“育心”与“育德”融合：高校辅导员心理育人工作实践研究

吴超伟
滁州职业技术学院，安徽 滁州 239000
DOI: 10.61369/ETR.2026300010

摘　　要： 高校心理育人实践中的“育心”和“育德”脱离，造成心理问题德育化、德育问题心理化的现象并存，严重影响了育人效果。本文通过分析“育心”和“育德”融合的价值内涵，剖析辅导员心理育人工作在理念认识、专业水平、合作机制上存在的现实困境，进而提出双线谈心谈话、体验式心理班会、全链条危机干预德育嵌入、协同育人共同体等实践途径，以此为提升高校辅导员心理育人工作实践给予参照。

关 键 词： 育心；育德；高校辅导员；心理育人；实践策略

Integration of "Mental Cultivation" and "Moral Cultivation": A Practical Research on University Counselors' Mental Health Education Work

Wu Chaowei
Chuzhou Polytechnic, Chuzhou, Anhui 239000

Abstract: The separation of "mental cultivation" and "moral cultivation" in the practice of university mental health education leads to the coexistence of moralized handling of psychological problems and psychologized interpretation of moral problems, which seriously weakens the effectiveness of education. By analyzing the value connotation of the integration of mental cultivation and moral cultivation, this paper explores the practical dilemmas of university counselors' mental health education in terms of conceptual cognition, professional competence and collaborative mechanisms. On this basis, it proposes practical strategies including dual-line heart-to-heart talks, experiential psychological class meetings, whole-chain crisis intervention embedded with moral education, and the construction of collaborative education communities, so as to provide references for improving the practical quality of university counselors' mental health education.

Keywords: mental cultivation; moral cultivation; university counselors; mental health education; practical strategies

引言

心理健康教育是高校思想政治工作质量提升工程的重要组成部分。《高等学校学生心理健康教育指导纲要》明确提出要坚持以育心和育德相结合。但是部分辅导员将心理问题简单地归结为思想觉悟不高，造成育心缺乏温度、育德缺乏根基。辅导员是大学生日常思想政治教育和管理工作组织者、实施者、指导者，处在心理育人和价值引领的交汇处。如何把谈心谈话、主题班会、危机干预等日常工作中“育心”“育德”的部分有机结合起来，成为亟待解决的重要问题。

一、“育心”与“育德”融合的价值意蕴

育心关注的是学生的情绪情感、人格发展、心理适应和自我认知，育德主要培养学生的理想信念、价值取向、道德品质和社会责任感。两者融合不是简单的叠加，而是互相支撑、互相生成的育人过程。

第一，育心是育德的心理基石。就接受心理而言，价值引导要以安全、信任的师生关系以及稳定的师生情绪为基础。学生如果处在焦虑、抑郁或者防御的状态中，那么道德说教就很难达到预期的效果[1]。有效的心理支持可以减弱心理阻碍作用，使价值引导更容易被接受。第二，育德为育心指明方向。心理健康教育如果只停留在情绪调节、症状缓解上，就会出现技术化倾向，即把心理健康教育当作一种无价值手段。理想信念、生命意义感、社会责任等德育因素可以促使学生从更加广阔的视角认识困境，提

 Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

教育理论与研究26年30期-版权页：半月刊 第4卷第30期 2026年8月刊.indd 68 2026/10/13 16:03:34

高心理韧性[2]。第三，二者融合有利于学生的全面发展。大学生的心理问题常常和意义感的缺乏、自我认同的混乱、人际价值的冲突等交织在一起。辅导员只有兼顾心理需求和价值困惑，才能防止出现“头痛医头”的情况，使学生由“不生病”变为“有追求、能担当”[3]。

二、高校辅导员心理育人工作困境

（一）理念认知偏差：心理问题德育化与德育问题心理化并存

部分辅导员受传统思政教育思维的影响，把学生情绪低落、人际退缩、学业倦怠等归因于意志薄弱、抗压能力差、思想态度不端正，用批评教育、榜样激励的方式解决问题，使学生感到自己被忽视，延误了专业干预。另一方面，也有辅导员把本属于价值澄清、道德选择、理想信念层面的困惑全部当作心理问题，过度依赖心理咨询技术，回避必要的思想引领和价值判断，造成学生得到情绪上的安慰，但是没有方向感[4]。双向混淆的原因在于没有对“育心”和“育德”的边界以及联系建立清楚的认识。

（二）专业能力不足：谈心谈话重说教轻共情，心理评估识别能力弱

大部分辅导员不是心理学专业的，虽然经过了短期培训，但是在日常谈心谈话中仍然习惯采用给予建议、讲道理等方式方法，缺乏倾听、共情、具体化的基本助人技术。对于学生“最近很累、觉得没意思”等模糊表述，无法进一步明确学生的风险程度，也不常用标准化的心理量表或者转介程序[5]。当学生出现危机信号时，一些辅导员为了避免错误引导而回避深入交流，或者担心追问细节而导致二次伤害[6]。由于能力欠缺，使得心理育人只能停留在表面关心，难以触及深层心理与价值问题。

（三）协同机制不畅：心理健康教育与思政教育“两张皮”，日常教育与危机干预脱节

在高校实际运行中，心理健康教育中心和辅导员队伍常常处于不同的管理条线上，心理中心的专业评估与辅导员的思想政治教育之间没有稳定的、持续的信息共享和会商机制[7]。辅导员在危机干预中常常担当起发现、上报、陪护的角色，危机平复之后又回归日常管理之中，缺少对学生后续的价值引导与成长支持[8]。家校协同由于家长对心理问题的污名化或者过度焦虑而受到阻碍。朋辈互助、社区资源、专业教师等力量未能有效整合，心理育人难以形成闭环。

二、“育心”与“育德”融合视域下的高校辅导员心理育人工作实践策略

（一）构建“心理疏导 + 价值引领”双线并行的谈心谈话模式

谈心谈话是辅导员进行心理育人最常见的一种方式。“心理疏导 + 价值引领”的双线并行不是两段式的拼接，而是在共情理解的基础上，自然地把价值澄清和意义重构融入其中。辅导员应当先用倾听、情感反应、正常化等技术帮助学生稳定情绪、澄清困扰，再用“例外提问”“奇迹提问”等短期焦点解决技术引导学生找到自身资源，最后联系学生专业发展、社会责任等各方面，把个人困扰放到更大的意义框架里，促使学生产生行动承诺[9]。操作时辅导员可以按照情绪承接、问题澄清、资源发现、价值引导、行动约定五个步骤执行[10]。

例如某大二学生由于学业成绩下滑而产生强烈的自我否定，觉得努力毫无意义。辅导员在谈话开始时可以优先表现出对学生的共情，然后通过询问学生有没有哪门课或者某段时间比较顺利，借助其成功体验赋予成就感。辅导员还可以顺势引导，总结曾经获取成功体验的方式、过程与技巧，进而共同制订成长计划，以此助力学生情绪好转，提升学习动力。

（二）开发“情境—体验—反思”心理主题班会课程

心理主题班会可以将心理健康教育融入班级建设中，也是实现价值引领的另一种方式。辅导员可以选择新生适应、人际交往、挫折应对、生命教育等课题，设计情境导入、角色体验、团体分享、反思提升四个实践环节[11]。其中情境要贴近学生的生活实际，体验活动可以采用心理剧、绘画、卡牌、正念、团体游戏等形式，在反思环节让学生自由表达情绪和认知的变化，辅导员最后对学生的体验进行价值升华，使学生个人的体验同集体的责任感、理想信念联系起来[12]。

在挫折中磨炼学生的心理韧性是重要的心理主题班会课程，例如辅导员可以构建情绪急救和意义重建主题班会。在情境导入环节，可以播放一名学生竞赛失利后崩溃的匿名录音，让学生代入挫折情绪。体验活动可以设计“情绪卡片”，通过学生分组，借助情绪卡片识别自己的感受，然后用资源卡选择可用的内外资源，并说明理由。之后进行团体分享，各组学生分享选择结果及感受。最后，辅导员提升环节可以引导学生认识挫折是成长的常态，并由此联系我国科技攻关中青年团队屡败屡战的案例，以此对学生形成激励效应。

（三）建立“筛查—评估—转介—追踪”全链条危机干预中的德育嵌入机制

心理危机干预不能仅仅停留在安全保证上，还要重视学生在危机之后的意义重建和价值回归。辅导员可以建立常态化的心理筛查台账，与心理中心合作开展评估工作，若情况需要，还可以将重点学生转介到专业治疗机构[13]。对于康复期、复学适应期，辅导员可以借助“低压力、有意义”的德育实践，即志愿服务、朋辈互助、红色文化体验等，促使学生重新塑造人际关系和社会价值认同，从而缩减复发的可能性[14]。

例如某大三学生因为家庭突然发生变故而出现了持续失眠、情绪低落等想法。辅导员应立即开始危机干预程序，将问题转介到心理中心，并把情况告诉家长。康复返校以后，辅导员应把学生组织起来，并加入学院“暖心志愿服务队”中，每周参加社区儿童课后服务。学生在陪伴儿童的过程中则会慢慢找回价值感，开始感受到人生的价值和意义。

（四）打造“家校—心理中心—辅导员”协同育人共同体

心理育人不能只依靠辅导员完成，应创建起以学生为中心的

Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

教育理论与研究26年30期-版权页：半月刊 第4卷第30期 2026年8月刊.indd 69 2026/10/13 16:03:34

多方协同机制。辅导员应定期与心理教师展开重点学生个案会商，确定各自的角色，心理教师承担专业评估和咨询主体，辅导员则负责日常观察、思想引导、资源协调[15]。家校协同上，辅导员要利用家长会、定期交流等形式传播心理健康知识，争取家庭的情感支持。同时可以引进校友、社区公益组织、专业教师等资源创建学业帮扶、心理支持、价值引领一体化平台。

针对社交回避学生群体，辅导员可以制定“三步协同方案”。第一步，辅导员用心理量表筛查出有明显社交回避倾向的学生，在征得学生同意之后和心理中心共享名单。第二步，心理中心开展“人际成长团体辅导”项目，辅导员同时组织“一封家书”活动，让学生把真实感受写给家长，邀请家长参加线上心理课堂，减轻亲子间的沟通压力。第三步，学院联合图书馆开展“周末公益导读”项目，由辅导员和专任教师一起带领学生为社区儿童导读经典书籍。

三、结语

总之，“育心”与“育德”融合不是简单的方法叠加，而是高校辅导员心理育人工作高质量发展的内在要求。辅导员既要具备基本的心理助人能力，又要坚守思想政治教育的价值本位。二者融合的关键在于日常化、场景化和协同化，辅导员应将心理育人融入谈心谈话、主题班会、危机干预和家校社协同的全过程，使学生在被理解、被支持中获得向上生长的力量。未来，高校应进一步完善辅导员心理育人培训体系、考核激励和跨部门协作机制，推动辅导员从“事务管理者”“危机消防员”向“成长引路人”转型，真正实现育心与育德同向同行、同频共振。

参考文献

[1] 陈金蕾，陈萍 ." 五育融心 " 背景下高校辅导员推进心理育人的 " 五化 " 路径研究 [J]. 辽宁省交通高等专科学校学报 ,2026,28(1):23-26.

[2] 尚红鑫 . 民办高校辅导员心理育人的价值辨析、现实审视及发展策略 [J]. 山西青年 ,2025,(13):100-102.

[3] 栾静怡，田丝竹 ." 三全育人 " 视域下高校辅导员在心理健康教育中的角色重构与机制创新 [J]. 塑料包装 ,2025,35(3):335-338.

[4] 杨立英 . 新时代高校辅导员工作：当好知心人、热心人和引路人 [J]. 广西教育 ,2025,(15):112-116+138.

[5] 王文浩 . 新媒体背景下高校辅导员心理育人创新研究 [J]. 吉林教育 ,2025,(14):82-84.

[6] 倪扬 . 浅析高职院校辅导员心理健康教育能力提升路径 [J]. 公关世界 ,2025,(5):52-54.

[7] 雷文杰 . 高校辅导员心理育人能力专业化路径研究 [J]. 甘肃教育研究 ,2025,(2):111-113.

[8] 杜雪 . 新时代高校辅导员心理育人的挑战及对策研究 [J]. 时代报告 (奔流),2025,(1):159-161.

[9] 张烜，董晓梦 . 新媒体时代高校辅导员心理教育工作课程化常态育人路径研究 [J]. 当代教研论丛 ,2024,10(11):77-80.

[10] 张薇薇 . 新媒体环境下高校辅导员提升心理育人工作的实践策略 [J]. 三角洲 ,2024,(27):254-256.

[11] 魏丽娟 . 新媒体时代共情与积极心理学在高校辅导员工作中的运用探析 [J]. 国家通用语言文字教学与研究 ,2024,(9):105-107.

[12] 王旭 . 基于 " 心理育人 " 视角的民办高校辅导员工作优化路径探究 [J]. 知识文库 ,2024,40(17):95-98.

[13] 吴娜 . 心理育人在辅导员工作中的应用探究 [J]. 产业与科技论坛 ,2024,23(17):232-234.

[14] 李磊 ." 一站式 " 学生社区综合管理模式下高校辅导员心理育人精细化服务体系构建探索 [A]2024 高校辅导员队伍建设与职业发展论坛论文集 [C]. 北京大学出版社有限公司，北京未名智慧教育科技有限公司 ,2024:4.

[15] 汤倩 . 思想政治教育心理学视域下高校辅导员心理育人工作现实困境及对策 [J]. 卫生职业教育 ,2024,42(11):18-21.

 Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

教育理论与研究26年30期-版权页：半月刊 第4卷第30期 2026年8月刊.indd 70 2026/10/13 16:03:35