



国家级G4教育类核心期刊
全国核心期刊
国家自然科学基金首批资助期刊

教学与研究

TEACHING AND RESEARCH

- ◎ 巧用信息化教学助力小学语文学科“双减”政策落地
- ◎ 小学语文古诗词教学中渗透四育教育理念的途径
- ◎ 读写结合教学法在小学语文教学中的应用探索
- ◎ 谈小学语文教学中如何渗透中华优秀传统文化教育
- ◎ 传统文化元素融入初中语文教材的理论分析
- ◎ 指向育人方式变革的县域普通高中语文教学方式创新研究
- ◎ 小学语文核心素养视角下表达与交流能力的培养策略
- ◎ 深度学习在高中语文阅读教学的运用



国际标准刊号: ISSN0257-2826
国内统一刊号: CN11-1454/G4
邮发代号: 2-256

第12期

2026

教育部委托中国人民大学主办



扫描全能王 创建

高校辅导员角色定位精准化与功能高效发挥策略研究 ——基于典型心理危机干预案例的回溯

龙琴

湖北师范大学化学化工学院 湖北黄石 435002

摘要：高校辅导员作为学生思想政治教育的骨干力量，其角色定位与功能发挥直接关系到心理危机干预的成效。通过回溯一例重度抑郁、重度焦虑学生的心理危机事件干预过程，拆解其危机事件发生、升级、干预及缓和的全过程，聚焦辅导员在危机处置中的实践表现，进而探索辅导员角色定位精准化和功能高效发挥的实施策略，对高校心理危机干预体系建设具有重要实践价值。

关键词：心理危机干预；高校辅导员；角色定位；功能发挥

2023年4月，教育部等十七部门联合印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划（2023—2025年）》，着重强调要将心理健康工作置于更为突出的位置。2024年7月，党的二十届三中全会通过的《中共中央关于进一步全面深化改革、推进中国式现代化的决定》指出，“健全社会心理服务体系和危机干预机制”，进一步凸显心理健康工作在国家战略布局中的重要性。而在2025年的政府工作报告中，明确提出“普及心理健康教育”“健全社会心理服务体系和危机干预机制”，为心理健康教育工作提供了更为清晰的行动指南。

随着社会转型加速，不稳定因素增多，当代大学生越来越多地面临原生家庭、人际关系、学业压力、就业瓶颈、情感婚恋等多重困境，高校学生心理危机事件发生率呈上升趋势。高校作为人才培养的主阵地，关爱学生心理健康、做好学生心理危机干预是维护高校安全稳定、保障学生健康成长的坚实基础。普通高等学校辅导员队伍建设规定（教育部第43号令）明确规定，辅导员需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，承担学生心理健康教育与危机干预的重要职责。只有通过心理危机干预，才能有效避免因心理危机引起的伤害行为发生或将伤害行为造成的损失降到最低限度，确保学生生命安全，使之恢复心理平衡，进而提高学生应对危机的能力，重新适应大学学习和生活^[1]。

当下，部分高校辅导员心理危机干预能力不足。虽然各级各类的心理危机干预培训不少，但面对危机事件时，许多辅导员仍缺乏科学方法与处理技巧，基本依赖个人经验，难以识别潜在危机^[2]。本文以一名重度抑郁、重度焦虑学生的心理危机事件干预过程为例，通过对干预案例的复盘，厘清心理危机事件的发展阶段和高校辅导员其中的角色功能发挥，研究寻找辅导员角色定位与功能发挥的优化“良方”。

一、个案背景

小李是某师范学院理工科大二男生，刚满19岁；他原生家庭关系复杂，家中经济拮据；平时寡言少语、朋友不多；睡眠情况欠佳，脸上青春痘大面积频发。小李在大一刚入学时的新生心理普查中被评估为“一级心理预警学生”，辅导员和班主任长期关注、关心他的学习、生活状态。

大二开学不久，辅导员发现小李于当天凌晨5点在社交平台发布动态“让我去死好不好”，辅导员立即赶往寝室确认其安全并向学院主要领导汇报。确认小李在寝室平安无事，辅导员与其谈心谈话，谈话中了解到小李发布负面动态的具体原因：

一是亲子关系的困扰，奶奶摔伤，自己心中牵挂但因与母亲无法沟通而不愿回家，与父母长期紧张的亲子关系让小李异常无助；

二是恋爱关系的抉择，小李近期与曾分手5年的女友复合，但复合后两人一直异地，小李对女友现在的生活环境、从事工作、接触人群等一无所知，小李明知自己正在经历一段不健康的恋爱关系但无法做出选择；

三是学业危机的压力，大一结束时小李的挂科门数已达到学业预警标准，自己当时跟班主任、辅导员谈话后也考虑过留级重修，后来因担心父母不同意。所以作罢，进入大二，学习课程增多，学业压力增加，小李感到很苦恼；

四是对人生和生活的迷茫，小李频繁地在思考人生到底有什么意义，学习到底有什么意义，认为自己现在所做的一切都没有意义，自

己深知家庭的困难但是不知从何改变。

辅导员与小李谈话近2小时，经过安抚劝导后小李情绪逐渐好转，据室友反馈小李当天晚上情绪、行为都无异常。

第二天下午，小李在社交平台发布“出门散步”后将手机、身份证等留在寝室，独自出门，处于失联状态。班主任、辅导员、同学和室友以及学院领导老师第一时间参与联系、搜寻并及时报警，2小时后小李自己回到寝室，搜寻期间，辅导员与小李父母也取得联系，及时沟通、告知情况，并要求小李父母来校。

学院主要领导、班主任和辅导员对小李安抚过程中，小李透露当天下午是去了湖边，去的时候心里确实是存着消极想法的，脑海里一直浮现自己社交平台发的负面动态。据了解，小李家距离学校不远，仅几十公里，安抚期间，学院也同时在跟小李父母商议来校事宜，但因小李父亲长期在外地务工，小李母亲独自在家照顾瘫痪的奶奶和8岁的弟弟，当天无法赶到学校，加上小李父亲的阻拦，小李母亲在事发当天和第二天均未来校，但学院仍未放弃联系。

失联事件第二天，在小李本人自愿的前提下，辅导员、班主任陪同小李前往某医院精神心理科做心理咨询，根据心理咨询和《焦虑自评量表（SAS）》《抑郁自评量表（SDS）》等参考，小李被初步诊断为重度抑郁和重度焦虑，医嘱建议适当服药干预，小李接受了医生的建议。医院就诊期间，小李父亲两次打电话责骂小李，大意是责怪小李在学校惹事、让老师联系家长、给自己带来麻烦等，导致小李情绪极度低落，在医院一度失语，瘫坐在地。

失联事件第三天，小李母亲来校，学院主要领导、辅导员、班主任与小李母亲谈话，告知其母小李近期的生活、学习状态以及医院的诊断意见，深入了解小李家庭背景和亲子矛盾的原因，商议对小李的后续干预措施，并给小李和母亲单独谈话、敞开心扉的空间，希望有助于母子之间的矛盾缓和。

小李母亲跟老师谈话时情绪失控落泪，陆续说到家里的情况：夫妻感情不和、丈夫早年不提供经济支持；家中老人瘫痪、小孩无人照料；长期的劳累与心酸让自己经常无意识地将情绪发泄在小李身上，导致母子之间已经大半年没有说过话。接回小李就会面临跟丈夫持续的吵架，丈夫也会给小李施压，继续刺激孩子；自己已实在没有时间和精力照顾小李，认为小李在学校还有老师同学的照顾，会更开心。

后续阶段，学校继续与家长保持密切联系并持续引导家长与小李正向沟通，家长也每周来校看望小李；委托室友和主要班委陪伴、关心小李生活学习情况和情绪动态；班主任、辅导员和心理咨询中心老师定期关心小李，开展谈心谈话，及时了解其思想动态。经过一个月的调整，小李的情绪和睡眠状况都明显好转，跟上了课程进度，也开始进行体育锻炼，各方面都在积极转变。

二、个案干预阶段与辅导员的角色转变

（一）危机初判阶段——危机信号的敏感监测者与及时响应者

心理危机的早期识别是干预成功的前提。2004年起，全国各高校均面向全体入学新生进行心理测评工作，用于初步筛查心理异常的学生群体，此举给新生管理工作提供了有效参考，对于在筛查中显示异常的学生，辅导员会进行高度关注。个案中的小李就属于新生心理测评一级预警（最高级别）学生，辅导员通过社交平台捕捉到小李自杀倾向的危机信号后，迅速启动应急响应机制，第一时间联系其室友



确认小李安全并赶往学生寝室,同时向主要领导汇报,及时掌握了小李的实际情况。在初期即形成了响应、定位、汇报的闭环流程,也展示出有效的线上线下双重监测机制:线上关注学生社交平台动态、发言等;线下依托室友、班委等构建朋辈监测网,体现了辅导员作为“敏感监测者”的核心价值。在后续的谈心谈话中,辅导员以倾听为主,进一步掌握学生家庭、情感、学业、认知等多重困境,针对性提出情感抉择、家庭关系抽离、学业目标设定等建议,有效安抚学生情绪。

(二) 危机升级阶段——协同组织者与资源整合者

心理危机干预必须摒除“辅导员单打独斗”的困境,构建多元协同体系。个案中,得知小李失联后,辅导员及时联动各方力量,同步开展“亲友核实、寝室排查、监控调取、报警求助”四项工作,联合班主任、学院领导、学生骨干、室友等形成校内搜寻、干预队伍,高效对接学校保卫处、心理咨询中心、医疗机构形成专业支撑队伍,联系家长形成家校协同战线;确认小李行踪后,辅导员及时给予人文关怀,与主要领导、班主任一同跟小李深入谈话,重点挖掘危机根源,明确了就医评估、行为约束与家校沟通相结合的处置方向,并提前铺垫学业解决方案。此阶段,辅导员有效整合多方资源,构建起“辅导员+班主任+学院领导+学生骨干+家长”的全员干预体系,展现出优异的组织协调与资源整合能力。

(三) 危机干预阶段——专业服务衔接者与人文关怀传递者

在学生本人自愿的情况下,辅导员和班主任陪同小李前往某医院精神心理科就诊,全程协助挂号、协调诊疗并垫付医疗费用;针对“重度抑郁、重度焦虑和服药干预、按时复查”的诊断意见,辅导员本人妥善保管学生的助眠药物,每日督促学生定量定时服药;面对学生因父亲责备性通话情绪崩溃的突发状况,及时开展共情安抚,避免极端行为发生;同时,持续强化家校沟通,反复劝说家长来校,最终促成母亲到校面谈,推动亲子关系初步缓和;安排室友和班委 24 小时侧面关注,有效建立“专人陪同+动态反馈”机制;协调办理留级手续,帮助学生融入新班级、缓解学业压力;对接学校心理咨询中心,固定每周咨询时段。此阶段,辅导员实现了从危机预警、专业诊疗、情绪疏导到日常管控的全过程介入,展现出专业衔接与人文关怀的综合素养。

(四) 危机缓和阶段——长效管理者与成长引导者

危机缓和后,辅导员持续推进三项工作:一是坚持家校协同,与家长定期沟通,明确建议家长与孩子的沟通方式,签订安全承诺书,形成家校共育合力;二是精准帮扶学业成长,协助完成留级手续和课程调整手续办理,帮助学生适应新学习节奏;三是常态化开展心理支持,固定每周专业心理咨询时段,联合班主任定期谈心谈话,实时掌握学生心理动态。事发两周后,学生已按医生建议停用助眠药物,情绪稳定,进入正常学习、生活状态,未再发布负面消息。此阶段,辅导员从“危机处置”逐渐转向“长效管理”,聚焦学生长期成长,展现出长效管理与成长引导的可持续干预能力。

三、辅导员功能高效发挥的实施策略

基于对上述危机个案中辅导员角色实践的深入剖析,重新审视高校心理健康教育与心理危机干预工作,从素质结构、机制协同、资源保障三个方面提出辅导员功能高效发挥的实施策略,对于提升辅导员心理危机干预能力有着重要的意义与价值。

(一) 丰富辅导员素质结构体系,筑牢精准干预基础。心理危机干预过程中,学生和家长的配合程度、学生的情绪变化以及其他外在因素和人员的影响都是不可精准预测的,但又都是有迹可循的。这就需要辅导员必须同时具备精神心理、社会学、法学等方面的知识储备;了解抑郁症、焦虑症等常见心理疾病的基本症状和干预要点;具有一定的同理心,给予学生人文关怀,又能思路清晰,保证干预全程合法合规。因此,必须构建辅导员分层培训体系,针对危机事件不同阶段的特点,开展“危机识别-应急响应-多元协同-长效管理”的全流程培训,并邀请精神科医生、心理咨询师和成功处理过危机事件的资深辅导员进行分享,通过案例分析、情景模拟等方式,提升辅导员对危机信号的识别能力、应急处置的操作能力和协同资源的对接能力;引导

辅导员学习心理学、社会学、法学等跨学科知识,通过心理健康教育和社会学相关专题学习等方式,提高辅导员的人文关怀意识,鼓励辅导员深入学生生活,建立良好的师生信任关系,使学生愿意主动倾诉心理困惑,为早期干预创造条件。

(二) 完善危机干预的机制体制,构建协同干预格局。辅导员是高校学生思想政治工作的骨干力量,但不是唯一力量,学生思想政治教育尤其是学生心理危机干预过程中,需要校院两级形成合力。一方面要明确各层级的预警事件上报流程和标准,辅导员根据心理危机的类别分别采取相应等级的应急机制。例如,对轻微情绪低落的学生采取谈心谈话、关心关爱、同辈帮扶等措施;对重度抑郁甚至发布消极言论和消极行为的学生启动最高干预机制,第一时间结合警方支持开展全域搜索,将汇报上级、反馈家长、排查人际关系等作为首要工作。另一方面,要以辅导员为中心,辐射学院领导、专业心理咨询中心、医疗机构、班主任、家长、朋友等,形成危机工作小组,明确各成员分工,辅导员在其中做好沟通、协调、信息传递等重要工作。

(三) 优化资源平台,筑牢长效干预基石。工欲善其事必先利其器,完备的经济支持、专业帮扶和激励机制能大力提升辅导员危机干预的实效和主动性。首先是必要的硬件设施和经济保障,校院两级均需设立专门的谈心谈话室,室内布置温馨,能让学生感到舒适、放松,能够自然倾诉心事;也可以配备常用的谈话用品,比如初步的心理测评表、信纸、笔,一些不愿意当面诉说学生可以通过文字书写下自己的想法,帮助辅导员了解到学生的内心世界。建立危机干预专用款项,可用于紧急垫付学生医疗费用、交通费用等,解除辅导员的后顾之忧。其次是要注重搭建专业支撑平台,一方面需加强学校心理咨询机构建设,配备足量专职心理咨询师,建立心理危机案例库,开放测评工具,专业心理教师提供学科领域内的心理支持素材,校外心理援助机构共享危机干预专家资源,构建从预防到干预再到善后的全方位、立体化心理健康支持体系^[1];另一方面可以与当地精神卫生中心、综合医院建立合作关系,开通心理危机学生就诊绿色通道,确保专业诊疗及时介入。最后,合理可行的考核激励机制也是必不可少的,将心理危机干预工作纳入辅导员考核体系,明确考核指标,包括危机信号识别情况、应急处置过程情况、危机干预成效评估等,对在危机事件干预工作中表现突出的辅导员给予实质性肯定,激发辅导员的工作积极性与主动性。

小李的危机事件处置经过,是他人生从灰暗转向阳光的蜕变过程,也是辅导员多维角色的现实彰显。当前高校学生心理健康问题渐成趋势,其中不乏家庭因素、人际交往因素、学业和就业因素以及社会大环境因素,复杂的成因和思想不稳定的学生群体给辅导员心理危机干预工作不断带来新挑战。回溯与研判这类典型案例处置经过,有助于精准定位辅导员在危机干预过程中的角色,明晰每个阶段角色的职责,为辅导员提供坚实的全链条支撑,有效保障辅导员角色功能的高效发挥。

参考文献

- [1] 马喜亭,李卫华.大学生心理危机的研判与干预模型构建[J].思想教育研究,2011,(01).
- [2] 张利萍,李彬.高校辅导员心理危机应对胜任力现状及提升路径[J].长春大学学报,2024,34(08).
- [3] 马云昊.高校辅导员在学生心理危机干预中的角色与策略研究[J].时代青年,2025,(03).

基金项目:2025 年度湖北师范大学学生思想政治工作项目《基于典型心理危机个案回溯的高校辅导员角色定位精准化与功能高效发挥策略研究》(项目编号:2025SZB07)

作者简介:龙琴(1995.07—),女,侗族,湖南怀化,教育学硕士,助教,辅导员,研究方向:高校思想政治教育、大学生心理健康教育

