

# 中小学班级心理委员制度实施中面临的困境与应对策略

丁红燕

浙江省严州中学新安江校区，建德

邮箱：12324781@qq.com

**摘要：**随着学校心理健康教育工作日益受到重视，班级心理委员已从高校神坛走进中小学校园。然而，在工作实践中，由于工作能力不足、工作氛围不浓、工作被认可度不佳、工作积极性不高等方面的原因，班级心理委员制度在中小学的实施仍面临人员选拔困难、任务执行困难、工作保障困难、社会支持困难等困境。要突破这些困境，可以从整合工作身份、明确工作内容、明晰工作职责等多方面进行努力。

**关键词：**中小学；心理健康教育；心理委员

收稿日期：2019-10-22；录用日期：2019-11-04；发表日期：2019-11-07

# Dilemma and Countermeasures in the Implementation of Class Psychological Committee System in Primary and Secondary Schools

Ding Hongyan

Xinanjia Campus of Zhejiang Yanzhou High School, Jiande

**Abstract:** With the increasing attention to school mental health education, the class psychology committee has entered the primary and secondary school campus from the altar of college. However, in the practice, due to the lack of work ability, work atmosphere, work recognition is not good, work enthusiasm is not high. The implementation of the class psychological committee system in primary and secondary schools still faces difficulties in personnel selection, task implementation, job security, and social support. To overcome these difficulties, efforts can be made from many aspects such as integrating work identity, clarifying work content, and clarifying work responsibilities.

**Key words:** Primary and secondary schools; Mental health education; Psychological committee

Received: 2019-10-22; Accepted: 2019-11-04; Published: 2019-11-07

---

Copyright © 2019 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

随着时代的进步与发展,人尤其是学生这个社会群体日渐面临更多的问题,如对学习环境的适应问题,人际关系的处理问题等。如何使他们以积极、健康的心态去适应发展的社会环境就显得尤为重要。因此,中小学心理健康教育工作受到空前的关注,也引起了社会各界的高度重视。心理委员——一个新的班干部,也随着学校心理健康教育工作的蓬勃发展应运而生。心理委员职务最早于2003至2004年间出现在浙江海洋学院和天津大学,尔后迅速在各大大学中普及。如今,相当多的中小学班级里也出了这个职务。

心理委员,是指受过相关心理知识培训的学生,在班级中肩负起帮助同学解决一般心理问题、组织心理健康教育活动、传播心理健康知识等职责的职务,是我国学校心理健康教育工作中的新生事物,是国外朋辈辅导在我国学校心理健康教育中的本土化形式。

心理委员作为班级的一员,与同学朝夕共处,年龄相仿,因此跟同学的自然性鸿沟小,防御性低,共同性大,互动性高,便于及时发现和预防学生中存在的心理问题,增强学生承受挫折和适应环境的能力,提高心理素质,预防学生中的精神疾病和变态心理,避免校园心理危机事件的发生。同时,心理委员的出现,还能弥补和缓解当前学校专职心理辅导教师人员配备不足的问题。但是,在笔者的工作实践和观察调研中,班级心理委员制度的实施仍存在诸多困境,摆脱这些困境仍需要付出相当大的努力。

## 2 四大困难: 班级心理委员制度实施中面临的困境

近十年来,笔者一直在初、高中从事学生心理健康教育教学工作并负责学校心理辅导站的日常运行管理,在实际工作中也不遗余力地推行班级心理委员

制度。在多年的工作实践中，笔者发现，当前中小学班级心理委员制度在实施中常常面临以下几个方面的困境：

## 2.1 人员选拔困难

对于中小学心理健康教育工作而言，心理委员制度的实施过程中，最大的困难是人员的选拔。在“选谁”“怎么选”以及“按照什么标准选”等问题上，常常令各中小学的心理健康教育工作负责人感到为难和棘手。

一般而言，中小学的班级心理委员自我推荐和民主选举的意义不大，一是这个岗位具有一定的特殊性，二是学生对这个岗位的要求不甚清楚，三是学生对这个岗位的人岗匹配问题难以把握。因而，在实际工作中，心理委员的人选基本上由班主任指定。当然，此前心理教师确实会提供一定的选择标准供班主任参考。可是，由于标准的模糊性和难把握性，使得可操作性降低，班主任也往往只能根据选择班干部的经验来选择心理委员，于是，如此选出来的心理委员，其能力、个性特点等条件是否与岗位相匹配，就很难保证了。

## 2.2 任务执行困难

在工作实践中，心理委员的工作任务通常包括以下这些方面：认真学习并积极宣传心理健康知识，在本班级积极开展心理健康教育和宣传活动；协助学校开展各种活动，并在心理健康教育课程、讲座及活动中起骨干作用，带动其他学生积极参与；注意发现学生中出现的各种心理异常现象，给予力所能及的帮助，并及时向班主任、学校心理健康教育教师反映，使其得到尽快解决；帮助有心理困难的同学及时前往心理咨询室接受心理辅导，负责向心理辅导教师提供同学的表现，以便加强对接受咨询的学生跟踪及反馈；协助学校开展心理普查；在学校心理健康教育中担任学生助理，为老师、同学提供力所能及的服务等。为了完成这些任务，学校心理健康教育教师往往会给心理委员布置一些比较具体的心理健康教育工作，如填写《心理晴雨表》等。

以上这些任务，表面上看，被动的多、主动的少，配合的多、独立的少，但仔细研究，这些都是专业性很强的任务，在实际操作过程中，对于大学生而

言尚存在一定的难度，对于中小学生而言其难度就更大了，因而执行起来就比较困难了。

### 2.3 工作保障困难

由于人员的配备较为随意，工作任务的专业性又比较强，因而在心理委员制度的实施中，就需要对相关人员进行必要的培训，也需要让相关人员到实际工作中去锻炼和提高。然而，全校少则十几个班，多则数十个班，年级跨度也大，加上当前中小学学生的学习压力较大、学校各种类型的活动也比较多，要经常安排专门的时间进行全校心理委员的学习培训活动，是不容易的。另外，无论在时间还是空间上，学校能提供、愿意提供给心理委员工作的条件是十分有限的，即便心理健康教育教师和心理委员非常热心于心理健康教育工作，也会因此受到百般阻碍。

### 2.4 社会支持困难

在工作实践中，班级心理委员制度的实施还面临一个非常现实的问题，就是不能得到很好的社会支持。换言之，心理委员的工作，班主任认为“专业的事情就应该专业的人来做”，心理健康教育教师全权负责就好了，不应该把“不谙世事”的学生牵扯进去；任课教师认为，学生的任务就应该是把文化知识学好，不应该在心理健康教育工作上分心；家长们对“心理委员”这个职务的感觉更是“怪怪的”，有人甚至认为“孩子有心理问题才被选为心理委员”；还有一部分学生，他们对心理委员的工作也不是特别支持，心理委员的话他们不听，心理委员布置的任务他们不配合等。

## 3 四个“不”：班级心理委员制度实施困难的原因

### 3.1 工作能力不足

毋庸置疑，中小学生的知识储备，特别是心理健康方面的知识储备，是严

重不足的。由于知识储备不足，心理健康教育工作技能缺乏，再加上理解和领悟能力尚有欠缺等原因，即使学校心理健康教育教师对其开展一定的培训，中小学班级心理委员的工作能力还是比较有限的。由于工作能力不足，工作任务的完成自然而然就会受到比较大的影响，这就无须赘述了。

### 3.2 工作氛围不浓

综观我国学校教育，可以说，心理健康教育受到的重视是前所未有的，心理委员的出现和推广，也充分说明了心理健康教育的重要性。然而，由于无法回避的考分和升学压力，使得心理健康教育在一定范围内尚如某些人所说的“说起来重要，做起来次要，忙起来不要”，心理健康教育的氛围还不够浓厚，人们对于心理委员这个新生事物，还尚未真正的完全接受。

### 3.3 工作被认可度不佳

在心理委员出现之前，中小学所有的班干部里，纪律委员应该是同学们最不喜欢的职务了，因为这个职务经常扮演的是一个“检举者”的角色。心理委员出现之后，很快便跻身于同学们最不喜欢的班干部行列之中。这是因为心理委员需要观察、关注同学们的情绪状态，需要发现同学中的不良心理和行为表现，然后及时向班主任、学校心理健康教育教师汇报，以避免心理危机事件的发生，从而极易被不明事理者误解成“告密者”。如此这般，其工作不仅很难得到同学的认可，更有甚者可能引起同学的不满和反感。

### 3.4 工作积极性不高

与其他班干部相比，心理委员的工作积极性是相对比较低的。为什么会这样呢？笔者以为，主要有以下几个方面的原因：一是上文提到的工作被认可度低，使得心理委员的工作积极性不高；二是心理委员的工作不能直接提高学习成绩，不像学科代表（如语文科代表、数学科代表等）那样与学科学习直接相关；三是心理委员的工作还与其他学科学习相冲突，会占用其他学科的学习时间。简而言之，在很多人看来，心理委员工作除了负面影响外，没有多少积极的作用。

## 4 三大举措：突破班级心理委员制度实施困境的相关策略

### 4.1 整合工作身份：心理委员与学科代表相结合

在当前中小学心理健康教育工作架构中，心理课是一个重要的组成部分，也是实现学校心理健康教育工作目标的重要载体之一。因而，在工作实践中，班主任可将班级心理委员与心理科代表两个身份相整合，集二者于一身。工作身份的整合，可以在一定程度上淡化心理委员在公众心目中的负面“角色形象”，从而进一步激发心理委员的工作热情，助推学校心理健康教育工作顺利开展。

### 4.2 明确工作内容：危机事件与一般事件相区别

由于知识、能力、工作方法等各方面的缺陷与不足，中小学班级心理委员的工作内容必须进一步明确，才能更加有效地避免负面影响的发生，从而充分发挥心理委员的作用。笔者以为，班级心理委员作为学校心理健康教育教师的助手，在中小学阶段承担的主要工作内容应该是危机事件、紧急事件的监控与报告。换句话说，在与学科代表身份进行整合之后，中小学班级心理委员的工作内容除了协助老师组织好心理课的课堂教学外，其重点工作就应该是协助学校心理健康教育教师、班主任等人处理学生中出现的危机事件和突发情况。当然，学生中的一般问题，心理委员也应该给予积极的关注，但由于在知识、能力、工作方法等各方面尚有欠缺，这些问题可以交由老师循序渐进地处理。

### 4.3 明晰工作职责：及时报告与临时监控相补充

在工作内容明确以后，心理委员的工作职责仍需要进一步明了，使当事人有一个清晰的认识和了解。为了降低中小学班级心理委员工作的难度，使该项工作真正成为学校心理健康教育工作的有益补充，笔者以为，在面临学生心理危机事件和突发情况时，心理委员的工作职责是及时、迅速、准确地向学校心理健康教育教师或班主任、任课教师、学校领导报告，并在老师未到场的情况下对突发事件进行临时监控，在老师到场后协助老师做好相关工作。笔者以为，

中小学班级心理委员，如果在工作中能够很好地完成这个工作，就已经相当不容易了，毕竟他们年纪小、经历少、能力欠，想让他们承担更多的任务和职责，也是不现实的。

## 5 结语

心理健康教育是一项复杂的系统工程，由于观念缺乏、师资不足、专业性不强等各方面的原因，学校心育工作的有效开展，离不开心理委员制度的有效实施。尽管在中小学阶段，班级心理委员制度的实施还由于各种原因而面临诸多困境，但是，只要我们敢于担当，直面问题，并采取积极的措施加以应对，心理委员制度在中小学的实施和推广就能走出一条成效之路、特色之路。

## 参考文献

- [1] 詹启生. 班干部新职位: 心理委员[J]. 广东第二课堂(小学版), 2008(9): 47.
- [2] 赵恺. 关于加强班级心理委员队伍建设的几点思考[J]. 商情, 2014(44): 286-287.
- [3] 李树娜. 中小学心理委员制度存在的问题及对策[J]. 中小学心理健康教育, 2017(32): 55-57.
- [4] 卜连英, 戴少华. 浅析中职心理委员的培养与发展[J]. 时代报告, 2012(12): 104.
- [5] 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.