不愿主动提升相关专业能力。此外，辅导员自身心理健康状况不容忽视，长期处于高压工作状态，部分辅导员自身存在焦虑、疲惫、职业倦怠等心理问题，难以全身心投入专业能力提升工作。

3 新时代高校辅导员心理健康教育能力培养的突破路径

3.1 纠正认知偏差，强化重视程度

高等院校应树立科学的育人观念，明确辅导员在心理健康教育工作中的核心骨干身份，将心理健康教育能力培养纳入辅导员队伍建设的战略规划，制定专项培养方案与实施细则。通过召开专题工作会议、开展政策解读培训等途径，引导学校各部门充分认知辅导员心理健康教育能力培养的重要性，凝聚育人共识，形成工作合力。加大资源投入，将心理健康教育能力培训经费足额列入学校年度预算，确保培养工作常态化、规范化开展。强化对辅导员的理念引导，通过组织专题研修、优秀案例分享会、经验交流会等活动，助力辅导员明晰心理健康教育与思想政治教育的界限及协同关系，明确自身在心理健康教育工作中的职责定位，纠正错误认知。与此

同时，宣传推广优秀辅导员的先进事迹，搭建专业能力展示交流的平台，激发辅导员开展心理健康教育工作的责任感与使命感，增强其主动提升专业能力的内生动力。

3.2 构建完善体系，提升培训实效

制定分层分类培养目标。结合辅导员工作年限、专业背景和岗位需求，构建基础层-提升层-骨干层三级培养体系：基础层针对新入职辅导员，培育心理健康基础知识、初步识别及沟通能力；提升层面向有经验的辅导员，提升个体辅导、团体活动设计及危机干预能力；骨干层针对优秀骨干辅导员，培养课题研究、课程开发及团队指导能力，打造专业化领军人队伍。

完善课程体系建设。构建理论筑基、实操赋能、案例驱动、研讨提升的多元化课程体系。理论课程涵盖心理学基础等核心内容；实操课程聚焦关键技能，通过沉浸式教学强化能力；案例课程选取高校真实案例，组织研讨分析；增设数字化专题课程，提升运用新媒体开展工作的能力。

创新多元化培养方式。采用线上+线下、校内+校外、理论+实践三维融合培养模式。线下依托校内中心和专业机构开展活动；线上搭建学习平台，便利自主学习；校内邀请专家和骨干分享经验；校外组织参观学习、挂职锻炼，吸收先进经验。

建立健全考核评价与反馈机制。将心理健康教育能力纳入辅导员绩效考核等核心指标，制定量化考核标准，涵盖培训参与、工作成效等维度；建立反馈机制，通过多种方式掌握学习效果与困惑，调整培训内容与方式；对考核优秀的辅导员给予奖励和职业发展倾斜，激发提升专业能力的积极性。

3.3 强化资源保障，筑牢支撑体系

在师资保障方面，组建由校内骨干和校外专家构成的专业化培训师资队伍，校内选心理中心教师、优秀骨干辅导员为兼职培训师，校外引入高校专家、心理医生、资深咨询师等资源，形成多元化师资矩阵。建立长效建设机制，定期组织师资交流研讨与能力提升培训，为辅导员提供常态化一对专业督导，解决工作困惑。在经费保障方面，加大专项经费投入，明确使用范围，保障培训、聘师资、建平台、外出研修等工作；拓展经费来源，对接企业和公益组织合作，争取社会支持，提供资金保障。在平台保障方面，搭建多元化实践培养平台，

校内建心理健康教育模拟实验室，配备设备与软件，提供模拟演练机会；打破校内部门壁垒，加强协同联动，建资源共享平台，提供教育资源与专业支撑；校外深化与专业机构合作，共建实践基地，组织挂职锻炼与实习，提升实践能力。

3.4 缓解职业压力，激发发展动力

优化辅导员工作考核与管理机制，科学划分任务，明确岗位职责，避免任务集中；建立弹性工作制度，保障其有时间参与培训与自我提升；加强人文关怀，开展心理体检与疏导活动，缓解压力，保障身心健康。畅通职业发展路径，明确心理健康教育能力在职称评定等中的核心权重，为能力强的辅导员提供更多机会；建立激励机制，鼓励开展相关课题研究等工作，对成果优异者给予经费支持与表彰，增强获得感与成就感。营造良好氛围，开展交流研讨会等活动，搭建展示交流平台，增强职业认同感与归属感；加强工作成效宣传推广，提升认可度与影响力，营造重视心理健康教育、支持专业化发展的校园生态。

4 结论

新时代下，提升高校辅导员心理健康教育能力是完善高校心理健康教育体系、落实立德树人任务的核心举措。当前，辅导员心理健康教育能力培养面临认知偏差、体系缺失等多重困境，高校需从纠正认知、完善体系、强化保障、缓解压力等维度协同发力，构建科学高效的培养体系。随着高校心理健康教育工作推进，辅导员心理健康教育能力培养要紧扣时代需求，创新培养模式、强化实践导向，调动辅导员主观能动性，打造专业化、职业化、规范化队伍，为大学生身心健康和培育时代新人提供保障。

参考文献

- [1] 申健, 滕晓, 修风翊. 边界, 赋能, 协同: 高校辅导员心理健康教育工作的三维突破路径研究 [C] // 2025 年高校辅导员队伍建设研讨会论文集. 2025.
- [2] 李伟斯, 王晖慧. 高校辅导员科研能力提升困境与突破路径探究——以海南医学院为例 [J]. 公关世界, 2024(8): 70-72.
- [3] 郑鑫雨, 支颖. 高校辅导员深度辅导工作: 内涵, 困境与突破路径探究 [J]. 2025.