

辅导员在大学生心理危机预警与干预中的角色定位及行动策略

王娟

西安培华学院, 陕西西安, 中国

【摘要】随着社会竞争加剧与生活节奏加快, 大学生群体心理问题频发, 心理危机事件防控已成为高校学生工作的重中之重。辅导员作为高校与学生联系最为紧密的基层工作者, 在大学生心理危机预警与干预体系中占据关键地位。本文基于大学生心理危机的成因与特征, 明确辅导员在危机预警、干预实施、后续跟进等环节的核心角色定位。基于辅导员在大学生心理危机预警与干预中的角色定位基础上, 从预警机制构建、干预流程优化、协同体系搭建、自身能力提升四个维度, 提出具有针对性的行动策略, 以有效发挥辅导员在大学生心理危机预警与干预中的功能。

【关键词】辅导员; 大学生; 心理危机; 预警; 干预; 角色定位; 行动策略

引言

大学生处于青年中期, 生理发育已趋于成熟, 但心智发展尚未完全稳定, 正处于世界观、人生观、价值观形成的关键阶段。这一时期的大学生面临学业压力、人际交往、情感困惑、就业焦虑、家庭期望等多重挑战, 当个体无法有效应对这些压力时, 极易引发心理失衡, 进而陷入心理危机[1]。近年来, 高校大学生心理危机事件时有发生, 不仅对学生自身的生命健康造成严重威胁, 也给家庭带来沉重打击, 影响校园的安全稳定与教育教学秩序。因此, 加强大学生心理危机预警与干预工作, 是落实立德树人根本任务、保障大学生健康成长的必然要求。

高校心理危机防控工作是一项系统工程, 需要学校、家庭、社会、学生个体等多方协同发力。其中, 辅导员作为直接负责学生日常管理与思想教育的核心力量, 与学生接触最为频繁、了解最为深入, 能够及时捕捉学生的心理变化, 是心理危机防控体系中的第一道防线。然而, 当前部分辅导员在心理危机预警与干预工作中存在角色认知模糊、预警机制不健全、干预能力不足、协同配合不畅等问题, 影响了危机防控工作的成效。基于此, 本文研究辅导员在大学生心理危机预警与干预中的角色定位与行动策略。

1. 辅导员在大学生心理危机预警与干预中的角色定位

辅导员在大学生心理危机预警与干预工作中, 并非单一的管理者或教育者角色, 而是集多重身份于一体的复合型角色[2]。其角色定位贯穿于危机发生前、发生中、发生后的全过

程, 每个阶段的核心职责与作用各有侧重, 共同构成心理危机防控的完整链条。

1.1 危机前: 危机信号的敏锐观察者

心理危机的发生并非突然, 往往会伴随一系列前期信号, 如情绪异常、行为反常、人际交往退缩、学业成绩骤降等。辅导员作为与学生日常相处最密切的工作者, 具备捕捉这些信号的天赋优势。这一角色要求辅导员始终保持高度的责任心与敏感度, 主动深入学生群体, 通过日常查寝、班级活动、个别谈心、与班委及室友沟通等多种渠道, 全面了解学生的思想动态、学习状况、生活细节与情感状态。同时, 要熟练掌握常见心理危机信号的识别标准, 能够区分正常的情绪波动与异常的心理问题, 对存在心理隐患的学生建立重点关注名单, 及时发现潜在的心理危机风险, 为后续的预警工作争取时间。西安培华学院某辅导员在日常查寝与班级活动中, 就敏锐发现大一学生 WH 长期独来独往、作息异常的反常信号, 虽当时未出现激烈冲突, 但辅导员已将其纳入重点关注名单, 持续跟踪其状态, 这一预警为后续应对宿舍矛盾引发的危机事件奠定了基础。

1.2 危机中: 危机干预的一线执行者

当心理危机事件发生时, 辅导员是最先抵达现场的核心力量, 承担着一线执行者的关键角色。这一角色要求辅导员具备快速反应能力与冷静处置能力, 在接到危机报告后, 能够第一时间赶到现场, 采取有效的紧急处置措施, 如稳定当事人情绪、保障当事人及周边人员的安全、控制事态发展等。同时, 要严格按照高校心理危机干预流程, 及时与学校心理健康中心、学生工作部门、家长等沟通对接, 准确传

递危机事件的相关信息,协助专业心理教师开展心理评估与干预工作。在干预过程中,辅导员要始终坚守在一线,作为学生信任的依托,给予其情感支持与心理安抚,引导学生配合专业干预,避免危机事态进一步恶化。

1.3 危机中:资源整合的高效协调者

大学生心理危机干预工作涉及多个主体,包括学校心理健康中心、学生工作处、学院、家长、医疗机构等,需要多方资源的协同配合。辅导员作为连接各主体的桥梁与纽带,承担着高效协调者的角色。这一角色要求辅导员明确各主体在危机干预中的职责与分工,主动对接各类资源,形成干预合力。在危机发生时,及时联系学校心理健康中心的专业教师,为学生提供专业的心理支持;与学生家长保持密切沟通,告知危机情况,引导家长理性应对,配合学校开展干预工作;若学生存在严重心理问题需要医疗干预,及时协调医疗机构,协助办理相关就医手续。通过有效的资源整合与协调,确保危机干预工作能够有序、高效推进。学生危机事件中,西安培华学院辅导员充分发挥协调作用,对接校心理咨询办公室商议帮扶方案,常态化与家长沟通同步情况,协调班委舍友组建帮扶小组,实现校、家、班资源有效联动。

1.4 危机后:心理修复的持续陪伴者

心理危机事件的处置并非随着事态的平息而结束,危机后的心理修复与跟进工作同样重要,直接关系到学生能否重新回归正常的学习生活。在这一阶段,辅导员承担着持续陪伴者的角色。这一角色要求辅导员秉持耐心、细心、同理心的原则,对经历危机事件的学生进行长期的关注与陪伴,定期与学生进行谈心谈话,了解其心理状态的变化,帮助其梳理情绪、调整认知、重建自信。同时,要关注学生的学业与生活需求,协助解决其遇到的实际困难,如协调学业辅导、调整住宿环境等。此外,还要做好班级内的氛围引导工作,避免其他学生对经历危机的学生产生歧视或误解,营造包容、温暖的班级氛围,助力学生实现心理重建与健康成长。

2 辅导员在大学生心理危机预警与干预中的行动策略

基于上述角色定位,辅导员应从预警、干预、协同、提升四个维度出发,制定科学可行的行动策略,全面提升大学生心理危机预警与干预工作的质量与成效。

2.1 构建全方位预警机制,筑牢危机防控的第一道防线

预警是心理危机防控的前提,辅导员应主动构建全方位、多层次的预警机制,实现对心理危机信号的早发现、早识别、早干预[3]。首先,建立常态化排查制度。定期开展学生心理状况排查工作,结合新生入学心理测评、期中期末学业压力期、重大节日前后等关键时间节点,对学生的心理状态进行全面梳理,对排查出的重点关注学生建立一人一档的心理档案,详细记录其基本信息、心理问题、干预过程等内容,实现动态跟踪管理。其次,搭建多元化信息反馈渠道。充分发挥班委、寝室长、学生党员等学生骨干的作用,建立辅导员、学生骨干、普通学生的三级信息反馈网络,鼓励学生骨干主动关注身边同学的心理状态,及时向辅导员反馈异常情况;同时,通过线上线下相结合的方式,开通心理求助热线、邮箱、微信公众号等渠道,为学生提供便捷的心理求助途径,确保学生的心理诉求能够及时被知晓。最后,提升预警信号识别能力。辅导员应加强对心理学专业知识的学习,熟练掌握焦虑症、抑郁症、强迫症等常见心理问题的识别标准,能够准确区分正常情绪波动与异常心理信号,避免因误判而错失干预时机。

2.2 优化危机干预流程,提升一线处置能力

当心理危机事件发生时,高效、规范的干预流程是保障干预成效的关键。辅导员应提前熟悉学校的心理危机干预预案,明确自身在干预流程中的职责与分工,提升一线处置能力[4]。首先,建立快速反应机制。接到危机报告后,辅导员应第一时间赶到现场,保持冷静的心态,通过温和的语言与学生建立信任关系,稳定学生的情绪,同时迅速评估现场安全情况,采取必要的安全防护措施,防止极端事件的发生。其次,规范干预处置流程。在稳定学生情绪后,辅导员应及时向学校学生工作处、心理健康中心等部门汇报情况,协助专业心理教师对学生心理评估,根据评估结果制定个性化的干预方案;若学生存在自伤、自杀等极端倾向,应立即联系家长,并协助家长将学生送往专业医疗机构进行治疗,确保干预工作的专业性与规范性。最后,做好干预过程记录。在危机干预过程中,辅导员应详细记录事件的发生时间、地点、经过、处置措施、沟通内容等信息,形成完整的干预记录,为后续的跟进工作与总结反思提供依据。

2.3 搭建协同联动体系,凝聚危机防控合力

大学生心理危机预警与干预工作并非辅导员一人之力所能完成,需要多方主体的协同

配合。辅导员应主动搭建协同联动体系,凝聚学校、家庭、社会的防控合力。首先,加强与学校内部各部门的协同。定期与学校心理健康中心的专业教师沟通交流,学习专业的心理干预技巧,获取专业的心理支持;与学院、学生工作处、教务处等部门密切配合,在学业辅导、学籍管理、生活帮扶等方面为心理危机学生提供全方位的支持。其次,强化与家长的协同合作。建立常态化的家长沟通机制,通过家长会、电话、微信等方式,及时向家长反馈学生的学习生活状况与心理状态,引导家长正确认识大学生的心理发展特点,掌握科学的家庭教育方法;当危机事件发生时,及时与家长沟通对接,争取家长的理解与配合,共同制定干预方案,形成家校共育的合力。最后,积极链接社会资源。主动与当地的精神卫生中心、心理咨询机构等社会资源建立合作关系,为心理危机学生提供专业的医疗支持与后续的心理康复服务,构建“学校—家庭—社会”三位一体的协同联动体系。

2.4 加强自身能力建设, 夯实危机防控基础

辅导员自身的专业素养与能力水平直接影响心理危机预警与干预工作的成效。辅导员应主动加强自身能力建设,不断提升专业素养[5]。首先,系统学习心理学专业知识。积极参加学校组织的心理健康教育培训、专题讲座、案例研讨会等活动,系统学习心理咨询、心理危机干预、心理评估等相关知识,提升自身的理论水平。其次,积累实践经验。主动参与心理危机干预案例的处置工作,在实践中总结经验教训,不断提升自身的实际操作能力与应急处置能力;同时,加强与其他辅导员的交流与分享,学习优秀的工作方法与经验,实现共同进步。最后,注重自我心理调节。辅导员在开展心理危机预警与干预工作中,往往会面临较大的心理压力,容易产生情绪疲劳。因此,辅导员应注重自身的心理调节,保持良好的心态,通过运动、倾诉、冥想等方式释放压力,确保自身能够以饱满的精神状态投入到工作中。

3. 结论

总而言之,大学生心理危机预警与干预工

作是一项长期而艰巨的任务,随着社会环境的变化与学生群体特征的转变,辅导员的角色定位与行动策略也需要不断调整与完善。辅导员应持续关注大学生心理健康领域的新问题、新趋势,不断加强学习与实践,提升自身的专业素养与工作能力,同时积极推动高校心理危机预警与干预体系的优化升级,为大学生的健康成长与全面发展提供更加坚实的保障。大学生心理危机预警与干预工作是高校学生工作的重要组成部分,直接关系到大学生的身心健康与校园的和谐稳定。辅导员作为高校心理危机防控体系中的一线力量,其角色定位清晰与否、行动策略科学与否,对危机防控工作的成效具有决定性影响。辅导员在危机预警阶段是敏锐观察者、危机处置阶段是一线执行者与高效协调者、危机后阶段是持续陪伴者的核心角色,这四重角色相互衔接、有机统一,构成了辅导员参与心理危机防控的完整角色体系。为充分发挥辅导员的角色作用,构建全方位预警机制、优化危机干预流程、搭建协同联动体系、加强自身能力建设的四大行动策略。通过这些策略的实施,能够有效提升辅导员的心理危机预警与干预能力,推动形成学校主导、辅导员牵头、多方协同、全员参与的心理危机防控工作格局。

参考文献

- [1] 单周翔,宋兆铭.价值,机理与路径:高校军事理论课程的社会主义核心价值观教育[J].中国军转民, 2025(3):57-59.
- [2] 史银.高校辅导员在大学生逆商教育中的角色与策略研究[J].现代职业教育, 2025,(22):41-44
- [3] 陈建俏,鲁萍.生态系统理论视角下高校心理危机干预探析—构建“四纵五横”心理危机联动网[J].北京教育(德育), 2023(11):72-75.
- [4] 郭应斌.高职大学生心理“危”与“机”的识别与干预探索—辅导员心理育人工作案例分析[J].成才之路, 2025(2):21-24.
- [5] 甘易明.新时代高校辅导员心理健康教育优化路径研究—基于辅导员实际工作案例[J].时代人物, 2025(11):0143-0145.