

大连大学2020年大学生思想政治教育研究课题

# 高校辅导员工作理论与实务

孙艳梅 著

吉林人民出版社

# 序

高校辅导员要做什么？中华人民共和国教育部令第24号《普通高等学校辅导员队伍建设规定》第二章第四条明确对辅导员的工作提出了要求：（一）认真做好学生日常思想政治教育及服务育人工作，加强学生班级建设和管理；（二）遵循大学生思想政治教育规律，坚持继承与创新相结合，创造性地开展工作，促进学生健康成长与成才；（三）主动学习和掌握大学生思想政治教育方面的理论与方法，不断提高工作技能和水平；（四）定期开展相关工作调查和研究，分析工作对象和工作条件的变化，及时调整工作思路和方法；（五）注重运用各种新的工作载体，特别是网络等现代科学技术和手段，努力拓展工作途径，贴近实际、贴近生活、贴近学生，提高工作的针对性和实效性，增强工作的吸引力和感染力。

如何才能做一名好的辅导员呢？十六年来我在苦苦追寻着答案，也在不断地向优秀的辅导员看齐。2003年，我来到了大连大学，跟我的第一届学生一起面对崭新的生活，也就此开始了我的辅导员生涯。有人问我：“是怎样的一种信念让你在辅导员岗位上坚守了十六年并乐此不疲？”我的回答是这都源于“爱”。我热爱大连大学这方沃土，我就像一棵小树一样，“贪婪”地吮吸着土壤里的养分，是这片沃土滋养了我，让我茁壮成长起来，虽不是参天大树，但也能抵御风雪。我深爱着我的学生们，是他们的成长和认可给了我不断前行的勇气和力量。

十六年，就如弹指一挥间，我已经从一名懵懂的年轻辅导员成长成一名老辅导员。一直有一个想法，想把自己曾经遇到过的困惑、思考过的问题和经历过的事情写出来，但是迟迟没有动笔，原因是总觉得不够成熟，是领导和老师们的鼓励，让我有信心拿起笔撰写这本书。《高校辅导员工作理论与实务》这本书中有理论有实践。本书共分为四个部分：第一部分是理论探讨，第二部分是案例分析，第三部分是主题班会，第四部分是精品活动。十六年的辅导员工作经历中，我一直在从事师范生的培养工作。边工作边思考，边工作边梳理，边工作边设计，最终形成一套独有的工作模式。将仪式感活动融入到师范生的培养的全过程中，旨在培养师范生的理想信念、师德修养和社会责任感，设计“卓越教师成长季”“宿舍文化节”系列活动提升师范生的从师技能，应用“跟进式”教育模式全方位、全过程开展育人工作。在做好师范生培养的过程中也积累了多种典型学生案例，涵盖了大学生人际交往、危机处理、学风建设、宿舍关系、班级管理、贫困生帮扶、特殊学生教育等多个类型，这本书中对这些典型学生事例以案例的形式呈现给所有学生工作，并进行理论分析，提出解决问题的办法，希望对广大学生工作起到积极地借鉴意义。

大连大学是培养我和造就我的地方，是我实现自身价值的地方。在这里我从一名辅导员成长为院系团委书记再到学院总支副书记，这一路的成长离不开领导的培养，离不开同事的帮助，更离不开支持和认可我的学生们。我只做了我应该做的事情，但是却得到诸多的荣誉。我曾获得辽宁省辅导员年度人物提名奖、辽宁高校辅导员谈心活动先进个人、辽宁省普通高校毕业生就业工作优秀工作者、“千名辅导员万家行”先进个人、辽宁省大中学生暑期社会实践活动先进个人等七项省级荣誉；曾获得大连市优秀辅导员、大连

市优秀团干部、大连市优秀思想政治教育工作者等七项市级荣誉称号；获得校级荣誉50余项。

作为一名高校辅导员，始终要做到理论联系实际，在做中学，在学中做。我不断坚持理论研究，曾主持辽宁省内课题两项、副省级课题一项、市级课题两项、高校辅导员研究会课题一项，校内课题四项、参与各级各类课题是十余项；通过理论研究的结论撰写论文，论文曾获得全国第二届大学生艺术展演活动高校艺术教育科研论文三等奖、辽宁高等学校思想政治工作研究会优秀论文奖等。与此同时，尝试将研究的结果应用于实践，在实践中检验自己的理论是否具有可操作性和实效性，不断地思考与实践提升了自身的工作能力，也取得了良好的效果。我设计的“卓越教师成长季”获得辽宁省精品活动一等奖，“宿舍文化节”和“以仪式活动为载体，增强思想政治教育的实效性”两个活动也荣获大连大学基层学生工作精品项目。

作为一名高校辅导员，也是一名教师，必须以立德树人为根本任务，遵循大学生成长规律和特点，不断创新学生教育载体，才能做好思想政治教育工作。可以说思想政治教育工作，我一直在路上！

# 目 录

第一篇 理论探索·····	001
第一节 思想状况·····	001
第二节 学风建设·····	020
第三节 载体平台·····	034
第四节 模式构建·····	046
第二篇 工作案例·····	052
专题一 助力学业·····	052
专题二 成长路上·····	062
专题三 方寸之间·····	085
专题四 水可载舟·····	101
专题五 春风化雨·····	111
专题六 前车之鉴·····	126
第三篇 主题班会·····	140
主题一 诚 信·····	140
主题二 感 恩·····	145
主题三 安 全·····	151
主题四 习惯养成·····	158

第四篇 精品活动·····	165
精品活动一 “卓越教师成长季” 活动·····	165
精品活动二 宿舍文化节·····	201
精品活动三 教育学院“文明在身边” 第三届宿舍文化节活动方案·····	215
精品活动四 教育学院“我一我们” 第五届宿舍文化节活动方案·····	225
精品活动五 “不给别人添麻烦”····· ——自律系列活动方案·····	235
参考文献·····	246
后 记·····	251

# 第一篇 理论探索

## 第一节 思想状况

### 一、关于大学生中“亚文化群”情况的调查

何为健康呢？联合国世界卫生组织对健康下这样的定义：健康不仅仅是没有疾病，而且是身体上、心理上和社会上的完好状态，即人的健康包括身体健康、精神健康和社会适应功能良好三个方面。然而当代大学生群体由于受到社会、文化等方面的影响，同时自身也有一部分因素，在两方面的共同作用下，逐渐衍生成了“亚文化群”。所谓的“亚文化群”是一个社会学层面的概念，是指在一个社会或一种文化内具有其独特性的一群人。大学生“亚文化群”是指由于某种特殊的社会条件及自身的生理、心理因素而形成的，具有特殊心理、生活方式、精神需求、行为模式以及价值观念的大学生群体。这个群体的大学生有其具体的表现形式，如使用粗口、不道德和不规范的网络语言、过度明星偶像崇拜等几种形式。

为了调查大学生“亚文化群”产生的原因，我们向大连市四所高校的400名大学生发放了问卷，问卷的内容涉猎很多方面。现将调查结果通过图表呈现如下：图1-1、图1-2、图1-3、图1-4分别对大学生的崇拜对象、崇拜的对象所要具备条件、如何看待偶像崇拜现象以及偶像对个人的影响的结果。

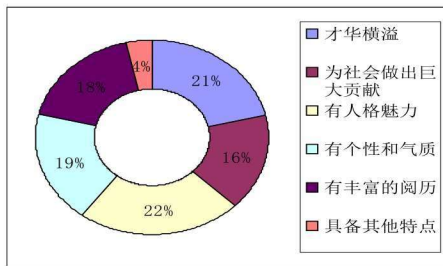


图1-1

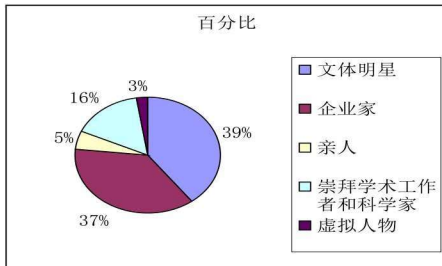


图1-2

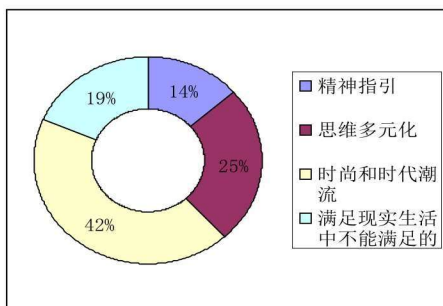


图1-3

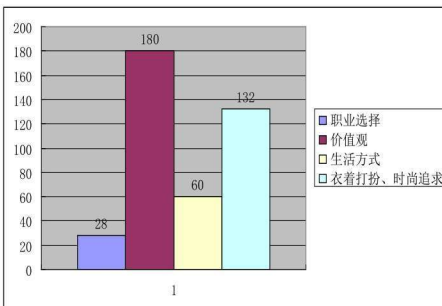


图1-4

从调查的结果可以看出，大学生崇拜的对象多数是文体明星和企业家，他们崇拜的偶像要才华横溢、要有人格魅力。从崇拜的对象和崇拜对象所具备的条件可以折射出一部分大学生是崇尚个人英雄主义、拜金主义的，这种价值观导致大学生目标设立的偏差和缺失，从而产生了“亚健康群”。在应试教育的体制下，在从小学到高中，无论是教师、家长都会一味地向他们灌输一个思想，那就是考上理想的大学，考上大学之后就会有光明的前途，有事业、有金钱，所以学生把考入理想的大学作为生活的唯一目标。在考入大学之前，他们为自己设想了种种美好的理想，他们渴望更大的成功，但是当面对纷繁复杂的人际关系、课程的压力、学习方式的转变、生活的适应和激烈紧张的就业形势时，他们会感到茫然，因为目标与现实的距离太大了，渴望独立的他们不愿意去求助师长，更不能冷静分析崇拜对象，他们的感受只是停留在表象，于是那些一夜成

名的超级女生、快乐男声以及外表光彩艳丽的明星、有魅力、有钱有地位和潇洒另类的人成为了他们追捧的对象，他们对崇拜的对象加以效仿，从衣着到生活方式，到职业选择直至价值观。这种视觉和心理的冲击要远比具有深层的内涵的人更能吸引他们，更容易令他们接受，他们甚至可以把偶像作为自己虚幻的替身。这种模仿和崇拜成为部分大学生中的一种时尚和潮流，并逐步成为大学生的目标。这种信奉统帅了其它一切意识形式，于是大学生因为没有正确的价值观和人生观而出现了“亚文化群”。因此得出结论：大学生“亚文化群”产生的根本原因是没有树立正确的人生观、价值观，导致大学生目标偏差和缺失。

在对400名学生进行树立偶像对自身的帮助调查中得出结果如图1-5：

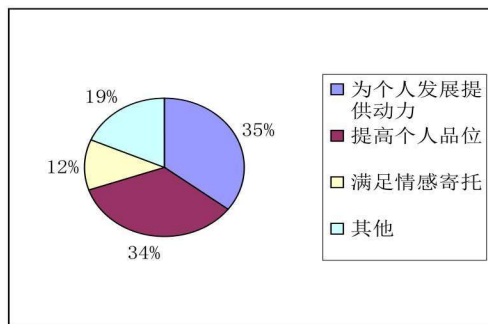


图1-5

调查结果显示大学生认为偶像的设立可以帮助自身发展提供动力，同时可以提升个人品位，同时可以满足情感寄托，这充分证明大学生没有给自己正确定位，他们的人格结构尚未完成整合，没有形成良好的自我意识，对问题缺乏自己的判断力。网络媒体的全球化使大学生可以通过网络了解到很多东西，包括正面的和负面的，而各种媒介对明星、有钱有地位的企业家的奢华生活与社会地位的夸张渲染乃至极力追捧使得社会中弥漫着一种急功近利的浮躁心

理。在物欲与外加因素的干扰下，大学生出现了心态浮躁、偏激、盲目的状况，加之缺乏正确的辨析能力，大学生自身心理发展的矛盾与不均衡是大学生“亚文化群”滋生的土壤。

在对400名大学生进行的现实生活中你是否使用过粗口调查结果如图1-6所示，在网络上是否使用过粗口调查结果如图1-7所示，为什么在网络上使用粗口而在现实中不使用粗口的原因调查结果如图1-8所示，关于在生活中使用网络语言情况的调查结果如图1-9所示，关于为什么讲粗口的调查结果如图1-10所示。

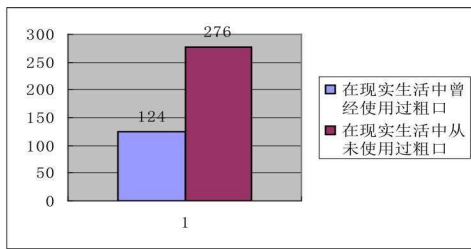


图1-6

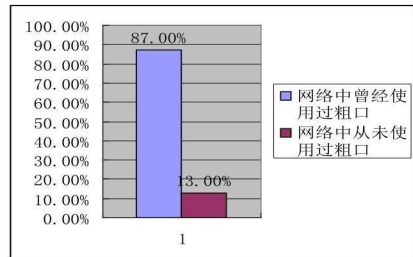


图1-7

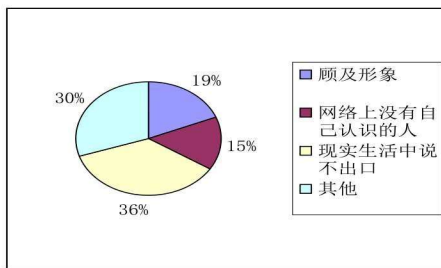


图1-8

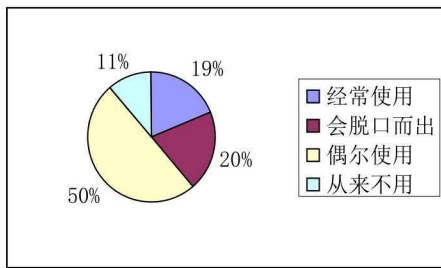


图1-9

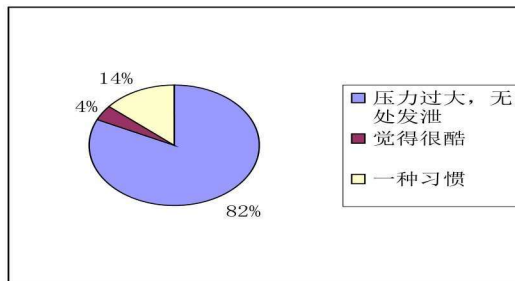


图1-10

从调查结果可以显示出，很多大学生在现实生活中偶尔会粗口，而在网络中大多数学生都使用过粗口，之所以不在现实中使用粗口，原因是要顾及自己的形象，在现实生活中说不出口，而网络中没有人认识自己，所以会经常使用网络语言。而使用粗口的重要原因是因为自身的压力过大，无处发泄，只有个别人使用粗口是一种习惯或者觉得很个性。大学生从小学、初中、高中一路走过来，生活很单一，就是学习；学习方式很简单，就是坐在固定的教室里，老师不停地轮换；生活很幸福，一直被人照顾；目标很明确，唯一的目的就是升入大学。而升入大学后，一切都发生了改变。学分制背景下，学习的课程要上网自己选择，每堂课都会换教室和教师，生活一下变成了独立生活，衣食住行都需要自己照顾自己，人才济济的高校、复杂的人际关系、独立生活的压力等，大学生是处于成熟与不成熟、独立与不独立之间的特殊群体，自身的不成熟或者阅历不丰富导致无法自如地应对这些问题，于是久而久之就成了一种无形的压力。大学生一方面想宣泄情绪，苦于没有正常的渠道，另一方面又受到形象的桎梏，所以只能通过这种方式或者在虚拟的世界里来宣泄和释放情绪，这就必然会滋生出大学生“亚文化群”。

随着网络全球化，思想观念的多元化，大学生所接触的外部世界越来越纷繁复杂。大学生质朴、单纯、理想化且充满热情，会错误地认为只要大众舆论追捧的就一定是一种时尚和潮流，这是一种审美的偏差。审美的偏差和盲从让“草帽哥”“犀利哥”“凤姐”“芙蓉姐姐”一夜走红，这明显是一种怪象，美丑不分，黑白颠倒，把一切恶俗低级趣味的东西当作时尚来炒，这样的社会流行是审美情趣的扭曲！美与人的观念联系着，只有适应人的观念才会产生美，受到欣赏和认同，所以从本质上是学生的审美出现了偏

差。关于对何种途径了解一些所谓的红人的调查结果如图1-11显示，大学生了解接触最多的就是网络和媒体，而西方对中国的和平演变始终没有停歇，他们进行文化渗透的渠道无孔不入，如网络、电影、电视、广告、商业就是他们的主渠道，享乐主义、拜金主义、个人主义、追求个性，屡见不鲜的“哈韩”“哈日”现象也通过这些途径悄然渗透到了一些大学生的精神世界中，这些都催生了大学生“亚文化群”。

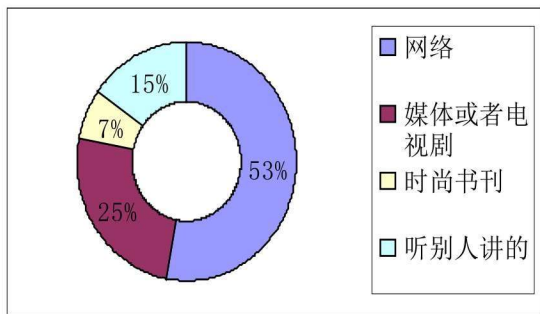


图1-11

对于大学生的思想健康状况而言，透过现象探寻到了本质，就应该及早预防，对于应产生的群体进行积极地引导，才能使“亚健康群”的大学生尽早地融入主流文化，更加健康地成长，从而承担起建设社会主义建设事业的重任。

首先要以两课教学为主体，以红色时尚宣讲团、青年马克思主义人学研究会等学生组织所开展的活动为载体，充分调动学生自我学习，自我教育的积极性，使学生主动学习马克思主义思想并树立正确的人生观和价值观，明确自己的人生目标，从而避免“亚文化群”的蔓延。马克思主义思想是人类文明和智慧的结晶，是人类先进文化的核心和灵魂，只有不断引导学生学习马克思主义思想，才能帮助大学生树立正确的人生观和价值观。然而单纯的说教已经不能打动学生的内心，因此，各所高校两课教师也要更加不断地尝

试新的教育形式，思想教育工作者要更加不断地摸索激发学生自觉学习马克思主义思想的热情，探索出更多更好的自我教育和自我服务的模式。目前，学校和学院正在以红色时尚宣讲团、马克思主义人学研究会、“先锋讲坛”等为载体引导学生自觉学习马克思主义思想且效果良好。马克思主义人学研究会和红色时尚宣讲团是学生通过上理论课和教师的指导，自行选题，结合生活和学习的实际情况自行研究并解决身边发生的问题，或者运用简单、通俗易懂的语言，用贴近学生学习和生活实际的鲜活案例去教育感染身边的学生。“先锋讲坛”是大学生党员通过结合自身成长经历讲述马克思主义，这样的教育虽然没有两课教育的理论深刻，但是这样的教育形式是学生作为主体，是师生对话变为生生对话，这种形式更加易于学生接受和理解。这种新颖的学习形式激发了学生主动学习马克思主义思想的热情，与此同时也提升了学生的辨析能力，从而避免“亚健康群”的进一步蔓延。

其次要帮助大学生寻找压力源，并不断提升大学生的心理健康水平，并逐步帮助他们掌握适应社会发展和社会需要的本领，解决了这些问题，学生会呈现出一个积极的状态，同时也能引导学生走出“亚文化群”。大学生多数从未离开家独立生活，更多的是依赖父母。到了大学，他们会认为自己已经具备了独立的能力，但实际上并没有完全走出“心理断乳期”。他们想在各个方面独立但又缺乏独立的能力，于是来自方方面面的事情让他们应接不暇，很多大学生就会感到困惑、茫然、无法面对现实，于是这些都形成了压力。其实有很多科学的减压方式，可以选择正规的心理咨询室咨询，或是向朋友倾诉，或是通过体育锻炼减压。但从对400名大学生进行采用何种态度面对困难的调查结果（如图1-12）和排解压力的方式的调查结果（如图1-13）来看，一部分学生在遇到困难时会

主动剖析自己或者找师长倾诉并尽力想办法解决。面对已经产生的压力一些学生选择了正确的方式，还有一部分仍旧没有找到正确的解决方式。压力一旦找不到正常的排解途径就会让学生走向另一个极端，可能会以一种不道德的“亚健康”方式出现，如社会上出现的“捏捏族”“拧拧族”等；另外有可能会显现在学生身上，即焦虑、精神恍惚、失眠、甚至于轻生。虽然有很多方式减压，但是这些都是治标不治本的方式，最重要的是帮助学生寻找到压力源，并通过“一对一”谈话、心理讲座、团队心理咨询、班会等方式帮助学生成长，帮助他们学生学会正视困难和挫折，学会正视自己，面对现实，提升他们的心理健康水平和适应社会的能力，以避免压力过大而产生“亚健康群”。

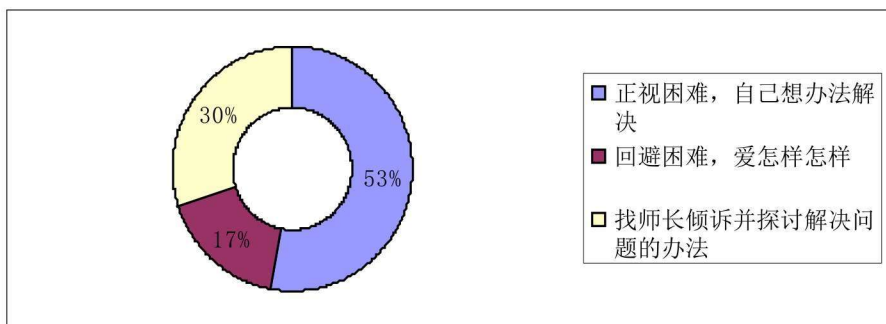


图1-12

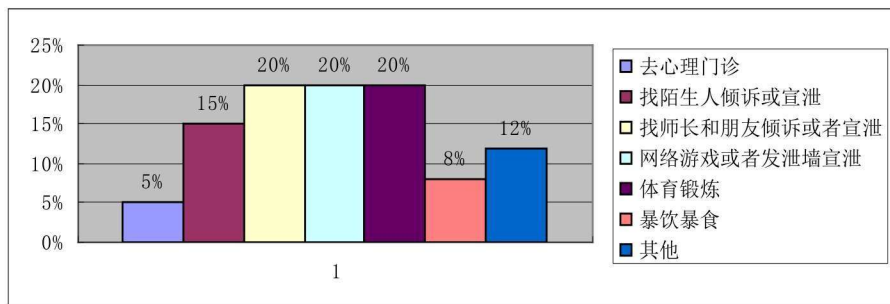


图1-13

再次，注重多角度挖掘并树立学生身边的典范，让每名同学都

能看到光明，找到自己前进的动力，不断弘扬社会主义建设的主流文化，帮助他们树立正确的成功意识以此来引导他们走出“亚健康群”。偶像崇拜是一把“双刃剑”，利用好了，可以激发大学生的激情，如果不加以正面引导，让学生产生盲目崇拜则会影响大学生的身心健康发展。在高校中思想教育及引导中，通过开展“学习之星”“道德模范”“自立自强之星”“才艺之星”“文明之星”“博学之星”“礼仪之星”等评选，从多角度寻找并挖掘学生的闪光点，树立各个方面的典范，让学生能从身边的榜样的身上找到自己的影子，这样就可以激发学生的奋斗激情。与此同时举办学生讲坛、优秀大学生事迹报告会、交流驿站、大讲堂等活动，让学生充分展示自身的特点，讲述自己最朴实的成功经历，以此来教育学生、感染学生、激发学生，让大学生真正感受身边榜样的成长历程，自觉审视自身的人生观、价值观，净化自己的心灵，审视自身，完善自身，从而真正理解成功是需要坚强的意志力和持之以恒的行动的，绝非唾手可得的，更加不是虚无飘渺的一夜成名，从而引导大学生走出“亚健康群”。

最后，最大限度地引导和规范网络语言的使用，不让网络语言充斥大学生的世界，避免使用不规范文字的“亚健康群”的蔓延。随着网络的发展和网民数量的急剧增多，网络在给大学生带来更多的知识和开拓视野的同时也衍生了很多新的语言，这些语言会出现在他们的QQ签名、博客甚至于正规汉字书写当中，对400名学生进行的通过哪些途径知道的表情符号和语言的调查（如图1-14）以及为什么使用的调查（如图1-15）结果显示，多数学生是通过网络交流来获取的这些语言，使用这些文字或者符号是因为它时尚个性。在做网络语言的使用对汉字书写的影响的调查（如图1-16）显示，大学生普遍认为网络语言或多或少会对汉字书写造成影响。那么如

何引导和规范要从两个方面入手，一方面要从大的环境下要进行规范，九届全国人大常委会第十八次会议于2000年10月31日通过《中华人民共和国国家通用语言文字法》是第一部关于语言文字的专项法律。它的诞生，标志着我国语言文字规范化、标准化工作正式步入法制轨道，这是第一部用法律效力去规范语言文字的使用的法律，体现出了重视程度。在大学校园这个环境中更要自觉地遵照法律来贯彻和执行，使法律效力落到实处；一方面要在小环境中营造氛围，逐步引导网络语言使用的规范性。高校教师首先要严格规范使用文字，不为了迎合学生而放弃原则，与此同时还要针对学生开展多种语言文字规范活动，适当限制不规范语言的使用。只有规范意识提高了，上网交流时才会主动放弃一些不规范、违背社会公德的语言，网络词语的规范性程度自然也就提高了，最终也就避免学生不规范使用网路语言的“亚健康群”的蔓延。

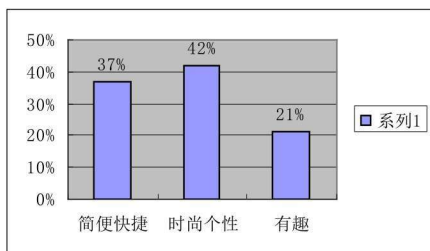


图1-14

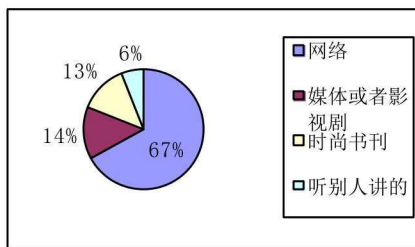


图1-15

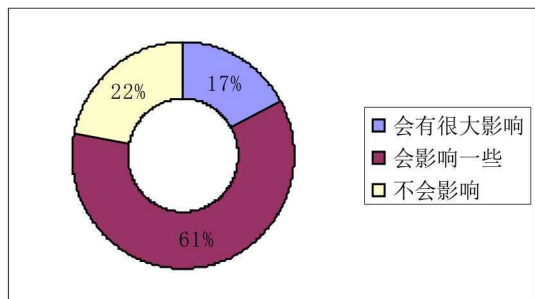


图1-16

综上所述，由于价值观的多元化的影响和非主流文化的影响，大学生群体中出现了与社会主流文化抵触、不对抗的“亚文化群”，要解决问题不是一蹴而就的事情，这是一个长期的过程，这就需要高校不断探寻并使用新的方式方法教育引导学生树立正确的人生观和价值观；并做好大学生“心理断乳期”的保护和衔接工作，帮助其建立健康的心理和人格；同时帮助他们建立其阶段目标和长远目标，树立正确的成功意识；还要充分关注和利用网络开展教育工作；最重要的是在他们经历挫折和存在压力的时候，要给予最主动的指导和真切地帮助，让他们走出失败和压力的包围，以最好的心态去迎接挑战和机遇，当然更需要学生自身的不断努力。

## 二、关于女大学生网贷情况的调研

随着网络借贷的快速发展，一些P2P网络借贷平台不断向高校拓展业务，部分不良网络借贷平台采取虚假宣传的方式和降低贷款门槛、隐瞒实际资费标准等手段，诱导学生过度消费，甚至陷入“高利贷”陷阱，侵犯学生合法权益，造成不良影响。为加强对校园不良网络借贷平台的监管和整治，教育和引导学生树立正确的消费观念。<sup>①</sup>

### （一）女大学生网贷原因

针对女大学生的网贷问题，我们在学校里女大学生十分集中的学院进行了相关调查，以下是对200名女大学生进行的调查问卷结果。

---

<sup>①</sup> 教育部办公厅中国银监会办公厅《关于加强校园不良网络借贷风险防范和教育引导工作的通知》。