

# 朋辈团体辅导在民办高校心理健康教育中的应用 ——以天津天狮学院为例

孙 萱 樊新华

(天津天狮学院 天津 300000)

**【摘 要】**朋辈团体辅导是促进当代大学生心理健康教育的重要方式,对于新形势下,开展心理育人工作有着重要意义。本文从民办高校大学生心理育人现状分析出发,分析朋辈团体辅导在大学生心理健康教育中的应用,以期能够更好地利用朋辈这一模式发展朋辈团体心理辅导,发挥出它在心理健康教育中的优势和积极作用。

**【关键词】**朋辈团体辅导、民办高校、心理健康教育

《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010-2020年)》中指出:“要以学生为主体,以教师为主导,充分发挥学生的主动性,把促进学生健康成长作为学校一切工作的出发点和落脚点。关心每个学生,促进每个学生主动地、生动活泼地发展,尊重教育规律和学生身心发展规律,为每个学生提供适合的教育”。2017年底,中共教育部党组印发了《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》,文件中明确指导必须要“大力促进心理育人”,将心理健康教育纳入到整体教学计划中去,从知识教育到体制管理上都必须重视起心理育人,从而“培育师生理性平和、积极向上的健康心态,促进师生心理健康素质与思想道德素质、科学文化素质协调发展”。

随着新时代社会主要矛盾的转化,高校师生对心理健康辅导的需求逐渐增长,提供心理健康辅导,开设心理健康教育课程,培育高校师生的健康心理已经成为一件重要且紧迫的工作。

## 1 民办高校心理育人机制

根据《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》文件要求,天津天狮学院将教学和实践作为心理育人开展的实施路径,把心理健康教育课程纳入学校整体教学计划,开设32学时公共基础必修课,按照师生比不低于1:4000配备心理健康教育专业教师,以“三全育人”理念为指导,注重构建全员、全过程、全方位的心理育人网络,充分发挥二级学院的主体作用,形成和建立了“学校—学院—班级—宿舍”的四级心理防御网,使学校大学生心理健康教育中心、二级学院心理辅导站、班级心理委员、宿舍心理联络员相互沟通、相互支持的心理健康教育工作机制,保证了学生能够通过相应的渠道受到必要的指导和教育,及时解决学生因心理因素而引发的问题。

近年来,随着学校心理育人工作实践的深化和工作经验的积累,学校以“三全育人”理念为指导,不断丰富心理育人的工作内涵,不断开拓心理育人的工作途径和方式,构建了较为完善的心理育人工作体系,形成了育心与育德相结合,面向全体学生提供发展性指导,协助学生培养良好的心理素质,即“发展为主,预防为辅”的工作思路,加强对大学生世界观、价值观发展的引导和心理健康问题的关注,尊重大学生不同的性格发展特征,指导学生正确认识自我,完善自我,发展自我,增强学生克服困难、承受挫折的能力,培养学生具有良好的个性,具备积极的心理品质,提高学生的心理健康水平,促进学生全面发展。

## 2 朋辈心理团体辅导的必要性

### 2.1 朋辈心理团体辅导的内涵

清华大学樊富珉教授认为团体心理辅导的内涵主要是指接受过心理健康教育专业培训的团体领导者利用团体成员合力以及不同成员的特长,通过一定的专业技术,帮助部分成员疏导负面心理情绪,解决心理问题,培养正确价值观和积极的生活态度的心理辅导工作。朋辈心理团体辅导的内涵建立在团体心理辅导概念的基础上,是指接受过专业教育的团体领导者与年龄相似的同辈朋友一起,在团体内,运用专业的团体辅导方式,鼓励团体中成员互相沟通交流,在没有心理防备的互动中表达自我、参与合作、主动尝试,尝试纠正错误行为和偏激的心理认知,从而提高个体的心理适应能力。通常,学校心理健康中心会不定期组织大学生团体,招募志愿者,组织开展团体活动,成员通过个人实践和与他人的沟通交流,达到转变自我认识、修正错误行为的目的。

### 2.2 朋辈心理团体辅导的可行性

2.2.1 以天津天狮学院为例,该校自上而下,从学校到院系再到班级设置了三级朋辈心理团体心理辅导组织,分别是学校心理健康教育中心、院系心理健康辅导站、班级心理辅导委员会,这种等级严密、沟通效率高的完整辅导组织能够确保学校的朋辈心理辅导工作顺利开展。其中院系心理健康辅导站和班级心理辅导委员会的成员是在所有学生中通过专业培训和严格测试筛选出来的,还需要定期进行考核,顺利通过考核的学生才能成为朋辈心理团体心理辅导组织的领导者。专家表示,对领导者定期培训和考核是必须的,也能够对辅导工作产生正面促进作用。

2.2.2 由上例可以看出,高校的朋辈心理团体心理辅导的领导者就是学生,他们与成员年龄相仿、生活经历相似,因此也更容易与成员展开互动沟通,能够对成员的经历和心理问题产生共鸣,朋辈之间具有共同的经历、类似的价值观和情感体验,容易相互理解,便于情感联系和建立信任、稳定的辅导关系,具有其他辅导形式无法比拟的独特优势,这也是高校大学生更愿意参加朋辈心理团体心理辅导活动的重要原因,从而提高了在高校内开展朋辈心理团体心理辅导工作的可行性。

### 2.3 朋辈心理团体辅导的积极作用

2.3.1 缓解高校心理健康教育师资紧张的问题。朋辈心理辅导为大学生寻求心理健康辅导帮助提供了心理方式,充分发挥了学生的主观能动性,拓宽了心理辅导的渠道,缓解了心理健康教育师资力量紧张,无法及时为所有学生提供帮助的问题。朋辈心理辅导的领导者扮演了心理咨询师的角色,在学校心理健康教育中心与学生之间搭建起高校沟通的桥梁,成为弥补高校心理健康辅导缺口的重要组成部分。(下转102页)

### 3、创业氛围对于创业意向具有显著的正向影响

本研究结果显示大学生感知学校创业氛围对于创业意向具有显著的正向影响,与Bowles指出的浓厚的创业氛围可以提升人们的创业意愿;蒋剑勇、郭红东指出的创业氛围对农民创业意向有显著的正向预测作用,农村地区创业氛围越浓,农民表现出的创业意向越高等学者的研究结论一致。开设创业指导课期间,老师们会对大学生创业有一个正面的积极引导,同时对于国家及社会支持大学生创业给予的优惠政策进行解读,可以形成正面的舆论导向,可以让大学生产生不再畏惧创业,进而产生更高的创业意向。

#### (二) 研究建议

##### 1、加强创业理论教育及政策宣传

学校应形成规范的创业指导课教学体系,需重视创业的教育教学,有关创业的知识涉及面十分广泛,只有当大学生掌握了这些基础知识,才能在以后的创业中用好这些“工具”,才能少走弯路。国家对于鼓励大学生创业出台了许多的优惠政策,高校应将这些政策为大学生透彻的进行解读,不能停留在表面,应让大学生懂得如何利用起来国家的这些优惠政策,这不仅可以使大学生创业事半功倍,更加可以让大学生们感受到国家大环境的创业优惠氛围。

##### 2、开展丰富多样的创业实践活动

实践是最好的老师。学校应开展丰富的创业实践活动,让大学生将理论所学应用到实践中。国家每年都会举办全国大学生创新创业大赛,学校应多发动学生参与。除此之外,学校应开展丰富多彩的创业主题活动,同时,应鼓励学生利用课余时间都参加社会实践经历,增加社会阅历,这同时也是积累社会人脉的一个过程。

创业氛围对创业意向具有显著的正向影响,但是目前较为缺乏权威的衡量创业氛围的工具,未来可以思考创建衡量创业氛围的量表。

#### 参考文献:

[1] 王甜、刘锦秀、李慧. 创业结果期待在大学生创业自

我效能感与创业意向的中介作用[J]. 北理工大学学报(医学版), 2018(4).

[2] 刘宇娜、张秀娥. 创业意愿、创业机会识别与创业行为关系的实证研究[J]. 税务与经济, 2018(2).

[3] 王本贤. 基于计划行为理论的创业意向与创业教育[J]. 学术论坛, 2013(3).

[4] 胡永青. 基于计划行为理论的大学生创业倾向影响因素研究[J]. 教育发展研究, 2014(9).

[5] 叶培群. 创业氛围的形成机理及对地区创业绩效的影响: 浙江实证[J]. 科研管理研究, 2012(2).

[6] Bowles, S. and Gintis, H. Origins of Human Cooperation, in Hammerstein[J]. Genetic and Cultural Evolution of Cooperation, 2003.

[7] 蒋剑勇、郭红东. 创业氛围、社会网络和农民创业意向[J]. 中国农村观察, 2012(2).

[8] 万鹏宇、林忠永、杨新国. 创业环境对大学生创业意向的影响——创业自我效能感的中介作用

和性别的调节作用[J]. 内江师范学院学报, 2017(12).

[9] 刘敏、陆根书、彭正霞. 大学生创业意向的性别差异及影响因素分析[J]. 复旦教育论坛, 2011(6).

[10] 刘志. 大学生创业意向的结构、影响因素及提升对策研究[D]. 东北师范大学, 2013.

[11] 钟柏昌、李艺. 问卷调查方法在教育研究领域的应用状况分析[J]. 开放教育研究, 2012(6).

[12] 师晓慧. 大学生创业环境、创业自我效能感和创业意向的关系研究[D]. 北京交通大学, (2018).

[13] 胡永青. 基于计划行为理论的大学生创业倾向影响因素研究[J]. 教育发展研究, 2014(9).

(上接 89 页)

2.3.2 受众广、效率高。高校中专业的心理健康咨询教师提供的是一对一咨询服务,受众狭窄且效率低下,无法为更多的学生提供帮助。朋辈团体心理辅导有效地解决了这一问题,领导者与咨询员一起构成了一个数量较大的辅导团体,可以为更多的学生提供心理辅导,还能组成团体辅导活动而不会受到学生的抵触,因此朋辈团体心理辅导在众多高校被推广应用。

2.3.3 促进朋辈心理团体辅导领导者与成员共同进步。不得不引起注意的是,朋辈心理团体辅导的领导者都是大学生,他们在参与朋辈团体心理辅导工作的过程中能够更好的与成员沟通,发现成员的问题,与成员产生情感上共鸣,从而促进成员打开心扉,纾解情绪。因此,在开展朋辈心理团体辅导的同时,一方面领导者与咨询员能够通过实践和学习提升自己的专业能力,强化自己的人际沟通能力和组织领导能力,另一方面,成员们也能通过辅导转变自我认知,改善错误行为,从而实现共同发展、共同进步。

### 3 朋辈团体辅导在心理育人工作中的作用

结合当前新的形势和任务,心理育人工作要求坚持育心育德的大学生心理健康教育工作理念,建立健全教学实践一体化,提高高校心理咨询服务质量,完善预防、预警、干预机制,充分发挥大学生在心理健康教育工作中的主体作用,经常开展朋辈团体辅导活动,针对不同学生群体的需求,多渠道、多途径

地开展朋辈团体辅导,制定不同的实施方案,例如:开展大学生职业规划辅导、人际关系问题辅导以及新生的适应性辅导等团体活动,充分调动大学生的积极性,努力帮助大学生解决心理健康问题。朋辈团体心理辅导不仅为大学生提供了心理咨询渠道,缓解大学生的负面心理情绪,解决大学生的心理问题,还营造了和谐温馨的校园环境,为深入推动心理育人工作提供了有利条件。

#### 参考文献:

[1] 教育部发布《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》[J]. 高等职业教育探索, 2017(06).

[2]. 《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010-2020年)》[J]. 实验室研究与探索, 2018, 37(06): 273.

[3] 姜家生. 朋辈教育在高校心理健康教育中的应用[J]. 中国农业教育, 2008(2): 27-29.

[4] 陶建刚, 杨超, 高峰, 等. 加强大学生心理健康教育的途径[J]. 西部素质教育, 2017, 3(11): 205.

[5] 邹婷. 朋辈心理训练营——大学生积极心理品质培育的有效路径[J]. 领导科学论坛, 2017(23).

#### 作者简介:

姓名: 孙莹; 出生年月: 1980年2月; 性别: 女; 民族: 汉族; 籍贯: 天津; 学历: 硕士学位(本科学历); 职称: 讲师; 研究方向: 心理健康教育、思想政治教育。