

大学生朋辈心理辅导队伍建设的探究

沈晓冉

(西安交通工程学院 陕西西安 710300)

【摘要】目前各个高校对大学生心理健康教育的重视程度越来越高,学生心理健康意识也在逐渐增强,现有心理健康教师数量不能满足心理健康教育工作的需求。朋辈心理辅导是大学生心理健康教育队伍的重要补充。本文针对朋辈心理辅导工作存在的问题,探索如何建设一支高素质的朋辈心理辅导队伍。

【关键词】大学生;朋辈心理辅导;队伍建设

DOI: 10.18686/jyyxx.v3i5.44054

随着社会各界对心理健康教育工作的重视程度不断提高,高校的学生心理健康教育工作取得了很大的进步,但是心理健康教育工作中依旧存在一些问题,比如心理健康教育专职教师较少。心理健康教育工作是面向全体学生的,现有的师生比导致心理健康教育工作开展较为困难,成为制约学校心理健康教育工作进一步发展的重要影响因素之一。为弥补专职教师的不足,很多高校将有心理学学习背景的教师纳入到兼职队伍中,有些高校也开始探索朋辈心理辅导模式。近年来,虽然很多高校也在不断探索朋辈心理辅导模式,但是朋辈心理辅导队伍建设上依旧存在很多问题,比如朋辈心理辅导人员专业知识缺乏、管理制度不完善等,这使得朋辈心理辅导队伍的功能没有得到充分的发挥。因此探索如何打造一支优秀的朋辈心理辅导队伍,使其成为心理健康教育工作的重要力量,具有重要的意义。

1 朋辈心理辅导的概述

朋辈心理辅导最早出现在19世纪60、70年代,当时专业的心理咨询人员比较缺乏,心理学者就培训一批优秀的学生进行专业的心理辅导^[1]。朋辈心理辅导,是指在学生群体中寻找学生担任心理辅导人员,为需要心理援助的学生提供开导、安慰和支持等非专业的心理辅导活动^[2]。朋辈心理辅导与专业的心理咨询有所不同,朋辈心理辅导人员在进行心理辅导的过程中,更注重对来访者保持一种理解、接纳、真诚的态度,营造接纳的氛围。虽然朋辈心理辅导无法达到专业心理咨询的效果,但是它在很大程度上弥补了专业咨询人员缺乏的不足,并且朋辈心理辅导人员一般由同龄人担任,彼此之间相似之处使得他们之间更容易建立良好的咨访关系,帮助来访者正确认识自我,接纳自我,不断的提升自我。因此需要建设一支高素质的朋辈心理辅导队伍,一方面,朋辈心理辅导人员可以更及时地给存在心理困惑的同学提供心理援助,及时发现并解决学生心理问题,做好心理问题预防与解决,可有效减少一些危机事件的产生。另一方面,朋辈心理辅导人员在教师的指导下,组织心理健康活动,可更好宣传心理健康知识,普及心理健康教育,帮助学生提高心理健康意识,提

升自我调适的能力,做好心理问题的预防工作。

2 大学生朋辈心理辅导队伍建设

2.1 建立大学生朋辈心理队伍组织体系

为更好的开展朋辈心理辅导工作,必须完善朋辈心理辅导组织体系。以学校心理健康教育四级网络(学校—学院—班级—宿舍)为基础,建立大学生朋辈心理辅导队伍,构建四级网络体系。校级朋辈心理辅导人员,以心理协会为主体,在学校咨询中心专职心理健康教师的指导下进行工作,一方面,开展朋辈心理辅导工作,另一方面,协助教师开展全校学生心理健康教育活动;学院心理健康辅导站朋辈心理辅导人员,协助学院心理健康教师开展心理健康教育工作,积极开展心理帮扶工作和心理健康宣传工作;班级设置心理委员作为朋辈心理辅导人员,组织本班心理健康活动,提供心理辅导服务,监督班级学生心理状态变化,并及时上报学生心理信息;宿舍心理信息员,掌握本宿舍学生心理状态变化,发现问题及时报告辅导员。完善大学生心理健康朋辈心理队伍体系,这样可以更好的使心理健康教育普及到每一位学生^[3]。

2.2 严格朋辈心理辅导人员选拔制度

朋辈心理辅导人员的素质会直接影响到朋辈心理辅导的质量,要想朋辈心理辅导在大学生心理健康教育中达到预期的效果,必须要严格朋辈心理辅导人员选拔制度。目前很多高校的朋辈心理辅导人员没有心理学的学习背景,并且一般由学生干部担任,多数还是由教师任命,并没有经过严格的选拔。这使得一方面部分朋辈心理辅导人员缺乏专业的素养,缺少成为一名朋辈心理辅导人员的特征,以至于不能较好的胜任朋辈心理辅导工作;另一方面朋辈心理辅导人员由教师任命,不是自愿参加,工作时容易缺乏积极性和主动性,即使后期经过专业的培训,学习兴趣很低,工作投入不够,也很难起到较好的辅导效果。因此必须严格朋辈心理辅导人员的选拔,首先朋辈心理辅导人员选拔要在学生自愿参加的基础上,每年进行一次人员的招募;再次严格选拔程序,选拔过程可加入笔试、面试和心理测试,选择具有一定心理学知识背景,心理素质良好并且其人格特征适合做朋辈心理咨询人员的学生担

任。对朋辈心理辅导人员进行选拔后,首先担任实习朋辈心理辅导员,经半年培训和实践学习,进行再次的选拔,理论知识和技能考核通过后,可正式担任朋辈心理辅导员。

2.3 建立朋辈心理辅导人员激励制度和考核机制

建立一支高素质的朋辈心理辅导队伍,需要完善的考核制度和激励制度作为保障。建立朋辈心理辅导员考核制度,并制定相关的评分细则,每半年对朋辈心理辅导员进行一次考核,考核从多角度,多维度进行,考察其综合素质。将朋辈心理辅导员纳入到学生干部队伍中,首先经考核可以胜任朋辈心理辅导工作的学生,颁发聘任证书,并将其作为学生社会实践的一部分,可给予一定的学分;其次设置专门奖项,如优秀学生心理辅导员,十佳心理委员等;最后增加学生心理辅导专项经费,根据学生咨询时间,发放咨询费用,对优秀学生心理辅导员额外增加奖励费用。这样可以吸引学生加入朋辈心理辅导队伍,激发其学习和工作的积极性和主动性,为学生心理健康教育提供优秀学生工作。

2.4 加强朋辈心理人员的培训和督导

目前,朋辈心理辅导员专业能力比较缺乏,这也是影响朋辈心理辅导工作的重要因素之一,所以必须加强对朋辈心理辅导员的培训。现在很多学校对朋辈心理辅导员的培训制度并不完善,而且很多高校没有心理学专业,这也使得朋辈心理辅导员的知识和技能比较缺乏,朋辈心理辅导员在学校心理健康教育工作中没有起到应有的作用。首先培训人员必须是有心理学学习背景,并取得相关的执业资格证书,具有从业资格的专职教师担任;其次培训目的需要明确,培训的目的并不是培养专业的心理咨询师,而是培养朋辈心理辅导员^[4],培训内容需要围绕这个目的进行,对学生进行专业心理知识和技能的培训;再次培训要系统化,培训需要有计划、系统地进行,并且采用多种形式的培训,比如知识讲授、小组讨论、心理游戏、团体活动等,采用多样化的教学形式,激发学生学习兴趣,帮助学生更好的掌握相关的理论知识和技能。朋辈心理辅导员需经过相应学时的培训,并通过考核才能担任。这样朋辈心理辅导员经过培训,掌握了相应的理论知识和技能知识,能较好的胜任工作。

另外,也需要加强对朋辈心理辅导员的督导,一方面,专业的心理健康教师定期对其进行案例督导,帮助他们解决工作中的难题;另一方面,让这些朋辈心理辅导员组成学生小组,每周进行一次朋辈督导,讨论在工作中

遇到的问题,探讨如何更好的解决这些问题。督导帮助朋辈心理辅导员提高工作能力和心理素质,有助于朋辈心理咨询人员的功能得到更好的发挥,促进大学生心理健康发展。

2.5 丰富朋辈心理辅导人员的工作方式

目前,很多高校朋辈心理辅导员的工作形式比较单一,主要进行一些朋辈的心理咨询。但是学校的心理健康教育不仅仅包括心理问题的解决,更多的工作是针对学生的心理发展,帮助学生形成良好的积极品质,促进其各方面潜能的发挥,因此需要丰富朋辈心理辅导员的工作内容。朋辈心理辅导员的工作主要包括:①心理危机预警:在四级网络体系的基础上,宿舍、班级、学院、学校不同层面的朋辈心理辅导员,做好学生心理健康监督工作,特别是重点关注学生心理状态的变化。②个体心理辅导工作,经考核后可以胜任心理辅导工作的人员,运用相关的咨询技术,为存在心理困扰的学生提供心理援助。③团体心理辅导,每学期制定团体心理辅导计划,一方面,为各个班级进行团体心理辅导,将团体心理辅导作为日常心理健康教育的一部分;另一方面,定期招募有共同心理问题的学生,进行多种形式的团体心理辅导。④组织心理健康教育活动,根据学校心理健康教育计划,组织开展形式多样的心理健康教育活动,做好心理健康教育宣传工作。

3 结语

随着各高校心理健康教育工作的不断发展,对心理健康教育工作人员的需求量也在不断的增加,因此应探索新的模式,建设一支高素质的朋辈心理辅导队伍,去补充到心理健康教育工作的队伍中去。朋辈心理辅导队伍由同龄人组成,对于开展学生心理健康教育具有一定的优势,以其为切入点能更深入地促进心理健康教育的发展。但是要让朋辈心理辅导员的功能得到充分的发挥,必须加强朋辈心理辅导的制度化、专业化和规范化建设,完善组织体系,选拔符合条件人员加入,加强对朋辈心理辅导员的培训,经考核通过后方可担任相关工作,做好激励工作,激发朋辈心理辅导员工作的积极性和主动性,使其功能得到充分的发挥,推进学校心理健康教育工作进一步发展。

作者简介:沈晓冉(1989.2—),女,硕士研究生,助教,研究方向:心理健康。

【参考文献】

- [1] 吴遐.大学生心理健康教育的现状与对策探析[J].法制博览, 2020(14): 233-234.
- [2] 李敏,康纯佳.网络背景下大学生朋辈辅导新模式的探索[J].文存阅刊, 2019(3): 37.
- [3] 李同法,李凤英,焦瑞超等.社会主义核心价值观视域下大学生朋辈心理辅导工作模式构建研究[J].法制与社会, 2020(13): 193+237.
- [4] 张元洪.高校开展大学生朋辈心理辅导工作的理论与实践探讨[J].思想政治研究, 2015(10): 123.