

浅析心理咨询在高校辅导员思想政治 教育工作中的运用

章建瓴

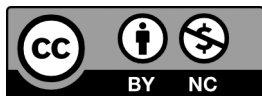
吉林工程技术师范学院学工部，长春

摘要 | 心理咨询是高校思想政治教育科学化的有益尝试。本文从高校心理咨询与思想政治教育的关系入手，分析心理咨询在大学生思想政治教育工作中的地位，并阐述了心理咨询方法在高校辅导员思想政治教育工作中的具体应用。

关键词 | 心理咨询；思想政治教育；辅导员

Copyright © 2022 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/>



随着社会竞争日益激烈，高校思想政治教育面临着大的变革。在思想政治教育工作中，应运用心理学的知识与手段，在心理方面给咨询对象以帮助、教育和启迪，并纠正部分学生的异常行为，使其在社会生活中表现出正常和谐的心理状态，进而解决学生的思想问题，培养学生健全的人格和健康的心理，适应全面提高人才素质的要求。

作者简介：章建瓴（1982-），男，汉族，吉林工程技术师范学院学工部讲师，主要从事思想政治教育研究。

文章引用：章建瓴. 浅析心理咨询在高校辅导员思想政治教育工作中的运用 [J]. 心理咨询理论与实践, 2022, 4 (5): 213-220.

<https://doi.org/10.35534/tppc.0405028c>

1 心理咨询与思想政治教育的关系

1.1 两者之间的联系

(1) 具有相同的目的。思想政治教育的任务是帮助大学生树立正确的理想信念,培养高尚的品德;心理咨询的任务是提高大学生的心理素质,增强他们面对挫折的心理承受能力。两者虽然任务不同,但目的都是为了塑造大学生健康完整的人格,使之成为能适应社会、服务社会的合格人才。

(2) 两者遵循的原则要求相一致。首先,咨询的差异原则与思想政治教育的针对性原则要求一致。其次,咨询的真诚、通情达理原则与思想教育的情理结合原则要求是一致的。再次,咨询的启发、疏导与思想政治教育的教育、灌输原则要求基本一致。

1.2 两者之间的区别

(1) 理论基础不同。高校思想政治教育是以马列主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想为基础,为社会主义建设服务,具有鲜明的价值导向作用。而心理咨询是运用心理学的知识、理论、技术和方法排解学生心理问题,强调对当事人的充分尊重,保持中立的态度,不把自己的价值观强加给学生。

(2) 内容、特点不同。心理咨询的内容常常与人的生理状态、身体素质、遗传因素以及人所面临的各种心理压力相联系,带有明显的生理和心理特点;思想政治教育常常与人的世界观、人生观、价值观以及人对社会、对集体、对他人的态度相联系,带有明显的政治和道德色彩。

(3) 方式方法不同。心理咨询主要以一对一的交流为主,重在疏导,除了话疗之外,还可以采用心理测量、行为矫正以及具有医疗色彩的催眠、药物等;思想政治教育主要以班级、团体等规模交流为主,重灌输,采用宣传、说服、批评、表扬等以语言为主的交流方法。

(4) 坚持原则不同。心理咨询非常强调保密性原则,受助者有是否接受咨

询人员意见、建议的绝对自由。高校思想政治教育经常采取公开性的教育活动，对某些言行的批评教育具有强制性。

(5) 参与人员的要求不同。心理咨询必须是由经过专业训练和严格考核、获得同家颁发的资格证书者担任；政治思想教育的理论来自于社会实践，作为社会实践的主体，人人都可以参与。

2 心理咨询在大学生思想政治教育工作中的作用

2.1 心理咨询有助于提高大学生思想政治工作的科学性和有效性

传统的思想政治教育采用灌输教育方法，强调外部的压力性，忽视了学生的心理发展规律和特点。心理咨询活动可以通过心理测试、心理诊断和心理分析，改善咨询对象的情绪和心理，从而消除他们思想中的疑虑，使他们的身心得到健康发展。

2.2 心理咨询是思想政治教育的一条新途径

高校心理咨询非常注重学生对社会的适应、对社会的接纳、潜能的开发，提倡学生首先做和谐的自我。将心理咨询工作贯穿到日常思想政治教育中，是帮助学生解决心理适应与发展的关键所在，也是有效的思想政治工作的关键所在。

2.3 心理咨询是对新时期学生思想工作的有效补充

大学新生的主要心理问题首先是人际交往方面的心理困惑，其次是生活和学习的的环境改变与心理适应方面出现了矛盾、困惑心理。心理咨询的一个重要作用，就是帮助解决学生在成长过程中产生的各种心理问题，提高认知水平，矫正思路，增强自信，正确对待自己和他人，处理好人际关系，弥补思想教育工作中的遗漏。

3 高校辅导员在思想政治教育工作中具体使用的心理咨询方法

3.1 有效地倾听

辅导员在与学生的对话中,比较注重“讲”而常常会忽视“听”的作用,而心理咨询非常重视倾听的过程。所谓“倾听”,是指咨询师通过自己的语言和非语言行为向来访者传达“我正在很有兴趣地听着你的叙述,我表示理解和接纳”的信息。倾听技术包括咨询师通过身体传达的专注以及心理的专注,是一个积极参与的过程。埃根(Egen, 1994)提出了倾听的五要素:面对来访者、开放的身体姿势、身体稍向前倾、保持良好的目光接触和身体姿势放松自然。借鉴心理咨询的有关要求,辅导员在和学生谈话中也应重视使用倾听的技术,在倾听的过程中,要认真、有兴趣,不要随意进行评价,不仅要听懂学生通过语言、表情、动作所表达出的东西,还应该学会听懂学生没有用语言表达的内容或隐含的意思。辅导员在倾听学生的谈话时,要注意理解学生所传达的内容和情感,不排斥、不歧视,把自己放在学生的位置上来思考,鼓励其宣泄,帮助其澄清自己的想法,让思想教育更有效。

3.2 适当地询问

心理咨询最常用的询问方式有两种:封闭式提问和开放式询问。封闭式提问有利于工作者确定一些陈述,而开放式题问则有利于工作者了解更加详细的情况。在思想政治教育中,采用适当的询问方式有利于思想政治教育者了解学生的想法、事情的真相,使教育更具针对性、更中肯。在进行开放式提问的时候需要注意两个问题:一是不要让学生离题;二是适当控制不良的情绪。封闭式提问虽可以让教育者确定一些模糊的回答或者想法,但是不可过多使用,否则可能不能完全了解到学生的想法和解释,误导学生,让学生产生被审问的感觉。

3.3 鼓励和重复

在心理咨询中,鼓励是指咨询师直接、简明地重复来访者的话,尤其是重

述来访者回答中最后一句话,或仅以某些词语如“嗯”“好”“接着说”“还有呢”“以后呢”“别的情况下如何”“我明白”之类过渡性短语来强化来访者叙述的内容,并鼓励其进一步讲下去。在辅导员的工作中,鼓励和重复技术同样适用,有些学生出于不自信或其他原因,不敢将真实的想法全部说出来,如果辅导员给予适当的鼓励和重复,会增强学生的自信,从而使谈话顺利进行下去。

3.4 敏感地观察

心理学认为,人的大部分身体语言是不经意的,这些不经意的动作往往会泄漏人内心真实的情绪、情感和想法。在思想政治教育中,教师如果善于抓住学生的一些非语言的动作,会了解到学生在语言之外的一些信息。通过观察学生的一些无意识的表现,研究者可以更加深入地了解学生内心不愿意透露或想隐瞒的信息,调整自己的教育策略。

3.5 具体化应用

心理咨询中的具体化技术是指咨询师协助来访者清楚、准确地表达他们的观点、所用的概念、所体验到的情感以及所经历的事件等。简言之,具体化就是将来访者不清晰的问题搞明白的过程。一般当来访者所讲内容模糊、过分概括或概念不清的时候,咨询师会使用具体化技术,了解事情的真相和来访者的真实用意。在辅导员与学生谈话时,如果学生所陈述的事件不够明确,表达的意思不够清晰,辅导员可以通过询问来进一步了解学生的真实想法。

3.6 面质

心理咨询中面质又称质疑、对质等,是指咨询师指出来访者身上存在的矛盾。当来访者出现言行不一致、理想与现实不一致、前后言语不一致或者咨询师对来访者的评价与来访者的自我评价不一样时,咨询师可以采用面质技术,协助求助者对自己的感受、信念、行为以及处境进行思考,解决心理

问题。与学生谈话中,如果学生出现上述矛盾,辅导员也可以采取面质技术,指出学生自身的矛盾。在使用面质技术时,要注意事实根据,避免个人发泄、无情攻击。

3.7 解释

心理咨询中的解释就是咨询师用某一种理论对来访者思想、情感、行为和事件之间的联系或其中的因果关系进行阐述。它能帮助来访者超越个人已有的认识,以一种新的方式重新看待它们自身的问题,甚至还可能使他们的世界观产生认知性的改变。辅导员在工作中的“解释”可以是辅导员根据思想政治教育的要求或自己的成长经验对学生的思想、情感、行为等进行解释,可以提高学生的认识,同时也有利于提高辅导员在学生心目中的威望,增强辅导员的威信。运用理论要灵活,不能生搬硬套,要针对学生不同问题,根据个人的理解、领悟与实践经验,通过不断地修正,最终给予真正符合学生情况的合理解释。

3.8 指导

指导是咨询师直接告诉来访者做某件事、说某些话以及如何做或以某种方式行动。实际上,辅导员工作中也经常使用指导技术,不同的是心理咨询师指导是根据心理咨询方法的规定进行的,辅导员则是依据校规校纪、道德规范以及个人的经验等对学生提出要求。对于非心理问题的指导,辅导员没必要学习心理咨询的理论,但是却可以借鉴心理咨询中关于指导技术的技巧和要求。在使用指导技巧时,辅导员应十分明确自己对学生指导些什么,效果会怎样,叙述应清楚、明确,让学生真正理解指导的内容。

3.9 自我开放

心理咨询中的自我开放也称自我暴露,是指咨询师将自己的思想、情感、经验等有关信息告诉来访者。咨询师适度的自我开放,能使来访者产生共情、温暖和信任的体验,增加来访者对咨询师的认同感以及对会谈的兴趣,有助于

彼此建立相互信任和开诚布公的咨询关系。除此之外，在咨询师自我开放的示范作用下，来访者也会有进一步的自我开放。自我开放有两种形式：一是咨询师把自己对来访者的体验与感受传递给来访者，其中包括正性信息和负性信息，但传递负性信息时一定要审慎，要以良好的咨询关系为基础，说话时口气要委婉、含蓄，要充分顾及对方的接受能力；二是咨询师暴露与来访者所谈内容有关的个人经历和体验。辅导员大多是刚从学生生活中走过来，因此学生所存在的各种问题辅导员本人就有可能经历过，如果辅导员适度自我开放，把自己面临困难时的感受以及克服困难的过程告诉学生，使学生感觉到辅导员的坦诚和信任，有利于促进学生与辅导员的深入交流。

开展大学生心理咨询工作是社会的需要、时代的要求，也是高等教育发展的需要。心理咨询必将丰富学校教育的内容和手段，转变思想政治教育的观念和方法，提高广大思想政治教育工作者的育人水平，使之真正服务于培养目标，服务于学生的全面发展。把心理咨询工作的一些方式方法纳入到高校思想政治教育工作之中，不断创新思想政治教育的内容和方法，是提高思想政治教育实效性、针对性的重要途径。

参考文献

- [1] 彭萍. 高校心理咨询与大学生思想政治教育的有效结合 [J]. 思想教育研究, 2004, 5 (12).
- [2] 郭念锋. 国家职业资格培训教程心理咨询师二级 [M]. 北京: 民族出版社, 2005.
- [3] 朱建峰. 谈心理咨询在高校思想政治教育中的作用 [J]. 教育探索. 2014 (9).
- [4] 冯宪萍, 张博. 心理咨询技术在高校思想政治工作中的运用 [J]. 青少年研究, 2005, 4 (50).
- [5] 谢春玲. 当代大学生心理健康教育的现状问题及对策 [D]. 长春: 东北师范大学, 2016.

The Application of Psychological Consultation in College Counselors' Ideological and Political Education Work

Zhang Jianling

*Office of Students Affairs, Jilin Teachers' Institute of Engineering and Technology,
Changchun*

Abstract: Psychological consultation is a beneficial attempt of college ideological and political education scientification. This article, starting from the relationship between psychological consultation in Colleges and universities and the ideological and political education, analyzes the status of psychological consultation in college students' Ideological and political education work and elaborates the specific application of psychological consultation in the work of college counselors' ideological and political education.

Key words: Psychological consultation; Ideological and political education; Counselors