

SFBT 视角下解决高校辅导员与学生谈话存在的部分问题

冀丽 雷萍 张亚男 郭莹 冯蕊

(陕西国际商贸学院)

摘要: 如何有效把握谈心效果,培养当代大学生肩负新时代赋予的新使命,是当代高校辅导员要抓住的重点。伟大的教育家叶圣陶曾说:“教育是农业,不是工业。”辅导员充分了解学生才能够做到“对症下药”,谈心是辅导员开展工作的主要出发点,它可以增强师生之间的情感整合。本文基于 SFBT(焦点解决短期治疗)的原理和方法,探讨大学生解决心理问题的途径。

关键词: SFBT; 辅导员谈心谈话

1. 谈心是辅导员工作的一项重要内容

1.1 辅导员履行职责的要求之一就是谈心

高效辅导员应与学生经常沟通,掌握正确的谈心方式,帮助大学生及时解决思想认识、学习生活、择业以及人生规划等方面的问题。辅导员处于学生工作第一线,对于学生来说也是最亲密、最可信的朋友。定期与学生谈心能够了解学生思想动态,及时处理学生日常所面临的诸多问题。辅导员要重视谈心的重要性,随时关注学生心理变化。谈心还可以增强学生对学校工作和老师工作的认同感,同时增加了学生对辅导员的信任。

1.2 谈心可以促进辅导员的发展

辅导员谈心有几个显著的特点:一是时间的不确定性,二是对象的多样性。因此,辅导员需要具备一定的心理学方面的知识,这需要辅导员在开展学生工作的同时,不断进行自我学习,逐步提高自己的相关心理学理论水平。同时,通过辅导员与学生之间长期的对话,辅导员也会相应提高自身的表达能力、逻辑思维方式、沟通技能等心与心的对话技能。辅导员应重视谈心,发现每次谈心中的不足,吸收知识,提高能力,进而促进职业发展。

2. 高校辅导员谈心效率低下的原因

2.1 就事论事,坦诚相待

辅导员的工作是一个复杂而涉及面非常广的工作。大多数情况下,他们是事故后的“消防员”。大多数师生之间的对话经常发生在处理各种紧急情况时。辅导员与学生交谈往往是因一件事而交谈。一些学生向辅导员寻求帮助。辅导员往往只回答问题本身,没有深入挖掘学生问题的深层次原因和背景,没有时间与学生“面对面、心连心”,也没有通过心连心的对话真正实现情感的沟通。2.2 “说教”不仅仅是“倾听共鸣”

辅导员的职业定位是大学生们的“人生导师”和“亲密朋友”。重要的是要教会学生分辨是非的能力和做事的真实性。然而,许多辅导员将说教作为心与心对话的主要方式,盲目地向学生传达他们想要表达的内容,忽视学生在心与心对话中的反馈和表现。例如,辅导员处理卧室冲突。卧室冲突主要存在于一对一和一对多之间。辅导员在处理此类事件时,容易依靠主观判断,简单地定性是非,片面说教,通过说教使学生改变思想和行为。众所周知,辅导员缺乏倾听学生的声音、理解和共鸣,难以发现事件的合理性和必然性,也就无法解决问题。

2.3 “使用技术”多于“使用艺术”

辅导员在谈心过程中,不可避免地会遇到一些需要通过各种咨询技巧来解决的问题。从思想政治教育服务的高度,把握自己的位置,与学生进行心与心的沟通,需要对话和思考的艺术性,比如,辅导员处理学生党员的思想松懈。如果辅导员盲目使用倾听、移情、尊重、自我开放等沟通技巧,尽管他们可以使谈话深入到潜在问题,但很容易削弱基本立场和原则。在一般的心与心的对话中,辅导员会使用开放式问题来了解学生的问题和情况,但如果他们盲目地“偏离”,很容易偏离对话的主题。

3. 解读将 SFBT 应用于大学生心与心对话的意义

3.1 理论来源

SFBT,即焦点解决短期治疗(Solution-Focused Brief Therapy),起源于研究者 Steve de Shazer 和 Insoo Kim Berg 团队。SFBT 是一种允许双方在尽可能短的时间内确定其生活变化的方法。在这一过程

中,顾问与各方合作,制定他们想要实现的目标,并积极协助各方找到实现这一目标的能力和资源。

3.2 SFBT 的基本精神和原则

SFBT 的重要基本信念基于建设性解决方案,而不是问题解决方案。为什么要将 SFBT 引入大学生的谈心之中?因为这一理论遵循以学生为本的基本要求,能够充分发挥学生的主观能动性和适应性。通过辅导员的话语引导和精神共鸣,学生愿意在大学生们的生活中制定计划、设定目标并为之奋斗。辅导员帮助他们挖掘现有资源,形成独特的成长路径,并给予他们充分的成长动力。这就是真正被称为“人生导师”的辅导员的意义所在。

4. SFBT 在大学生谈心中的应用途径与方法

4.1 用建设性的耳朵倾听和理解

“理解基础”是听者和说话者协调的一系列行动。在此基础上,我们可以确保双方都能理解每一次对话。谈话前,辅导员应收集和掌握学生的基本信息,特别是他们的家庭状况和成长经历,通过学生在课堂和宿舍的侧面了解学生的日常表现,基于对这样一个参照框架的理解和尊重,作为进入学生内心的基础。SFBT 的开放式提问认为,这将开启当事人与辅导员之间的互动顺序。开放式问题通常包含提问者未指定的默认位置,并且符合某些假设。当事人回答问题时,他会考虑这一默认立场的相关经验,同时接受这一默认立场。对于辅导员来说,方法是从学生最后或更早的答案中形成或选择下一个问题。辅导员需要不断关注学生的回答,判断和选择新的问题,选择适当的提问时间,及时表达自己的观点和意见,使师生之间的对话能够集中在同一个核心、同一个渠道,努力实现共同的目标。

4.2 培养积极和良好的目标

辅导员容易陷入经验主义,对不同学生的相同问题,容易给出相同的建议。在 SFBT 对话技术应用中,我们应提前记录学生的成长背景、个性特征以及通过对话学习到的阶段性需求,从而共同构建学生真正想要的东西。这是一个有意义、有利于学生成长、带来希望的目标,使学生具有高度的变革动机。在辅导员与学生的心与心对话中,这一目标体现为可观察、可测量、清晰明确、能反映变化信号、有人际互动情境、能在行为的动态过程中进行描述,帮助学生找到自己的社会支持,共同变革,为监督检查提供动力支持。同时,应该指出,谈心并非一蹴而就。辅导员必须时刻关注学生的变化,持续推动谈心谈话,从而解决根本问题和难题。

参考文献:

- [1]黄荷昱.谈心谈话在高校辅导员工作中的关键方法新探[J].教育现代化,2019(71).
- [2]张硕.焦点解决短期治疗在高校辅导员工作中的应用[J].高教学刊,2018(21).
- [3]王洵.谈心谈话的育人价值和方法研究[J].思想教育研究,2017(9).
- [4]孙蕊芳.大学生情绪处理中采用 SFBT 解决导向的思考[J].当代教育实践与教学研究,2017(3).基金项目:本文系陕西国际商贸学院辅导员专项课题,课题名称为“SFBT 视角下增强高校辅导员与学生谈心谈话的针对性和时效性研究”,课题编号为“SMXY202125”