

高校心理委员专业化提升探索

员丽斐

(武汉学院 湖北武汉 430200)

摘要: 为完善大学生心理健康教育工作,针对高校心理委员制度建设过程中出现的问题,从选拔机制、培养方式与考评制度等方面进行了改进。结合实际情况提出了心理委员的学期聘用制,提高心里委员的工作兴趣。

关键词: 心理委员;心理委员制度;心理委员培训

目前高校学生多为“00后”,他们正沐浴在新时代的春风中,价值追求、学习方式、课余生活、人生理想等都在发生着悄然变化,给高校思想政治教育和心理健康教育工作带来了极大的挑战。新媒体是指利用数字技术、网络技术,通过互联网、宽带局域网、无线通信网、卫星等渠道,以及电脑、手机、数字电视机等终端,向用户提供信息和娱乐服务的传播形态。在新媒体时代环境下,论坛、QQ、微博、微信、各类直播平台等媒体工具使分身乏术,相距遥远的朋友都可以得到了即时有效的沟通。

新媒体的广泛应用,不断冲击着传统高校心理健康教育模式的理解与认知。而作为高校心理健康教育的中坚力量——班级心理委员的培养在新媒体的影响下,也面临着挑战与机遇。

一、心理委员制度建设的意义

心理委员,既属于班级学生干部队伍,又是由学校心理健康咨询中心统一管理、培养和领导的。心理委员可以发挥学生助人自助的作用,增强对心理问题学生发觉的敏感度;另外,心理委员可以发现正处在萌芽阶段的学生心理问题并及时反馈,减轻辅导员班级管理 and 心理健康教育中心的压力。

心理咨询在我国起步较晚,在多数高校中仍处于初期阶段,许多学生对高校心理咨询室的认知不够充分,或是未能正确意识到心理咨询的重要性。同时,相对老师和多数学生还是倾向于把心中的问题与困惑向身边的同伴倾诉,因此心理委员制度的建立具有以下意义。

(一) 改善了高校心理咨询工作的结构

心理委员的设立可以很好地弥补高校心理咨询人员配备不充分的情况,同时心理委员兼有一定的专业知识技能和来自同学天然的信任感,可以更为方便直接地开展简单的心理咨询工作,这样就可以及时快速的解决部分还处于“苗头”的心理问题,将部分轻微的心理问题扼杀在摇篮之中。

当心理委员,面对或发现难以解决的心理问题,作为心理委员可以第一时间的反馈给辅导员或是心理中心,由学校的心理中心的专业人员进行专业的心理咨询,由此就可以形成的“心理委员——辅导员老师——心理咨询中心”体系,使得高校心理咨询工作结构更加立体化,更加有利于各类心理健康教育工作的开展和实施。

(二) 加强了新媒体时代对信息流的甄别应对能力

在目前媒介竞争激烈的背景下,一些媒体为迎合大众出现了传播内容、传播形式的同质化,导致新媒体传播的信息更趋向低俗、浅薄,而高校大学生还处于人生观、价值观及世界观形成的关键时期,这样的舆论导向和传播形式会阻碍他们对公共事务进行正确的思考和理性的判断。

班级心理委员制度的建立,正是在这样的大环境背景下。作为班级心理委员可以帮助同学们甄别信息流,将可能产生的心理问题

的信息及时发现并反馈给学院学校。这样心理委员在新媒体时代下就形成了第一道防线,帮助同学甄别各种纷繁复杂的信息。

(三) 提高了学生自我教育、自我管理的能力

心理委员多来自于对心理学具有浓厚兴趣或是在学生中具有亲和力的学生,这类学生从兴趣角度更乐于在参与心理咨询工作过程中,同时更乐于不断完善自身能力,进行心理辅。在这个过程中学生自身不断充实和成长的过程,同时学生的心理专业知识也得到了提升。心理委员在通过心理辅导的知识和技能的学习,也能帮助心理委员可以进行自我觉察,促进思维的发展与成熟。

(四) 促进了高校心理咨询工作的实效性 with 精确性

班级中的心理委员都源自学生,同班级的学生能够及时了解同学们的心理状况。正是因为心理委员的学生身份,与其他学生之间有着类似的身心发展与情感体验,可以与班级学生建立更稳固的感情关系,更容易接纳彼此,而且咨询不受环境因素的限制,心理问题学生会更加主动地与心理委员进行沟通,这就促使心理咨询有了更好的效果。

目前的大学生所遇到的心理问题,更多地来自对大学生活准备不够充分,对自己所学专业情况不够理解,对于个人的规划不够清晰等问题。心理委员因为都是同年级、同班级同学,更能理解同学们的心理困惑,在经过培训之后具有了一定的经验,就可以在咨询的过程中会更有针对性,同时也能让同学在咨询中得到更多切实可行的帮助。

(五) 提升了心理危机干预的有效性

在高校中,尤其是院系推行心理委员制度能够及时的发现危机个案,通过学生自助与同学互助的形式进行初步的心理疏导,同时作为班级心理委员可以帮助高校辅导员关注重点学生,及时针对学生心理动态调整工作方式,采取有针对措施,提高心理健康教育工作的灵活性与时效性,也提升了高校心理健康教育资源的利用率。

二、心理委员培养存在的问题

(一) 受认可度比较低,工作积极性不够

一是心理委员是班级学生干部中“最年轻”的岗位,在很多高中学校并没有心理委员这个职务,造成了到了大学出现了心理委员这个职位后,普遍在学生中的认可度不高。二是心理委员初期心理知识筹备不足,不能在同学出现心理问题时给与及时有效的帮助,久而久之同学在出现心理问题后就不再信任心理委员。三是很多同学认为心理问题是隐私,不愿对心理委员诉说,担心作为同学的心理委员不能保守自己的隐私,从而产生一定的不信任感。四是心理委员在日常工作中职责模糊,很多班级心理委员对自身对岗位不能产生认同感。

(二) 选拔制度和考核激励制度不完善

心理委员岗位职责特殊,对学生干部自身素质要求较高。各个

高校在进行选拔学生干部的时间,一般是在新生军训前后举行,这就造成了很多同学不了解心理委员的岗位职责,往往凭借慷慨激昂的演讲和较高的人气获得心理委员的岗位。由于对竞选心理委员不够熟悉,造成了对心理委员的性格特征、心理状态是否适合岗位,人生观、价值观是否端正都成为了不确定因素,基本全看“运气”。

同时,在平时对班级班委管理中,对于心理委员任期内是否符合岗位要求没有明确的考核机制,同时在管理中缺乏与之相应的激励制度,这样就间接地降低了心理委员的工作积极性。

(三) 学校缺乏专业的系统的培训

对于心理委员缺少专业培训,作为心理委员心理健康知识储备不足是比较普遍的现象。这就造成了心理委员在工作中,遇到困难时缺少学校专业团体的支持,很难实现专业化,最终造成心理委员工作职能的下降。

在目前部分高校重视低年级心理委员技能培训,忽略了高年级心理委员技能的培训工作。实际上,大学生的心理不断变化,随着年级的不同呈现出不同的特点。因此,心理委员的培训工作应该有专业的心理健康教师长期的培训和督导。通过不断的培训和督导帮助心理委员可以充分掌握一定的专业技能,并用于日常工作之中。

三、高校心理委员胜任力的培养对策

(一) 建立健全心理委员选拔制度

引入胜任力模型,“胜任力”这一概念在企业当中使用非常广泛,胜任力与工作绩效紧密相关,特别是心理委员的工作专业化程度较高,对学生的综合素养有较高的要求,在心理委员选拔过程中引入胜任力模型,能够更好地匹配到合适的学生干部,提高心理委员工作效率。

根据易思佳(2014)提出的心理委员胜任力七因素模型,在高校心理委员选拔过程中,可以从这七个方面综合考量学生对心理委员岗位的胜任力:组织能力、自我认知、工作动机、团队合作、性格特质、工作态度和专业知识。

可以在传统的学生自我推荐-学生推选-辅导员审核流程上,丰富班委选拔方式的多样性,引入企业人才选拔当中的无领导小组讨论、情景模拟测试、抗压能力测试、角色扮演、心理特质问卷等选拔方法,从中选择与心理委员岗位职责匹配度最高的学生,提高心理委员的基本素质。

(二) 丰富心理委员的培训方式,纳入素质学分

对心理委员进行岗前及工作过程培训。上岗之前,由学校心理中心统一组织培训,培训中要注意:明确心理委员职责、了解保密制度、掌握大学生心理健康基本知识、学会识别大学生常见心理问题、心理危机干预基本知识等。并安排心理委员学习MOOC学习,并要求通过心理委员MOOC学习,取得相应证书。在培训合格后颁发心理委员结业证书,持“证”上岗,增强心理委员工作中的专业技能提升和工作职能认同感。

上岗之后,学校需要定期开展各项主题培训:团体心理辅导、个人成长训练,并针对不同年级的突出问题,有针对性的对不同年级的心理委员进行培训。每个学年至少组织1次培训。通过激励机制,将每次培训纳入素质学分范畴,增强学生参与培训的动力和热情。

由于心理委员工作具有一定的专业性,许多非心理专业的学生对心理健康相关知识等方面仅从兴趣角度有所了解,遇到真正的现实问题责可能出现无从下手情况。所以心理委员的岗前基础知识培训和上岗后的阶段性培训显得尤为重要。心理委员的胜任力与培训经历密切相关,开展一定频率的具有针对性的培训,对提高心理委

员的胜任力有重要作用,所以作为高校应该重视心理委员的针对性培训,以确保心理委员在日常工作中有一定的专业知识及处理能力。

(三) 严格规范心理委员考核机制,强化责任意识

严格规范心理委员考核制度,需要各二级学院配合制定心理委员考核细则,并进行过程监管。

针对考核内容可以从,校级培训及会议出勤情况、班级心理主题班会开展情况、院级团体心理辅导等日常工作开展情况,进行考核。在考核中应结合班级同学的民主评议和辅导员的评价对心理委员进行年度考核。将考核结果设置为不同等级,如:不合格、基本合格、合格、优秀四个等级,当评为结果为不合格的心理委员撤销其职务,班级可以进行改选。通过提高心理委员考核标准,严格规范执行考核制度,对心理委员的工作既起到监督作用,又能树立心理委员的责任感。

(四) 积极落实奖励机制,提高心理委员自豪感

落实奖励,有利于提高心理委员的使命感,挖掘心理委员自身的内驱力。根据心理委员年度考核结果,对表现优异的心理委员进行表彰,直接推优入选“心理委员之星”或“十佳心理委员”等称号;并根据心理委员培训情况,为心理委员申请素质学分。心理委员的工作更多地体现在日常生活和学习过程中,在同学之中的影响力和存在感较低,如果没有针对性的奖励机制,心理委员极易产生无价值感和倦怠情绪,只有充分调动学生内在的驱动力,提升心理委员的归属感和自豪感,才能真正让心理委员热爱和坚定这份工作。

综上所述,通过建立健全心理委员选拔制度;丰富心理委员的培训方式,纳入素质学分;严格规范心理委员考核机制,强化责任意识;积极落实奖励机制,提高心理委员自豪感等方式,充分唤起青年大学生“自助助人、互助成长”的意识,为青年大学生创造充分的成长成才环境,充分发挥高校心理健康教育工作的学生主体性作用,通过心理委员及辅导员共同引导广大青年学生,提高自我调节能力,提高大学生的心理健康水平,培养出全面发展的高素质人才。提高心理委员的培养才能够从准入、培训、考核三个方面构建形成完整的体系,促使心理委员在高校中形成一个良性循环,充分发挥心理委员的作用。

伴随着新型传媒方式的丰富多样,高校心理委员的培养也要顺应时代潮流,积极改变策略,将具有极强不确定性的新媒体变为可以主动使用的工具,充分掌握好、使用好新媒体,虚实结合、加强网络引导等,才能将心理委员的培养工作做得更扎实、更有效,才能切实提升高校心理委员的工作水平和能力,预防校园心理危机事件的发生,构建和谐校园,并使高校整体心理健康教育工作水平取得更大突破。

参考文献:

- [1]周莉,雷雳.美国朋辈心理咨询模式及其对我国的启示——以美国斯坦福大学为例[J].教育理论与实践,2016,(15):51-53.
 - [2]周华.高校学生心理健康教育的现实困境与对策[J].继续教育研究,2018,(11):124-128.
 - [3]乐芬芳.高校心理委员培训研究:胜任力的视角[J].科技信息(科学教研),2011,(05),187-215.
 - [4]熊强.大学生心理委员胜任力模型构建[D].武汉:湖北大学,2010.
 - [5]易思佳.高校心理委员胜任力模型构建与问卷编制[D].南昌:江西师范大学,2014.
- 作者简介:员丽斐(1990.2—),女,汉族,武汉学院,讲师,硕士学位,专业:美术教育、思想政治教育。