

# 团体辅导模式下中学心理委员胜任力培训的效果研究

刘 杨 方 丹 马怡坤 陈秋燕

西南民族大学教育学与心理学学院，成都

**摘 要** | 近年来，大中小学学生心理危机事件频发，且呈现“能见度”走高、“低龄化”的发展趋势，然而诸多中小学校专兼职心理健康教师师资缺乏、配备不够，未能很好辐射全校学生心理健康教育工作，较难满足学生日益增长的心理健康服务需求。在此背景下，我国创造了极具中国特色的心理委员制度，目的是使大中小学心理健康教育的工作机制更加全面、高效。但目前，心理委员仍存在着身份认同度不高、专业知识不够、组织能力不足、工作效能感低下等困境。因此，本研究欲设计一套心理委员胜任力培训的团体辅导干预训练方案，并评估团体辅导对中学心理委员胜任力的干预效果，为完善中学心理健康教育工作以及心理委员的相关研究和干预提供一定的理论支持和指导。方法：将某中学初一至高三共24名心理委员平均随机分配为实验组和对照组，其中实验组12人，对照组12人，实验组接受每周两次团体辅导干预训练，对照组不接受任何处理，团体辅导干预训练开始前一周及结束后分别采用心理委员胜任力量表进行施测。结果：团体辅导干预训练前，实验组和对照组各指标间差异无统计学意义 ( $p>0.05$ )。团体辅导干预训练后，实验组被试在心理委员胜任力量表各维度及总分上的提升水平均高于对照组，实验组和对照组在团队合作、工作态度、专业知识维度及总分上存在显著差异 ( $p<0.05$ )，实验组在自我认知、团体合作、性格特质、专业知识维度及总分上前后测数据间的差异有统计学意义 ( $p<0.05$ )。结论：团体辅导作为一种有效的心理干预形式，可以有效提高中学班级心理委员的胜任力水平。

**关键词** | 团体辅导；胜任力培训；心理委员；干预研究

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

随着经济社会快速发展，各种竞争压力与矛盾冲突也如期而至，使人们在学习生活、自我意识、情

基金项目：西南民族大学2023年研究生创新型科研项目（ZY2023092）；2023年度四川省心理学会专项科研规划项目（SCSXLXHZ2023001）。

通讯作者：陈秋燕，西南民族大学教育学与心理学学院教授，硕士生导师，研究方向：心理咨询和团体辅导。

文章引用：刘杨，方丹，马怡坤，等. 团体辅导模式下中学心理委员胜任力培训的效果研究 [J]. 中国心理学前沿, 2023, 5 (8) : 898-906.

<https://doi.org/10.35534/pc.0508104>

绪调适、人际交往、社会适应和生涯发展等方面的心理问题与日俱增。特别是近几年,这些心理问题已逐渐从成人、职业群体扩展延伸至大中小学生群体,并呈现心理问题“能见度”走高、“低龄化”的发展趋势。青春期是中学生身心发展、面临多个成长议题的关键时期,身心处于一个相对不平衡的状态。若中学生出现心理问题后得不到及时干预与疏导不仅会导致个人痛苦、影响学生身心健康全面和谐发展,还会给家庭造成经济负担,也会给社会发展与稳定带来潜在的消极影响。而加强青少年心理健康教育已成为当前全社会的共识。党的十八大以来,以习近平同志为核心的党中央高度重视和关心广大学生的心理健康和成长发展,在党的二十大报告中提出要“重视心理健康和精神卫生”。2023年5月,教育部等十七部门联合印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》中提及各级各类学校要积极探索推进学生心理健康教育工作,加强学生心理健康工作体系建设,全方位强化学生心理健康教育。《“健康中国2030”规划纲要》中提出促进国民心理健康发展战略目标,十四五规划和二〇三五年远景目标中提到,“在未来的五年里,要重视青少年身体素质和心理健康教育,重视精神卫生和心理健康”。由此可见,心理健康对儿童和青少年的重要性不言而喻,青少年对心理健康服务提出了更高、更多的要求。

目前,学校作为教育的主阵地,心理老师是中学生心理健康问题的专业干预力量,而心理委员作为朋辈心理健康教育队伍中的最基层力量,承担着班级学生心理健康状态的实时观察、朋辈引导和预防调节等关键作用。另外,心理委员较心理教师、班主任、德育处老师等心育队伍,在学校心理危机预防、预警、干预工作中具备明显的优势,如陈宇燕<sup>[1]</sup>学者指出,心理委员是学校心理危机干预快速反应通道中的“最前哨”,是学校心理危机预防、预警、干预工作的联结器、探测器和警报器,发挥着不可替代的重要作用。因此,将心理委员、生活委员等班干部群体纳入中小学心理健康教育工作队伍当中,让自助互助成为中小学心理健康教育的新趋势,这一举措既能充分发挥中小学育人主体的主导作用,又能有效提高学生在心理健康工作中的主观能动性。但由于主客观条件限制,目前心理委员队伍建设过程中仍存在不少问题,尤其是如何让一群没有专业背景知识的学生干部能够迅速胜任心理委员工作,是值得探讨和深入研究的课题。

因此,本研究旨在通过前后测对照实验设计,初步探索团体辅导干预训练模式下对心理委员胜任力水平的影响,为制定心理委员培训方案提供参考依据。

## 2 研究对象与方法

### 2.1 研究对象与设计

本研究选取某民族中学初一至高三24名班级心理委员为研究对象,其中女生16名,占比66.7%;男生8名,占比33.3%。并根据性别、民族、年级等同类特质随机分配至实验组和对照组,实验组12人,对照组12人。本研究采用实验组与控制组前后测实验设计,前后测均使用心理委员胜任力量表,对实验组被试开展每周2次,每次60分钟,共计7次的心理委员胜任力团体辅导训练,对控制组不做任何干预。同时对实验组和控制组进行集体施测,在7次团辅后,全部成员进行实验后测,最后比较实验组与控制组的后测成绩来检验团体效果,研究结束后对对照组进行心理委员胜任力团体

辅导干预训练。

## 2.2 研究工具

心理委员胜任力量表。心理委员胜任力量表由易思佳编制<sup>[2]</sup>，量表共计42个条目，采用李克特5点计分法，从1~5依次代表“很不符合”到“非常符合”。量表包括组织能力（成功组织各类活动，包括团体辅导、素质拓展、心理班会）、自我认知（对自我的准确认识，及在工作中遇到问题后对自我的调试，和对自我良好状态的坚持）、工作动机（包括工作兴趣、助人意愿、自我展示意愿等）、团队合作（即在班级团队中，与其他班委、同学、老师的协作配合）、性格特质（心理委员所必须具备性格上的特质，包括亲和力、热情、敏感等）、工作态度（心理委员工作中所保持的态度，包括责任感、成就导向、主动性等）和专业知识（心理委员工作中所掌握的心理学简单科普知识，包括心理健康知识、负性情绪识别等）7个维度，每个维度由5~8个条目组成，各维度的内部一致性系数0.70~0.83，全量表的内部一致性系数为0.95。量表各维度的得分越高，代表心理委员的该项胜任力素质越强；量表总分越高，代表心理委员的胜任力水平越高，该量表曾多次被用于调查心理委员胜任力水平<sup>[3-7]</sup>，信效度较好。

团体满意度量表。采用自编团体反馈表进一步探索团体辅导的干预训练效果。该量表分为两部分共15个条目。第一部分包含5个条目，采用5级评分，旨在调查团体成员对团体辅导中团体带领者的带领风格、团体氛围、期待程度、团体内容及成员投入程度等，分数越高代表成员对团体的整体满意度越高。第二部分包含10个条目，采用10级评分，该部分通过对团体成员参加本次团体后的变化和收获进行调查，分数越高团体成员收获越高，分数在7分以上表示对团体辅导较满意。

## 2.3 理论基础与团体方案

### 2.3.1 团体动力学理论

勒温提出了团体动力学理论。该理论主要描述了在人群中出现的能量对处于该人群中的个人产生的影响与效果。个体与环境间的相互作用而产生的心理紧张系统是个体心理与行为的动力本质。因此，团体动力学理论关注团体成员之间的相互依存与相互促进，在此基础上进一步探索团体的发展、团体对个体的影响、个体间的相互影响。按照曹海浪<sup>[8]</sup>的观点，团体动力学的基本理念主要涉及团体凝聚力、团体目标和团体氛围三部分，其中团体凝聚力是团体动力学的理论核心，它是指团体目标、团体结构以及团体组织方式对个体的吸引，这种吸引包含着个体对团体的基本认知、期望及心理需求。而团体目标是团体存在的意义，将直接决定团体的走向。团体氛围则来源于每位成员的积极性和热情，也是影响团体凝聚力和达成的重要因素。在团体辅导干预训练中，领导者利用团体成员之间的互动所形成的群体动力，从而对团体成员产生积极影响，进而借此发挥治疗的效果。

### 2.3.2 人本主义理论

以马斯洛、罗杰斯为代表的人本主义者提出了人性本善，人是偏向于创造性和建设性的，并要求与他人形成更密切的联结，人都有自我实现的倾向。罗杰斯提出“以学员为中心”的教学模式，是现代教育的核心内容。在团体辅导干预训练活动中，领导者是各成员发展的主要促进者，对成员发展最核心的

态度是真诚、无条件的关心和同感，而它们又远比带领者的知识、教学活动设计、活动游戏、角色扮演进行方式等都更重要。强调成员在教学活动中的深刻感受，并将教学活动与认知、情感活动相结合。在教学活动开展过程中，双方关系和活跃氛围都是不可或缺的。平等与交流的双向关系是教学活动进行的前提条件，领导者重视、关注并理解成员，使成员们有足够的心理空间，发挥成员的个性，通过温暖信任的双边关系使成员们愿意共同学习，并增进双方交流；通过民主的活动方法，如通过游戏和活动，创造出安全、放松、平等的活动气氛，让成员们逐步地开放、勇于表现、积极参与，从而达到体验性与实践性的共同目的。

### 2.3.3 社会学习理论与人际沟通理论

班杜拉创建了社会学习理论，并强调人的很多复杂活动都是经过后天观察学习而习得的。在团体辅导干预训练中，个人除自身做出的直接经验之外，也能够看到并效仿团队中其他成员优秀的经验和做法，特别是从他人实践经验或好的模范言行中推动个人胜任力水平的提升。另外，在团体训练过程中，除了建构团体本身提供的人际沟通情境以外，还存在大量的活动及分享过程，这些环节为个人胜任力水平的提升提供和展示了一些具体的方法。

因此，本研究以群体动力学理论、人本主义理论、社会学习理论与人际沟通理论为基础，结合中学心理委员胜任力水平现状，从目标层、影响因素层、活动层、理论层4个方面对团体辅导训练模式进行构想，并在此基础下，结合刘兵和罗莉莎<sup>[9]</sup>、吴晶<sup>[10]</sup>、周玲<sup>[11]</sup>、马建青和王晓刚<sup>[12]</sup>等学者的研究，自行设计了本次团体辅导干预训练方案，方案如表1所示。另外，团体领导者和协同领导者曾多次带领团体，均在中学担任实习心理健康老师，有较丰富的团体辅导经验，方案实施前接受严格的团体培训与个体咨询督导培训，以保证团体方案及干预的科学性和有效性。

表1 中学心理委员胜任力团体模式训练方案

Table 1 Middle school psychology committee member competency group model training program

主题	目标	活动
第一阶段	1. 领导者、成员之间相互认识、建立关系	1. 连环自我介绍
	2. 订定团体规范，了解团体目标，建立团体的规则	2. 我们的约定
	3. 了解成员团体训练的期待与工作动机	3. 课程讲解与角色扮演
	4. 了解心理委员工作职责与角色定位	4. 分享与总结
第二阶段	1. 协助成员了解自己，加深成员之间的了解	1. 抱团取暖与特质拍卖会
	2. 通过活动与清单表，加深成员对心理健康的要素与标准的了解	2. 课程讲解与角色扮演
	3. 加深成员对中学生心理健康影响因素的认识	3. 分享与总结
第三阶段	1. 引导成员分享中学生常见的心理问题有哪些	1. 头脑风暴
	2. 利用成员的智慧去识别常见的心理问题	2. 角色扮演
	3. 引导成员探讨如何应对和预防常见的心理问题	3. 分享与总结
第四阶段	1. 学习相关朋辈互助技巧（一），引导成员运用到实际生活中	1. 默契报数与画饼图
	2. 在活动的过程中，加深成员对常见心理问题的识别、应对与干预	2. 角色扮演与定位
	3. 反省自身，成为更好的自己	3. 积极赋义
第五阶段	1. 学习相关朋辈互助技巧（二），引导成员运用到实际生活中	1. 雨点变奏曲与乌鸦乌龟
	2. 在活动的过程中，加深成员对常见心理问题的识别、应对与干预	2. 角色扮演与定位
	3. 反省自身，成为更好的自己	3. 积极赋义

续表

主题	目标	活动
第六阶段	1. 通过性格特质清单表, 从自身和他人多方面认识自己	1. 趣味性格测试与性格特质清单接力
	2. 学习相关朋辈互助技巧(三), 引导成员运用到实际生活中	2. 角色扮演与定位
	3. 在活动的过程中, 加深成员对常见心理问题的识别、应对与干预	3. 积极赋义
	4. 反省自身, 成为更好的自己	4. 分享收获与体验
第七阶段	1. 回顾团体历程分享收获、检视自我的成长	1. 内外圈
	2. 鼓励成员将团体中的收获应用到实际生活中	2. 群策群力、共话未来
	3. 总结团体收获, 展望未来, 祝福彼此, 相互告别	3. 分享收获与体验

### 3 结果与分析

#### 3.1 实验组和控制组在前测、后测上的差异检验

由于实验组和对照组样本容量较小, 故使用 Mann-Whitney U 检验判断实验组与对照组在心理委员胜任力量表各维度及总分水平上是否存在差异。如表 2 所示, 在团体辅导干预训练前, 实验组与对照组在心理委员胜任力量表各维度及总分上的差异均没有统计学意义 ( $p>0.05$ )。这说明实验组和对照组是同质群体, 可按此分组进行后续操作。7 次团体辅导干预训练后, 实验组在团队合作、工作态度、专业知识及胜任力总分上显著高于对照组 ( $p<0.05$ ), 实验组和对照组在量表组织能力、自我认知、工作动机、性格特质维度上的差异没有统计学意义, 但实验组在量表工作动机、组织能力、自我认知、性格特质维度上的得分高于对照组。可见, 研究结果表明团体辅导训练模式能够提升心理委员总体胜任力水平, 具体体现在提升心理委员的团队合作、工作态度和专业知识维度上。

表 2 实验组与对照组在干预前、干预后的差异比较结果

Table 2 Comparison results of the differences between the experimental group and the control group before and after the intervention

	干预前 (N=12)				干预后 (N=12)			
	实验组 (M±SD)	对照组 (M±SD)	U	p	实验组 (M±SD)	对照组 (M±SD)	U	p
组织能力	23.28±4.25	23.77±4.41	51.00	0.562	24.67±3.84	23.50±4.21	36.00	0.093
自我认知	31.67±4.92	31.03±4.78	59.00	0.949	32.83±4.82	31.98±4.87	40.00	0.135
工作动机	25.13±3.56	25.80±3.24	49.50	0.478	25.74±3.33	25.26±3.78	39.51	0.135
团队合作	21.24±2.13	20.45±2.02	34.00	0.088	23.42±1.86	21.96±2.07	23.50	0.013
性格特质	17.76±2.86	17.63±2.71	33.50	0.088	18.17±2.75	17.97±2.96	35.50	0.088
工作态度	17.50±2.66	17.16±2.62	31.00	0.061	18.33±2.07	17.87±2.49	26.00	0.028
专业知识	15.07±3.75	15.20±3.98	37.50	0.123	16.61±3.59	15.66±3.78	26.51	0.028
胜任力总分	151.65±22.10	151.04±21.35	59.50	0.949	159.77±20.86	154.20±21.43	29.00	0.034

#### 3.2 实验组与对照组前后测差异检验

采用 Wilcoxon 符号秩检验判断实验组与对照组在团体辅导训练干预后, 是否有助于提升心理委员胜任力。表 3 表示了实验组、对照组前后测数据的差异比较结果。团体辅导训练干预后, 实验组

在心理委员胜任力量表各维度及总分上均有提高，且在自我认知、团体合作、性格特质、专业知识及胜任力总分上的差异显著 ( $p < 0.05$ )，而对照组在量表各维度上的得分及总分变化不大，差异也不显著 ( $p > 0.05$ )。这表明团体辅导干预训练模式在一定程度上能有效提升班级心理委员工作的胜任力。

表3 实验组、对照组前后测数据差异比较结果

Table 3 Comparison results of pre-test data difference between experimental group and control group

	实验组 ( $M \pm SD$ )				对照组 ( $M \pm SD$ )			
	前测	后测	Z	p	前测	后测	Z	p
组织能力	23.28 ± 4.25	24.67 ± 3.84	2.68	0.120	23.77 ± 4.41	23.50 ± 4.21	4.36	0.369
自我认知	31.67 ± 4.92	32.83 ± 4.82	1.63	0.009	31.03 ± 4.78	31.98 ± 4.87	5.22	0.421
工作动机	25.13 ± 3.56	25.74 ± 3.33	2.63	0.102	25.80 ± 3.24	25.26 ± 3.78	4.16	0.326
团队合作	21.24 ± 2.13	23.42 ± 1.86	1.56	0.007	20.45 ± 2.02	21.96 ± 2.07	2.97	0.186
性格特质	17.76 ± 2.86	18.17 ± 2.75	1.97	0.043	17.63 ± 2.71	17.97 ± 2.96	2.83	0.156
工作态度	17.50 ± 2.66	18.33 ± 2.07	3.19	0.190	17.16 ± 2.62	17.87 ± 2.49	3.25	0.206
专业知识	15.07 ± 3.75	16.61 ± 3.59	1.83	0.015	15.20 ± 3.98	15.66 ± 3.78	3.76	0.290
胜任力总分	151.65 ± 22.10	159.77 ± 20.86	1.79	0.011	151.04 ± 21.35	154.20 ± 21.43	9.41	0.803

### 3.3 实验组团体效果满意度分析

通过对团体满意度量表进行统计分析，团体成员在团体结束后对整个团体辅导进行团体满意度评分，团体成员对团体满意度量表第一部分中，带领者的风格、团体整体的氛围、是否达到对团体预期程度、团体收获、团体满意度均在4分以上，表明本次团体成员较为认可本次团体辅导训练活动，对团体辅导满意度较高。统计结果如表4所示。另外，如表4，对团体满意度量表第二部分进行统计分析后发现，喜欢本次团体辅导训练模式、认为参加团体辅导训练的经验很有意义、在这次团体辅导训练过程中大家互相信任而且彼此坦诚、喜欢团体辅导带领者的带领方式的得分均达到了9分以上；在这次团体辅导训练过程中勇敢向别人表达自我的看法、更加关怀别人、对自己越来越了解、对自己越来越有信心、乐意和其他人分享自我的经验方面的得分也都达到了8分以上，表明团体成员对本次团体辅导训练活动的认可，可见在本次团体辅导训练中收获丰富，对团体辅导的总体满意度较高，这也反映出团体成员在整个团体辅导训练活动中获得了经验和成长。

表4 成员对团体辅导干预训练的满意度

Table 4 Members' satisfaction with group counseling intervention training

		实验组得分 / ( $M \pm SD$ )
第一部分	1. 对整个团体的内容	4.73 ± 0.45
	2. 对整个团体带领者的带领风格	4.79 ± 0.64
	3. 对整个团体的整体氛围	4.79 ± 0.41
	4. 团体达到我之前期待的程度	4.69 ± 0.51
	5. 整个团体成员的投入程度	4.42 ± 0.64
	总均分	4.68 ± 0.39

续表

		实验组得分 / ( $M \pm SD$ )
第二部分	1. 我能在整个团体中向别人表达我的看法	8.50 ± 1.48
	2. 我喜欢整个团体活动	9.29 ± 0.89
	3. 我觉得在整个团体活动中学会了更加关怀别人	8.71 ± 1.27
	4. 我对自己越来越了解了	8.37 ± 1.65
	5. 参加团体使我对自我越来越有信心	8.38 ± 1.57
	6. 在整个团体中我乐意和其他人分享我的经验	8.62 ± 1.61
	7. 我觉得整个团体的经验很有意义	9.15 ± 1.14
	8. 我觉得整个团体大家互相信任而且彼此坦诚	9.29 ± 0.91
	9. 我喜欢领导者的带领方式	9.44 ± 0.78
	10. 团体成员满意度总分	79.75 ± 8.76

### 3.4 讨论

本研究总共开展了7次团体辅导训练活动,从前后测数据来看,实验组在参与团体辅导训练后,心理委员在量表各维度及总分上都有所提升,在自我认知、团体合作、性格特质、专业知识四个维度及胜任力总分上显著高于干预前( $p < 0.05$ ),且后测数据在团队合作、工作态度、专业知识三个维度及胜任力总分上显著高于对照组( $p < 0.05$ )。这说明团体辅导训练在提升中学班级心理委员胜任力上取得了良好的效果。本文将从以下几个方面阐述团体辅导训练取得良好干预效果的原因。

第一,理论的框架与团体辅导训练方案的设计。勒温的群体动力学理论强调互动性,强调群体动力对团体成员的影响。团体凝聚力、团体目标和团体氛围三者是相互依存、相互促进的,它们通过团体中的人际互动共同对团体成员的行为产生影响。这对促进心理委员胜任力团体合作的发展具有启发意义。因而在团体心理辅导方案中不仅设计了人际互动的技巧训练,让成员能在团体中不断调整自我与他人的边界,而且也时刻关注团体进程中凝聚力的形成,保持良好氛围,让团体活动始终紧扣成员的目标与期待。班杜拉的社会学习理论强调个体良好行为的获得,一方面是在团体辅导训练中的直接经验,另一方面也可以观察并学习习得团体其他成员的行为与经验。人本主义理论强调“以学员为中心”的教学模式,营造安全、开放、支持、信任、互助的环境引导成员自我探索与成长。另外,本次团体辅导训练主题是提升班级心理委员胜任力,团辅训练的目标也围绕着心理委员胜任力量表的维度而设计,本次研究团体辅导训练方案各活动阶段皆与影响因素和理论相对应,通过理论为上层框架来设计相应的、有趣的、有趣的活动训练环节来对标影响心理委员胜任力的各个因子,如:组织能力、时间平衡管理、调试自我、工作动力与激情、乐观稳定的积极心态、减少退缩、团体合作与配合、人际互动、相关专业知识、危机识别与应对、寻求帮助与自助、活动领导与策划等,通过团体辅导训练的形式来提高心理委员胜任力的水平。

第二,团体成员的积极参与。本次团体辅导训练开始前都有相关班主任对每个成员进行入组访谈与筛查,确保积极参加实验组团体的成员都是带有目标和热情的,在团体辅导训练中勇于展现真实的自我,发表自己的观点,去和其他成员碰撞想法,做到了真诚、信任、勇敢。在制定团体规则的时候,每一位成员都参与讨论,一起为实现共同的目标而努力,在团体训练开展中,每一次角色扮演、课程讲学、活动游戏都积极参加,几乎都没有人迟到、早退,团体成员的态度也在某种程度上反映了团体训练的效果。

## 4 结论

本研究以中学班级心理委员为被试,调查了从初一到高三24名心理委员胜任力水平现状,并以此为基线,平均随机分配,邀请被试参与心理委员胜任力团体辅导干预训练,通过前后测数据收集以检验心理委员胜任力团体辅导干预训练的效果,得到的结论如下:中学心理委员胜任力水平处于中等,有待进一步提高,而团体辅导作为一种简单易操作、有效的心理干预形式,可以有效提高中学班级心理委员胜任力水平,可以考虑将其作为心理委员的普及心理健康教育课程进行推广。

## 参考文献

- [1] 陈宇燕. 三阶赋能: 中小学班级心理委员胜任力培养路径 [J]. 中小学心理健康教育, 2020 (36): 61-63.
- [2] 易思佳. 高校心理委员胜任力模型构建与问卷编制 [D]. 南昌: 江西师范大学, 2018.
- [3] 吕泊怡, 赵智军, 任林林. 高职院校心理委员队伍的胜任力现状和建设机制研究 [J]. 教育科学论坛, 2023 (18): 60-64.
- [4] 蒋亚兰. 完全中学班级心理委员胜任力培养模式的实践探究 [J]. 中小学心理健康教育, 2023 (14): 65-67.
- [5] 伍小平, 王伟. 高中班级心理委员胜任力分析及建议——基于威远中学的调查 [J]. 四川教育, 2022 (21): 41-42.
- [6] 孟凡, 宣宾. 主动性人格与高校心理委员胜任力: 自主性的中介效应 [J]. 中国健康心理学杂志, 2022, 30 (1): 152-156.
- [7] 王敬群, 陈子璇, 王青华, 等. 心理委员胜任力与心理健康的关系: 领悟社会支持和心理弹性的链式中介 [J]. 心理学探新, 2021, 41 (2): 176-185.
- [8] 曹海浪. 基于团体动力学理论的高校研究生党支部活力提升策略研究 [J]. 学校党建与思想教育, 2018 (22): 44-46.
- [9] 刘兵, 罗莉莎. 积极心理学在高校心理委员工作中的应用探索: 以三件好事为例 [J]. 中国心理学前沿, 2022, 4 (5): 627-631.
- [10] 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.
- [11] 周玲. 三阶培育: 初中班级心理委员胜任力培养的思考与实践 [J]. 中小学心理健康教育, 2022 (33): 63-66.
- [12] 马建青, 王晓刚. 高校班级心理委员培训教程 [M]. 广州: 暨南大学出版社, 2010.

## A Study on the Effect of Competency Training for Middle School Psychological Committee Members under Group Guidance Model

Liu Yang Fang Dan Ma Yikun Chen Qiuyan

*College of Education and Psychology, Southwest Minzu University, Chengdu*

**Abstract:** In recent years, psychological crises of students in primary and secondary schools have occurred frequently, and the development trend of “higher visibility” and “younger age” has been presented. However, many full-time and part-time mental health teachers in primary and secondary schools are lack of teachers and inadequate staffing, which has not been able to well radiate the mental health education of students in the whole school, and it is difficult to meet the growing demand for mental health services of students. In THIS context, our country has created THE psychological committee member system with Chinese characteristics, with the purpose of making the working mechanism of mental health education in universities, middle schools and primary schools more comprehensive and efficient. However, at present, psychological committee members still have difficulties such as low identity, insufficient professional knowledge, insufficient organizational ability, and low sense of work efficacy. Therefore, this study intends to design a set of group counseling intervention training program for psychological committee members’ competency training, and evaluate the intervention effect of group counseling on the competency of middle school psychological committee members, so as to provide certain theoretical support and guidance for improving the mental health education in middle school and the related research and intervention of psychological committee members. Methods: A total of 24 psychological committee members from each class of a middle school were randomly assigned to the experimental group and the control group, including 12 in the experimental group and 12 in the control group. The experimental group received group counseling intervention training twice a week, while the control group received no treatment. Results: Before the group counseling intervention training, there was no significant difference in the indicators between the experimental group and the control group ( $p>0.05$ ). After group counseling intervention training, the improvement level of all dimensions and total score of psychological committee competency scale in the experimental group was higher than that in the control group. There were significant differences in teamwork, work attitude, professional knowledge and total score between the experimental group and the control group ( $p<0.05$ ). There were significant differences in the dimensions of self-cognition, group cooperation, personality traits, professional knowledge and total scores in the experimental group ( $p<0.05$ ). Conclusion: As an effective form of psychological intervention, group counseling can effectively improve the competency level of middle school class psychological committee members.

**Key words:** Group counseling; Competency training; Psychological committee member; Intervention