

# “一次单元模式”积极艺术治疗团体辅导： 美术院校心理委员培训

吴 晶

广州美术学院学生处，广州

**摘 要** | 心理委员是高校心理健康教育体系中不可或缺的一部分。因其工作性质的特殊，需要具备更高水平的工作胜任力。心理委员专业化培训必然成为高校心理育人工作的重点内容。文章基于美术院校学生的特点，提出在积极艺术治疗理论框架下，开展“一次单元模式”团体心理辅导，并详细探讨主题内容的选择、结构的设计、过程的实施，以及目前研究的不足与未来的研究方向，以便为美术院校心理委员培训工作的深入开展提供参考。

**关键词** | 积极心理学；艺术治疗；一次单元模式；团体辅导；心理委员培训

Copyright © 2023 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



## 1 引言

教育部办公厅在《关于加强学生心理健康管理工作的通知》中强调，高校要健全完善“学校、院系、班级、宿舍/个人”四级预警网络，依托班级心理委员等朋辈骨干群体关注学生心理异常情况。时至 2021 年底，在教育部部署院校中，有 97.3% 的高校建立了心理委员制度<sup>[1]</sup>。心理委员已然成为高校心理健康教育体系中不可或缺的一股力量。心理委员是指在班级中专门设立的服务于学生心理健康需求，承接学校和院系心理健康教育工作，实现学生自我教育、自我服务、自我成长的班级学生干部；因其具有年龄、经历、情感等方面的天然优势，在心理知识宣传、心理活动组织、心理危机预警，以及指导同学寻求专业的心理咨询等方面都起到积极的促进作用<sup>[2]</sup>。心理委员担当着健康理念传播者、心理知识宣传者、心理活动组织者、心理动态观察者、心理问题关怀者，以及危机干预协助者的多重角色<sup>[3]</sup>。他们既需具备一般学生干部工作强调的组织与协调能力，也需具备更多心理助人专业知识和技能，更需在一定的伦理要求下履行心理助人的职责和使命。因此，心理委员专业化培训应该成为高校心理健康教育工作的重点内容。本研究在对以往研究文献进行梳理的基础上，结合美术院校的专业特点和学生特点对心理委员培训的内容和结构进行讨论，并在实践中思考与总结目前研究的不足和今后可尝试的研究方向，以探索出一套真正适用于美术院校的心理委员培训模式。

基金项目：高校思想政治队伍培训研修中心（华南师范大学）2021年度开放课题（项目编号：SCNUKFYB034）。

作者简介：吴晶，广州美术学院学生处心理健康教育与咨询中心讲师，研究方向：大学生心理健康教育与咨询。

文章引用：吴晶. “一次单元模式”积极艺术治疗团体辅导：美术院校心理委员培训[J]. 中国心理学前沿, 2023, 5(4): 375-384.

<https://doi.org/10.35534/pc.0504045>

## 2 研究综述

### 2.1 心理委员培训现状

心理委员制度在世界心理健康教育史上是从未有过的，是中国的发明创造<sup>[4]</sup>。2004年，天津大学在全国率先推行心理委员制度，标志着我国高校心理委员制度的正式诞生。之后，研究者们开启了这一领域的学术研究。国内关于心理委员培训的研究大体可总结为三个方面：（1）系统化课程设计与开发。北京师范大学发展了一整套理论与实践兼备，必修与选修结合，分层次、有重点、覆盖全员的专业化培训课程。包含“雪绒花心理健康大讲堂”基础培训和基于不同心理委员成长需要的中级培训和提升培训<sup>[5]</sup>。浙江师范大学朋辈互助课程以提升自助与互助技能为目标，主要采用自我成长性团体与心理技能训练团体相结合的培训方式，既有针对性，又有系统性<sup>[6]</sup>。（2）基于某一理论视角的探讨。柳珺珺将“以人为中心”的心理咨询理念应用于心理委员培训，取得较好实践效果<sup>[7]</sup>；范慧玲从积极心理学角度对心理委员进行希望、乐观、自我效能感、韧性四个方面的心理资本开发，以提升心理委员素质，增强其工作满意度与效能感<sup>[8]</sup>。（3）某一具体方法的应用探究。王自华认为运用案例教学法可以提高心理委员培训的时效性<sup>[9]</sup>，来燕具体探讨了这一方法的操作方式、实施过程和注意事项<sup>[10]</sup>；韦志兆、张卓群和袁婷等通过实证研究表明团体心理辅导在心理委员培训中具有优势<sup>[11-13]</sup>；刘静建议采用项目教学法，将理论与实践操作、技能培训与自我成长相结合，切实提高心理委员培训效果<sup>[14]</sup>；李雪提出将校园心理剧引入心理委员培训<sup>[15]</sup>，刘曼曼用实验法证实了“情景剧教学法”会比“传统教学法”更有效地提升心理委员胜任力<sup>[16]</sup>；余金聪设计的干预实验证明体验式教学模式值得在大学生心理委员培训中应用推广<sup>[17]</sup>，并基于“互联网+”新教育背景，研究了慕课培训对提升心理委员胜任力水平的价值<sup>[18]</sup>。

综上所述，研究者在心理委员培训领域进行了大量的思考和实践，并取得了一定的成效。但也不难看出，这项工作总体上还处于探索阶段。基于某一理论视角的研究相对较少，这意味着对实施培训的理论依据思考得还不够充分；在具体培训方法的选择上虽呈多样化，也有实证研究证实了方法的有效性，但很少有研究者提及培训方案的具体内容与过程设计，难以进行深入推广。因此，本研究希望在积极艺术治疗理论的指导下，对“一次单元模式”团体心理辅导的实施内容与过程进行探讨，以便为心理委员培训工作，尤其是美术院校相关工作的深入开展提供参考。

### 2.2 “一次单元模式”积极艺术治疗团体辅导的概念与应用

#### 2.2.1 积极艺术治疗的概念与应用

积极艺术治疗（Positive Art Therapy）诞生于2009年美国宾夕法尼亚费城举行的第一届世界积极心理学大会。艺术治疗师和一些具有新视野的心理卫生工作者们认识到，艺术治疗和新兴的积极心理学可以互相促进、互相成就。会后，奇尔顿（Chilton）和威尔金森（Wilkinson）提出了“积极艺术治疗”这一术语。

积极艺术治疗结合了艺术治疗的独特优势和积极心理学的使命，通过关注个体生命中有功能的、美好的部分，借由艺术的创造性过程和表达性技术来促进心理健康和幸福感的提升<sup>[19, 20]</sup>。奇尔顿和威尔金森认为塞利格曼（Seligman）的PERMA模型对于艺术治疗实践而言是最适合的框架，可以最有效地说明积极心理学和艺术治疗的结合<sup>[21]</sup>。因此，幸福、积极情绪、性格优势、积极关系、心流、意义、成就等概念均被纳入积极艺术治疗的研究范畴。

以“positive art therapy”“art therapy”和PERMA模型中几个要素的英文单词进行学术搜索发现,对于积极艺术治疗的系统和深入研究主要集中于奇尔顿和威尔金森两位学者身上。她们基于PERMA模型进行艺术治疗的理论与实践探索,将积极心理学的原则运用于艺术治疗的干预过程,其目的是塑造积极心理,重心是奠基幸福人生,手段是艺术治疗方法与技术。研究者以为,这恰恰是高等美术院校心理委员培训可探索的新理念和新方式。一方面,高校心理育人工作不仅仅是对少部分问题的修复和补救,更应该是对潜能、力量的发掘与培养,为大部分健康学生更健康、更幸福的发展而努力;另一方面,美术院校学生偏爱艺术、善用艺术,多数学生希望公共课教学中可以融入艺术相关教学法<sup>[22]</sup>,因材施教、投其所好也不失为一种教育良策。

### 2.2.2 “一次单元”团体心理辅导的概念与应用

一次单元咨询模式由中国台湾学者王智弘、杨淳斐于2004年首次提出。其宗旨是要求咨询师在咨询服务中致力于一次咨询即有成果,若有后续单元,咨询也可在此基础上延续下去,进一步扩展或增加先前的咨询成果。其核心在于通过良好咨询关系的建立,以小改变为咨询焦点,运用催化性与问题解决导向的语言,鼓励来访者觉察个人的正向特质和内在资源,达成问题解决的表层目标、生活改变的中层目标和发现生命意义与力量的深层目标<sup>[23]</sup>。一次单元咨询不是一种疗法,而是一个结构化的会谈框架,多种疗法均可在框架内实施<sup>[24]</sup>。

一次单元团体辅导是基于一次单元心理咨询模式提出的,注重建立良好团体关系,利用团体动力和团体成员心理潜能,以问题解决为导向,采用结构化辅导方式,使成员在团体中认识自我、接纳自我、完善自我,互相学习适应性良好的行为模式,提高心理素养的助人过程<sup>[25]</sup>。一次单元团体辅导具有方便快捷、见效快、成本低的优点,刚好满足美术院校大学生因专业任务繁重,无多余精力投入专业以外事务,而对短、平、快且兼具趣味性和意义性培训模式的需求。

国内学者陈秋燕通过实证研究验证了一次单元团体辅导对促进个体心理健康的有效性<sup>[26]</sup>;徐清林<sup>[27]</sup>将其与舞动治疗相结合探讨了具体方案设计与实施过程;任志洪等<sup>[28]</sup>则基于对有效性因素的发掘构建了一次单元心理援助会谈框架。这些研究经验既为本研究提供了可行性强的参考依据,也为深入性的研究提供了指导性策略。

## 3 “一次单元模式”积极艺术治疗团体辅导的主题与内容

对心理委员开展培训的目的是提升其工作胜任能力,从而更高效地开展心理服务工作。近年来,国内许多学者致力于心理委员胜任力模型的研究,以便为心理委员的选拔、培训和考评工作提供更加科学的依据。其中,詹启生等<sup>[29]</sup>通过文献分析、问卷调查和结构式访谈等研究方法探索了高校心理委员的胜任特征结构并编制了测量问卷,最终构建了五因子结构模型,即:角色认同、沟通互动、自我心理状态、职业伦理和负性特征。本研究将依据此概念模型进行培训主题和内容的选择。同时,借鉴了浙江大学关于“培训应避免将重点放在辅导理论和心理学术语上,而应放在全面提升朋辈互助员的自助与互助技能上”的先驱做法,并结合研究者多年美术院校心理育人的实践经验,决定将“心理委员的原则与职责”“心理委员的性格优势”和“心理委员的会谈技能”作为美术院校心理委员培训的三大主题,如表1所示。旨在引导学生规范理解心理助人工作的基本原则,明确自身角色定位和职责要求,增强角色认同感。同时,客观认识自我、发现并善用自身性格优势,学习必备的专业知识和技能,从而真正提升工作胜任力。

恪守伦理原则是实现工作职责的根本力量，积极的自我认知与态度是开展工作的基本条件，而专业化的工作技能则是工作能否顺利进行的重要保障。

表1 “一次单元模式”积极艺术治疗团体辅导方案

Table 1 ‘Single Session Counseling Model’ positive art therapy group counseling program

主题名称	主题目标	主题内容
心理委员的原则与职责	理解心理助人工作的伦理规范和工作原则，明确心理委员的角色定位和职责要求，从而加强对心理委员角色的认同感	1. 热身（10分钟）：“切土豆”手动操、萝卜蹲游戏 2. 小团体形成（15分钟）：起组名、选组长、定组规、承诺组规、大团体分享 3. 创作活动（60分钟）：“善行、责任、诚信、公正、尊重”手绘设计。每人任选一个主题进行手绘海报创作，然后小组内分享：（1）介绍作品；（2）创作中感受；（3）有何其他联想 4. 创作活动（20分钟）：“我是心理委员”之歌。选择一首耳熟能详的歌曲，结合心理委员身份，进行歌词改写，并在大组合唱分享 5. 大组分享讨论（30分钟）：心理委员的原则与职责。以小组为单位总结讨论心理委员的原则与职责，并在大组中分享讨论 6. 团体积极反馈（20分钟）：小组内成员轮流反馈自己与他人的积极面，比如一个特质、一句话、一个举动或一种感受等 7. 创意日记（20分钟）：在自己的日记本上以写、画、贴等任意自己喜欢的方式表达自己今天的感受和思考 8. 团体告别（5分钟）
心理委员的性格优势	发现自身的性格优势，并在工作中善用优势、享用优势，从而增强工作满意度和自我效能感	1. 热身（10分钟）：“谁和我一样”、串糖葫芦 2. 小团体形成（15分钟）：起组名、选组长、定组规、承诺组规、大团体分享 3. 故事分享（20分钟）：“我的高光时刻”。每个人回顾自己从小到大的经历，分别记录小学、初中、高中、大学时期让自己引以为荣的故事，并在小组内分享：积极事件、当时感受、体现的性格优势 4. 创作活动（60分钟）：“我的故事名片”。结合刚刚总结出来的自身性格优势，为自己设计一张作为心理委员的专属名片。要求名片中体现自己的性格优势，可具象，也可抽象。小组内分享：（1）介绍作品；（2）创作中感受；（3）有何联想 5. 大组分享讨论（30分钟）：心理委员的性格优势。以小组为单位总结讨论心理委员需要的性格优势，并在大组中分享讨论 6. 团体积极反馈（20分钟）：小组内成员轮流反馈自己与他人的积极面，比如一个特质、一句话、一个举动或一种感受等 7. 创意日记（20分钟）：在自己的日记本上以写、画、贴等任意自己喜欢的方式表达自己今天的感受和思考 8. 团体结束（5分钟）
心理委员的会谈技能	掌握倾听、共情、提问、支持等会谈技术，提升自身专业技能，从而提高工作胜任能力	1. 热身（10分钟）：抓手游戏、粘橡皮糖 2. 小团体形成（10分钟）：取组名、选组长、定组规、承诺组规、大团体分享 3. 情景剧剧本创作（25分钟）：每组随机抽取情景题目，小组合力编写剧本和台词，分配角色，并进行排练 4. 情景剧表演（60分钟）：表演者将角色的言语、行为、表情及内心世界加以呈现，观众反馈感受和思考，教师将相关知识和技能贯穿于点评中进行教学 5. 大组分享总结（30分钟）：心理委员的会谈技巧。以小组为单位总结讨论心理委员的会谈技巧，并在大组中分享讨论 6. 团体积极反馈（20分钟）：小组内成员轮流反馈自己与他人的积极面，比如一个特质、一句话、一个举动或一种感受等 7. 创意日记（20分钟）：在自己的日记本上以写、画、贴等任意自己喜欢的方式表达自己今天的感受和思考 8. 团体结束（5分钟）



## 4 “一次单元模式”积极艺术治疗团体辅导的结构与过程

“一次单元模式”强调结构化的咨询程序，以确保“一次的力量”。王智弘教授最初提出的个体咨询程序共有八个步骤，即：建立良好关系、肯定求助行为、增进面对问题的勇气和解决问题的信心、选择可解决的焦点问题、发掘生命意义与力量、找出解决问题的具体方案、肯定来访者的努力成果、讨论后续咨询的可能或追踪。陈秋燕教授将这一模式运用于团体辅导中，将其程序简化为建立关系、了解问题、成员领悟、采取行动和团体总结等 5 个步骤。她认为一次单元团体辅导既可以是一次性的，也可以是连续性的，只不过在连续性团体辅导中的核心都强调良好关系的建立、过程的结构化和问题解决导向。本研究结合积极心理学的理论导向，考虑“艺术过程即疗愈”的特点，将“一次单元模式”积极艺术治疗团体的结构划分三个阶段五个步骤，如图 1 所示。

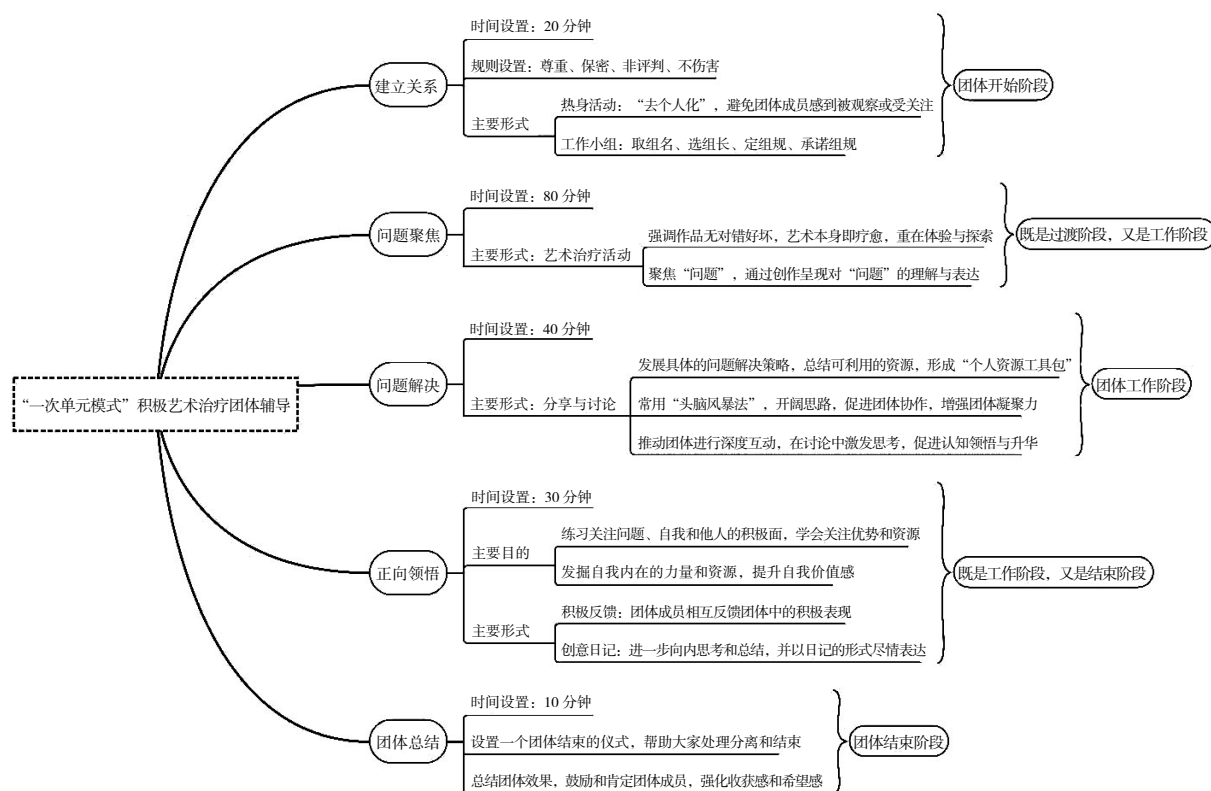


图 1 “一次单元模式”积极艺术治疗团体辅导结构

Figure 1 ‘Single Session Counseling Model’ positive art therapy group counseling structure

### 4.1 团体的开始阶段

团体开始阶段的主要任务是活跃团体气氛，增加成员间的熟悉程度，形成良好的团体关系，为后续活动的开展与问题的讨论与解决打好基础。这一阶段的时间设置大约 20 分钟，主要安排了两个环节：热身活动和建立工作小组。

在热身活动的选择上，应尽量避免凸显“个体”或“个人”。艺术生似乎更愿意“淹没在人群中”

与大家“一起嗨”，而拒绝“被看见”。因此，常用的“照镜子”“大风吹”这类可能有某一刻会“被观察”的游戏，在艺术生团体中很难受欢迎。研究者在多年与艺术生工作的经验中发现，艺术生既渴望与人交流，又担心被关注和评价。他们往往在团体中表现得敏感、慢热和被动，但若单独与之交流，又会发现他们自信、笃定和富有个性。一般而言，在团体之初，选择“自娱自乐”的个人活动或者团体合作类的活动，会让他们感觉相对安全和放松。

团体分组既可安排在热身活动之前，也可安排其后，但要把握两个原则：一是每个主题开始前都进行新的随机分组，一方面可以避免因团体成员流失带来的对小团体动力的影响，另一方面也可增加团体成员与大团体内更多成员的互动；二是要求团体成员要有一个形成工作小组的仪式。工作小组的形成包含：选组长、起组名、定组规，以及承诺组规。组长的任务是掌握和安排每次小组活动的时间、分配好每位组员分享的时间、代表小组分享，以及保证小组温暖支持的氛围。对于组规形成的原则也应给出明确的提示，比如数量上要求3~5条；必须包含保密；认真讨论手机的使用；基于此时此地，与课堂有关；以保证后续练习和交流的顺利为目的。

## 4.2 团体的工作阶段

团体工作阶段是团体辅导的核心阶段和主体部分。这一阶段的时间设置大约80分钟，主要包含了两个部分：一是通过艺术创作活动，聚焦问题、呈现问题；二是通过团体的互动与讨论，领悟问题、解决问题。

### 4.2.1 问题聚焦：艺术治疗活动

此阶段既是团体的过渡阶段，也是团体的工作阶段。其目的在于让团体成员通过对艺术创作的投入进一步释放进入陌生团体带来的不安情绪，同时聚焦每一个活动主题下的自我议题或“问题”，引导他们体验与探索、理解与表达。需要注意的是，如果所选艺术创作活动属于绘画类活动，则要帮助学生认识日常艺术活动与艺术治疗的区别。虽然绘画表达是美院学生擅长的，但是由于经历过艺考的压力和正在经受日常专业活动中的附加评价，很多学生表示当曾经的兴趣变成了专业，艺术有时反而起不到疗愈作用；有些学生会担心绘画的功底和技巧不如他人，而不敢画或者不想画。因此，团体成员心理环境的设置也需重点考虑。可根据实际情况选择过渡性活动，比如研究者在实践中常用的“童年期的艺术活动”，让学生通过亲手创作小时候喜欢的艺术品与艺术治疗发生连结。实践证明，一旦学生愿意并坚持投入一段时间，“创作即疗愈”的作用便会发生。

艺术创作活动结束后，需要引导学生去进行一些反思性问题的讨论。问题的设置不应太多，一般以3个问题为宜。可以设置固定的问题，比如：（1）介绍作品；（2）分享创作过程中的感受；（3）有没有其他的联想。也可根据每个主题、团体成员当下呈现的状态和可能出现的普遍性问题去设置。小组内讨论结束，教师应根据对时间的把握在大组中选择部分小组分享当下的感受和思考，让学生学会总结自己看见的、感受的和思考的，尤其是对自己 and 他人积极面的关注。

### 4.2.2 问题解决：分享与讨论

一次单元咨询模式主张把每一次咨询都当作最后一次，使出浑身解数，帮助来访者应对当下的困境，发现自己生命的力量。基于这种高效的心理咨询模式，一次单元团体辅导也应以问题解决为导向，利用

团体的力量尽可能多地帮助团体成员看到问题解决的可能，发展出具体的问题解决策略，增强收获感、获得希望感。

这一工作阶段的目标在于引导学生将上一阶段的感受和思考进行认知层面的总结，从而达成一定的领悟；同时，为当下的问题或困境去寻找解决问题的策略和可以利用的资源，形成“个人资源工具包”，从而获得行动上的指导。最常用的讨论方法是“头脑风暴法”。可以先在小组内进行头脑风暴，然后在大组内分享。这样的设置可避免直接在大团体中互动而造成团体成员无话可说的不安与尴尬。教师通过引导小组轮流分享促成大团体进行更多的互动，从而对问题展开深度的思考和讨论。在这个阶段，往往会新生出一些议题，为教师后续的团体辅导主题的选择和方案的设计提供有意义的依据。

### 4.3 团体的结束阶段

团体结束既是对当次团体活动的总结，也是为了下一次出发作准备。这一阶段的时间设置大约40分钟，逐步由团体的工作阶段过渡至团体的正式结束。目标是引导学生学会总结与升华，学会关注问题、自我和他人的积极面，学会关注自我内在的力量与资源，从而提升自我价值感，增强生命希望感，在促成自我积极改变的同时，进一步实践生命的意义与力量。

这一阶段主要设置了三个活动，分别是积极反馈、创意日记和结束仪式。积极反馈和创意日记共同构成了团体的正向领悟阶段，它既是团体工作阶段的升华，也是团体结束阶段的开始。积极反馈通常组织两轮，一轮是对他人在小组中让自己感觉不错的部分进行及时的反馈，另一轮是尝试在团体中说出自己还不错的部分；反馈要真诚，不是简单随意的夸奖，而是要在细心觉察、有意识地保持积极关注的基础上，基于当下的真实感受作出反馈。创意日记则是把时间留给团体成员自己去回味和思考，大家可以用自己喜欢的方式尽情地在独属于自己的空间做任意的表达，这既可以维持艺术的疗愈效果，又可以帮助团体成员更进一步地探索自我。团体的结束仪式可以是每人一句话的总结与分享、一首歌的共同演唱、一些祝福语的相互表达，或者是领导者的升华性总结等，总之，需要设置一个专门的仪式宣告团体的结束。它既是对团体效果的总结，也是为了帮助团体成员学习处理分离和结束，同时更进一步地给予团体成员鼓励和肯定，强化团体成员的收获感和希望感。

## 5 思考与总结

本研究选题源于研究者近些年在美术院校心理健康教育工作中的实践思考。在长期与艺术生接触的过程中，尤其是在开展心理健康教育活动的实践中，研究者发现对于艺术类大学生而言，传统的心理健康教育讲座、知识宣传方式，甚至是团体辅导的形式常常很难激起他们的兴趣，他们更需要一种有趣又有意义，操作简单、不占时间，既能让他们乐在其中，又能产生成就感的教育活动形式。经过不断的摸索与尝试，研究者最终确定了现阶段较受欢迎的“一次单元”积极艺术治疗团体辅导模式，但经过实践的再次检验，这套培训方案仍然存在一些不足和值得深入思考的空间。

首先，团体方案中的活动选择与设计，虽然考虑了美术生的专业特长，但总体上来说活动形式不够丰富，除了绘画类活动以外，还可以考虑舞蹈、雕塑、陶瓷、剪纸，甚至是数字媒体等其他形式，可以尝试将艺术治疗活动与学生的专业方向和专业特长进行结合，激发学生的创造性、主动性和参与性，从

而更进一步提升学生的效能感、成就感和胜任力；其次，虽然目前这套团体培训方案在接受辅导的学生中反馈良好，但是缺乏实证研究数据的支持。后续考虑开展艺术类大学生与非艺术类大学生的对比研究、本方案与其他团辅方案的对比研究等，通过规范的实验设计，验证“一次单元模式”积极艺术治疗团体辅导在美术院校心理委员培训中的有效性。最后，众所周知，艺术创作本身就是疗愈心灵的过程，大概是因为在投入艺术创作的过程中，很容易在某一时刻自然而然地忘记时空、他人和自我，不自觉地产生了心流体验。但是，对于艺术生而言，因为一些附加的原因，他们有时候难以全身心地投入创作过程。这些阻碍他们获得心流体验的原因，除了专业能力的和考核与评价，是否还有其他更深层次的原因呢？因此，发掘与艺术创作心流体验相关的因子，帮助学生以积极的状态投入专业创作，以艺术治疗活动促进艺术专业学习，是需要研究者进一步思考与探索的。

## 参考文献

- [1] 詹启生, 夏天宇. 基于CiteSpace的心理委员研究演进路径分析[J]. 心理学探新, 2022, 42(3): 241-251.
- [2] 马建青, 欧阳胜权. 高校心理委员的发展历程及价值[J]. 思想理论教育, 2020(6): 106-111.
- [3] 丁闽江. 高校心理委员的能力结构、现状及提升策略[J]. 贵州师范学院学报, 2019, 35(7): 74-79.
- [4] 马建青, 欧阳胜权. 高校心理委员的发展历程及价值[J]. 思想理论教育, 2020(6): 106-111.
- [5] 徐蕾. 浅议学生心理委员在高校和谐校园建设中的功能发挥: 以北京师范大学“雪绒花使者”队伍的成长和发展为例[J]. 北京教育(德育), 2011(11): 53-55.
- [6] 杨雪龙, 朱坚. 大学生朋辈心理自助与互助教育模式的构建: 以浙江师范大学为例[J]. 高等农业教育, 2013(4): 86-88.
- [7] 柳珺珺. “以人为中心”理念在心理委员培训中的应用[J]. 中国健康心理学杂志, 2009, 17(9): 1081-1083.
- [8] 范慧玲, 唐世纲. 心理资本开发在高校班级心理委员素质培养中的运用[J]. 传承, 2014(10): 128-129.
- [9] 王自华, 张剑军. 运用案例教学法提高心理委员培训的实效性[J]. 职业时空, 2007(18): 58.
- [10] 来燕, 李海滨, 刘曼曼. 案例教学在班级心理委员培养中的运用: 以某高校心理委员培训项目为例[J]. 中国电力教育, 2011(13): 86-87.
- [11] 韦志兆. 团体辅导在大学生心理委员培训中的运用[J]. 教育与职业, 2010(8): 71-73.
- [12] 张卓群, 王芳. 团体心理辅导在学生干部能力培养中的应用研究: 基于12级心理委员团体心理辅导案例的分析[J]. 佳木斯教育学院学报, 2012(10): 257-258.
- [13] 袁婷, 李晓丹. 团体辅导在高等职业院校心理委员培养中的优势性探讨[J]. 校园心理, 2017, 15(4): 288-290.
- [14] 刘静. 项目教学法在高校心理委员培训中的应用[J]. 学理论, 2012(6): 187-188.
- [15] 李雪, 易兰. 浅谈校园心理剧在班级心理委员培训中的应用[J]. 现代交际, 2013(11): 210-211.
- [16] 刘曼曼, 来燕. “情景剧教学法”在高校心理委员培训中的应用研究[J]. 中国高等医学教育, 2014(5): 100-101.



- [17] 余金聪, 刘青, 杨子云, 葛明. 体验式教学在大学生心理委员培训中的应用研究 [J]. 科教文汇 (中旬刊), 2019 (26): 166-169.
- [18] 余金聪, 康丽婷, 张春燕, 等. 慕课培训对大学生心理委员胜任力的影响 [J]. 中国健康心理学杂志, 2020, 28 (1): 138-142.
- [19] Chilton, Wilkinson. Positive Art Therapy: Envisioning the Intersection of Art Therapy and Positive Psychology [EB/OL]. [2023-04-11]. 4-ANZJAT-2009-GCRW. pdf (squarespace. com).
- [20] Wilkinson, Chilton. Positive Art Therapy: Linking Positive Psychology to Art Therapy Theory, Practice, and Research [J]. Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association, 2013 (30): 1, 4-11.
- [21] Wilkinson, Chilton. Positive Art Therapy Theory and practice: Integrating Psychology with Art Therapy [M]. New York, NY: Routledge, 2018.
- [22] 徐平华, 周国琴. 社会主义核心价值观融入“概论”课路径研究: 以艺术院校为例 [J]. 学校党建与思想教育, 2013 (25): 34-35.
- [23] 王智宏, 杨淳斐. 一次的力量: 含摄华人文化观点的一次单元咨商模式 [M]. 台北: 张老师文化, 2016: 6.
- [24] 任志洪, 刘芊滋, 张琳. 心理热线援助会谈框架的构建: 基于一次单元心理干预视角 [J]. 中国临床心理学杂志, 2022, 30 (1): 170-175.
- [25] 陈秋燕, 尹平平, 王晓刚, 等. 新冠疫情下大学生一次单元网络团辅的实证探索 [J]. 心理咨询理论与实践, 2021, 3 (7): 482-491.
- [26] 陈秋燕, 石宇宁, 王晓刚. 一次单元团体辅导: 企事业单位员工心理健康服务需求的实践研究 [J]. 心理咨询理论与实践, 2021, 3 (4): 274-282.
- [27] 徐青林, 顾丽, 李柯. “一次单元模式”新生适应舞动治疗团体辅导方案设计 [J]. 北京教育 (德育), 2021 (10): 82-86.
- [28] 任志洪, 刘芊滋, 张琳. 心理热线援助会谈框架的构建: 基于一次单元心理干预视角 [J]. 中国临床心理学杂志, 2022, 30 (1): 170-175.
- [29] 詹启生, 刘新颖, 张晨, 等. 高校心理委员胜任特征问卷的编制 [J]. 中国心理卫生杂志, 2021, 35 (6): 509-515.

## ‘Single Session Counseling Model’ Positive Art Therapy Group Counseling: Training of Psychological Committee Members in Art Colleges

Wu Jing

*Student Office of Guangzhou Academy of Fine Arts, Guangzhou*

**Abstract:** Psychological committee members are an indispensable force in the mental health education system of colleges and universities. Due to the special nature of their work, they need to have a higher level of work competence. The professional training of psychological committee members will inevitably become the key content of psychological education in colleges and universities. Based on the characteristics of students in art colleges and universities, this paper proposes to carry out ‘one unit model’ group psychological counseling under the framework of positive art therapy theory, and discusses in detail the selection of theme content, structured design and implementation of process, so as to provide reference for the in-depth development of psychological committee training in art colleges and universities.

**Key words:** Positive psychology; Art therapy; Single session counseling model; Group counseling; Psychological member training