

全国 18 所高校“心理委员”研究协作组编写教材

心理委员工作手册

Handbook of Psychological Committee Members



詹启生 主编



哈尔滨工业大学出版社
HARBIN INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

全国 18 所高校“心理委员”研究协作组编写教材

心理委员工作手册

詹启生 主 编

哈尔滨工业大学出版社

内容提要

“心理委员”工作是我国高校心理健康教育中的新生事物。为总结探索心理委员工作的形成机制、发展模式,促进学校心理健康教育有效开展,由天津大学牵头组织全国 18 所高校“心理委员”研究协作组编写了此书。本书共 8 章,对心理委员制度的产生与发展、心理委员的遴选、心理委员的培训、心理委员的职责、心理委员的评价,专科院校、高职院校、民办院校心理委员制度的特征等进行了比较系统的介绍和阐述,并收录了首届全国“班级心理委员”工作机制研讨会部分交流论文。

本书可作为心理委员的培训教材,也可供各类高校中的心理健康工作者、辅导员、管理者以及对心理健康教育感兴趣的中小学教师与管理人员参考使用。

图书在版编目(CIP)数据

心理委员工作手册/詹启生主编. —哈尔滨:哈尔滨工业大学出版社,2008.1

ISBN 978 - 7 - 5603 - 2264 - 3

I. 心… II. 詹… III. 大学生—心理卫生—健康教育—手册 IV. B844.2 - 62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 153734 号

责任编辑 田新华

封面设计 唐立

出版发行 哈尔滨工业大学出版社

社址 哈尔滨市南岗区复华四道街 10 号 邮编 150006

传真 0451 - 86414749

网址 <http://hitpress.hit.edu.cn>

印刷 哈尔滨工业大学印刷厂

开本 850mm × 1168mm 1/32 印张 7.5 字数 192 千字

版次 2008 年 1 月第 1 版 2008 年 1 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978 - 7 - 5603 - 2264 - 3

印数 1 ~ 4 000

定价 18.00 元

(如因印装质量问题影响阅读,我社负责调换)

《心理委员工作手册》编委会

主 任 詹启生 天津大学
副主任 孔 燕 中国科学技术大学
裴秋宇 哈尔滨工业大学

编 委 (按第一人名姓氏字母排序,同单位并列排序)

包陶迅 浙江海洋学院
陈 庆 浙江大学
高淑芳 李晓凤 周峰 北京林业大学
寇 延 浙江树人学院
李 知 吉林省长春东方职业学院
李 贞 青岛飞洋职业技术学院
刘明波 复旦大学
牛 勇 田宝伟 张弛 北京交通大学
乔静芝 天津理工大学
尚 洁 苏慧丽 刘亚菲 赵 礼 天津大学
施 钢 中国农业大学
苏继春 赵秀丽 天津交通职业学院
王云霞 胡 蓉 王霓 西安航空技术高等专科学校
闫 杰 郑州牧业工程高等专科学校
杨俊杰 于艳合 中国民航大学
殷宗平 郑召丽 合肥工业大学

序

党的十七大报告指出,要“加强和改进思想政治工作,注重人文关怀和心理疏导,用正确方式处理人际关系”。加强和改进大学生心理健康教育是新形势下全面贯彻党的教育方针、推进素质教育的重要举措,是促进大学生健康成长、培养高素质合格人才的重要途径,是加强和改进大学生思想政治教育的重要任务。《中共中央国务院关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》(中发[2004]16号)对大学生心理健康教育工作提出了明确的要求,促进大学生的心理健康、身心协调发展,对建设和谐校园、推动社会主义和谐社会建设都具有十分重要的意义。

当前,我国改革发展正进入关键时期,社会变革加快,竞争日益激烈,大学生在就业、发展等方面面临着各种压力。同时,大学生正处于青春期到成年期的转变过程中,是人生中心理变化最激烈、最明显的时期。他们不仅面临环境的剧烈变化,而且面临着自我认识与发展的重要课题,成长本身也带来了很大压力。这些因素交织在一起,往往容易导致大学生产生心理困惑、心理障碍和行为偏差,对大学生的成长和发展产生不利的影响。遵循思想政治教育和大学生心理发展规律,开展心理健康教育,做好心理咨询工作,帮助大学生提高心理调节能力,培养良好的心理品质,促进大学生思想道德素质、科学文化素质和身心健康素质协调发展,是加

强大学生思想政治教育的十分迫切的一项工作。

近年来,各地各高校认真贯彻落实中央 16 号文件精神,充分认识加强大学生心理健康教育的重要性和紧迫性,把大学生心理健康教育作为新形势下加强大学生思想政治教育工作,促进大学生全面发展的重要内容,积极建立健全大学生心理健康教育工作体系和工作机制,广泛开展心理健康教育活动,加强心理健康教育的研究和心理健康教育工作队伍建设,在优化大学生心理素质、提高大学生心理健康水平、减少心理疾患发生、促进学生全面成长方面做了大量工作,发挥了积极的作用。坚持教育与自我教育相结合,充分调动大学生的积极性和主动性,发挥他们在心理健康教育工作中的自我教育功能,增强大学生自我心理调适能力,是开展大学生心理健康教育的有效途径。天津大学等高校实施的“班级心理委员”制度,通过选拔和培训一批思想素质过硬、社会工作能力较强的学生担任“班级心理委员”,及时关注和了解学生群体中异常、突发情况,就是发挥大学生主体作用的一种积极创新和探索。

天津大学等 18 所高校联合编写的《心理委员工作手册》,总结、吸取了各高校实施心理委员制度的做法和经验,为心理委员了解心理健康教育的规律、提高工作技能和规范操作行为提供了有益的借鉴和帮助,同时也为普及大学生心理健康知识提供了一个很好的载体。希望这本书的出版,能够进一步调动大学生参与心理健康教育、促进心理素质培养的的积极性,更好地发挥大学生在心理健康教育工作中的主体作用,为推动大学生心理健康教育工作的健康发展作出贡献。

教育部思政司副司长 冯 刚

2007 年 11 月 18 日

前言

心理委员工作是我国心理健康教育中的新生事物,自天津大学在 2004 年提出并建立以“心理委员”为基础的危机干预、快速反应机制以来,成千上万的“心理委员”在全国各地如雨后春笋般茁壮成长起来。

但是,由于心理委员是学校管理中产生的一个新角色,其工作中逐步暴露出的一些问题尚需我们深入探索。为此,2006 年 12 月 15~18 日,天津大学心理研究所策划并举办了全国首届“班级心理委员”工作机制研讨会。会议取得了三项重大成果:成立了全国高校“心理委员”研究协作组;确定由全国高校“心理委员”研究协作组策划并举办一年一度的全国高校“心理委员”研讨会;由全国高校“心理委员”研究协作组联合编写一本全国通用的《心理委员工作手册》,目的在于指导正在全国如火如荼地开展的心理委员工作。这也正是本书得以编写的初始动因与宗旨。

本书共分八章。第一章至第五章为基本内容,其中分别阐述了心理委员的产生与发展、心理委员的遴选、心理委员的培训、心理委员的职责与心理委员的评价。这五章构成了本手册的核心内容。第六章至第八章则分别围绕专科院校、高职院校与民办院校的特点阐述了心理委员工作的相关特征。

本书适合于各类高校中有志于心理健康教育工作的老师与相关管理人员阅读,可以作为心理委员的培训教材,对心理健康教育感兴趣的中小学教师与管理人员也可参考使用。

参加本书编写的老师来自全国 18 所高校,这 18 所高校分别是天津大学、中国科学技术大学、北京交通大学、复旦大学、北京林

业大学、中国农业大学、浙江大学、合肥工业大学、哈尔滨工业大学、天津理工大学、中国民航大学、浙江海洋学院、西安航空技术高等专科学校、郑州牧业工程高等专科学校、天津交通职业学院、吉林省长春东方职业学院、青岛飞洋职业技术学院、浙江树人学院。

在具体分工中,第一章第一节至第三节由天津大学詹启生编写,第一章第四节由复旦大学刘明波编写。第二章第一节与第三节由中国科学技术大学孔燕编写,第二章第二节由北京林业大学高淑芳、李晓凤、周峰编写,天津大学刘亚菲参与了第二章第三节的编写。第三章第一节与第三节由天津大学詹启生编写,第三章第二节由中国民航大学杨俊杰编写,第三章附录由中国农业大学施钢编写。第四章第一节由浙江海洋学院包陶迅与天津大学詹启生编写,第四章第二节与第三节由天津大学詹启生编写,第四章第四节由天津大学苏慧丽编写。第五章第一节与第三节由北京交通大学牛勇编写,第五章第二节由天津大学詹启生编写。第六章由西安航空技术高等专科学校王云霞、胡蓉、王霓编写。第七章由天津交通职业学院苏继春编写。第八章由浙江树人学院寇延编写。全书由詹启生负责统稿。

在本手册的编写过程中,天津理工大学、浙江大学、合肥工业大学、哈尔滨工业大学、郑州牧业工程高等专科学校、吉林省长春东方职业学院、青岛飞洋学院等参与了书稿内容的讨论。天津大学王伊辉、胡美丽、刘亚菲、苏慧丽参与了样稿的校稿,在此一并表示感谢。

教育部思政司副司长冯刚在百忙中抽出时间审阅了此书,并亲自作序,在此深表谢忱。

哈尔滨工业大学出版社、特别是田新华老师为此书的出版做了大量工作,在此表示由衷的感谢。

由于编者水平有限,书中不足与遗漏之处在所难免,恳请各位读者批评指正(本书主编的联系方式:zqs@tju.edu.cn)。

詹启生

2007年9月10日

目 录

第一章 心理委员制度的产生与发展	1
第一节 当前我国高校心理健康教育体系的演变	1
第二节 心理委员制度的产生	4
第三节 心理委员制度的未来发展趋势	16
第四节 心理委员制度与朋辈咨询的关系	19
第二章 心理委员的遴选	27
第一节 班级心理委员竞选办法	27
第二节 心理辅导员的考核程序	33
第三节 专业心理测试与筛选	36
第三章 心理委员的培训	41
第一节 培训目的与要求	41
第二节 岗前培训内容	42
第三节 继续培训内容	48
第四章 心理委员的职责	61
第一节 心理委员的职责	61
第二节 日常事务	64

第三节	应急事务	72
第四节	其他选择性事务	76
第五章	心理委员的评价	78
第一节	心理委员个人发展的评价	78
第二节	心理委员班级工作的评价	80
第三节	优秀心理委员的评价标准	83
第六章	专科院校心理委员制度的特征	108
第一节	专科院校学生的心理特征	108
第二节	专科院校心理工作的特征	125
第三节	专科院校心理委员工作的特征	132
第七章	高职院校心理委员制度的特征	138
第一节	高职院校学生的心理特征	138
第二节	高职院校心理工作的特征	141
第三节	高职院校心理委员工作的特征	144
第八章	民办院校心理委员制度的特征	153
第一节	民办院校学生的心理特征	153
第二节	民办院校心理工作的特征	156
第三节	民办院校心理委员工作的特征	159
附 录	全国首届“班级心理委员”工作机制 研讨会交流论文	164
参考文献		225

第一章 心理委员制度的产生与发展

本章首先对我国高校心理健康教育体系进行了全面总结,并对其演变发展过程进行了归纳。在有关心理健康教育体系的基础上,对心理委员制度的产生背景与过程进行了分析,并且简要阐述了班级心理委员制度的未来发展趋势。最后对心理委员制度与朋辈心理咨询之间的关系作了简要阐述。

第一节 我国高校心理健康教育体系的演变

心理健康教育成为我国高校思想政治工作的一个有机组成部分是有一个发展过程的,它是随着我国心理学这门科学的发展而逐步发展起来的。特别是近年来社会对提高大学生综合素质的迫切要求,使提升大学生心理健康教育的地位显得日趋重要。正是在这种社会大背景下,我国高校心理健康教育工作逐步发展起来,并在不同阶段形成了特定的心理健康教育体系。下面将综合分析我国高校心理健康教育体系的演变所经历的四个阶段。

一、以“心理疾病的治疗”为主的治疗模式阶段

1895年,天津海关道盛宣怀请直隶总督、北洋大臣王文韶转奏光绪帝,创办新学堂。1895年10月2日获得皇帝批准,在天津这个洋务运动的策源地创办了中国第一所现代大学——北洋西学学堂,后命名为国立北洋大学(即今天的天津大学),由此开创了我国高等教育一个崭新的时代。1900年初,北洋大学首届毕业生王宠惠获颁“钦字第一号文凭”,这标志着我国高校自己培养出了第一位大学生。

截至 2007 年 5 月 18 日,我国各地已经创建普通高校 1 909 所、民办普通高校 295 所、成人高校 415 所、民办成人高校 2 所。经过近 112 年的发展,我国上述四类高校共计达到 2 521 所。这些高校已经培养了数以千万计的人才。但是,在人才的培养过程中,直到 20 世纪 80 年代初,我国高校并没有把心理健康教育列入学生工作计划之中。

在 20 世纪 80 年代初,特别是随着 1978 年高考制度的恢复,1982 年,中国有了“文化大革命”之后的第一批大学本科毕业生。

随着高校招生人数的不断增多,在校大学生中存在的各种问题不断暴露出来。在此期间,心理科学的理论与实践在高校中的发展也非常迅速,一些学校开始尝试从心理学的视角解决大学生的问题,并且把大学生的思想问题与心理问题逐步区分开来,有条件的学校开始建立专业化的心理机构以解决学生的心理问题。此时,最有代表性的就是 1985 年上海交通大学团委设立的益友咨询中心,这标志着我国高校心理咨询工作有了新开端。

从 20 世纪 80 年代初到 90 年代,在高校中建立心理咨询中心用于解决大学生的心理问题成了各类高校学生工作相互学习的一个重点,而且此工作的核心就是以治疗心理疾病为主。

二、以“心理疾病的预防”为主的预防模式阶段

随着高校心理咨询工作的不断开展,从事心理咨询工作的老师们逐步发现,大学生所产生的很多心理问题或心理疾病完全可以通过采取一系列心理健康教育等措施来实行预防,由此降低心理问题的发生率,把心理疾病的治疗模式转为心理疾病的预防模式在高校心理工作中具有更加积极的意义。

随之而来的是高校心理学选修课的开设蔚然成风,特别是那些应用性心理学科在各类大学中纷纷开设,在一些高校还开始出现了一批有特色并且深受大学生欢迎的心理健康教育课程。

三、以“心理疾病的治疗与预防相结合”为核心的整合模式阶段

在心理工作的实际操作中,心理工作者们逐步发现,任何单一的心理疾病的治疗模式与单一的心理疾病的预防模式都是不健全的,把两者进行整合,并由此形成的整合模式在高校实际心理工作中占据越来越重要的位置。

这种整合模式的最终要求就是既面向广大学生开设丰富多彩的心理健康教育课程,又面向有心理问题的大学生开展心理咨询与心理治疗。整合模式把高校心理工作从“点”与“面”两个维度上铺展开来。

四、以“心理素质的提高”为主的学生全员参与的复合模式阶段

进入 21 世纪以来,素质教育的观念已经深入地被广大大学生所接受。同样,心理素质的重要性也日益得到大学生们的重视。与此同时,高校心理工作的重点也开始由对“心理疾病”的关注转向对“心理素质”的关注。

大学生心理素质的提高与大学生整体素质的关系十分密切,特别是与大学生的实际生活息息相关。因此,大学生的心理社团犹如雨后春笋,快速地在全国高校中萌芽并茁壮成长。在大学生心理社团中,大学生们充分发挥其自主性,通过开展形式多样的心理活动,使大学生们的心理素质不断得到提高。

在此阶段,全国高校出现了多种多样的心理健康教育模式,其中以“心理素质的提高”为主的学生全员参与的复合模式是这个阶段的最重要特征,诸如天津大学“四位一体”的心理健康教育模式、中南大学的“三个面向”的心理健康教育模式等都属于此阶段有代表性的心理健康教育的复合模式。

第二节 心理委员制度的产生

一、心理健康教育新模式产生的基础

1977年,我国高校开始恢复高考招生,当年仅招收大学生27.3万人。随后,大学生的招生规模逐年扩大。到1997年,正好是高考恢复招生20周年,当年高校招生人数正好达到100万人。特别是自1999年来,高校招生的人数有了大幅度的提升,直到2007年,高考招生人数达到了567万人(参见表1.1)。这标志着我国高等教育正在由精英教育逐渐转变为大众教育或普及教育。

我国高考制度恢复三十年来,针对大学生开展的心理健康教育模式也发生了一系列的变化,特别是发展到以“心理素质的提高”为主的学生全员参与的复合模式阶段后,为以“心理委员”为基础的心理健康教育新模式的产生奠定了必要的基础。心理委员制度的产生还有其相应的社会背景与产生过程。

二、心理委员制度产生的社会背景

(一)2002年清华大学刘海洋2·23硫酸伤熊事件

2002年1月29日、2月23日下午1时10分,清华大学机电系1998级(四年级)学生刘海洋先后两次在北京动物园熊山黑熊、棕熊展区,分别将事先准备的氢氧化钠(俗称“火碱”)溶液、硫酸溶液,向上述展区内的黑熊和棕熊进行投喂、倾倒,致使3只黑熊、2只棕熊(均属国家二级保护动物)受到不同程度的损伤,给北京动物园造成了一定的经济损失。这一故意残害动物的事件经媒体披露后,引起公众的强烈愤慨与极大反响。

表 1.1 1977 ~ 2007 年历年全国高校的招生人数

年 份	全国高校招生人数(万人)
1977	27.3
1978	40.1
1979	27.5
1980	28.1
1981	27.9
1982	31.5
1983	39.1
1984	47.5
1985	61.9
1986	57.2
1987	61.7
1988	67.0
1989	59.7
1990	60.9
1991	62.0
1992	75.4
1993	92.4
1994	90.0
1995	92.6
1996	96.6
1997	100.0
1998	108.4
1999	160.0
2000	221.0
2001	268.0
2002	321.0
2003	382.0
2004	447.0
2005	504.0
2006	546.0
2007	567.0

对于为什么残害熊,刘海洋说,他在书上看到介绍熊的嗅觉特别灵敏,分辨能力特别强,所以就想试一下。第一次向熊倒了火碱后,看到熊没有什么反应,就想试试用酸,因为酸有气味,熊如果灵敏就应该能闻出来。教育部副部长袁贵仁认为,刘海洋伤熊不是简单的个案,这样的学生还有一部分,只是程度不同而已。我们应该从小学教育开始反思,不能把全部责任都推给大学。袁贵仁副部长还分析指出,目前有四个方面的教育有所欠缺:一是心理教育。具有正常心理的人都不会这样做,这位同学的心理方面有些缺欠。现在教育侧重知识的传授,对学生而言,知识也应该包括心理健康。无论是家庭教育还是学校教育,都应该重视心理健康,以增强对复杂影响的抵抗力。二是从环境教育来说,这位同学是单亲家庭,内向,不爱交流,与人和谐相处的能力不是非常好。如一开始他能与人交流自己的想法,可能不会发生这样的事情。从教育角度来说,应该提供宽松环境。很多学校重视思想教育和专业教育,在创造学校和宿舍的文化氛围中,还需要改进。三是人文精神教育。所谓人文教育就是教学生怎样做人,与自然、人和社会和谐相处。可不少学校目前更重视自然科学的传授,对人文教育的重视还不够。以德育课为例,从习惯上来说,这门课更多的是一门成绩,而非指导自己的活动的信念。我们教育的目标应该把他律变成自律。四是把家庭、学校和社会教育作为一个整体。现在,这三方面评价标准各不相同,缺乏沟通。三者应该联合起来,朝一个方向努力,为学生制定一个统一的努力目标(参见2002年3月4日《中国青年报》)。

刘海洋伤熊事件在一段时间内激起了全社会对大学生心理健康状况的大讨论,特别是引起了高校心理工作者的关注。

(二)2004年云南大学马加爵2·23凶案

继2002年2月23日的刘海洋硫酸伤熊事件之后,高校大学生的心理健康教育在争议中进一步发展了两年。但就在2·23硫酸伤熊事件正好两周年之时,高校心理工作中一件更加让人难以

忘记的事件又发生了——马加爵 2·23 凶案。

2004 年 2 月 23 日下午 1 时 20 分,昆明市公安局接报云南大学学生公寓一宿舍发现一具男性尸体。经公安机关现场勘查,在该宿舍柜子内共发现 4 具被钝器击打致死的男性尸体。有重大作案嫌疑的马加爵潜逃。

2004 年 3 月 1 日公安部发布 A 级通缉令,通缉在逃杀人犯罪嫌疑人马加爵。

2004 年 3 月 15 日晚 7 时 30 分左右,马加爵在海南省三亚市河西部落网。

后来根据昆明市中级人民法院调查得知,2004 年 2 月 13 日至 15 日,因生活琐事矛盾,积怨已久的马加爵用铁锤先后将唐学李等 4 名被害人逐一杀害,并藏匿于宿舍衣柜内后逃匿。但此事直到 2 月 23 日才被发现。

2004 年 4 月 24 日,昆明市中级人民法院一审判处马加爵死刑,剥夺其政治权利终身。

2004 年 6 月 17 日上午,马加爵被押赴刑场执行死刑。

马加爵,男,1981 年 5 月 4 日出生,汉族,云南大学生化学院生物技术专业 2000 级学生,案发时为大学四年级学生。

马加爵 2·23 凶案再一次在全社会范围内引起了关于大学生心理健康状况的大讨论,所有高校心理健康教育工作者不得不对这一重大事件进行深入的思考。

(三)2004 年第八届全国大学生心理健康教育与心理咨询学术交流会

面对大学生心理健康状况中出现的新问题,高校教育工作者与心理工作者应该采取怎样的对策来应对,应如何采取更加专业的方法来解决大学生的心理困惑,这都成了摆在所有心理工作与教育工作者面前的头等大事。正是在这种复杂的社会背景下,中国心理卫生协会大学生心理咨询专业委员会决定召开第八届全国大学生心理健康教育与心理咨询学术交流会。