

对性地深入开展谈心谈话。既要关注学生的心理健康，也要抓住直接诱因，了解学生在情感、学业、求职、人际关系中的需求和问题，坚持问题导向，切实帮助学生解决急难愁盼，做到积微致远，源头化解，逐步培养学生良好的心理品质和优良品格。

（三）多方资源联动，全面掌握信息做好帮扶教育

1、朋辈助力，面对困境

朋辈教育永远是学生心理教育的最重要环节。同辈群体所具有的年龄和身份优势，有利于激发学生的认同感，找到归属感，帮助学生走出困境。朋辈教育符合学生的心理需要，能够达到“互助”目的，同学间热情的关怀、谆谆的告诫，也使他们体会到了真诚的关心。^[7]因此要抓住学生党员、学生干部、心理委员这些“关键少数”，加强队伍建设，发挥信息员的作用，完善信息反馈渠道，做好全面摸排，及时掌握学生的情况和信息。定期开展寝室卧谈会、班级心理团辅、联谊活动，引导学生倾诉困难，寻求帮助，走入学生心灵深处。

2、全员参与，润育无声

在学院树立“心理育人、人人有责”理念，借助班主任、任课教师、指导教师的力量，了解学生思想学习动态。对于新生，班主任要给予学生足够的社会支持和安全感，满足学生在新环境中被理解、受尊重、被支持的情感体验和认知渴望，帮助他们顺利地度过新生适应期。^[8]其他年级学生需要老师们给予学生支持与鼓励，协助做好学生心理安抚与思想引领、学业帮扶、备考指导、面试辅导工作，精准帮扶、精确指导、精心呵护。


3、家校携手，守护健康

通过家校联动可以有效解决学生心理问题，防范心理危机事件的发生。辅导员可以通过与家长深入交流，了解学生成长过程中的更多信息，也可分享学生在校表现，让家长了解学生在校的学习、生活情况，信息互通，共同参与。强化家庭是孩子的第一课堂，家长是孩子的第一任老师的责任意识，引导家长树立正确的教育观和价值观，注重家庭建设，为孩子健康成长创造良好的家庭环境。

（四）促进育心育德有机结合，同频共振

心理健康教育必须与思想政治教育工作相结合，高校辅导员要坚持育心与育德相统一，引导学生正确认识义和利，得与失，成和败，群和己。同时，以点带面，坚持普遍教育与个别关注相结合的原则，在关心人、帮助人中教育人、引导人；发挥心理教育的助人自助功能，引导学生自我教育自我服务，悦纳自己、善待他人；培育学生自尊自信、理性平和的健康心态，促进学生心理素质与道德素养、文化素养协调发展，实现“以德育心、以心促德”。

结 语

作为一线学生工作，做好学生心理健康教育工作的的重要性不言而喻。辅导员在实际工作过程中，要把思想教育和心理健康教育有机结合起来，借助各方力量，加强协作，深入学生内心，善于共情。从学生角度出发，理解学生处境，具体问题具体分析，一把钥匙开一把锁，及时解决大学生的心理问题，争取把问题化解在萌芽状态，培养学生积极健康的心态，助力学生成长成才成功。

参考文献

- [1]陈治强：《大学生心理健康与运动参与情况关联研究》，载《安康学院学报》，2023，35（04）：64-68页。
- [2]王勇、江金启、石小金：《离异家庭大学生不良心理对比研究》，载《辽宁农业职业技术学院学报》，2021，23（06）：58-61页。
- [3]纪林芹、张迎春、张良等：《气质、父亲教养与青少年早期个体的一般自我概念》，载《心理发展与教育》，2012，28（06）：595-602页。
- [4]苗嘉宇：《高校辅导员思政工作中谈心教育的原则和技巧研究》，载《现代职业教育》，2020（36）：134-135页。
- [5]黄必超：《校园文化建设与大学生心理健康教育的关联及互动策略》，载《职业技术教育》，2015，36（14）：71-74页。
- [6]皮婧：《校园文化建设对大学生心理健康的影响》，载《中国科教创新导刊》，2009（34）：166-167页。
- [7]蔡秀娟、黄东、鲍金勇：《大学生朋辈心理辅导的实践与探讨》，载《广东教育学院学报》，2006，26（4）：65-66页。
- [8]俞国良、何妍：《班主任在学校心理健康教育中的重要作用》，载《中小学心理健康教育》，2023（13）：4-9页。

作者简介

- 李英琦 宁夏师范学院助教，研究方向为思想政治教育
- 严 冉 宁夏师范学院助教，研究方向为思想政治教育
- 高 敏 宁夏师范学院助教，研究方向为思想政治教育
- 余自强 宁夏师范学院硕士研究生，研究方向为思想政治教育