

# 教练技术在高校辅导员谈心谈话工作中的应用思考

王晓敏 张恩慧

(内蒙古科技大学 内蒙古包头 014040)

摘要: 本文将教练技术如何应用到高校辅导员与问题学生谈心谈话中作为思考焦点。文中把谈话过程中短时间与学生创建亲和信任关系、迅速锁定谈心谈话焦点切入点和教练工具灵活应用的研究三个方面展开分析, 并对未来实践应用提出了方向。

关键词: 教练型辅导员; 谈心谈话工作; 高校; 问题学生

The application of coach technology in college counselors' heart-to-heart talk

Wang Xiaomin and Zhang Enhui

(Inner Mongolia University of Science and Technology, Baotou, Inner Mongolia 014040)

Abstract: In this paper, how to apply the coaching technology to college counselors and problem students in heart-to-heart talk as the focus of thinking. In this paper, the author analyzes three aspects in the process of conversation, namely, establishing the affinity and trust relationship with students in a short time, rapidly locking the focus of conversation and the flexible application of coach tools, and puts forward the direction for the future practice and application.

Key words: coach instructor; Talk to talk to work; Colleges and universities; Problem student

随着社会和经济快速发展, 现在大学生呈现出自我意识增强、心理修复能力较差、自控能力不足等特点, 这为高校辅导员工作带来极大挑战。教练技术以聆听、发问、区分和回应等技巧可以有效引导谈话对象自我梳理、自我醒悟和自我治愈。鉴于现在大学生特点和教练技术优势, 有必要展开教练技术在高校辅导员谈心谈话工作中的应用研究, 从而让高校辅导员突破工作困境, 提升工作效能。

## 一、教练技术简述

教练技术 (Coaching Technology) 起源于上世纪 70 年代的美国体育界, 后逐渐被应用于心理学、管理学和教育学等众多学科研究和实践当中。教练技术是通过积极聆听和有效提问, 引导和支持谈话对象深入开展自我探索、清晰目标、激发潜能、化解干扰, 并推动有效的行动来实现自我目标, 从而支持谈话者成长和成功的高品质对话技术<sup>[1-3]</sup>。

教练型辅导员, 是指拥有教练技术的基本理念、思考模式, 运用教练技术的核心技能和工具, 在实现自我成长、自我完善的同时, 能支持并带领学生不断成长, 更能有效达成目标的辅导员<sup>[4]</sup>。教练型辅导员应具备从繁杂交错的学生问题中剥茧抽丝、归纳总结规律和灵活运用教练技巧等基本素养。

## 二、新时期下高校辅导员与问题学生谈心谈话过程中面临的困境与挑战

### 1、辅导员自我素养的局限性

当前高校辅导员具有年轻化、经验少、处理问题方法不专业等特点, 当面临极端学生、个性学生的问题时, 往往束手无策、有心无力, 进而无法有效抑制极端事件的发展, 甚至有时会发生悲剧, 不能做到防患于未然, 这为辅导员工作带来极大挑战。

### 2、辅导员精力的有限性

随着高校辅导员工作不断细化, 每天需要处理琐碎的行政事务、心理健康工作、学生信息统计、党务事宜、疫情防控等, 针对与问题学生谈心谈话过程如何使用更加有效处理方法的思考是分身乏术的。

### 3、辅导员缺少系统研究

当下辅导员尽管以研究生学历为主, 但很少是科班出身, 缺少处理典型学生系统方法的研究, 因此辅导员需要对自我进行革新,

自我梳理和自我深度思考。

## 三、教练技术在辅导员谈心谈话过程中技巧应用思考

### 1、短时间与学生创建亲和信任关系

亲和信任关系是辅导员和学生有效谈心谈话的基础, 是打开学生内心世界的钥匙。亲和能够让学生心情放松, 信任是学生愿意吐露心底情绪的必要条件, 是潜意识激发的关键所在, 是提升辅导员工作效率的基础。如何短时间内与学生建立亲和信任关系是问题关键。教练型辅导员在心理状态、能量状态、身体姿势和语音语调等方面与学生做好匹配, 如“拉平身份、用心聆听、情感共鸣”等, 实现谈话过程中与学生的“同在”、保证谈话的流动性。

### 2、迅速锁定谈心谈话焦点切入点

焦点切入点是学生面向未来的基点, 是成功寻找自己的关键。切入点是引导谈心谈话的方向, 按图索骥, 进而渐进实现目标; 锁定主线, 对话以主线为中心展开, 创造愿景体验赋能; 实时微调, 关键节点对谈话内容进行微调, 进而提高谈心谈话的质量。紧扣关键词、恰当发问、梯度切入等方法可以应用在此过程中。

### 3、教练工具灵活应用的研究

教练工具的灵活应用是实现谈话目标的关键, 是引导学生自我梳理、自我突破和自我解决问题的有效方法。教练语言的情景转化、语言流畅的融合、多工具交叉使用等方法是关键。

## 四、总结及展望

教练技术的引入, 可以有效提升辅导员谈心谈话的质量, 能更好的引导学生成为自我挖掘自身潜能, 实现学生自我引导和自我解决问题的主体。未来可以从以下几个方面进行应用: 1、搭建与学生更亲和信任的环境; 2、提升辅导员自我素养, 开展系统思考研究; 3、拓宽教练技巧与谈心谈话的融合途径。

## 参考文献:

[1]https://www.sohu.com/a/492692271\_121124008

[2]玛丽莲·阿特金森, 蕾·切尔斯. 被赋能的高效对话[M], 华夏出版社, 2022.

资助项目: 内蒙古科技大学教育教学改革研究项目“基于车辆工程专业理虚实一体化教学方法探索与研究”(编号: 202/0302052203)