

# 高校辅导员心理辅导能力现状调查研究

## ——以 X 学院为例

黄晶晶

皖西学院, 安徽 六安 237012

DOI:10.61369/EDTR.2025120008

**摘要:** 为进一步提高普通本科辅导员心理辅导能力, 促进学生心理健康发展, 本文采用问卷调查法、访谈法收集数据, 并对数据进行分析, 基于研究结果, 提出加强辅导员培训、完善考核机制等提升策略。

**关键词:** 高校辅导员; 心理辅导能力

## Investigation and Research on the Current Situation of Psychological Counseling Ability of College Counselors — Taking X College as an Example

Huang Jingjing

West Anhui University, Lu'an, Anhui 237012

**Abstract:** In order to further improve the psychological counseling ability of counselors in general undergraduate colleges and promote the healthy development of students' mental health, this paper uses questionnaires and interviews to collect data and analyzes it. Based on the research results, strategies such as strengthening counselor training and improving the assessment mechanism are proposed.

**Keywords:** college counselors; psychological counseling ability

中华人民共和国教育部令第43号《普通高等学校辅导员队伍建设规定》(以下简称《规定》)指出:“辅导员应当努力成为学生成长成才的人生导师和健康生活的知心朋友”, 开展“心理健康教育与咨询工作”“协助学校心理健康教育机构开展心理健康教育, 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”。<sup>[1]</sup>这要求高校辅导员要了解和掌握大学生身心发展的规律和特点, 具备心理学相关的专业知识和工作能力, 在大学生思想政治教育和日常管理中及时发现和解决学生心理问题。<sup>[2]</sup>

### 一、研究意义

当前, 高等教育进入高质量发展阶段, 大学生群体面临的学业竞争压力、就业前景焦虑、人际关系冲突等问题越来越多, 心理健康问题发生率也越来越高。加上高校学生处于心理成长期, 心理处在成熟与不成熟的交界区, 其情感较易随着外部环境的改变而发生变化, 进而可能会产生诸多的不健康心理。<sup>[3]</sup>《普通高等学校辅导员队伍建设规定》明确要求, 辅导员需要承担心理健康教育职责, 不断帮助学生化解心理矛盾, 提高应对心理危机的能力。辅导员处在思想政治教育工作第一线, 最能够接近学生、走近学生, 具备开展大学生群体心理健康教育工作的独特优势。<sup>[4]</sup>辅导员的心理辅导能力高低在一定程度上决定了高校心理健康教育工作的实效性。但是, 目前部分高校辅导员存在专业知识匮乏、心

理辅导技能不足、危机干预经验欠缺等问题, 难以满足学生多样化的心理健康需求。因此, 本文开展辅导员心理辅导能力现状调研, 希望发现问题和影响因素, 帮助提升辅导员专业素养、筑牢大学生心理健康防线。<sup>[5]</sup>

### 二、研究对象与方法

#### (一) 研究对象

采用抽样法, 选取 X 学院 95 名专职辅导员作为研究对象, 发放问卷 95 份, 回收有效问卷 95 份, 有效回收率 100%。本次样本中性别方面: 男性 57 人 (60%), 女性 38 人 (40%); 年龄方面: 20-30 岁 58 人 (61.05%), 31-40 岁 33 人 (34.74%), 41-50 岁 3 人 (3.16%), 51 岁以上 1 人 (1.05%); 工作年限方

基金项目: 皖西学院校级项目 (WXSK202258)。

作者简介: 黄晶晶 (1992.11—), 女, 汉族, 安徽省六安市人, 研究生学历, 皖西学院就职, 讲师, 主要从事思想政治教育工作。

面：1年以内5人（5.26%），1-2年24人（25.26%），3-5年51人（53.68%），6年以上15人（15.79%）；学历方面：本科7人（7.37%），硕士83人（87.37%），博士5人（5.26%）；专业背景方面：心理学相关专业21人（22.11%），教育学相关专业2人（2.11%），其他文科类49人（51.58%），理工科类23人（24.21%）；培训经历方面：近一年参加心理辅导培训91人（95.79%），未参加4人（4.21%）。

## （二）研究工具

参考已有成熟量表，自编《高校辅导员心理辅导能力调查问卷》，分为基本信息与能力评估两个部分。能力评估包含5个维度26个题项：心理知识储备（6题）、沟通与倾听能力（6题）、观察与诊断能力（6题）、问题解决能力（4题）、特殊问题处理能力（4题）。采用1-5级计分，1分“非常不符合”至5分“非常符合”，得分越高表明能力越强。经检验，问卷信效度良好，符合调研要求。

## （三）数据处理

采用描述性统计方法，通过计算各维度、各题项的得分占比及平均得分，分析心理辅导能力总体水平；通过对比不同人口学特征群体的得分情况，探究各类因素对心理辅导能力的影响。

## 三、研究结果与分析

### （一）心理辅导能力总体水平

从整体得分来看，辅导员心理辅导能力，处于中等偏上水平。在沟通与倾听能力方面表现最优，其中“耐心倾听学生诉求并给予情感支持”得分最高，60%的辅导员选择4分（符合），28.42%选择5分（非常符合）。在问题解决能力方面整体良好，“为学生制定合适解决方案”“清晰表达建议并帮助制定行动计划”题项中，60%以上辅导员选择4分及以上。在特殊问题处理能力方面表现较好，“妥善处理心理危机事件后学生安抚工作”得分最高，65.26%的辅导员选择4分。在观察与诊断能力方面存在提升空间，“区分学生短期情绪波动与长期心理问题”得分较低，仅43.16%的辅导员选择4分，33.68%选择5分；“准确判断心理问题类型和严重程度”题项中，58.95%选择4分，16.84%选择5分。在心理知识储备方面得分最低，为主要短板。其中“了解《精神卫生法》等相关法律法规”得分最低，仅42.11%的辅导员选择4分，21.05%选择5分，32.63%选择3分（一般）。

### （二）不同人口学特征辅导员心理辅导能力差异分析

在性别差异方面，男性辅导员与女性辅导员平均得分差距较小，表明性别对心理辅导能力无明显影响。在年龄差异方面，31-40岁辅导员得分最高，20-30岁辅导员得分居于第二，41岁以上群体因样本量较小（仅4人），得分波动较大。整体来看，31-40岁辅导员因人生阅历丰富、工作经验充足，心理辅导能力更具优势。在工作年限差异方面，3-5年工作年限辅导员得分最高，6年以上辅导员得分次之，1-2年辅导员得分位居第三，1年以内辅导员得分最低，总体来看，心理辅导能力随工作年限增长而提升，3-5年是能力成熟的关键阶段。在专业背景差异方面，心

理学相关专业辅导员得分最高，教育学相关专业得分次之，其他文科类得分排第三，理工科类最低。心理学、教育学专业辅导员因具备系统的专业知识，心理辅导能力显著优于其他专业。在培训经历差异方面，参加过心理辅导培训的辅导员得分较高，91人近一年内参加过心理辅导相关培训，只有4人未参加培训，差距明显，表明系统培训是提升心理辅导能力的重要途径。

## 四、讨论

### （一）辅导员心理辅导能力总体现状

X学院辅导员心理辅导能力整体处于中等偏上水平，这与高校近年来重视心理健康教育培训密切相关，95.79%的辅导员近一年参加过相关培训，为能力提升奠定了基础。其中，沟通与倾听能力表现最优，这与辅导员日常工作中频繁开展师生沟通、情感疏导的职业特性相关，长期的实践积累使其在倾听共情、语言表达等方面形成天然优势。

心理知识储备维度得分最低，尤其是法律法规认知不足，这一现象值得关注。主要原因在于现有培训多侧重实操技能，对《精神卫生法》等相关法律法规的普及力度不足，且辅导员日常工作中直接应用法律的场景较少，缺乏主动学习的动力。观察与诊断能力中“区分短期情绪波动与长期心理问题”得分较低，反映出非心理学专业辅导员缺乏系统的诊断知识与技能，对心理问题的精准识别能力有待提升。<sup>[6]</sup>特殊问题处理能力整体较好，但仍有部分辅导员在危机干预流程掌握上存在短板，需进一步强化培训。

### （二）影响心理辅导能力的关键因素

1. 年龄与工作年限：通过问卷和访谈可以了解到31-40岁、3-5年工作年限的辅导员能力最强，这一群体一般具备较为丰富的一线工作经验，能够比较灵活应对不同学生出现的各类心理问题，同时他们又一直保持较为积极的学习态度，心理辅导能力处于不断提升阶段。新入职的辅导员可能实践经验不足，加上非心理学相关专业，专业知识较为薄弱，能力相对较低；工作6年以上的辅导员，可能由于在岗位上工作太久，产生了职业倦怠或者缺乏持续学习的动力，心理辅导能力提升较为缓慢。

2. 专业背景：心理学、教育学相关专业辅导员能力显著高于其他专业，其在校期间系统学习过心理健康教育、心理咨询等课程，可以为心理辅导工作提供扎实的理论支撑。而非专业辅导员因缺乏相关知识储备，在复杂心理问题处理上容易力不从心、无从下手。<sup>[7]</sup>

3. 培训经历：培训是提升心理辅导能力的重要途径，<sup>[8]</sup>参加过培训的辅导员在知识储备、技能应用等方面表现更优，但现有培训存在内容同质化、针对性不强等问题，导致部分核心能力短板未能有效弥补。

## 五、提升高校辅导员心理辅导能力的策略

### （一）构建分层分类培训体系

针对不同群体制定差异化培训方案。新入职辅导员可以开展岗前集中培训，培训内容可涵盖心理学、教育学基础知识、法律法

规、心理辅导相关案例解读及危机干预流程；3-5年工作年限辅导员可以在精准诊断、辅导策略优化等相关技能上进行重点培训；6年以上辅导员则开展前沿理论专题、案例研讨等较为高级的培训，提升兴趣和参与度，减少职业倦怠感。增加《精神卫生法》等法律法规培训内容，邀请法律方面的专家和心理方面的专家联合授课讲座，从而进一步提升辅导员的法律意识与实操能力。

### （二）强化专业帮扶与跨专业学习

建立“专业辅导员+非专业辅导员”结对帮扶机制，可以聘任心理学相关专业辅导员担任导师，通过案例分享、现场督导等方式提升非专业辅导员的专业技能。<sup>[9]</sup>鼓励非专业辅导员通过在职学习、考取心理咨询师证书等方式补充专业知识，将心理辅导课程纳入每年学习的必修内容，强制要求每年完成一定学时的专业学习。同时可以建立辅导员心理辅导案例库，收集整理典型案例，组织开展案例分析与模拟演练；学校心理咨询中心负责安排辅导员参与心理咨询辅助工作，在专业咨询师督导下积累实操经验。

### （三）完善考核与激励机制

将心理辅导能力纳入辅导员年度考核指标体系，采用日常表现、学生评价、案例处理测试等多元化考核方式。对能力突出的

辅导员给予表彰奖励，并在职称评定、评优评先等方面予以倾斜。积极搭建“以赛促进”平台，以提高心理辅导胜任力为重点，以提升辅导员职业素养和岗位履职能力为核心，创新开展多样化的心理辅导能力竞赛，将高校辅导员心理辅导所需具备的能力精细化、标准化，在竞赛比拼中促进培训内容的吸收，提升个体胜任力，发展群体专业化。<sup>[10]</sup>同时，建立辅导员心理支持体系，定期开展压力疏导与心理督导，避免职业倦怠。

## 六、研究不足与展望

本研究仅以X学院95名辅导员为样本，样本规模有限，研究结论的普适性有待验证；研究方法以问卷调查为主，缺乏深度访谈、实地观察等质性研究方法，对能力的探究不够全面。未来研究可扩大样本范围，涵盖不同类型高校，采用定量与定性相结合的方法，深入分析能力影响机制，为辅导员队伍建设提供更具针对性的建议。

## 参考文献

- [1] 中华人民共和国教育部令第43号《普通高等学校辅导员队伍建设规定》[Z].2017年8月.
- [2] 张瑜.高校辅导员开展学生心理辅导工作的实践探索[J].教育教学论坛,2020,(21):71-73.
- [3] 康健.高校辅导员心理辅导能力提升措施研究[J].辽宁经济职业技术学院.辽宁经济管理干部学院学报,2023,(02):86-89.
- [4] 王肖.高校对“95后”大学生开展心理健康教育模式探析——以心理主题班会为例[J].新西部,2018,(20):134-136.
- [5] 陈诗瑶,徐雄伟.高校新辅导员心理辅导能力现状调查——基于上海市高校新辅导员岗前培训项目[J].教师教育论坛,2019,32(05):44-48.
- [6] 李润南.高校辅导员心理辅导能力现状及其培养策略探讨[J].文化创新比较研究,2020,4(11):106-107.
- [7] 陈诗瑶,徐雄伟.高校新辅导员心理辅导能力现状调查——基于上海市高校新辅导员岗前培训项目[J].教师教育论坛,2019,32(05):44-48.
- [8] 杨翊,包丽丽,李瑶,等.高校辅导员“素质与能力”提升策略研究[J].当代教育实践与教学研究,2018,(09):152-154.DOI:10.16534/j.cnki.cn13-9000/g.2018.1334.
- [9] 刘娟.“大思政”背景下高校辅导员素质能力提升策略刍论[J].成才之路,2025,(02):69-72.
- [10] 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).DOI:10.28712/n.cnki.nshxk.2023.000587.