

团体心理辅导在干部教育培训中的应用

Application of group psychological counseling in cadre education and training

蒲永进

(中共册亨县委党校 贵州黔西南 552200)

摘要: 干部教育培训是干部队伍建设的先导性、基础性、战略性工程[1],当前干部培训重业务知识提升轻综合素质培训有所抬头,特别是干部心理素质方面的关注和实际培训力度不够,干部虽然普遍表现工作能力强,但是在心理素质方面就表现比较差了。基于现实情况,本文立足干部心理素质提升的团体辅导培训开展应用型研究,以期通过对干部教育培训的团体心理辅导课题开发研究,帮助干部教育机构丰富教材体系、扩展干部教育培训范围形式、提高干部综合素质。

Abstract: Cadre education and training is the pioneering, basic and strategic project of cadre force construction [1], the current cadre training emphasizes business knowledge enhancement rather than comprehensive quality training has increased, especially the attention and practical training of cadres' psychological quality is not enough, and the phenomenon of cadres' strong working ability but poor psychological quality begins to appear. Based on the reality, this paper talks about the applied research based on group counseling training for cadres' psychological quality improvement, hoping to help cadres' education institutions enrich the teaching material system, expand the scope and form of cadres' education and training, and improve the comprehensive quality of cadres through effective group psychological counseling subject development research.

关键词: 团体辅导 干部培训 应用

Keywords: group counseling, cadre training, application

“2018-2022 年全国干部教育培训规划”中明确指出:干部教育培训是干部队伍建设的先导性、基础性、战略性工程,在进行伟大斗争、建设伟大工程、推进伟大事业、实现伟大梦想中具有不可替代的重要地位和作用。干部教育培训的目的是为培养造就忠诚干净担当的高素质专业化干部队伍,不断把新时代中国特色社会主义推向前进[2]。结合干部教育培训工作实际,《规划》中主要目标的第四条特别指出:广大干部履职的基本知识体系不断健全、知识结构不断改善、综合素养不断提高,复合型领导干部的培养取得新进展[3]。这里明确指出了“综合素养不断提高的复合型领导干部”是我们干部教育培训的重要目标。当前干部培训重业务知识提升轻综合素质培训有所抬头,特别是干部心理素质方面的关注和实际培训力度不够,这与《规划》提出的“综合素养”、“复合型”的要求存在差距,导致当前部分干部工作能力强但是心理素质差的现象开始显现。

最近数十年以来,我们国内的心理学发展比较快速,在心理学理论和实践应用研究方面都有了非常大的进展,基本形成了比较完善的理论体系和应用技术。团体心理辅导作为心理学实践应用的一个重要组成部分,具有其特殊的理论基础和应用价值。贵州应用心理学经过几十年的探索和实践,在政策指引、制度建设、机构设置、人才选拔、资源配置和社会支持等方面取得了全面进步。但是基本上都是在中小学或普通高校应用较多,在干部教育培训方面还比较欠缺。当前随着时代飞速发展、民主法治不断完善,群众对干部的要求也越来越高,具有更强更稳健的心理素质成为当前干部综合素质中不可或缺的重要组成部分。干部教育培训适应时代法治,结合干部当前现状进行有针对性的课题开发,开发包括《干部心理团体

辅导》等心理能力提升课题就越显迫切。

那么,心理能力建设方面的课程体系中的团体心理辅导课程开发有哪些需要注意的地方呢?本人经过多年在贵州各企事业单位、党校培训的应用实践,有许多已经通过实践检验的经验总结可以供同行参考借鉴,也有一些失败的案例可以作为反面教材提供给应用者避免重复踩雷。下面笔者尝试结合自身十多年的实战总结围绕理论基础、实践应用两个方面谈谈团体心理辅导在干部教培训育中的应用。

一、团体心理辅导活动的基本理论

团体心理辅导活动课程虽然不是理论知识的传达课,但是要求强调心理活动的实践,不提出理论,强调活动体验和剧本体验。但实践告诉我们,要开发好、上好团体心理辅导活动课,课程开发者和授课者都必须做好理论分析,理论分析的目的是为了从理性的角度考虑相关要领,分析、明确指导目的。只有在科学理论的基础上做好理论分析,才能有的放矢创建情景和设计相关活动,以及从容应对学员在活动中可能发生的突发情况,从而能更加有效达成团体活动教学辅导的最终目的。

应用心理学理论是心理辅导活动的理论基础。团体心理辅导理论包括社会学理论、群体动力学理论、个人中心治疗理论、人际交互作用分析理论和人际沟通等理论 [7]。

1、群体动力学理论

团体心理辅导活动课程与德国心理学家鲁文的拓扑心理学的心理场理论密切相关。勒温的心理场理论认为,人的心理现象具有空间的属性,即人的行为是由场所决定,人就是一个场[4]。场上是动力整体,整体自身具有独特的特征,在活动场上,其整体性是在团体

活动场内事实并存的并且是相互依存和相互作用关系。此外,除了 Levin 之外,卡特拉特、赞德等还就学员的吸引力和学员之间的吸引力以及对学员的满意度等(我们把它简称为群体内聚力)进行了深入的研究,他们的研究特别注重团体辅导过程中的团体氛围创设[4]。

2、社会学习理论

社会学习理论是一种在行为主义刺激-反应学习原理基础上发展起来的理论,着重阐明人是在社会环境中学习的[5]。社会学习理论主张把依靠直接经验的学习和依靠间接经验的(观察学习)综合起来说明人类的学习[6]。在团体活动中,从社会学习理论的观点出发,为学员创造充满理解、爱、信赖的情景,通过这种环境的变化,来引起成员个人行为的变化。

3、人际交互作用分析理论

1957年,美国精神分析学家伯恩创立了人际交互作用分析理论。相互作用分析理论着眼于人与人之间的相互作用、交流与研究,特别适合这种干部教育培训的团体辅导。在团体辅导过程活动中,每个成员之间可以观察到其他人的变化和示范,从而逐渐通过这些贯彻到的变化及示范去了解自己的人格结构,并学会怎样和别人沟通[7]。

4、个人中心治疗理论

这是一种由心理咨询与心理治疗发展而来的理论 [9]。这个理论以尊重、平等、协调这三对特殊的治疗关系为核心,要求团体成员具有三种个人特质或基本态度。诚实、无条件的积极关心和共情。个人中心治疗理论的创立为团体心理咨询指导者树立民主、宽松的团体氛围打好了基础 [9]。

5、人际沟通

心理学界普遍认为,人际沟通是指人与人之间运用语言或非语言符号系统交换意见、传达思想、表达感情和需要的交流过程[10]。其有以下特点:(1)沟通双方是互为平等的两个独立的主体;(2)通过沟通调整双方的关系。(3)沟通双方具备统一或相近的符号系统。(4)沟通中可能出现一些障碍[8]。经实践总结笔者认为“注意、理解、接受、行动”是有效的沟通必要的四个步骤。

人际沟通理论为团体咨询过程中人与人之间如何交往、怎样增强沟通效果、建立良好的人际关系、避免减少交往障碍等提供了大量的有价值参考,也为指导者选择怎样的团体沟通方式,如何观察、指导团体成员的沟通等提供了具体方法和技巧[6]。

二、团体心理活动课程具有以下优点、功能以及价值

团体心理活动课程的作用,是把团体作为微社会,在现实生活中受挫,给被压迫的成员提供宽松的环境。在这个充满理解与支持的团体氛围中[5],参与者愿意尝试各种选择性的行为,探索自己与其他人相处的方式,学习有效的社会技巧;在团体成员之间可以得到他们彼此之间的相互感知,同时让一起参与的别的成员在这个团体活动中得到对其本人感知的反馈,通过他人的观点来审视自己;培养成员之间的信任感与归属感,从对团体的信任到信任周围的其他人,从对团体的归属感扩延到对单位、对社会的认同感与归属感[7]。

(一)团体心理辅导的优点

从实践中我们总结出团体心理辅导至少有以下五个方面的优点:一是体验自己受到其他学员的支持,提高公德心和自信;第二,特别是需要帮助的学员可以鉴别,增进个别咨询,团体经验可以提

高指导需求,从而帮助学员达到个人更好的个性成熟;三是团体心理辅导有利于发展学员的社会性[6],团体中所获得的社会化经验可以促进学习与改进行为;第四,可以提高矫正效果,更好地洞察组员,使辅导者可以接触更多的组员,这种接触有助于消除学员的防御性心理,减轻压迫感,改善自己的态度;五是可以更好地为学员提供接近辅导员的机会和增强学员的求助动机[5]。

总的来说,团体辅导可以综合各种教育经验以获得最大的效果,经过团体讨论使方法明确化后,将有助于学员对自身未来的家庭生活、工作等各项活动感到有意义,能够使学员在社会生活中构建更为和谐的人际关系[6]。

(二)干部教育培训中团体心理辅导的基本功能

干部教育培训中开展团体心理辅导,具有与其他机构开展的团体心理辅导不同的功能。

1、教育功能。团体心理活动课指导的过程是借助成员间的相互作用来获得自我发展的相互学习过程,这个辅导过程通常能够帮助学员提高他个人的心理素养,从而提高其综合素质。

2、发展功能。团体心理辅导可以改善成员不成熟的偏差态度与行为,促进其团体成员个体良好的心理发展,培养他们更加健全的人格[6]。

3、预防功能。团体心理活动是预防心理问题发生的有效途径之一。在团体心理辅导的过程中,成员在团体中可以更好地了解他人、接纳他人和满足归属感[7]。干部教育培训中的团体心理辅导注重个人问题与社会现状的契合,能够有效通过团体体验帮助学员预防可能由于社会压力导致的自身心理问题。

4、矫正功能。由于团体活动的情景比较接近日常生活与现实状况,所以通过这样的方式去处理学员的情绪困扰和纠正心理偏差行为就比较容易收到实实在在的效果[6]。

(三)干部教育培训中团体心理活动课的价值

团体心理活动课通过营造的环境,让学员自我在特定的环境中产生互动,通过人的心理和环境的相互作用,为学员提供了一种发展性教育和培训,从而促进成员的成长。团体心理活动课即团体心理辅导具有以下使用价值:一是能够提高团体成员的自我调节控制能力;二是提高训练者的心理活动强度;三是增强训练人员对环境的适应能力。四是增强训练者的心理耐受力;五是改善训练者的社会交往能力;六是加强训练人员的心理自我恢复能力。

三、团体心理辅导课的实际应用

干部教育培训的对象包含了党政领导班子成员、机关公务员、企业领导人员、事业单位领导人员、专业技术人员、年轻干部、基层干部七类人员[3],对象来源广范围大,要做好《干部团体心理辅导》课程的开发应用,需要结合干部教育的总体目标和干部对象进行有针对性的研究,从理论依据、实践经验、学员对象等深入把握干部成长规律和干部教育培训规律去进行全面分析研究,才能够确保这样的课题开发实效性和科学性。

干部教育培训的团体心理辅导课程的开发应用要在结合干部教育对象的基础上,从以下几个方面具体入手。

1、分析研究对象,确定团体的大小和多少。

一个组的大小主要取决于这样的几个因素。团体成员的背景和

年龄；辅导员即授课者的能力和经验；团体的类型和问题的类型等[11]。作为干部教育培训对象而言，属于固定的大团体，这需要进行小团体分类即将全体学员按照团体咨询的目标进行分组。

2、结合团体活动时间，合理安排相关部分

一个持续的活动多久为好，多长时间活动一次以及每次活动多长时间取决于团体的类型与成员[5]。对于干部教育培训而言，针对培训班次时间不长，一个培训班一般情况下最多只有一个的半天团体心理辅导活动课，只能安排2-3个小时。所以课程开发者需要结合干部教育培训的实际，每次以2-3小时左右的时间设计一堂辅导课，再根据辅导目的需要设计2-3个课中活动即可。活动一般的程序是：引用、活动、体验、感觉、思考、疑问、清楚、领悟。几个环节上下联动、紧密结合、环环相扣。很多情况下，为了让学员在无意识的状态下得到更真实的体验，指导老师往往不说明直接的指导目标，所以主题不一定要放在指导课的开始阶段。心理指导活动的课程结束语也和其他主题的课程结束语不同。

3、完成团体心理辅导计划书

计划书必须根据指导的目标和内容具体制定。“小组名称、性质、目标、时间、设计依据、团体结构的确立、保密原则和效果评价等方面”[5]。

4、上好团体心理辅导活动课

再好的理论、再好的课程设计，最终都需要通过实践去达成目标、获得效果，所以上好团体心理辅导课是干部教育培训中团体心理辅导应用的最关键环节。从操作层面上看，上好一堂团体心理辅导活动课，需要注意以下几个方面。

(六) 承担者在学校各方人员通力合作的前提下开展。最好是由具有专业资质的心理辅导员承担团体心理辅导活动课，同时还需要助教全程协助完成。但是，对于缺乏专职心理辅导员的党校等干部教育培训系统，我摸索出更现实的操作方法，即“理论先导，分工合作，资源共享”。一是辅导者和合作者首先开展辅导前理论学习、做好工作分工安排细化到每一个环节，同时积极求助外部力量支持，与之共享教学资源以求达到效果最大化。

(七) 深入开展课前预设预判分析：分析的目的是帮助辅导者应对可能出现的突发状况。只有在上课前进行事先判断分析，才能做好创建有目的的情景和设计相关活动的准备，从容应对学生的突发状况，有效地达成团体心理活动教学目标。

(3) 经常关注团体心理活动课上的情绪

如果说一般课程拼的是学员的注意力，是不断抓取学员注意力的过程。那么心理课则拼的是学员的情绪。团体辅导活动课堂本身就是一个全程充满着情绪的一种特殊的课堂，学员是总是带着情绪参与的，心理课是不断调动学员情绪的过程。学员的情绪是有各种不同种类的，是有波动的，有集中与发散的。全过程做好心理课的情绪关注，可以从一个很好的侧面，帮助心理老师把控课堂现场氛围，来对课堂进程进行全局的把控。那么，如何在教学中时刻关注到情绪呢？一是要在备课时进行情绪定位。比如我在设计《生命的旅途》生命教育的团体辅导课时，就紧紧抓住这个课本身庄重真挚的情绪去考虑；再比如我在构思《时间管理》这节团体心理辅导活动课的时候，我就关注到如何保持整个教学活动的情绪是有紧凑有

紧迫感的。二是在每个团体辅导具体活动设计环节中都需要进行情绪的预测。特别是我在组织团体辅导中“生命教育”这个环节活动时，我引入素材《生命的列车》，将生命比作搭车旅行，重点体验的主环节是“如果生命戛然而止”，创设情境突然来了自然灾害地震，全体学员无法逃生，大家在幽暗的地下通道度过最绝望的几个小时，使学员通过亲身体验，去感受和体会生命的脆弱与可贵，从而深刻反思各自走过的人生，最后迎来光明。这节课学员的情绪是有起伏的，从好奇、无所谓，到渐入情境，哀伤、后悔、悲痛，到坚定、明白、充满动力。这个过程，是需要心理老师有情绪敏感度，进行预设控制的，如果控制得好的话课程会达到非常好的效果。在其他一般课程中学员很难有这样的体验，而心理课可以。三是在教学语言活动体验上进行情绪预设。也就是在教学语气、语调等细节上进行情绪设置，如让学员由紧张焦虑到放松，由快乐到压抑，由无所谓到惊讶，由平静到愤怒，由紧张到放松再到快乐，这都需要进行语言的情绪预设。比如，相声里面的抖包袱，一个一个的包袱下来，让人倍感意外和惊喜，一气呵成，情绪随之变化。

掌握调动情绪的方法是一件考验人功夫的事情。要好好研究，好好揣摩，好好研究。优秀老师，如魏书生、李镇西，还有一些演讲大师如疯狂英语的李阳等等，就特别会通过各种放松调动听众的情绪，促使听者深入思考，促使受众感受愉快。他们的思想、他们的语言，他们的模式，都是值得我们去仔细揣摩、认真研究和参考学习的。做心理学的我们，首先是要充分认识到，情绪是可以调动和被影响的。

总之，团体心理活动课也是心理训练。心理训练用实际操作来改变人，让成员自我在特定的环境中发生互动，通过人的心理与环境相互作用，为团队成员提供了一种发展性教育和培训，从而促进学员个体的成长。通过在模拟的各种环境中执行指定的任务，对个体心理机能的提高和心理状态的变化起到积极作用。团体心理活动课教学可以直接和工作、生活统一。这是干部教育培训中我们开发和应用团体心理辅导的意义所在。

参考文献：

[1] 中国延安干部学院，干部教育培训改革与创新研究 2010

[2] 周丽江，怎样做新时代好干部 2018

[3] 网页，2018-2022年全国干部教育培训规划

[4] 李晓凤，学校社会工作 2010

[5] 杨彦平，社会适应心理学 2010

[6] 李玲玲，阳光心理完美人生——大学生心理健康指导 2009

[7] 陈琴，何静春，符莎莎，大学生心理课堂 2011

[8] 潘莉莉，大学生团体辅导的理论与实践

[9] 吴少怡，大学生团体辅导与团体心训练

[10] 网页，自考团体咨询内容总结 doc—道客巴巴

[11] 陈璐，癌症患者的心理疏导技术

作者简介：蒲永进（1975年8月2日出生），男，汉族，籍贯：贵州册亨，社会学高级讲师，本科（汉语言文学专业），中共册亨县委党校，研究方向：社会学（心理学方面）