

积极心理学背景下高校学生干部培养的路径探究

王尚飞

山东青年政治学院 山东济南 250103

DOI:10.12238/jief.v6i6.8227

[摘要] 积极心理学作为心理学的重要分支,在关注人的内心情感体验、挖掘人的潜能、与塑造人格等各个方面发挥着重要作用。高校学生干部培养具有周期性、延时性和滞后性等特点。如何运用积极心理学调动学生主动投身学生工作和专业学习的积极性,实现学生干部在人格塑造、认知提升、学习工作等方面的共赢,从而实现人才培养目标与立德树人根本任务,是一个值得深入探讨的问题。本文将积极心理学背景下高校学生干部培养的路径探究为题,分析这一问题的解决路径。

[关键词] 积极心理学;高校;学生干部;培养

Exploring the path of cultivating college student cadres under the background of positive psychology

Wang Shangfei

Shandong Youth University for Political Science, Shandong Jinan 250103

[Abstract] As an important branch of psychology, positive psychology plays an important role in paying attention to people's inner emotional experience, tapping people's potential, and shaping their personality. The training of college student cadres has the characteristics of periodicity, delay and lag. How to use positive psychology to mobilize students to actively participate in student work and professional learning, to realize the win-win situation of student cadres in personality shaping, cognitive improvement, study and work, so as to achieve the goal of talent training and the fundamental task of moral education, is a problem worth in-depth discussion. This paper will analyze the path of the cultivation of college student cadres under the background of positive psychology.

[Key words] Positive psychology; university; student cadre; training

积极心理学最早由美国心理学家马丁·塞利格曼在二十世纪末提出。积极心理学关注人内心的情感体验,以“积极”为研究视角,倡导用开放、欣赏的眼光去看待人,发现和挖掘人的潜能、美德等积极力量和积极品质,这与日常思想政治教育工作要注重大学生的人文关怀的理念具有高度的一致性。高校学生干部作为大学生群体的重要组成部分,既有大学生的共性,也有其特殊性。同时,学生干部处于青年初期的成长阶段,对于自身的成长、与人交往和周围环境的认知尚未完善,旺盛的求知欲、增长的好奇心和敢于探索的求新求变意识推动他们不断提升个人能力与素质。学生干部对于个人能力提升的要求普遍较高,善于发现问题、解决问题,因此,他们更愿意以积极的心态去面对生活与学习,实现自身潜能的进一步开发。将积极心理学融入高校学生干部培养工作,有助于其形成完整的

人格,提升情绪调节能力,善于沟通,积极合作,拥有良好道德品质。同时,在心理健康教育课程中有效利用积极心理学内容,有助于该课程作为先修课程为学生职业生涯发展和就业创业打好基础,有助于提升学生干部培养的实效性,提升高校思想政治教育工作的针对性,助力立德树人根本任务的实现。

一、学生干部培养过程中的问题

(一) 选拔与任用过程的不合理

学生干部选拔的起初目的是选拔出理想信念坚定、品德端正、争当表率、起到先锋模范作用的先进分子。选拔主要有三种形式:班级推荐、教师任命与学生会选拔。班级推荐和学生选拔较少,主要通过教师任命,过程单一,缺乏一定的公平性与透明性。任用过程主要考虑到学生管理、教学科研管理等现实工作需求,很少从学生实际身心发展规律、成长需要等方

面做到精准培养。

（二）学生高期望值与实际情况存在差距

大学生处于成年初期，学习能力强、精力充沛，好奇心强促使他们积极探索外部世界，但是经验缺乏、生活阅历较少、人际交往与沟通能力，现实的差距和不满驱使他们通过改变自身来实现能力的提升。当选学生干部能够较好实现学生的这一需求。对于学生干部身份与荣耀的认可与向往使得学生提升了对于担任学生干部带来的更高能力的期望。但现实情况下，学生干部能力的提升是一个长期的过程，学生管理等事务性工作由于其复杂性，不一定能在短期内为学生干部成长提供正向反馈。由此可见，学生干部成长的现实情况与高期望值之间的差距使得培养过程并非一帆风顺。

（三）忽视学生干部心理健康

由于学生干部培养过程中更多关注于教师下发的各项工作任务，重能力而轻素质，忽视学生干部领导力、交际能力、沟通能力的培养。工作内容的繁重和学业的压力双重因素导致学生干部不能做好学业生涯规划、时间安排与问题归因，多种现实情况影响下，学生干部的心理健康问题凸显，如果没有及时的识别与疏导，极易引发心理问题。进而，这种情况对于学生管理与教育工作也会造成困扰。

（四）严格管理与学生干部自由发展之间的矛盾

当前我国所处国内外环境复杂多变。西方一些国家利用其在经济、科技、文化等多方面的影响力向“Z时代”青年输送先进的思想理念、文化传统和前沿科技，在“乱花渐欲迷人眼”中，很多学生由于社会阅历有限、问题分析能力不强，很容易被一些表面的“浮华”所蒙蔽；国内社会的“内卷”问题同样困扰着青年一代，是他们在“想卷卷不起来”“想躺又躺不平”的“45度”人生中迷茫、徘徊；自身所处年龄阶段的盲目性与从众性使得他们在人生道路选择、在选择道路的坚持方面更多向外求，以教师、父母、同龄人的建议和经验为主，很少能够从个人和社会的长远发展角度思考人生方向。学生干部虽然是学生当中的先进分子，但面临以上问题时同样会陷入迷茫，这时，辅导员、教师等多方量的介入共同形成多方管理模式。在严格管理之下，学生干部的处事态度与技能得到了一定程度的提升，但是直接经验的灌输与缺乏深入思考的行动，很容易使他们陷入形式主义、不加思考、害怕出错的思维误区，与其当前应具有的坚韧不拔、自由思考、敢于尝试、不怕出错的精神品质相违背，使其不能得到身心的全面发展，从学生干部培养的长远来考虑，是弊大于利的。

二、积极心理学在学生干部培养过程中的意义

积极心理学能够激发人干事创业的积极性，有利于充分发掘人的潜能，促进人在积极的情绪与氛围下探索成长的无限可能；同样的，将积极心理学运用于高校学生干部培养的全过程，能够帮助学生干部发现自身优势，提升认知能力，以积极的心

理品质面对学生管理、教学科研、实习实践中遇到的困难，做到主动发现问题、冷静分析问题、善于解决问题；除了学生干部个人成长层面的效果提升，教师培养学生干部，引导学生将树立坚定理想信念与个人能力提升相结合，应以服务学校和地方经济发展为育人目标，提升学校育人效能。

（一）有利于提升学生干部各项能力

首先学生干部应该具有坚定的理想信念与崇高的道德素养。只有具备坚定的理想信念和较高的道德素养，才能在工作中提高站位、细致谨慎、认真服务、虚心求教。其次，学生干部应是具有较高能力素质的群体。在学生干部任用过程中要善于发现学生身上所具有的闪光点，充分利用闪光点激发学生提升执行力、提升解决问题能力、提升人际交往与沟通协调能力等能力素养。最后，学生干部应该具有坚强、乐观、有责任心的精神。学生干部工作繁杂、细致，需要有足够的耐心去做好上传下达，在面对朋辈学生的质疑或不配合时，能顶住压力，扛牢责任，击破困难，收获圆满的结果，是需要长期锻炼的，这也是学生干部成长成熟，在学生中拥有威信力和领导力的必经之路。

（二）有助于提升学生干部心理品质

提升学生干部心理品质在于更好提升学生干部心理韧性。积极心理学重视对于人的积极方面、价值和优点的研究。借助于激励的方式对高校学生干部进行引导，使得他们在轻松愉悦的氛围中对自我心态进行调整，提升自身心理素质，激发自身潜能。积极心理学也能够充分调动学生干部的主观能动性，提升自我认识，发挥自我优势，建设积极、乐观、自信的心理品质。在面对复杂的学生事务、课题科研任务、个人成长时能够以平和而富有张力的心态制定短期、中期、长期发展目标并如期完成。

（三）有助于提升学校育人效能

在学生干部培养过程中运用积极心理学相关理论与方法不仅对于学生干部个人成长成才有不可或缺的积极作用，对于学校来说，积极心理学作为心理育人工作的重要方法与手段，为实现立德树人根本任务奠定坚实基础。积极心理学运用到学生干部培养的始终体现在建立起“师-院-校”三级管理体制中，即教师层面发掘优秀学生干部，以“罗森塔尔”效应为激励手段，帮助学生干部更好发现自身优势。学院学生会等学生组织以组织育人与实践育人等不同方式带动学生干部参与学生活动、实习实践等的积极性与创造性。将学生干部的发展融入学校和地方和国家经济发展的目标中，让其在本领增长、担当重任中实现个人价值。因此，将积极心理学运用到学生干部培养的始终，从学生成长到学校发展、地方和国家发展的各个层面体现学校育人效能的提升。

（四）有助于提升社会引才育才积极性

积极心理学在学生干部培养过程中的充分运用，使得“学

生-学校-社会”的三级共育体系得以创建,在学生干部培养成才全过程实现有形可见、有据可依的全链条闭环式发展。以“积极”为基调调动学生干部干事创业、学思践悟的主动性,提升教师、学校对于人才培养标准和人才培养质量的把握与调配力度,促使人才输送到社会后社会各方能够以积极的态度和高度的吸引力招才用才,确保学校教育效果得以实现。社会对于人才资源的合理使用和潜能挖掘是检验学校“积极”教育的一把量尺,也是检验学校教育效果的最终体现。

三、积极心理学在学生干部培养中的实现策略

(一) 健全选拔与任用机制

学生干部的选拔应该建立在一定标准之上,结合运用积极心理学选拔出具有较高思想道德修养、具有服务意识和担当精神的高素质学生。首先要建立完备的选拔制度与章程,明确选人用人标准。选拔出的学生干部要具有大局意识、服务意识。乐于助人、团结同学、尊敬师长、责任心强,不能养成好逸恶劳、贪图享受的习惯。其次,注重培养学生干部的专业素养,让其在专业学习中获得成就感,平衡好专业学习与学生工作之间的关系,充分发挥模范带头作用。再者,对学生干部减少直接任命,进行公开选拔,提升公平性,任用中建立阶段性考核机制,以激励学生干部之间公平竞争,从而科学合理地选拔出优秀的学生干部。

(二) 培养学生干部积极的情绪体验

积极的情绪体验包括感官愉悦以及心理享受。其中,心理享受促使学生个体得以全面发展,并对其积极品质进行培养。学生干部培养与选拔任用中运用积极心理学,充分发挥学生干部的模范带头作用,使其在学生工作、专业学习、第二课堂活动等方面找到一个或多个落脚点、出彩点和闪光点,将个人价值的发挥到在校生活各个方面,以塑造积极心理。

同时要把学生干部的积极情感体验以不同时期来划分,分别为过去的、现在的和将来的。对过去的积极情感体验即对于过去的成就感、自豪感与满足感,对于现在的积极情感体验就是对当下的愉悦感与快乐感,对未来的积极情感体验就是对未来的期待感与乐观感。因此,对于学生干部来说,就是要满足他们对于过去的成就满足,对于当前的愉悦幸福以及对于未完成事件的期待渴望。

(三) 注重自我价值实现与幸福感提升

马斯洛的需要层次理论把人的需要划分为五个层次的需要,分别为生理的需要、安全的需要、社交的需要、尊重的需要和自我实现的需要。前两个属于低层次的需要,后边三个属于高层次的需要。自我价值实现与幸福感提升是自我实现需要得以实现的重要体现。自我价值的实现体现在擅长的领域进行探索。高校学生干部在履行学生干部职责过程中将工作热情、专业能力和管理能力结合起来,以提升其工作价值感与成

就感。高校教师和管理者也要起到引领和示范作用,将正确的价值观和世界观传递给学生干部。学生干部通过自我成长和高校教师的影响,学生干部高层次的需要也被激发出来,形成学生干部与高校教师积极互动的良好氛围。

(四) 建立效果反馈与激励机制

学生干部的选拔与培养过程、培养积极情绪体验的过程和自我价值实现的过程不是一蹴而就的,需要设立不同的层级、设定不同的阶段,对学生干部进行跟踪观察,建立效果反馈机制,畅通反馈渠道,以阶段性目标达成给予奖励与长期性目标达成给予鼓励的双线模式,让学生干部有同伴倾听、有专门老师指导、有渠道表达、有榜样案例,如采用谈心谈话工作坊、团体辅导、学生干部“树洞信箱”、榜样力量选树等途径,以更加透明和长效的方式为学生干部培养“供给养分”,提升面对问题与困难时的心理韧性,让他们在见人所长、互帮互助的环境中成长成才。

四、结语

综上所述,将积极心理学运用到高校学生干部培养全过程,要充分运用其在关注人的内心情感、潜能开发、人格塑造等方面的积极作用,充分运用当代大学生成长规律,发现学生干部培养过程中存在的问题,在学生干部选拔与任用过程中健全体制机制,让学生干部在学业与学生工作中找准平衡点,培养积极情感体验,促进自我价值实现、提升幸福感,以实现学生干部成长成才为基本遵循,帮助其提升各项能力和心理品质,进而实现学校育人效能,以学生发展引领学校发展、以学校发展服务地方经济发展为基本目标,最终实现立德树人根本任务。

[参考文献]

- [1]李慧芹.积极心理学背景下提升高校心理育人实效[J].湖北开放职业学院学报,2024,37(08):44-45+51.
- [2]张玉凤.基于积极心理学的高校心理育人实效性提升策略[J].大学,2024,(10):181-184.
- [3]杨世君.新时代高校学生干部教育培养路径探析[J].湖北开放职业学院学报,2023,36(18):48-50.
- [4]李晋,李玥,李妍.新时代高校学生干部探究与培养路径探索思考[J].北京教育(高教),2023,(03):85-87.
- [5]刘权蕙,逯鹏辉.高校学生干部管理中积极心理学的运用[J].决策探索(中),2021,(02):52-53.
- [6]闫娟娟,苏浩.积极心理学视域下高校心理健康教育实践[J].教育观察,2020,9(45):23-25.

作者简介:王尚飞(1992.10-),女,汉族,山东济南人,硕士,讲师,研究方向:大学生思想政治教育;大学生心理健康教育。