

积极心理学在辅导员思政教育工作中的应用

温婧

(太原理工大学, 山西 太原 030600)

【摘要】近年来,我国越发地注重高校的思想政治教育工作,辅导员是该项工作的主要执行者和落实者,为了提高高校思政教育工作的质量和水平,辅导员要发挥出自身的职能作用,借助积极心理学来有效地开展思政教育工作,从而引领学生树立正确的价值观、人生观和世界观。本文首先分析了二者之间的契合点,并就积极心理学应用的重要价值进行了探讨,最后提出了积极心理学应用的具体路径,以期能够为相关工作的开展提供参考与借鉴。

【关键词】高校;思政教育工作;辅导员;积极心理学;契合点;重要价值;应用路径

对于高校辅导员而言,一定要认识到积极心理学在思政教育工作中所起到的重要作用,在日常工作中主动的应用积极学相关理论知识,借助科学的手段帮助学生调整情绪状态,不断增强学生抗压能力和抗打击能力,促使学生能够始终保持积极乐观的心态,勇于迎接人生各种挑战和难题。鉴于此,辅导员需不断调整和优化积极心理学应用的方式,将积极心理学与思政教育工作融合起来,在确保思政教育工作高质量开展的前提下,促进学生全面发展。

一、积极心理学与高校辅导员思政教育工作的契合点

可以从以下三个方面探讨二者的契合点:第一,工作目标相契合。辅导员是大学生成长路上的引路人,其最为主要的一个工作目标就是要做好学生的思想政治教育工作,在日常工作中给学生灌输正确的观念,让大学生能够始终坚定不移的跟党走,切实地为构建和谐社会做出努力和贡献。考虑到辅导员的工作事物繁多,且工作也比较繁琐,难免会产生力不从心的感觉。借助积极心理学不仅调整了辅导员的情绪状态,而且能够引领学生健康快乐地成长,让学生在学习和生活中不断充实自己,感受生活的乐趣。由此可见,思政教育工作目标与积极心理学目标不谋而合,辅导员对此要有明确的认识,主动地将思政教育工作与积极心理学结合起来,不断优化思政教育工作效果。第二,工作方法相契合。高校的教育管理工作重点在于教育预防,以此才能从容应对各类突发事件。这就要求辅导员在思政教育工作时要有前瞻性,时刻关注学生的心理状况,

以便于能够尽快发现学生的心理问题,从而有针对性疏导,争取做到事前能够有效防范,否则将会产生严重的后果。积极心理学的重点在于培育学生乐观积极的心态,让学生能够用发展、豁达的眼光去看待问题。这二者的工作目标是具有相同契合点的,辅导员在管理高校学生时应该要深入到学生中去,重点关注有心理健康问题的学生,并用积极的心态去感染学生,从而消除学生的负面情绪。第三,工作内容相契合。辅导员肩负着高校思政教育工作的重任,辅导员不仅仅是教育者和管理者,更应该能够耐心倾听学生的需求,关注学生心理健康,让学生在繁忙的学习中能够感觉到幸福。这与积极心理学的内容不谋而合,二者之间在内容上有很多的交叉点,辅导员要利用好这一点,将以人为本、因材施教的理念贯彻落实到位。

二、在高校辅导员思政教育工作应用积极心理学的重要价值

首先,有助于完善思政教育体系。现阶段,高校的思政教育体系还有待完善,致使思政教育工作的针对性、有效性不足,降低了思政教育工作的水平。因此,需将积极心理学融入进来,逐步地改善当前的思政教育体系,促使思政教育工作的内容更加丰富多彩。并且可以依据当前高校学生思想发展的需求来调整干预的方法和措施,确保思政教育工作的针对性。此外,能够帮助辅导员更好地开展工作,借助积极心理学主动与学生保持密切沟通,不仅减轻了思政教育工作的压力,而且还有助于形成和谐的教育范围,为思政教育工作开展创造良好的条件。其次,有助于

推动思政教育工作的改革和创新。新的时代发展背景下，对高校思政教育工作提出了更高、更新的要求，如果还是沿用以往的管理方法，势必很难满足社会时代和学生发展的需求。因此，需通过积极心理学的应用来加快思政教育工作改革的步伐，开创思政教育工作新局面。自从将积极心理学引入进来以后，不仅实现了沟通的多元化，而且能够满足学生个性化发展的需求，以便于能够从更深层次的角度去与学生交流，实现高校思政教育工作的创新，有助于推动辅导员思政教育工作高效进行。总之，高校辅导员在开展思政教育工作时充分地利用积极心理学相关理论知识，旨在拉近与学生之间的距离，在于学生交流时更为顺畅，且能够实现师生协调发展与进步，

三、应用的具体路径

（一）改变教育理念

目前，高校辅导员思政教育工作的实效性并不明显，主要是因为部分辅导员的思想理念并未改变，通常情况下还是沿用的是陈旧的工作理念，在思政教育中一味地说教，让学生感觉到枯燥乏味，长此以往，学生势必会产生抵触心理，最终会与思政教育的最初目的背道而驰。最为关键的是思想方面创新性不足，根本无法有效地培养学生积极品质。近年来，高校的思政教育工作应该要将重点放在立德树人上，这是思政教育的根本，高校辅导员在工作时要时刻记住这一点，致力于培养学生综合素质。

由此可见，改变教育理念势在必行，辅导员只有先从教育思想理念上改变，才能利用新的思想和方法去开展工作，激发出思政教育工作的活力和动力。在改变思想理念时要明确积极心理学的重要性，重点关注学生积极心态的形成，将学生潜在的正能量激发出来，让学生能够主动肩负起建设社会主义和谐社会的重任。这就要求辅导员要全方位的了解和分析积极心理学，尤其是要掌握好相关理论知识，要用理论知识来武装自己的思想，以便于能够从深层次去挖掘学生积极心理品质，逐步提升学生的心理承受能力，在面对困难时不退缩。此外，引领学生认识到自身的不足，在今后的学习中不断改进，有助于实现自我的发展和管理。高校辅导员要时刻记得在思政教育中去贯彻落实立德树人的目标，彰显出积极心理学的优势作用，依据学生的个性特点，有针对性地进行思政教育。关键在于辅导员应该要尊重学生的个体差异性，积极引导，一旦发现学生

存在心理问题后，不能只是一味地批评学生，而是要增强人性化关怀，并使用开放式的方法去关心和爱护学生，让学生能够从内心深处感受到被关爱，能够敞开心扉，主动的表达自己的看法和见解，并借助积极心理学帮助学生消除负面情绪，增强学生的自信心，进一步挖掘学生的积极品质。

（二）营造积极向上的教育氛围

从高校辅导员思政教育工作现状来看，整体的教育氛围并不好，直接限制到积极心理学作用的发挥。高校辅导员每天会处理大量的工作，会在很大程度上忽视思政教育工作，并且由于当前的思政教育氛围不够积极，未能发挥出榜样的作用，不能让学生感受学习的快乐。

因此，营造积极向上的教育氛围至关重要，要求辅导员要大力推广应用积极心理学，通过积极环境来正面影响学生，激发出学生开朗、阳光的积极情绪。辅导员可以定期组织实践活动，在活动中增强学生之间的交流，有助于学生良好的人格。积极心理学得以高效应用的关键在于是否有积极向上的氛围，一旦缺乏相应的氛围，势必会影响到积极心理学应用的效果。要求辅导员要注重教育氛围的营造，在积极氛围的推动下能够消除负面情绪，有助于激发出学生内在积极的情绪。高校辅导员在日常工作中要注重构建积极愉快的学习环境，让学生受到正面影响，在潜移默化中感受到正能量的熏陶，有助于学生形成健康心理状态。在具体实施时要把握好以下三个方面：第一方面，给学生提供更多展示自我的机会和平台。辅导员不能一味地说教，而是要将理论与实践结合起来，多组织相关活动，构建积极向上的氛围，从而让学生充分地表现自我。此外，在不断地交流过程中有助于形成良好的人际关系，妥善解决学生之间的矛盾，在这种融洽的环境下完成各项学习任务，能够达到事半功倍的效果。第二方面，有效传播积极思想。在思政教育中传播积极的思想很关键，要借助积极心理学来鼓励学生，对于表现优异的学生给予物质和精神上的奖励，从而增强学生积极情感体验，以便于积极思想得以有效传播。第三方面，高校需要重视对思政和积极心理学工作的宣传，通过校报、校园广播、官方微博、微信公众号等宣传平台，不断扩大思政与积极心理学融合的教育态势，并由此让学生的思政和综合素养在不知不觉中得到有效提升。

（三）致力于培养学生积极心态

当前的社会环境十分的复杂，在这种情况下，大学生的心理健康问题越发的突出，从各种社会新闻就可以看出高校学生心理问题事件频繁发生，这对高校思政教育工作提出了新的挑战。如果在思政教育工作中忽视了积极心态的培养，会不利于学生身心健康发展，还会打击到学生自信心，一旦面临挫折学生就会变得焦躁不安，尤其是思想脆弱、敏感的学生，抗打击能力低下，无法用积极心态面对学习和生活。

基于此，高校辅导员在开展思政工作时不可忽视培养学生积极心态，要增强与学生的沟通、交流，帮助学生稳定情绪，树立积极乐观的心态。在交流时辅导员要有同理心，要能够站在学生角度思考问题，以便于能够真正走进学生心里。关键在于要充分应用积极心理学相关知识，要善于发现学生的闪光点 and 长处，激发学生潜在价值和能力，以便于增强学生的自信心。需注意的是，在与学生交流时要注意方式方法，确保谈话的愉悦性，让学生感受公平对待，以此学生才能更加信任辅导员。此外，可以组织开展情绪管理讲座，旨在于进一步提升学生的抗压能力，在面对挫折时能管理自己的情绪，不断强化学生的心理素质，并提高学生解决问题的能力，用积极乐观的心态面对未来人生各种难题。

（四）创新思政教育方法

考虑到当前辅导员思政教育的方式比较单一，一般情况下都是采取理论说教的方式，或者是根据学生的表现进行思想纠错，辅导员与学生之间的交流往往都是单向的，无法满足学生的心理诉求。关键是这种被动的教育模式，大大降低了学生的兴趣，无法获得良好的教育效果。再加上，教育内容与学生的实际脱离，辅导员在日常工作中只是简单的传输一些思政教育的内容和观点，导致思政教育抽象性明显，学生根本无法从深层次的角度去理解，致使思政教育工作形式化现象严重。

因此，创新思政教育方法迫在眉睫，要求辅导员要不断改进教育的方式，实现思政教育工作的转型升级。重点在于要借助积极心理学来创新思政教育方法，可以将鼓励法、心理暗示法等应用在实践中，让学生掌握更多调节自我情绪的方法，让学生的体验更加的丰富多彩。同时，在思政教育时要大力推广应用启发式教育法，注重活跃学生的思维，

很好的培养学生积极品质，将当代大学生的身上的积极能力散发出来。需注意的是，在创新的过程中需合理运用激励教育，旨在于进一步激发学生潜能。积极心理学认为每个人都是有潜能的，而这种潜能需要被激发出来。要求辅导员要善于运用激励教育，以此来有效开展思政教育工作。在具体教育时要始终坚持以激励为主，争取能够发现每位学生的优势，并依据学生的实际需求制定针对性的教育方案。在教育时要站在发展的高度思考问题，用发展的眼光挖掘学生潜能，并鼓励学生树立目标和信念，确保通过合理的激励来挖掘学生潜能。总之，高校辅导员在日常思政教育工作中要明确激励的重要性，合理运用积极心理学的理论和方法，充分鼓励、肯定学生，有助于学生形成正确的三观。

结束语：

综上所述，高校辅导员为了提高思政教育工作的质量和效率，就需要先明确积极心理学在其中起到的关键性作用，在此基础上合理地去运用积极心理学，用心理学的角度解决思政教育工作遇到的问题，进而帮助学生树立积极乐观的心态，面对困难永不退缩，勇于迎接人生各种挑战。

参考文献：

- [1] 白露, 谭敏. 元宇宙嵌入高校网络思政教育工作的时代价值及实践路径——以思政教学为例 [J]. 黑龙江教师发展学院学报, 2023, 42 (12): 118-121.
- [2] 庞捷敏, 马剑虹. 有融出新：以积极心理学 2.0 融合高校心理健康教育新发展 [J]. 未来与发展, 2023, 47 (11): 19-26.
- [3] 陶楚歌. 高校学生党建活动培育大学生积极心理品质的作用及路径探析 [J]. 北京教育 (德育), 2023, (10): 21-25.
- [4] 王骁俊. 积极心理学视域下“一站式”学生社区建设路径探究 [J]. 常州信息职业技术学院学报, 2023, 22 (05): 61-64.
- [5] 董思莹. 积极心理学在高校辅导员思政教育工作中的应用研究 [J]. 国家通用语言文字教学与研究, 2023, (01): 28-30.
- [6] 张驰, 黄焘. 论行为心理学在新时代高校辅导员思政教育工作中的应用 [J]. 大学, 2022, (28): 80-83.
- [7] 陈聪. 积极心理学在高校辅导员思想政治教育工作中的运用 [J]. 科教导刊 (下旬), 2018, (36): 61-62.