

修己安人 以心渡人：团体心理辅导课程教学改革与实践探索

王礼申¹ 蔡瑶瑶²

1. 韶关学院教育科学学院, 韶关;
2. 韶关学院心理健康教育与咨询中心, 韶关

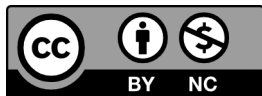
摘要 | “团体心理辅导”作为心理学专业核心应用型课程, 传统教学存在理实脱节、学生参与度低、课程思政融入浅显、评价方式单一等问题。本研究结合中华优秀传统文化与新文科、“四新”建设要求, 历经12年探索, 构建筑基—赋能—评价—一体化教学模式, 创新三维思政融入路径, 实现育心育德协同发展。改革有效扭转课堂不良现象, 全面提升学生综合素养与专业能力。课程获评广东省本科高校社会实践一流课程, 改革模式具备较强的推广与借鉴价值。

关键词 | 团体心理辅导; 教学改革; 新文科; 实践教学; 以生为本

Copyright © 2026 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

新文科建设是新时代我国高等文科教育改革发展的核心方向, 强调高阶性、创新性、挑战性、实践性四大核心特征, 要求文科课程打破传统课堂边界, 推动学科交叉、产教融合、校地协同, 培养兼具专业能力、人文素养、创新思维与社会担当的复合型人才(吴岩, 2021)。心理学作为兼具人文属性与应用属性的交叉学科, 是新文科建设的重要阵地, 而“团体心理辅导”是本科心理学的核心应用型课程, 承担着衔接心理学基础理论与社会心理健康服务实践的关键职能, 也是培育学生助人职业素养、人文情怀与社会责任感的重要载体。

团体心理辅导起源于西方心理学体系, 国内高校该课程长期沿用传统西方理论框架与讲授式教学模式, 在本土化发展、实践落地、价值引领等方面存在明显短板。结合笔者多年一线教学观察与课程调研发现, 传统教学模式下, 《团体心理辅导》课程普遍存在四大痛点: 一是理论本土化不足, 理论学习与本土心理健康服务场景脱节, 学生只会背诵理论, 难以开展实战辅导; 二是课堂形态单一, 单向讲授模式难以契合Z世代大学生数字化、互动化、体验式的学习偏好, 学生课堂参与积极性低迷; 三是课程思政生硬植入, 多以“口头说教”形式叠加思政内容, 未能实现专业教育与思政教育有机融合; 四是考核评价重知识记忆、轻过程表现与实操能

基金项目: 本论文系韶关学院教学改革项目“新师范背景下就业导向的校企协同共育‘团体心理辅导’课程模式探索”的研究成果(项目编号: SYJY20241063)。

通讯作者: 蔡瑶瑶, 韶关学院心理健康教育与咨询中心, 硕士, 讲师, 研究方向: 心理健康教育。

文章引用: 王礼申, 蔡瑶瑶. (2026). 修己安人 以心渡人: 团体心理辅导课程教学改革与实践探索. *中国心理学前沿*, 8(6), 929-933.

<https://doi.org/10.35534/pc.0806137>

力，评价主体单一，无法发挥“以评促学、以评促改”的作用。

与此同时，地方中小学、社区、司法系统、公益机构等基层单位对专业心理健康服务人才需求持续增长，传统课程培养出的学生存在实操能力弱、服务意识不足、职业认同偏低等问题，难以对接地方民生服务需求。针对以上问题，韶关学院“团体心理辅导”课程教学团队立足地方师范院校办学定位，坚持“以生为本、服务地方”的育人导向，深度挖掘中华优秀传统文化中“修己安人、以心渡人、知行合一”的育人内涵，将新文科、新师范、“四新”建设要求贯穿教学全流程，历经12年系统性教学改革与实践打磨，构建起完整的教学体系、实践体系、思政体系与评价体系，有效破解传统教学难题，实现课程育人、实践育人、文化育人、思政育人四位一体协同发展。本文结合课程改革的全过程、实施路径、实践成效与推广经验，全面总结改革思路与实施策略，为国内同类心理课程、文科应用型课程教学改革提供参考。

2 锚定课堂真实痛点，确立以生为本改革导向

教学改革始于问题诊断，只有精准梳理传统课程的结构性矛盾，才能明确改革方向与实施路径。教学团队通过课堂观察、学生访谈、同行研讨、用人单位回访、课程问卷调研等多种方式，全面剖析“团体心理辅导”传统教学存在的核心问题，并结合新文科人才培养要求，确立整体改革思路。

2.1 传统课程核心问题深度诊断

理论体系西方化，理论与实践严重脱节。我国高校团体心理辅导课程教材、理论框架大多直接引进西方研究成果，缺乏结合我国社会文化、地域特点、民众心理特征的本土化改造（樊富珉，2018）。西方团体辅导理论、活动设计、伦理规范诞生于不同的文化语境，直接套用易出现“水土不服”。学生课堂上系统学习团体动力、团体阶段、辅导技术等理论知识，但面对乡村留守儿童、社区老年群体、涉毒人员、困境儿童等本土服务对象时，无法灵活运用理论设计辅导方案、应对现场突发状况，陷入“纸上谈兵”的困境。从人才培养角度来看，课程输出的人才能力结构与粤北地区基层心理健康服务岗位实际需求不匹配，人才培养与地方服务存在断层。

教学模式固化，学生课堂参与被动消极。传统课堂以“教师讲授+PPT展示”为主，属于典型的单向灌输式教学，缺少沉浸式体验、互动演练、情景模拟等环节。当代Z世代大学生成长于数字时代，思维活跃、乐于体验、反感枯燥说教，被动听讲的课堂形式难以激发其学习内驱力。长期以来，本课程出现典型的课堂现象：学

生低头玩手机、不愿主动发言、回避课堂互动、不主动思考课程问题、拒绝参与课堂小型实训活动，核心辅导技巧、团体运作逻辑仅停留在认知表层，无法内化为专业能力。单一教学模式也降低了课程的挑战度与创新性，背离新文科课堂改革基本要求。

课程思政表层化，育心与育德相互割裂。心理健康教育课程天然具备“育心”与“育德”双重功能，团体心理辅导更是强调助人自助、人文关怀、职业操守与责任担当（俞国良，赵军燕，2022）。但在传统教学中，课程思政建设存在两大误区：其一为“标签化融入”，教师在专业知识点之外生硬穿插思政话语，专业内容与思政内容两张皮；其二为“形式化开展”，仅依靠主题班会、口头宣讲完成思政任务，缺少真实实践场景作为载体。思政融入方式简单化、形式化，不仅增加教师教学负担，也让学生产生抵触情绪，思政育人效果大打折扣，未能实现“以心育德、以德润心”的协同目标。

考核评价体系单一，无法实现闭环育人。传统课程采用期末笔试为主的终结性评价模式，考核内容聚焦理论知识记忆，忽视团体方案设计、现场辅导、沟通协作、危机干预等实操能力考核。同时，评价主体仅为授课教师一人，评价视角单一，难以客观反映学生整个学期的学习过程、成长变化与综合素养。这种评价模式向下，学生重考前背诵、轻日常实践，过程性学习动力不足。此外，评价体系缺少对学生成长幅度的考量，无法捕捉学生个体的进步与变化，难以实现“以评促学、以评促改、以评促发展”的闭环育人功能。

2.2 整体改革思路：构建四位一体教学框架

针对上述四大痛点，教学团队立足韶关学院地方师范院校定位，面向粤北地区中小学、社区、司法机构等基层心理健康服务岗位的人才需求，严格落实新文科“高阶性、创新性、实践性”要求，坚守以学生为中心的教育理念，确立“理论筑基—体验赋能—思政融心—社会服务”四位一体整体改革框架。

改革不再将课程局限于教室之内，而是打通“课堂教学—校内实训—校外实践—社会服务”全链条；不再将课程目标局限于“掌握理论、学会技术”，而是拓展至心理修为、职业素养、社会责任感、人文情怀的综合培育；不再将教学主体局限于教师，而是充分发挥学生的主观能动性，让学生成为课堂学习、实践训练、社会服务的主角。以解决真实课堂问题、对接真实社会需求、落实全面育人为核心目标，循序渐进推进全流程、全要素教学重构。

3 依托四新建设要求，打造筑基一赋能—评价创新教学体系

结合高等教育“四新”（新工科、新医科、新农科、新文科）建设部署，本课程围绕新内容、新方法、

新技术、新形态四大方向，对课程进行系统性重构，最终形成“筑基—赋能—评价”三位一体、环环相扣的完整创新教学体系，覆盖育人目标、教学内容、教学方法、实践平台、信息技术、考核评价六大模块。

3.1 筑基：重构三维育人目标，明晰人才培养定位

传统心理学课程多采用“知识+能力”二维育人目标，侧重专业知识传授与基础技能训练。结合新文科人文性、实践性、综合性要求，课程打破二维局限，构建知识—能力—素养三维一体化育人目标体系，清晰回答“培养什么人、为谁培养人、如何培养人”三大核心问题。

3.2 赋能：多维度协同发力，搭建全方位教学支撑体系

“赋能”是改革的核心环节，教学团队从内容、方法、实践、技术四个维度同步发力，融合传统文化、本土案例、体验式教学、校地协同、现代信息技术，全面激活课堂活力、提升教学实效。

(1) 内容赋能：本土化改造+文化融合，丰富课程内涵

一方面，推进课程内容本土化转型。摒弃全盘照搬西方案例的做法，立足粤北乡村、社区、司法系统等地域特点，新增留守儿童心理关怀、乡村教师心理调适、社区居民情绪疏导、困境儿童帮扶、戒毒人员心理矫治等本土化实操模块。所有案例、活动设计、训练任务均来源于地方真实服务场景，让学生所学内容直接对接岗位需求，彻底解决“理论脱离实际”问题。

另一方面，挖掘中华优秀传统文化元素。以“修己安人、知行合一、仁者爱人”等传统理念为内核，将文化精神与专业内容深度融合。在团体伦理、助人理念、自我成长等章节中渗透修身自省、待人友善、责任担当等内涵，实现传统文化、专业知识、思政元素自然融合，凸显新文科跨界融合特色。

(2) 方法赋能：转变课堂形态，推行“做中学、学中悟”

彻底打破单一讲授式教学模式，构建以体验式教学为核心，混合式教学、任务驱动教学、实战演练相结合的多元教学方法体系。第一，沉浸式体验活动贯穿课堂。结合课程知识点，设计“生命五样”“希望感提升”“同心圆”“信任之旅”等经典团体活动，让学生亲身参与、感受团体动力、体会辅导技巧，在体验中感悟、在感悟中理解，变“被动听课”为“主动体验”。第二，线上线下混合衔接。依托智慧教学平台布置课前任务，学生自主学习微课、典型案例、理论知识点，课堂时间全部用于小组研讨、方案打磨、模拟演练、问题答疑，提升课堂利用效率。第三，真实任务驱动学习。以社会真实需求为导向，设置分组实战任务，如“中小学考前心理护航团体辅导”“社区老年人情绪支持小

组”“留守儿童人际交往团体活动”等，学生以小组为单位完成方案撰写、模拟演练、落地实施，同步锻炼创新思维、协作能力与实战能力。

(3) 实践赋能：校地协同搭建平台，实现全链条实践育人

实践是应用型课程的核心抓手，教学团队依托在地中小学心理健康教育共同体、校政企协同实训平台，构建“校内结构化实训+校外实景化服务”双层实践体系，打通课堂与社会的壁垒。

课程实践范围覆盖韶关市27个乡镇学校、城市社区、强制隔离戒毒所、监狱、市妇联妇女儿童权益保护中心、团市委困境儿童帮扶中心等多家单位。组织学生深入基层一线开展常态化志愿心理服务，直面不同群体的心理需求。校外实践不仅训练学生专业技能，更让学生走进社会真实场景，了解基层民生现状，直观增强社会责任感与职业认同感，实现“课堂教学—实践锻炼—社会服务”一体育人。

(4) 技术赋能：数字技术融入教学，适配新生代学习特征

顺应数字化教育发展趋势与Z世代学生学习习惯，将现代信息技术全面融入教学各环节，以技术助力教学提质增效。一是搭建智慧教学平台，上传微课、课件、案例、习题、拓展资源，实现混合式教学全覆盖，打破时空限制。二是引入团体心理辅导虚拟仿真教学资源，模拟团体冲突爆发、成员情绪失控、突发心理危机等高难度场景，学生可反复在线演练，降低实景实践风险，加速知识向能力转化。三是依托平台采集学生课前学习、课堂互动、作业完成、实训表现等全维度学习行为数据，精准定位学生知识薄弱点与能力短板，开展个性化辅导。

3.3 评价：重构多元过程增值评价体系，落实以评促改

针对传统终结性评价的弊端，本课程构建多元主体、全程记录、关注成长的新型评价体系，彻底扭转“一考定成绩”的评价模式。第一，评价主体多元化。打破教师单一评价格局，建立“授课教师+同班同学+实践合作单位”三方联合评价机制。教师侧重专业知识、课堂表现、理论应用评价；同学侧重小组协作、现场表现、沟通能力互评；实践单位侧重服务态度、实操能力、职业素养评价，多方视角结合，保证评价客观全面。第二，评价权重向过程倾斜。调整评价结构，过程性评价占比70%，终结性笔试仅占30%。过程性评价涵盖课前线上学习、课堂参与、体验活动表现、小组作业、方案设计、校内实训、校外社会服务、课后反思等内容，完整记录学生整个学期的学习轨迹。第三，融入增值性评价理念。将学生课前摸底测评、课堂表现、实践成果、自我反思进行纵向对比，重点关注学生能力提升、心态变化、素养成长等增值部分。

4 思政铸魂：以传统文化为内核，实现育心育德协同发展

心理健康课程兼具心理育人与道德育人双重使命，如何让课程思政自然融入、落地见效，是应用型文科课程改革的重点与难点。本课程以“修己安人、知行合一”等中华优秀传统文化为核心，构建“三融铸魂、三促见效”的思政育人体系，彻底解决思政融入生硬、育心育德脱节的问题。

4.1 三融铸魂：构建立体化思政融入路径

摒弃“贴标签、喊口号”的浅层思政模式，打造理论融渗、场景融入、文化融领三条立体融入路径，让思政元素润物无声地融入专业教学。

理论融渗：在理论讲授环节，专业知识与思政内涵自然结合，并将思政元素嵌入知识点内部，做到你中有我、我中有你。**场景融入：**以实践载体承载思政目标依托校外基层服务场景开展思政实践，组织学生参与乡村中小学心理帮扶、特殊人群心理疏导、困境儿童关爱等志愿活动。学生在面对面的服务中，亲身感受基层群众的生活状态与心理诉求，在真实行动中践行责任担当、奉献精神与家国情怀，让思政教育从“纸上”走向“行动”。**文化融领：**以传统文化涵养人格修为将“修己安人”作为课程核心文化主线，贯穿教学全过程。引导学生首先通过团体体验、自我反思实现自我心理成长、人格完善，再运用所学技能帮助他人、服务社会。

4.2 三促见效：形成育心育德闭环育人机制

依托三维思政融入路径，通过“三促”实现思政育人长效化、规范化，形成完整育人闭环。

(1) 德育促成长。结合每位学生的性格特点、心理状态、学习短板开展精准化思政引导与心理疏导，以德润心、因材施教，帮助学生塑造乐观、坚韧、友善的健全人格。

(2) 行践促实效。将思政教育延伸至校地协同的基层服务一线，用亲身实践强化学生的家国情怀、服务意识与奉献精神，大幅提升思政教育的感染力与实效性。

(3) 评价促规范。将人文关怀、责任担当、服务态度、团队品德等思政相关指标正式纳入综合评价体系，让思政建设成效可量化、可记录、可追溯，倒逼思政教育落地落实。

4.3 经验提炼：形成可推广的课程思政实施路径

经过多轮改革打磨，本课程总结出“理念引领—内容融合—实践载体—评价保障”四步走课程思政实施路径，具有极强的通用性。教学团队编制《团体心理辅导课程思政融入小手册》，系统梳理思政元素挖掘方法、多元融入路径、典型实践案例、评价指标体系。该手册已在韶关学院教育学、心理学、社会工作等多门课程中推广使用，同时被省内外多所高校借鉴，为同类文科课

程、心理健康类课程的思政建设提供标准化、可复制的实施方案。

5 改革成效与成果辐射推广

本课程历经12年持续迭代改革，先后完成多轮教学方案优化、实践平台拓展、评价体系完善，取得丰硕的育人成果、教学成果与社会服务成果，同时形成多层次、多维度的辐射推广格局。课堂育人质量全面提升改革彻底扭转了学生“不抬头、不发言、不思考、不参与”的课堂乱象，学生课堂专注度、互动积极性、主动思考能力显著提升。课程从被动听讲转变为全员参与、全员实践、全员反思的主动学习课堂。

6 结语

在新文科、新师范建设全面推进的时代背景下，地方高校心理学应用型课程必须直面传统教学的痛点与短板，立足办学定位、对接地方需求、传承优秀文化、创新教学形态。韶关学院“团体心理辅导”课程教学改革，从课堂真实问题出发，坚守以学生为中心的教育理念，深度融合“四新”建设要求与“修己安人、以心渡人、知行合一”的中华优秀传统文化，构建“筑基—赋能—评价”一体化教学体系与“三融三促”思政育人体系，全方位重构课程目标、内容、方法、实践、技术与评价机制。

未来，课程团队将继续立足新文科发展趋势，进一步深化课程本土化、数字化、实战化改革，持续优化校地协同实践平台，深挖传统文化与专业教育的融合路径，不断提升课程高阶性、创新性与挑战度，努力打造更高质量、更具特色、更有温度的应用型心理课程，为新时代地方高校文科课程改革与心理健康人才培养持续贡献力量。

参考文献

- [1] 樊富珉. (2018). *团体心理咨询* (第3版). 高等教育出版社.
- [2] 俞国良, 赵军燕. (2022). 心理健康教育课程思政的内涵、逻辑与实践路径. *教育研究*, (5), 112-120.
- [3] 吴岩. (2021). 加强新文科建设培养新时代文科人才. *中国高等教育*, (1), 4-6.
- [4] 张日昇. (2019). *团体心理咨询与团体心理治疗*. 北京师范大学出版社.
- [5] 佐斌, 温芳芳. (2020). 新文科视域下心理学专业人才培养模式改革探索. *高等理科教育*, (3), 28-34.
- [6] 刘华山. (2017). *学校心理辅导* (第2版). 华东师范大学出版社.
- [7] 教育部. (2020). 新文科建设宣言. 取自<http://www.moe.gov.cn/>.

Cultivate Oneself to Comfort Others, and Guide Others with Heart: Teaching Reform and Practical Exploration of Group Psychological Counseling Course

Wang Lishen¹ Cai Yaoyao²

1. School of Educational Science, Shaoguan University, Shaoguan;

2. Mental Health Education and Counseling Center, Shaoguan University, Shaoguan

Abstract: As a core applied course for psychology majors, Group Psychological Counseling faces problems such as the disconnection between theory and practice, low student participation, superficial integration of curriculum ideology and politics, and single evaluation methods in traditional teaching. Combining traditional Chinese culture with the requirements of the New Liberal Arts and the “Four New” initiatives, this study has explored for 12 years to establish an integrated teaching model of “foundation building - empowerment - evaluation” and innovate a three-dimensional path for ideological and political integration, realizing the coordinated educational development of psychological and moral education. The reform has effectively improved classroom performance and comprehensively enhanced students’ comprehensive literacy and professional competence. The course has been awarded the title of First-Class Social Practice Course for Undergraduate Universities in Guangdong Province, and its reform model is worthy of wide promotion and reference.

Key words: Group psychological counseling; Teaching reform; New liberal arts; Practical teaching; Student-oriented