

“以人为中心”疗法融入高校辅导员 思想政治教育工作探析

裴子璿

中南大学，长沙

摘要 | 高校辅导员担负着开展思想政治教育工作的重要责任。然而，目前高校辅导员思政工作仍存在一些问題。心理治疗领域中“以人为中心疗法”对于高校辅导员思想政治教育工作提供了重要借鉴。本文结合实际，从师生平等关系建构、提供新的教学方法、坚持思政导向等多方面对“以人为中心”疗法融入高校辅导员思想政治教育工作的价值与启示进行论述。

关键词 | “以人为中心”疗法；高校辅导员；思想政治教育工作

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 高校辅导员思想政治教育工作基本情况

高校辅导员是开展大学生思想政治教育的骨干力量，是高等学校学生日常思想政治教育和管理工作的组织者、实施者、指导者。辅导员应当努力成为学生成长成才的人生导师和健康生活的知心朋友^[1]。高校辅导员应积极开展思想政治教育工作，同时应积极关注大学生的日常生活与身心健康，以立德树人为根本目的导向，帮助学生树立起正确的人生观、价值观和世界观。

目前辅导员队伍建设与思政工作的开展正不断发展完善，但离真正实现思政工作理想实效目标仍然有很长一段距离。首先，高校辅导员岗位流动性大且许多辅导员非思政专业出身，缺乏相关经验与长远的职业规划；其次，信息技术快速发展，网络环境鱼龙混杂，而大学生作为如今网络时代的“原住民”，容易受到负面信息影响，长时间浸染网络容易产生消极的思想观念与心理问题；最后，对于这一问题的解决，高校缺乏有针对性的思政教育，这就导致很多大学生的价值观在网络负面信息的影响下出现扭曲，无法得到及时有效纠正^[2]。

为加强高校辅导员思政工作建设，帮助大学生树立正确三观，培养积极向上的心态，本文从学科交

叉角度出发,将目光聚焦于心理学领域,从罗杰斯的“以人为中心”疗法出发,探寻解决路径。

2 “以人为中心”疗法概述

“以人为中心”疗法起源于20世纪40年代,是一种人本主义心理学疗法,其发明者罗杰斯(Rogers)被誉为“人本主义心理学之父”。“以人为中心”疗法强调人具有自我完善的本领,重视咨访关系的建立,让来访者在轻松自在的心理氛围中探索自我,协调自我行为,最终达到治疗目的,实现人格发展。

2.1 “以人为中心”疗法的发展历程

按照吉利兰德等人的看法,“以人为中心”疗法的发展大体可分为四个阶段。

第一阶段为开创阶段,称为以“非指导式咨商”或“非指示疗法”,以1942年罗杰斯出版的《咨商与心理治疗》一书为标志。这表明罗杰斯提出一种新的治疗理念,即相信来访者在适当的条件下完全可以依靠自己的力量来解决自己的问题。

第二阶段为修订阶段,1951年改为来访者中心疗法,以《来访者中心疗法》一书为标志。在理论上更清晰、深入地分析“自我概念”等一系列问题;在实践上从重视来访者所诉说的事实内容转为同时重视反映隐蔽的情感。

第三阶段为体验阶段,罗杰斯的来访者由正常人转为精神病人。罗杰斯开始有意识地探索治疗中究竟需要什么条件才能使来访者发生改变,并力图使自己的理论受到严格的经验检验。这一努力导致他对咨询师和来访者之间“伙伴关系”的强调,重视咨询师的态度对来访者的影响,重视双方的情感、体验的交流。

第四阶段为发展阶段,1974年正式改为“以人为中心”疗法。罗杰斯以治疗员与案主平等地位的人—人关系模式,取代了传统的单向且被动作用的帮助者—被帮助者的模式。更加充分体现了其认为人本性是积极向上的、自我实现的人本主义心理学思想^[3]。

2.2 “以人为中心”疗法的特点

2.2.1 相信人具有完善机能与自我实现的倾向

罗杰斯相信“人之初、性本善”,认为人具有自我完善与实现的意愿与机能。其治疗要旨在于,咨询师营造出充满信任与能量的氛围,当事人置身其中就可以充分发挥自身机能,恢复自我人格,找到自我价值。

2.2.2 坚持存在主义与现象学的立场

“以人为中心”疗法主张每个人存在于以他自己为中心的不断改变的体验世界中^[5],只有进入当事人的内在世界才能理解他真实的情感。因此,“以人为中心”疗法并不提倡用外在的标准、指标去评估衡量来访者,重视从当事人角度出发,用当事人的眼光去看待世界。

2.2.3 重视良好咨访关系的建立

“以人为中心”疗法重视良好咨访关系的建立,将服务对象称为“来访者”,而非“病人”,将心理医生称为“促进者”,而非“治疗者”,体现了其与传统医学认知的区别。“以人为中心”疗法认为

咨访双方都是享有平等权利的参与者，像是朋友与伙伴。在咨询过程中，咨询师应做到真诚一致、无条件积极关注与同感理解，帮助当事人自由体验情感、不断探索自我，从而实现治疗目的^[3, 4]。

2.3 “以人为中心”疗法的基本理论

2.3.1 关于对“人”的认识

在心理学领域，对于人的认识，即来访者的认识，是根本性的问题，构成了其后续一系列研究与治疗的哲学基础。罗杰斯认为，心理学研究要强调对人本身的尊重，立足人的生存、揭示人的本质、还原人的本来面目。

“以人为中心”疗法相信人性本善，与行为主义学派与精神分析学派等其他学派不同，“以人为中心”疗法反对从动物的视角或者单从欲望的表达去看待人。它强调人具有“实现趋向”，强调要通过健全的人格——例如尊严、价值、创造力来看待人。

2.3.2 关于“人”为什么会心理失调

“以人为中心”疗法认为人之所以会出现人格扭曲与心理失调，根本原因是因为经验与自我的不一致，从而感到恐惧，产生焦虑，会产生自我防御机制，否认或歪曲经验，导致心理失衡。因此，“以人为中心”疗法认为心理治疗的实质则是重建个体在自我与经验之间的和谐。

2.3.3 如何改变“人”

在治疗过程中，“以人为中心”疗法并不强调利用专门的策略与技术，而是更侧重利用非指导性的治疗方式从而营造最佳的治疗氛围。通过建立起平等、信任、和谐的咨访关系，以咨询师为陪同者，以温暖理解的态度陪伴当事人，以当事人为治疗过程的主动者，让当事人自由表达自我感受，不再焦虑，逐渐恢复经验与自我的平衡，从而达到心理平衡，实现治疗目的。

3 “以人为中心”疗法应用于高校辅导员思想政治教育工作的价值

3.1 “以人为中心”疗法应用于高校辅导员思政教育工作的可能性

“以人为中心”疗法与高校辅导员思政工作具有一定的目标一致性与内容相似性，“以人为中心”疗法融入高校辅导员思想政治教育工作具有一定的可能性。

首先，“以人为中心”疗法应用于高校辅导员思政工作都以工作对象为工作中心，以工作对象的人格发展与自我价值的实现为目的，虽然“以人为中心”疗法的咨访关系更侧重来访者心理问题的调适，高校辅导员思政工作更侧重学生人生观、价值观、世界观的塑造与认识世界、改造世界能力的培养，各有偏重，但总体具有一定的目标一致性；其次，“以人为中心”疗法与高校辅导员思政工作本质上都是关于人的工作，并且工作内容重点都涉及对对象心理健康方面与日常行为的考核评估，都要求咨询师与辅导员以其自身力量树立榜样，从而感染来访者与大学生，具有一定的内容相似性。

3.2 “以人为中心”疗法应用于高校辅导员思想政治教育工作的必要性

3.2.1 强调平等关系建构，有助于师生关系重塑

“以人为中心”疗法所强调构建的咨访关系，为高校辅导员如何更好开展思想政治教育工作提供建设性思考，也为构建师生关系提供了人文关怀的新视角^[5]。

在“以人为中心”疗法中，咨询师与来访者区别于传统心理咨询疗法，否定了咨询师的权威角色，更多强调双方的双向互动与平等，重视两者构建关系中的信任、尊重、和谐等要素。而在高校思想政治教育当中，辅导员作为教育者，学生作为受教育者，在日常交往中往往是辅导员直接下发事务的通知与规定，而学生直接进行选择与执行，辅导员与学生的交流和沟通往往不够全面、深入，且存在模式呆滞、方式单一、情感机械、反复强调等现象^[6]，因而导致出现两者关系不平等、不平衡的情况。

而“以人为中心”疗法平等关系的构建无疑有利于改善这种情况，有助于重塑师生关系。辅导员需要与学生建立起相互信任、相互尊重的关系，营造良好氛围，从而帮助学生自由自主地探索自我，解决问题，达到立德树人的目的。

3.2.2 提供新的教学方法，有助于思政质效提升

在传统的思想政治教育工作开展过程中通常采取针管式的灌输式教育方法，即主观地进行教学决策，单向度把现成的知识结论灌输给学生。这样的方式虽然节省时间成本，但很难深入学生内心，真正达到立德树人的实质效果。

如今，高校辅导员会注意采取多样性方法进行展思想政治教育工作，而“以人为中心”疗法无疑也提供了很好的借鉴方式——尊重学生的主动权与话语权，以更好耐心与专业素养面对学生，通过面对面沟通了解学生真正需求，寓情于理，从而削弱学生对于思政教学的抵触心理，以学生喜爱、接受的方式进行思政工作，从单向度转变为双向互动，从单主体转变为“主体间”式，从而提升思政质效。

3.2.3 重视学生主体地位，有助于学生全面发展

思想政治教育工作的根本目的是教育和引导人们改造主客观世界改造主观世界，在高校中则以学生为主体开展思政育人工作，以实现学生的全面发展。

“以人为中心”疗法不仅重视心理问题的调试，也提倡人格的健全于自我价值的探索，是人本主义教育理念十分重要的组成部分。在辅导员开展思想政治教育过程中，将“以人为中心”疗法融入其中，就是坚定学生为辅导员思政工作开展的核心群体，重视学生主体地位，把思政价值引领与学生实现人生价值相结合，帮助学生积极挖掘自身潜力，将小我融入大我，实现德智体美劳的全面发展。

4 “以人为中心”疗法融入高校辅导员思想政治教育工作的启示

4.1 建构双方和谐关系

探讨“以人为中心”疗法融入高校辅导员思想政治教育工作的启示，首先应当是“以人为中心”疗法中的咨访关系构建的应用。只有建立起和谐的师生关系，才能为后续工作开展奠定良好基础。

首先,辅导员应将“以人为中心”疗法中咨询师作为陪同者与伙伴的形象融入于教师形象中,提升自身专业素养与思想认知,树立榜样;其次,在尊重与理解学生的基础上,从学生角度出发,在对待学生态度上做到同感理解、无条件积极关注与真诚一致;最后,充分利用时间与学生进行深入全面沟通,拉近彼此心理距离,从而逐步建立起和谐的师生关系。例如,建立健全学生沟通反馈渠道,做到多倾听少灌输,尽量以平等的态度去处理思政工作中的问题。

4.2 坚定思政价值导向

虽然“以人为中心”疗法融入高校辅导员思想政治教育工作,可以为辅导员提供新的教学方法与建设性建议,但是二者本质在价值导向有所不同。

纯粹的“以人为中心”疗法则遵循“价值中立”原则,要求咨询师在治疗过程中保持客观中立态度,不评判来访者价值好坏,这很显然对于高校思想政治教育工作是不适用的。高校思想政治教育与单纯的心理疗法不同,思政工作必须坚持自身核心价值导向,不可以偏离。倘若坚持价值中立,辅导员作为教育者本身的可信度与权威性会受到极大怀疑;同时,大学生处于三观形成的重要阶段,辅导员只有充分发挥思想政治教育的价值导向作用,才能根本上引导大学生树立正确的价值观、人生观、世界观,避免负面信息的影响。

因此,在将“以人为中心”疗法融入高校辅导员思想政治教育工作的过程中,辅导员应坚定主流方向与正确价值导向,并非盲目借鉴与应用。

4.3 把握情与理的平衡

“以人为中心”疗法虽然做出了许多贡献,但它仍存在明显的局限性。太过于重情轻理——太过于重视当事人的情绪感受而忽视理性^[4],容易滋生个人主义的倾向。在辅导员开展思想政治教育工作时,的确应采取情理结合的方法,但更应坚持具体问题具体分析的原则,倘若学生犯了原则性错误,相较于首先考虑学生个人情感,采取严厉处理态度或许不失为是一种更为正确的处理方式。因此,辅导员在借鉴“以人为中心”疗法的同时,对待具体的事情应正确把握情理结合的度,万不可为了“情”而丧失原则性的“理”,也不应该一味坚持“理”的原则而忽略“情”的灵活运用。

只有把握好情与理二者的平衡,才能规避疗法局限,做到扬长避短,更加迅速理解协助学生。

5 结束语

总体来说,“以人为中心”疗法融入高校辅导员思想政治教育工作中具有很强的契合性与可能性,结合实际情况,本文探析了“以人为中心”疗法融入高校辅导员思想政治教育工作的三条可行性路径。但单从理论层面的解释与探析还是有其必然局限,未来只有真正运用于实践中才能发现更多的可能性,才能真正助推高校辅导员思想政治教育工作的的发展。

参考文献

- [1] 中华人民共和国教育部. 普通高等学校辅导员队伍建设规定[EB/OL]. (2017-09-29)[2022-04-

- 07]. http://www.gov.cn/gongbao/content/2017/content_5244874.htmhttp://www.moe.gov.cn/srcsite/A02/s5911/moe_621/201709/t20170929_315781.html.
- [2] 王正强. 论积极心理学在高校辅导员思政教育工作中的应用[J]. 现代职业教育, 2021(4): 230-231.
- [3] 车文博. 人本主义心理学[M]. 杭州: 浙江教育出版社, 2003.
- [4] 刘华山, 江光荣. 咨询心理学[M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2009.
- [5] 林寅. “以人为中心疗法”在高校思想政治教育中的借鉴意义[J]. 科教导刊(上旬刊), 2020(25): 86-87.
- [6] 冯媛媛. 高校辅导员基于心理学理论开展教育管理工作的探析[J]. 山西青年, 2021(9): 171-172.

“People-centered” Therapy into College Counselors Analysis of Ideological and Political Education

Pei Zijun

Central South University, Changsha

Abstract: College counselors bear the important responsibility of carrying out ideological and political education work. However, there are still some problems in the ideological and political work of college counselors at present. The “people-centered therapy” in the field of psychotherapy provides important reference for the ideological and political education work of college counselors. Based on reality, this article discusses the value and inspiration of integrating “people-centered” therapy into the ideological and political education of college counselors from various aspects such as constructing equal relationships between teachers and students, providing new teaching methods, and adhering to ideological and political guidance.

Key words: “People-centered” therapy; College counselors; Ideological and political education work