

— 思想政治教育研究文库 —
教育部思想政治工作司组编

知心随想

大学生与辅导员的心灵对话

Notes of the Let-Me-Know-You Project:
Spiritual Dialogue Between College
Students and Their Advisors

宫辉
／
主
编



中国书籍出版社
China Book Press

知心随想

大学生与辅导员的心灵对话

Notes of the Let-Me-Know-You Project:
Spiritual Dialogue Between College
Students and Their Advisors

主 编：宫 辉
副主编：尚春阳 姚 斌

图书在版编目 (CIP) 数据

知心随想: 大学生与辅导员的心灵对话/宫辉主编.

—北京: 中国书籍出版社, 2015. 4

(思想政治教育研究文库)

ISBN 978-7-5068-4868-8

I. ①知… II. ①宫… III. ①大学生—思想政治教育
—中国 IV. ①G641

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 076208 号

知心随想: 大学生与辅导员的心灵对话

宫 辉 主编

责任编辑 张翠萍 毕 磊

责任印制 孙马飞 马 芝

封面设计 中联华文

出版发行 中国书籍出版社

地 址 北京市丰台区三路居路 97 号 (邮编: 100073)

电 话 (010) 52257143 (总编室) (010) 52257153 (发行部)

电子邮箱 chinabp@vip.sina.com

经 销 全国新华书店

印 刷 北京彩虹伟业印刷有限公司

开 本 710 毫米×1000 毫米 1/16

字 数 237 千字

印 张 17

版 次 2015 年 6 月第 1 版 2015 年 6 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5068-4868-8

定 价 68.00 元

版权所有 翻印必究

主
编
简
介

宫 辉 男，管理学博士。现任西安交通大学党委副书记，分管宣传、学生等工作。本科毕业后即留校担任辅导员，历任西安交通大学团委书记，学生处处长，党委办公室、校长办公室主任，人文社会科学学院党委书记，校长助理。2011年12月起任现职。自2005年起在全校推行规范辅导员工作的“知心工程”，取得了良好的效果，该工作模式在全国范围内产生了较大影响。

教育部人文社会科学研究专项任务项目（高校思想政治教育）“大学生思想政治质量提升模式研究”，立项号：教思政函[11JDSZ1006]

总 序

为深入学习贯彻党的十八大和十八届三中、四中全会精神，落实立德树人根本任务，进一步提升大学生思想政治教育工作科学化水平，教育部思想政治工作司启动《思想政治教育研究文库》培育建设工作，旨在鼓励和引导广大思想政治教育理论研究和实际工作者聚焦大学生思想政治教育理论和实践领域的规律性前沿性问题，把经验提升为理论，增强工作与研究的科学化水平，切实提升大学生思想政治教育工作质量。

把握思想政治教育的时代特征。中央高度重视和关心大学生思想政治教育工作。党的十八大以来，习近平总书记发表系列重要讲话，对全面贯彻党的教育方针，为党和人民的事业培养合格建设者和可靠接班人作出重要指示，强调“青年一代有理想、有担当，国家就有前途，民族就有希望”，强调“广大青年要从现在做起，从自己做起，要从勤学、修德、明辨、笃实四个方面下功夫，强调“广大青年要使社会主义核心价值观成为自己的基本遵循，并身体力行大力将其推广到全社会去”。中央在颁发2004年16号、2005年8号文件的基础上，2014年，中办、国办又印发《关于进一步加强和改进新形势下高校宣传思想工作的意见》，对加强高校宣传思想工作作出全面部署。围绕贯彻落实习近平总书记系列重要讲话精神和中央有关文件精神，教育系统各级党组织高度重视，大力推动，思想政治教育工作在改进中加强，在创新中发展，取得了重要进展。方法和途径深入拓展，队伍建设不断加强，育人环境不断优化，广大青年学生思想政治面貌主流积极健康向上。在肯定工作和成绩的同时，我们也要清醒的看到，高校作为各种思想文化交流交锋的前沿和阵地，所面临的形势仍然十分复杂和严峻。随着信息技术的日新月异和对外开放的不断扩大，思想政治教育对象、环境、方式、内容都发生了很大变化，新媒体技术对思想政治教育实践产生的影响越来越深远，社会新变

革对思想政治教育理论创新的需要越来越迫切,青少年的成长特点对思想政治教育模式变革的诉求越来越强烈。受环境、个人成长经历、社会思潮的影响,青少年学生的独立性、选择性、差异性更为凸显。这些都是思想政治教育学科需要研究的新问题,需要应对的新挑战。广大思想政治教育工作者需要准确把握当前的这些时代特征,梳理总结新中国成立以来尤其是改革开放以来大学生思想政治教育取得的可喜成绩和宝贵经验,关注时代发展的特点和党的战略部署,不断丰富完善具有中国特色的大学生思想政治教育的工作体系和理论体系,树立思想政治教育理论自信,形成思想政治教育理论自觉。

聚焦思想政治教育的前沿问题。马克思指出“问题就是公开的、无畏的、左右一切个人的时代声音。问题就是时代的口号,是它表现自己精神状态的最实际的呼声。”思想政治教育的前沿问题是指在理论研究和实际工作中遇到的热点问题、难点问题和规律性问题,这些问题对大学生成长成才以及思想政治教育创新发展产生重要影响,具有普遍性、集中性和迫切性等特点,需要进行创造性的研究和破解。一是要树立问题意识。从理论研究角度说,没有问题意识就没有理论聚焦,没有理论聚焦就不能形成对问题的关注,思想政治教育理论和实践的创新过程,就是一个不断地提出问题、回应问题、解决问题的过程。从实际工作层面看,问题意识来自于现实生活的呼唤。现实生活中矛盾、问题的集中爆发,必然引起人们的普遍关注,成为当下迫切需要解决的社会热点和难点问题。二是要掌握正确的方式方法。思想政治教育规律所揭示的是思想政治教育发展过程中的内在本质联系。从受教育者的角度看,有效的思想政治教育必须遵循受教育者身心发展的一般规律,这就要求思想政治教育工作者必须正确掌握和运用科学的方式方法,坚持以理服人、以文化人。既要正确处理统一要求与因材施教的关系,也要根据受教育者身心发展规律,坚持和掌握反复教育与强化教育的原则和方法。反复和强化不是简单地重复某一原理或结论,而是从各个层面阐述基本原理,从而使受教育者在感受生动性、鲜明性和独特性、新颖性中理解基本原理。三是要有跨学科的视野。思想政治教育学科经过30余年的励精图治,学科发展渐成规模、学科体系不断完善、人才培养日趋优化,但相较于其它学科还显得年轻,基础也相对薄弱。所以,思想政治教育的创新发展要深入发展,走内涵式发展道路,其理论研究和实践探索就需要具备跨学科视野,在坚持独立性,遵循理论研究规律、思想工作规律、人才培养规律、课程设置规律和创新发

内容,建构自身发展体系,进而深化研究,推进实践。思想政治教育研究的跨学科实践,关键在于把握跨“度”,与其他学科之间形成适度张力,形成符合实践需要的中国特色的思想政治教育内容、方法和理论体系。

推动理论与实践的相互促进。习近平总书记指出,“不论是新问题还是老问题,不论是长期存在的老问题还是改变了表现形式的老问题,要认识好、解决好,唯一的途径就是增强我们自己的本领。增强本领就要加强学习,既把学到的知识运用于实践,又在实践中增长解决问题的新本领。”正是因为抓住了“实践”这条生命线,思想政治教育理论研究才逐步从经验走向科学,形成了具有自身特色的研究领域、研究范式、研究方法和研究体系。实践是思想政治教育研究的源泉和动力,思想政治教育研究是实践的指导和依据,二者相互作用,互为依存。要实现思想政治研究与实践的相互促进,就要根植于中国特色社会主义思想政治教育的伟大实践,开展对实践中新问题、新情况的导向性研究,并通过实践不断丰富学科内涵,提高研究的质量。要坚持思想政治教育研究的现实取向,也就是要理论联系实际,坚持在实践中形成理论、发展理论、运用理论,把实际工作作为研究的“试验场”,促进研究的发展、实务工作的推进和研究者的成长。要探索研究成果的转化应用和实践检验模式,扎实推动研究成果在思想政治教育实践中的推广应用,形成有效的理论成果转化体系,用实践来检验成果的可用不可用,管用不管用。

入选《思想政治教育研究文库》培育建设计划的这些著作都是广大思想政治教育工作者长期研究和探索过程中心血和智慧的结晶,他们着眼于大学生思想政治教育领域的重要理论和现实问题,从立德树人、教育现代化、交叉学科、拔尖创新人才培养、提升思想政治教育针对性实效性等多元视角入手,研究规律,总结经验。这些作品从不同的角度反映了大学生思想政治教育理论研究与实践探索的丰硕成果,是大学生思想政治教育创新发展的宝贵财富。

希望在《思想政治教育文库》的引领和示范下,广大思想政治教育工作者坚持理论联系实际,以高度负责的态度、科学严谨的精神来做研究,既推出成果,又锻炼队伍,为落实立德树人根本任务,提高思想政治教育工作科学化水平,推动教育事业科学发展做出新的更大贡献。

编委会

2015年5月

编 委 会

主 编：官 辉

副主编：尚春阳 姚 斌

编 委：（以姓氏笔画为序）

叶 明 刘 茹 许春秀

苏玉波 何益敏 张爱萍

李新安 尚春阳 官 辉

姚 斌 徐 慧 康金勇

薛周利

目 录

CONTENTS

导 言	1
第一篇 扬帆起航篇	7
要知“心”，才能“功”成 9	
用真诚撞开你的心灵 15	
一封发往东京的信 21	
毕业前的阵痛 27	
送你一阵风 33	
原来如此大学 40	
第二篇 学业争先篇	47
萤火微光，与你同行 49	
绝地重生：找回自信的笑容 56	
信念的力量 61	
认清自我去追梦 66	
以亲人之名伴你成长 71	
一个还在继续的故事 76	
第三篇 人情练达篇	83
离群的孤雁 85	
还给老师的 50 元钱 91	
从屏幕前到屏幕里 96	
跨越网络泥潭的父子相拥 102	
化怒为爱的蝶变 107	
赶走心理阴霾，“娃娃脸”重拾甜美微笑 113	

第四篇 情缘聚散篇 119

- 偶遇 PPMM 121
迎合留不住的爱情 128
终结纠结的恋情 135
因为爱,所以爱 140
品尝青涩异地恋 146

第五篇 歧途归正篇 151

- 孩子,妈妈再陪你走一程 153
莫让孩子孤独前行 160
个人不放弃,集体不抛弃 168
走过去,就是新的开始 174
离校出走:重负之下的逃避 180
重新开启的大学之门 186
用我的爱心换你的信心 192

第六篇 化危为安篇 197

- 眼见那令人动容的时刻 199
阳光总在风雨后 207
爱的力量 212
追踪生命的 56 小时 217
灿烂笑容背后的隐忧 224
直面挫折 笑对人生 230
“拯救”研究生小李 236
我不再惧怕了 243
彷徨 250

附录:点评专家简介 257

后 记 259

导 言

辅导员是高校学生思想政治工作的骨干力量。辅导员专职从事学生思想教育和行为管理工作,是教师队伍的重要组成部分。作为直接面对学生的一线教师,辅导员的工作涉及学生的思想政治教育、日常行为管理、心理健康教育、就业指导、社会实践等方方面面。辅导员是否能够和学生进行有效的沟通交流,是影响思想政治教育效果的重要因素。能够进行良好沟通的辅导员,往往可以帮助学生纠正不良习惯,改善消极情绪,纠正不当的思想认识,对学生的成长发挥重大作用,有的甚至可以影响学生的人生发展轨迹,让学生受益终生。

一、当代大学生特点要求辅导员工作的科学化发展

当代大学生以“90后”、“95后”年轻人为主体的,呈现出与以往学生不同的特点。“90后”、“95后”大学生见识广、思想更为开放,更加自主但普遍不愿吃苦,更加关注公共事务并愿意发出自己的声音,网络化生存是许多“90后”、“95后”大学生的常态,他们经常面临情感困惑,消费观念奢侈有拜金主义倾向,缺乏安全感和坚定的价值观。有人对“90后”、“95后”大学生的心理特点做了总结,认为他们在行为上表现出很高的自主性,渴望独立却又依赖性强,耐挫力差,有较强的叛逆意识,常常特立独行,张扬个性;他们在情感上躁动不安,荣誉感强、虚荣心强,不善控制自己的情绪,对喜爱的对象表示热爱,对信服的人表露出钦佩和羡慕,对取得的成就欢欣鼓舞,对不平之事表现得更加愤慨。“90后”大学生是在我国市场经济快速发展的社会背景下成长的一代,是在互联网、手机等新兴媒体大量涌现的信息环境

中长大的一代，是备受呵护甚至过度保护的家庭环境中长大的一代。

“90后”、“95后”大学生的新特点对辅导员工作提出了新的挑战和要求。传统的灌输式教育很难奏效，简单的要求和管理无法满足学生多样化的需求。在新的历史条件下，辅导员工作需要不断探索创新，寻求能够影响学生的有效途径，使辅导员工作制度化、正规化，并且不断走向职业化，是辅导员工作的必然趋势。

为了提高大学生的思想政治素质，促进大学生的全面发展，中共中央国务院于2004年8月颁发了《关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》（简称“中央16号文件”），这是在新时期加强和改进大学生思想政治教育的纲领性文件。文件要求广大思想政治教育者要努力拓展新形势下大学生思想政治教育的有效途径，要结合大学生实际，广泛深入开展“谈心”活动，有针对性地帮助大学生处理好学习成才、择业交友、健康生活等方面的具体问题，提高大学生的思想认识和精神境界。

西安交通大学认真学习中央16号文件精神，从学生实际需要出发，努力改善辅导员的工作条件，使辅导员看清自己的前途，安心于本职岗位。同时，学校统一规范辅导员的工作目标和职责，科学设定工作标准，严格进行检查考核，进一步提高辅导员工作质量。经学校精心设计，形成了以辅导员与大学生面对面谈话为主要内容的“知心工程”，并于2005年9月开始在校内推行。

二、“知心工程”的主要内容

所谓知心工程，就是将大学生与辅导员之间的谈心谈话进行系统化、科学化设计，形成以学生问题为导向，以主动帮扶为形式的辅导员谈心工作体系。其主要任务是通过辅导员与学生之间开展的面对面的谈话，为每一位学生的成长提出有针对性的意见和建议，及时发现和解决学生问题，促进学生全面发展。

“知心工程”的主要形式是辅导员拉网式与学生开展面对面谈话，全面调查了解学生情况，并填写谈话记录。“知心工程”要求各学院、书院辅导员和班主任与学生逐一谈话，填写相应的谈话记录表，并由学生和谈话人签名。谈话人根据谈话内容，进行科学的分析之后，为学生提出改进建议。

在认真分析学生需求和学生问题的基础上,根据辅导员工作的实际需要,“知心工程”设计了8种基本表格,每种表格有不同的代码,采用不同的颜色,适用不同类别的学生辅导员根据不同的谈话对象和话题,选择填写不同的记录表格。这8种类型的表格和适用对象分别是:辅导员在学生宿舍开展巡查和调查活动时使用的《抽查随机谈话记录表》(A表);针对一年级新生的《新生职业生涯与学业进程设计辅导谈话记录表》(C表);针对心理有障碍学生和学习生活有困难学生的《跟踪谈话与深度恳谈记录表》(D表);针对竞赛获奖和学业优异学生的《优秀学生宣传采访谈话记录表》(E表);针对考试不及格学生的《学业分析与面谈咨询记录表》三种(F1表:一门功课不及格;F2表:两门功课不及格;F3表:三门及三门以上功课不及格);针对毕业生的《毕业生就业辅导谈话记录表》(G表);另外还设计了7种针对问题学生的表格,包括《开除学籍学生面谈记录表》(K表)、《留级学生面谈咨询记录表》(L表)、《受处分学生面谈咨询记录表》(P表)、《休学学生面谈咨询表》(S表)、《退学学生面谈咨询记录表》(T表)、《学硕分流学生面谈咨询记录表》(X表)和《转专业学生面谈咨询记录表》(Z表)等。

每一个表格根据面谈问题的特点设计内容。例如《学业分析与面谈咨询记录表(F1)、(F2)、(F3)》的内容框架包括四个部分:不及格课程重要性分析、不及格原因自我分析、学习困难其他原因分析、改进措施和方案,最后由教师给出针对性的建议和意见。《新生职业生涯与学业进程设计辅导谈话记录表》(C表)的内容框架包括四个部分:对大学的期望分析、职业发展愿望分析、家庭状况分析、学业进程设计,最后由教师给出针对性的建议和意见。《优秀学生宣传采访谈话记录表》(E表)的内容框架包括四部分:学习状况分析、综合素质培养分析、家庭背景分析、成功原因自我分析,最后由教师和学生商定进一步完善的方案。《毕业生就业辅导谈话记录表》(G表)的内容框架包括四个部分:对大学生活的回顾与评价、对未来职业和就业目标的预期、对家庭背景和就业竞争力的分析、对就业过程的认识,最后,学生描述自己的择业计划和实施方案。《跟踪谈话与深度恳谈记录表》(D表)的内容框架包括两个部分:问题深入分析和对问题的反思与建议。《抽查随机谈话记录表》(A表)的内容框架包括两个部分:谈话内容记录与原因与对策分析。

表格中还有提示辅导员可以询问的问题,帮助辅导员抓住主要问题展开

面谈。以《学业分析与面谈咨询记录表》(F3)为例,不及格课程重要性分析由6个问题组成;不及格原因自我分析由13个问题组成;学习困难其他原因分析由6个问题组成;改进措施和方案由9个问题组成。再加上教师给出的建议和意见,要完成F3表格规定的谈话任务,师生之间至少要进行30次左右的问答和发散性交谈。

一次完整的“知心工程”的谈话活动,足以保证师生之间的充分交流,达致相互信任、相互了解,并有针对性地提出解决学生困难的有效措施和可行方案。“知心工程”的内容覆盖面广,结构完善、合理,记录准确,基本能够涵盖学生的主要问题,经过8年多的使用与完善,已经成为辅导员工作的好帮手。

三、“知心工程”是系统化、科学化的谈心工作体系

“知心工程”要求辅导员的工作要尽量做到科学性和系统性。只有科学的内容,才能指导辅导员按照道德规范、教育和心理科学规律和为学生提出可行性的建议;只有系统化的工作体系,才能帮助辅导员从中发现学生思想与行为的内在关系,帮助辅导员对学生整体状况做出正确的判断。

首先,“知心工程”是一个强化辅导员岗位职责的系统化工作体系。它要求辅导员针对每一个学生的具体情况,通过谈话等方式,深入了解学生的思想动态。“知心工程”设计的表格涵盖了大学生学习生活的各个方面,如学习成绩、生活条件、身体状况、兴趣爱好、家庭关系、同学相处、未来展望,以及存在的问题、困惑和需求等,通过谈话使优秀的学生受到鼓励,有问题的学生得到帮助或辅导。从谈话对象和时机来看,“知心工程”可分为三个层面:一个是对大一新生的普遍谈话,要求辅导员和每一位学生面对面会谈,目的在于让辅导员熟悉学生,了解新生的需要;第二个层面是对部分学生的随机谈话,每学期要求辅导员按一定比例抽取部分学生谈话,目的是让辅导员了解一般学生的情况;第三个层面是对特殊情况、重点学生的会谈,主要针对考试不及格、经济困难、转专业、被分流等遭遇重大打击事件的学生,目的是及时帮助学生正确面对问题,降低挫折后反应,并以积极的心态应对问题,走出困惑。

其次,“知心工程”增强了学生思想政治教育工作的科学性,提高了辅导

员工作的针对性和实效性。辅导员谈话所用表格经过反复斟酌,并在实践中不断修改完善,表格内容借鉴了心理咨询的相关理论和方法,提高了辅导员与大学生谈话的科学性。“知心工程”表格的内容涉及学生基本信息、问题表现、分析建议等方面,可以让辅导员全面了解学生情况,快速抓住问题的核心,全面分析问题原因,并提出有效的建议,提高了辅导员工作的实效性。

再次,“知心工程”的实施有利于辅导员总结工作经验,提升思想政治工作的研究水平。在这一工作体系中,辅导员的许多具体工作由原来的定性、抽象转为定量、具体,既提高了要求,明确了范围,明确了指标,又方便辅导员抓住最重要的若干问题,对其所管辖学生进行动态跟踪,对学生问题进行分类管理和长期研究,从而整体把握学生的思想状况。同时,对谈话过程的持续记录也有助于辅导员探索和总结解决学生问题的规律,将实践经验提升到理论高度,探索学生管理工作的新方法、新途径。

“知心工程”实施8年多以来,取得了一定的成绩。对辅导员与学生谈话的范围、进度和效果的初步调查发现,辅导员通过面对面的谈话以及开设知心信箱、知心坊,给广大学生开通了倾诉内心情感的渠道,学生中的很多问题被直接、真实地反映出来,使辅导员比较深刻而全面地了解学生的思想动态。通过对学生的调查发现,辅导员主动就学生的学习、生活和身心发展问题,客观、科学地给出建议和意见,学生感到“意外的惊喜”和“实在的教育”。通过对学院领导的调查显示,“知心工程”把辅导员工作推上了可视化、可量化、可考核的新层次,把针对学生开展的“虚”的教育和“实”的服务自然地结合起来,使学院对学生的思想政治教育得到落实,学生学习的主动性明显提高。

四、本书是“知心工程”的总结和成果

本书是教育部人文社会科学(高校思想政治工作)专项委托项目《大学生思想政治教育质量提升模式研究》(立项号:教思政函[11JDSZ1006]号)实践成果的汇总,在书院制模式下,实施“知心工程”、开展“知心谈话”成了辅导员的主要日常工作之一。通过谈心谈话,辅导员更加了解学生的实际情况,并进行有针对性的帮助,学生感受到辅导员的关心和爱护,“知心谈话”拉近了辅导员与学生的距离,提高了学生工作的效率。据不完全统计,

西安交通大学“知心工程”谈话记录累计已有12万余份，这些记录表格是辅导员辛勤工作的成果，是学生成长的痕迹。

大量的实践累积使理论提升成为必要，从“知心工程”的谈心实践中总结学生管理工作的经验，探索有效帮助学生解决问题的方法和途径，是当代高校学生管理工作的现实需求，也是开展高校思想政治教育理论研究的需要。本书正是基于这样的考虑编撰的。

在普遍开展“知心工程”谈心活动的基础上，由本书主编提出倡议，并制定撰写要求和内容框架，面向辅导员征集案例。请各位辅导员总结自己在知心谈话中有代表性的问题，描述问题的发生发展过程，分析问题产生的原因，提出帮助学生解决问题的方法及对策，以实际案例展示“知心工程”的效果。然后对征集到的近百篇文章进行分类整理，并邀请心理健康教育 and 思政教育方面的专家对各篇案例进行点评分析，提升案例的理论意义。

本书以案例的形式向读者展示了辅导员如何陪伴、帮助大学生解决学习生活中遇到的问题，体现辅导员热情投入地为学生排忧解难的认真态度，展现辅导员与学生进行深入沟通所运用的心理咨询技巧，以及辅导员的高度责任心和使命感。本书中每一个案例都是一个生动的故事，全书行文流畅，内容通俗易懂，可以让读者很好地认识到辅导员工作的意义，理解辅导员对学生成长成才的作用，并从案例的处理过程中领悟辅导员工作的方法和技巧。

宫辉

2014年12月