

# 团体心理辅导在高职班主任思政课程教学中的应用探析

曹兴阳

(宿迁高等师范学校 江苏宿迁 223800)

**摘要:** 高等职业院校大学生的心理辅导主要以心理学理论为导向,将心理学同团体心理辅导进行有效结合,是改善高等职业院校的心理健康教育水平的关键。将团体心理辅导运用于高等职业院校思政课程中的实践教学中,这也是能够拓宽高等职业院校思政课程教育方法的重要尝试。本篇文章通过简单阐述团体心理辅导的内涵,着重探究团体心理辅导在高等职业院校中的劣势和优势,以及能够帮助学生进行心理疏导的意义,并针对团体心理辅导的研究提供借鉴。

**关键词:** 团体心理辅导 高职班主任 思政课程 应用探析

**中图分类号:** G710 **文献标识码:** A

**DOI:** 10.12218/j.issn.2095-4743.2022.24.098

我国高等职业院校中开展心理健康教育起步较晚,但是伴随学校内课程改革的不断深入,近几年,明确把大学生心理健康教育课程纳入了高等职业院校的必修课程体系。基于心理健康问题的基础性研究,强化心理教育课程在整个大学期间的重要性。心理健康教育在大学生活中占据极其重要的位置,高等职业院校内的老师和学生要充分认识到心理健康的重要性,心理学老师和社会上的心理从业者需要针对学校内突出的心理问题和心理困惑,积极宣传能够缓解大学生心理健康问题的方法和手段,通过深入探究学生团体在学校内表现出来的心理问题和困惑的特点,针对性地为学生创建心理健康缓解方法。众所周知,团体心理辅导主要是指团体为对象,在整个团体的大环境条件下,通过聘请校外合格的专业心理辅导教师,结合高等职业院校内的心理学老师,适当地采用激励方法并获取相关的信息,在此阶段,积极发现学生个体之间差异性以及个体潜能,通过帮助学生努力接纳自我,解决生活中的难题,促进学生能够创建正确的认知观念以及健康的生活态度,为学生以后的工作做指导,培养学生健全的人格。

## 一、简单阐述团体心理辅导

### (一) 团体心理辅导的主要内涵

伴随经济社会的发展和人们日益提高的生产和生活的需求,团体心理辅导也逐渐走进人们的视野,这也成为一种新型的心理咨询和辅导模式。借助团体心理辅导,成员之间可以进行直接的交流,进而产生一系列的心理活动,从而改善自我心理行为,矫正不正确的心理行为特点。心理辅导规模主要是根据团体内成员的人数所决定。一般情况下,有少人

数的小团体,也有中等团体,小团体一般包含的人数是3—5人,中等团体一般是十几个人。团体心理辅导主要是两种结构模式,结构式和非结构式。结构式的心理辅导主要是根据既定的程序进行心理问题的疏导,非结构式的心理辅导主要是根据学生本身的内部动力来推动。

### (二) 团体心理辅导的具体功能

团体心理辅导最主要的特征就是它是一个交流过程,其对组织内的成员具有的影响是多元化的。团体内的成员旨在能够获取他人的影响来实现对自己的帮助,进而从一定程度上影响他人的心理活动。在开展团体辅导的过程中,成员之间可以互相鼓励和加油,按照心理学老师设定的具体目标,共同参与心理学活动,不断了解自己的需求,并学会接纳自己。团体心理辅导的氛围一般情况下都是比较积极的,心理学老师为提供良好的、温馨的教学环境,让学生在相互了解的基础上,尝试新的机会帮助自我完善心理行为,提高心理健康水平。在改善自身适应情况的前提下,有效提高学生的自信心,提高在生活实践过程中的交往能力,有效改善生活、工作的人际关系等。

### (三) 团体心理辅导的主要特点

团体心理辅导的过程主要包含三个层面:其一,在心理辅导过程中,能够节约更多的时间,提高效率。依据学生之间不同的特点,一对一进行心理咨询,心理咨询时间要保证在45分钟到一小时之间。心理辅导老师会将团体辅导的心理诉求整合到一起,找到存在的共同心理问题,然后通过团体的形式进行统一心理咨询。其二,团体心理辅导相比较个人

心理辅导过程，具有较强的感染能力，影响范围较为广泛。团体心理辅导要基于成员之间的互相影响，通过成员之间的比对，映照自己身心问题，并在实践过程中找到能够解决该问题的办法，进而从侧面帮助其他同学。在心理辅导过程中，能够增强学生的凝聚力以及相互信任能力。其三，团体成员之间的资源互通性帮助学生在实践过程中找到探索自我的丰富资源，充实自己的内心世界，改善自我的心理健康水平。

## 二、团体心理辅导在思想政治课程中的实践作用

### （一）思想政治课程实践教学视域的层面

我国高等职业院校在推进课程改革以来，思想政治教育课程能够有效地培养学生正确的思想观念，包括世界观、价值观以及人生观，旨在能够为学生树立坚定的理想信念。然而，思想政治课程在实践教学开展过程中，还存在诸多弊端，尤其是对于学生主体的一些问题，比如：如何能够清楚地认识自我，如何能够帮助学生建立良好的工作关系和社会关系，如何能够在未来的生活中创造价值等，这些都是心理教育研究活动的研究范畴，也是能够改善心理健康教学的主要环节。通过探究思想政治课程的实践教学效果，进一步为心理学老师拓宽视域，提高思想政治教育水平，提高国民的综合素质。

### （二）思想政治课程实践教学的科学性层面

高等职业院校中开展思想政治课程主要是围绕大学生在此阶段出现的问题而开展的，然而，我们知道，人类的思想、行为以及心理活动三者之间是密不可分，互相影响的，在相互作用下，才会表现出相应的行为状态以及思想意识。高等职业院校的学生在接受思想政治教育过程中，涵括了大量的心理行为、心理现象以及心理活动等。因此，在高等职业院校中开展思想政治理论课程的教育教学活动中，思政课老师要以心理学教材的授课目标为指导，通过掌握大学生的心理动态，借助历年来总结的理论知识，引导大学生培养健康的世界观、价值观和人生观，从思想意识层面深度挖掘自我潜能，并将其内化到自我行为上，提高学生健康心理意识。

### （三）思想政治课程实践教学的时效性层面

部分高等职业院校开展思想政治理论课程主要是为了适应社会和学生的发展，能够更好地为社会提供全面发展的综合型人才，旨在提高我国的综合国力，然而以往的思想课程在设置过程中往往忽略了学生的心理需要，导致在实际

教学互动中，学生面对枯燥的理论知识而缺乏足够的兴趣，学习积极性不高，严重影响了学校内部思想政治课程的教育效果，尽管在校园外部也开展了多元化的思想政治课程，但是面对日益凸显的学生心理问题，效果并不是很理想。将团队心理辅导的新型模式引入高等职业院校的思想政治理论课程中，可渗透先进的理论方法，丰富大学生的心理活动，充实自身的情感，提高学生在社会中的适应能力。

## 三、团体心理辅导课程在实践教学中的具体应用

### （一）设计专项心理活动

在思想政治课程的实践过程中，思政老师要及时把控好学生的心理需求，针对课本中不同的教学内容，从中找到能够找到具有实践价值和意义的研究题材，结合学生目前的心理学问题特点进行通力合作，通过有趣的游戏活动形式来开展相关团体心理学活动。比如：大一学生的心理特点就是能够快速适应学校的环境，将自我身份顺利从高中生过渡到大学生，还可以在学校内设置多样化的团体活动，健全大学生的人格以及集体主义等专项研讨活动；接下来大二和大三学生基本面临的心理问题是如何在大学期间展现自我价值，如何能够在完成学业的基础上，强化自我价值；大四学生主要是针对面临的就业指导，尤其是社会中的就业竞争问题，增加毕业生的自信心至关重要。

### （二）设计活动的具体应用技巧

在高等职业院校中开展思想政治实践教学，主要是以团体作为基础进行活动的开展，旨在能够为大学生创建轻松的活动环境，提高思想政治课程的理论价值。在开展活动过程中，通过应用团体心理活动的辅导中的相关技术，比如接纳、倾听以及示范和共情技术。首先，老师要具备足够的心理辅导技能，面对学生提出的心理困惑，老师要耐心倾听并将自我代入困惑之中，切实找到引起学生心理困惑的根源；其次，老师要通过自我共情能力感受学生当时的心理状态，找到能够调整学生心理状态的具体方法，通过换位思考，提高学生解决问题的能力。最后，老师可以总结一些具有典型性的心理学辅导案例，然后在心理辅导过程中，将案例展示给学生，让学生在接受自我问题的同时，主动找到解决问题的方法。

### （三）设计活动效果评析

在开展团体辅导心理课程时，老师要根据自身团体内成

员的心理动态,比如学生参与心理活动的人数,以及是否能够遵守团体成员内的契约,是否能够正确地接受老师提供的改善方法,以及后期学生真正的心理健康行为后期发展状态,通过动态研究,评价在团体辅导中开设心理学课程的实施效果。在完成活动后,老师可以根据问卷调查或者学生的自我反馈来进行结果总结,包括学生在活动开展过程中的喜好以及对活动的建议等,在整个团体活动结束后,总结团体内部成员以及周围人的评价,动态观察成员内的改变,强化问题解决能力,不断提高适应学生身心发展的教学手段。

#### 四、以团体心理辅导为导向,实践思政课程的开展需要关注的问题

##### (一) 选择的活动主题需要具有相通性

高等职业院校中的大学生一般处于身心成熟的关键阶段,思想政治课程老师在应用团体辅导开展教学活动时,务必经过充分的社会调研,在完全掌握大学的心理状态时,选择具有共性的话题。共性话题能够吸引学生的眼球,而且能够积极引导学生参与到活动中,并且在团体中产生充分的认同感。同时思想政治课程要学会积极引导学生发现问题,构建自己的成长目标,在互相信赖的基础上,通过探讨和研究,提高学生的接受度,改善学生的心理状态。

##### (二) 强化活动的针对性

团体辅导为导向的思想政治理论课程开展的终极目标是能够将两者进行有效结合,所以,活动的开展要具备明确的价值观,这就意味着高等职业院校的学生要保持积极乐观心态,在充满活力的氛围中,养成正确的价值观、人生观、世界观,致力于提高自我情操和提高社会公德意识,为成为一名合格的建设者和接班人而努力奋斗。整个活动的开展需要具备完整的环节,包括方案初步环节、具体活动的实践环节以及活动评价环节,通过严格把控各个环节的衔接性,避免出现效果较差的活动。

##### (三) 强化活动过程中的平等性

高等职业院校借助团体心理辅导课程开展思想政治课程,要以学生为主体,爱护每一位学生,确保学生隐私能够得到保护。学生与心理学老师之间要保持平等的关系,不得使用一些不合规的语言,引导学生敞开心扉,诉说心理需求,在分享各自的经验的条件下,为其他同学提供有意义的帮助。

总之,在活动开展过程中,不得出现不平等的现象,总结经验,分析心理学案例,致力于制订一套完整的教学方案。

#### 结语

综上所述,高等职业院校大学宗旨是旨在能够为社会提供专业性的综合素质人才,大学生心理健康教育已经成为国家和学校历年来着重强调的主要问题之一,这也是促进学生培养健康人格的重要手段,为社会提供有用人才提供保障。高等职业院校内的教育手段和教育方法具有多重特点,比如较强的吸引力、较高的引导力以及较大的影响力。结合大学生心理健康教育的特点,将心理团体辅导教育课程引入思想政治课程中,通过选择合适的课堂教学活动并且助力于解决大学生的心理健康问题,有效提高高等职业院校内的心理健康素质,提高学生心理健康教育的丰富性以及吸引力,有效改善心理学课程的教学效果,激发心理健康教育课程的活力,助力提高并发挥好大学生心理教育课程在培养良好人方面的重要价值。未来能够改善心理学教学模式的手段主要是多样化的教学手段和创新型的教学模式,两者切实贴合学生的实际情况,能更好地服务于学生和社会。

#### 参考文献

- [1] 孟恒芳,王权,刘艳红.团体心理辅导在高校思政课实践教学中的应用[J].科教导刊-电子版(上旬),2022(1):46-47.
- [2] 关慧.论团体心理辅导对改善医学生思政课学习效能的作用[J].中国继续医学教育,2018,10(1):28-30.
- [3] 刘凌霄.论团体心理辅导对改善医学生思政课学习效能的作用[J].教育评论,2015(10):97-100.
- [4] 窦彦博.团体心理辅导技术嵌入职校生思政课教学应用研究——以哲学与人生课程为例[J].现代职业教育,2020(2):104-105.
- [5] 周莲英.团体心理辅导在高校思政课实践教学中的应用研究[J].科教文汇,2018(2):57-58.
- [6] 曾淑萍.团体心理辅导在高校思政课实践教学中的应用[J].缔客世界,2021(4):82.

#### 作者简介

曹兴阳(1986.4—),男,汉族,籍贯:江苏沐阳,硕士,讲师,研究方向:基础数学。