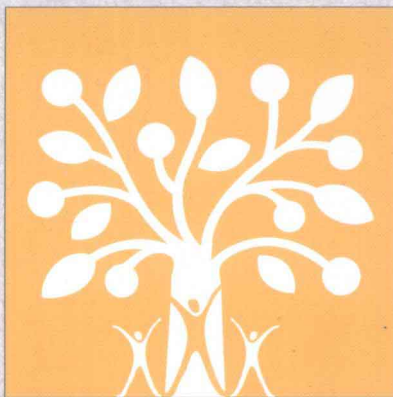


上海高校心理咨询协会第19届学术年会论文集



主编 / 孙时进 朱育红

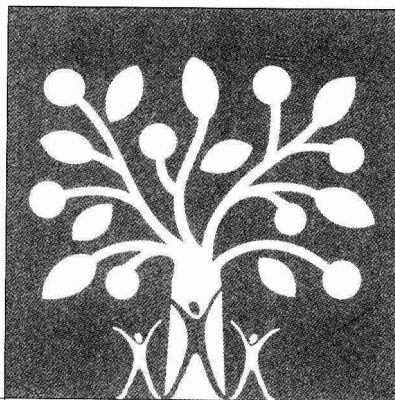
# 多元文化背景下的 心理健康理论与实践

DUOYUAN WENHUA  
BEIJING XIA DE  
XINLI JIANKANG LILUN  
YU SHIJIAN



华东理工大学出版社  
EAST CHINA UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS

上海高校心理咨询协会第19届学术年会论文集



主编 / 孙时进 朱育红

# 多元文化背景下的 心理健康理论与实践

DUOYUAN WENHUA  
BEIJING XIA DE  
XINLI JIANKANG LILUN  
YU SHIJIAN



华东理工大学出版社  
EAST CHINA UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS

### 图书在版编目 (CIP) 数据

多元文化背景下的心理健康理论与实践/孙时进, 朱育红主编. —上海: 华东理工大学出版社, 2011.12

ISBN 978-7-5628-3176-1

I. ①多… II. ①孙… ②朱… III. ①心理健康-健康教育-学术会议-文集 IV. ①R395.6-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 235019 号

### 上海高校心理咨询协会第 19 届学术年会论文集 多元文化背景下的心理健康理论与实践

主 编/ 孙时进 朱育红

策划编辑/ 严国珍

责任编辑/ 严国珍

责任校对/ 金慧娟

封面设计/ 戚亮轩

出版发行/ 华东理工大学出版社有限公司

社 址: 上海市梅陇路 130 号, 200237

电 话: (021) 64250306 (营销部)

传 真: (021) 64252707

网 址: [press.ecust.edu.cn](http://press.ecust.edu.cn)

印 刷/ 常熟华顺印刷有限公司

开 本/ 710mm×1000mm 1/16

印 张/ 20.75

字 数/ 404 千字

版 次/ 2011 年 12 月第 1 版

印 次/ 2011 年 12 月第 1 次

书 号/ ISBN 978-7-5628-3176-1/B·7

定 价/ 38.00 元

(本书如有印装质量问题, 请到出版社营销部调换。)

# 序

“青年兴则国兴、青年强则国强”。大学生是中国特色社会主义事业建设者和接班人的中坚力量，更是保证我国在激烈的国际竞争中立于不败之地的宝贵财富。加强和改进大学生思想政治教育是一项重大而紧迫的战略任务，培养全面发展、德才兼备的优秀大学生更是我们当代大学教育工作者不容推卸的历史使命。

党中央和国务院高度重视大学生的思想政治教育和心理健康教育，先后以重要文件的形式对高校育人工作提出了明确的要

求。在当今社会竞争日益激烈、社会压力日渐增大的环境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

小。在→社云兄于H血微烈、社云压力日刚增入的坏境下，如

痊愈，而解开学生的心结远比症发之后对症下药效果要好。所以，看到摆在我面前的这本第19届年会的论文集，我感到十分振奋。

本论文集共收集了上海26所高等院校提交的51篇论文，内容涉及心理健康教育理论研究、心理咨询理论与技术探讨、心理健康相关调查及实证研究三大板块。这是上海高校奋战在心理健康教育第一线教师们智慧和经验的结晶。这些文章“把准了脉，找到了症结”，真真切切地站在了学生发展的前沿，寻找到了解决问题的办法。

本论文集集中反映了上海高校近年来学生心理健康教育与咨询工作的现状、学生心理健康和心理素质的状况及特点，心理健康教育与咨询工作者在理论学习、技术运用、调查研究、总结思考等方面专业化、职业化能力的锻炼和成长。它既总结了以往的经验、提升了理论，又为心理健康教育与咨询事业的后续发展提供了建设性、前瞻性的思考和探索；既可以作为学术讨论、研究之用，又可以作为一线教师的指导和辅助工具。它体现了上海高校心理健康教育的水平，有创新、有高度、有深度、有内涵，实在不可多得。

在上海高校心理咨询协会第19届学术年会召开之际，我很荣幸地为这本论文集作序。“欲穷千里目，更上一层楼”，让我们共同祝愿上海高校心理健康教育工作能够借助本届年会的春风，百尺竿头更进一步！

华东理工大学党委副书记  
华东理工大学马克思主义学院院长、教授  
沈炜

# 目 录

---

## 第一篇 高校心理健康教育的理论研究

---

|                                       |    |
|---------------------------------------|----|
| 对高校心理健康教育与咨询定位的再思考 .....              | 2  |
| 中外大学生心理素质培养模式对财经类高校的启示 .....          | 6  |
| 从心理咨询案例统计分析看当前学生心理健康状况 .....          | 12 |
| 高校贫困大学生心理健康教育初探 .....                 | 18 |
| 梦的理论及其在动力治疗中的应用 .....                 | 24 |
| 社会担当——一个青少年犯罪研究的新视角 .....             | 32 |
| 高职学生心理健康状况及成因研究 .....                 | 39 |
| SFBT 在高校朋辈心理辅导中的应用 .....              | 44 |
| 高职学生心理健康公共课的现状与发展 .....               | 47 |
| 基于“引导讨论”的大学生团体心理训练研究 .....            | 52 |
| 高校心理健康教育与危机预防干预的社会化研究 .....           | 59 |
| 大学生职业能力培养中的团队拓展训练探究 .....             | 65 |
| 一半是娘,一半是爹——谈辅导员心理角色的分裂与整合 .....       | 70 |
| 关于同伴关系的综述及在职校生中的初步干预尝试 .....          | 75 |
| 在大学生宿舍中开展心理健康教育工作刍议 .....             | 79 |
| 大学生心理自助组织的新探索——以“公众演讲训练营”为载体<br>..... | 84 |

---

## 第二篇 高校心理咨询的理论与技术

---

|                                        |     |
|----------------------------------------|-----|
| 洞水心理咨询理论的战略维度研究 .....                  | 88  |
| 亲子关系在大学生心理健康教育中的意义 .....               | 96  |
| 论大学生愤怒情绪的自我管理应对策略 .....                | 102 |
| 归因研究及其在心理咨询中的应用 .....                  | 108 |
| 释放压抑情绪 摆脱情感困扰 .....                    | 114 |
| 浅析学生(个体)危机发生的心理过程——对一例危机个案的分析和思考 ..... | 122 |
| 探析 LAC 法用于高职大学生心理健康教育的可行性 .....        | 127 |
| 自恋人格的伦理文化观照 .....                      | 132 |
| 认知行为疗法在处理人际交往障碍中的应用 .....              | 136 |
| 静心冥想的身心效应及在心理咨询中的应用 .....              | 146 |
| 学生自我妨碍干预对策的研究与思考 .....                 | 151 |
| 团体心理辅导在心理咨询实践中的运用 .....                | 160 |
| 我的心灵地图:曼陀罗绘画自省分析 .....                 | 164 |
| 一例大学班级哀伤辅导的设计、实施与反思 .....              | 169 |
| 一起异性社交恐惧的案例报告 .....                    | 175 |
| 中国传统葬礼仪式的心理咨询方法分析和心理治疗作用探析 .....       | 180 |
| “梦”与梦的心理原型 .....                       | 187 |

---

## 第三篇 高校心理健康教育的实证研究

---

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| 高校辅导员职业倦怠状况的调查研究 .....             | 198 |
| “90 后”军校大学生心理健康状况及特点分析研究 .....     | 206 |
| 大学生群体与同年龄阶段非大学生群体心理健康状态的比较研究 ..... | 211 |
| 大学生心理症状知觉研究 .....                  | 217 |
| 大学生职业决策困难的调查与比较研究 .....            | 225 |
| 家庭教养方式与大学生认知偏差的研究 .....            | 232 |

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| 医学生生活健康状况调查与干预对策研究 .....           | 239 |
| 航海安全与航海类专业学生心理素质的关联 .....          | 251 |
| 上海某高校学生心理调适状况调研报告 .....            | 256 |
| 新时期辅导员心理压力的研究 .....                | 261 |
| 高职生时间管理倾向及其与心理健康关系的研究 .....        | 265 |
| 政法院校大学生主观幸福感现状调查与研究 .....          | 272 |
| 凯斯勒 10 量表在研究生新生心理健康普查中的应用 .....    | 280 |
| 大学新生学习动机的现状与教育策略 .....             | 288 |
| 团体心理咨询——高职院校贫困生就业心理危机干预的有效途径 ..... | 295 |
| 大学新生三类人际关系分化特征的研究 .....            | 301 |
| 舞动心理团体辅导对大学生社交焦虑的干预研究 .....        | 309 |
| 大学新生心理健康状况调查——以上海某高校为例 .....       | 316 |



# 第一篇 高校心理健康教育的理论研究

## 对高校心理健康教育与咨询 定位的再思考<sup>①</sup>

20 世纪 80 年代中叶,对于我国高校心理健康教育事业而言,是一个艰难的、自发的、自下而上的初创阶段。时至今日,经历了从无到有、从创业起步到专业成长、从规范建设到综合拓展的发展历程之后,人们对于高校心理健康教育与咨询事业的存在价值几乎不存疑义。在近年来中央、各级政府、教育主管部门颁布的相关文件中,加强和改进高校心理健康教育已被明确当作促进大学生健康成长、培养造就拔尖创新人才的重要途径;当作全面贯彻党的教育方针、建设人力资源强国的重要举措;当作推动高等教育改革、加强和改进大学生思想政治教育的重要任务。然而,在实践中,心理健康教育却存在这样或那样的问题,有必要予以澄清。

### 一、对心理健康教育与咨询在本质功能意义上的认识误区

在 2010 年颁布的《上海市中长期教育改革和发展规划纲要》中,重点凸显了“为了每一个学生的终身发展”这一核心理念,并立足于育人为本、德育为先,明确了德育的重点任务是培养学生具有符合中国特色社会主义建设要求的理想信念、公民素质和健全人格。因此,对于心理健康教育与咨询作为大德育的一个组成部分是毋庸置疑的。但是,心理健康教育与咨询的本质功能意义使然,它不应该与德育相互割裂甚至对立起来,也不能简单地与德育画等号,否则极易陷入前者替代后者或后者覆盖前者的认识误区。

通常人们认为,德育解决的是思想品德问题,心理健康教育则关注人格问题。事实上,人格本身含义的丰富性决定了问题的复杂性。在哲学中,人格体现了人的本质,而马克思是从人的全部社会关系的总和去看人的本质的;法学中的人格作为一种权利体现了人成为主体的资格;社会学则从社会对人的影响和人对社会的作

---

<sup>①</sup> 作者:张海燕,华东政法大学心理健康教育与咨询中心主任。

用去考量人格;伦理学中更多探讨的是道德人格;心理学研究人格时关注个体的独特个性,关注影响人生存、生活和发展,在环境、遗传、教育等因素相互作用下形成个体的心理倾向和各方面的特征。具体包括人的稳定的个性倾向性,诸如兴趣、爱好、需要、动机、信念、理想,以及个性心理特征,诸如气质、性格、能力等。而我们说的狭义的思想品德,通常指个体内在的政治和社会信仰、世界观、道德观及法律意识等。

那么在大德育教育中,健全人格培养的含义究竟是什么?笔者以为,这应该从心理健康教育与咨询和思想品德教育相统一的角度去认识。它包括关注人与自身和谐、人与他人和谐、人与社会和谐等的人格健全状态,诸如个体了解自我、接纳自我,体验自我存在的价值;积极向上的、现实的人生目标;有独立、自主的意识;心地善良,对他人有爱心;正视现实,接纳他人;能协调控制情绪,心境良好;对社会有责任心等。它还包括提升人的政治素质、思想素质和道德素质,诸如形成鲜明正确的政治立场、政治观点、政治态度和政治行为;培养社会主义的思想觉悟和积极健康的世界观、价值观、人生观;提升社会主义职业道德和生活道德观念等。虽然前者的内容更多聚焦在人与自身或他人,后者则更多着眼于社会、国家和时代的使命,但是它们都是个体的内在素质,两者互为条件。青年学生思想品德的形成、发展过程,也是一个人的认知、情感、意志、行为的发展、转化过程。而在知情意行的活动过程中,一定有诸如动机、理想、情感、意志等人格因素共同参与并发挥着重要的作用。而且,人的思想品德最终也要在个体的动机、信念、理想、能力水平等一些人格要素上充分体现出来。

诚然,我们应该充分认识心理健康教育与咨询对于德育的功能意义:(1)有了更加准确的自我角色定位:德育工作者不仅是一个教育者、塑造者,更是一个帮助者、影响者;(2)有了更加丰富的方法手段:德育工作者不仅是一个灌输者、管束者,更是一个能够激发学生自身能量来促进自我发展的激发者、协同者;(3)有了更加宽泛的内容聚焦:德育工作者不仅有价值观、世界观问题,更有基础的人格问题;(4)有了对受教育者心理状态的关注:德育工作者不仅存在消极心理状态导致的意义障碍,更有对环境适应不良等原因导致的心理障碍。

但是,心理健康教育与咨询和德育之间无法简单地画等号,它们毕竟是存在很大交集部分的两个不同的集合。无论从各自依据的理论基础、具体任务、关注的内容,不是施加影响的方法途径等方面,都可以充分体现它们的相异之处。因此,虽然我们强调两者之间的联系,强调大德育教育体系中的心理健康教育与咨询的定位,但这决不等于说思想政治教育覆盖了心理健康教育与咨询,更不可以心理健康教育与咨询替代思想政治教育。

## 二、对心理健康教育与咨询在现实角色任务上的认识误区

学校心理服务应该承担什么样的现实角色任务?有观点认为,学校心理服务应主要从事面向广大学生的心理健康教育,协助他们了解心理卫生知识、树立心理健康意识、优化心理品质、增强心理调适能力和社会生活的适应能力、预防和缓解心理问题;有观点认为,学校心理服务应主要从事更加专业化的咨询服务,对心理、学习和社会适应方面产生偏离正常状况的学生进行辅导与行为矫治,而不应与教育者角色混淆;也有观点认为,学校心理服务应着力于对心理健康教育与咨询的系统资源进行管理、指导、评估,以及后续项目的开发和引入。笔者认为,在资源有限的前提之下,上述观点各有其合理性,但就学校心理服务应该承担的现实角色任务而言,这些观点都是有失偏颇的。

从国外、境外的学校心理服务事业的沿革中,可以看到如此清晰的发展脉络:最初的萌发与发展,主要的功能聚焦在为学生的职业发展和适应问题提供援助;第二次世界大战之后,伴随心理辅导在全球的普及,心理测验和辅导技巧日益受到重视,学校心理辅导也逐渐对个人的全面发展问题给予了更多的关注;在随后的发展进程中,人们逐步认同教育指导与学校心理咨询的目标应更加拓宽,心理服务专业人员的作用和角色应包含计划和执行两大部分。这里的计划是指承担开展综合性心理服务策略的制订,包括确立工作目标、评估学生需要、将课程与服务相结合、评价结果和调整学生服务等;这里的执行是指向学生、向其他相关者提供具体的服务行为,包括个别咨询、团体咨询、学生测评、家长指导等,还要为学校的教学、管理发挥协作教育咨询的功能。

可见,学校心理健康教育与咨询是一种为学生心理的健全成长与发展提供反应性服务的全面项目。它应该在学生心理成长的发展性服务、反馈性服务和支持性服务这三个维度上承担责任。(1)为学生开设心理健康教育课程以及纳入广义课程的团体辅导,帮助学生对自身的教育和职业生涯进行个人规划,这些是在前瞻性、预防性的立场上为学生提供的发展性服务;(2)针对在学习、生活中存在困扰、困难的学生,甚至对已经影响到学生的个人、社会和学业发展,提供带有治疗功能的心理服务,必要的时候提供转介服务,这些是在补救性、矫治性的立场上为学生提供的反馈性服务;(3)为学校开展心理健康教育进行综合规划,尤其是开展与教育、教学、管理方面的合作,这些是在拓展性、系统性的立场上为学生提供的支持性服务。当然,尽管三者缺一不可,但这仅是就学校心理服务整体功能而言的,并非全部任务都由心理健康教育与咨询机构承担。不同的学校管理模式,可能有不同的设置,但是必须尽力构建功能齐全、运作顺畅、相互补充的系统资源,任何将心理

健康教育、心理咨询、心理服务系统割裂开来的观点都是不可取的。

### 三、对心理健康教育与咨询在专业持续发展上的认识误区

一种职业身份的认定,总是与其角色和功能联系在一起的,学校心理健康教育与咨询的专业人员当然也不例外。作为从事助人工作的实践型的学校心理健康教育与咨询从业人员,其专业的持续发展需要有别于一般德育工作者的资源配置。各级政府教育主管部门,尤其是各级、各类学校,需要从纵、横两个维度上建设有利于专业人员成长的资源。就纵向而言,需要关注为处于不同发展阶段的学校心理健康教育与咨询的专业人员的职业发展、自我成长提供必要的资源。诸如,入职前准备阶段的职前教育;初入职的引导阶段的支持、援助、培训和辅导;职业发展中期生涯挫折阶段的专业发展上的支撑和发展方向的导引等。就横向而言,需要构建校内大德育教育体系的良性支援机制与学校、社会同业之间的支持系统;为专业人员的专业成长奠定政策和经费上的保障系统;为专业人员的自我认识与个人成长以及提升心理健康教育与咨询的专业水平大力推进培训、督导资源建设等。

然而在现实中,专业人员存在这样两种值得注意的认识与行为上的误区。其一是专注于自身的专业成长,轻视理应承担的学校心理健康教育的管理、领导、教学角色。如果仅仅关注心理治疗而轻视其他,就会因为助人工作本身的私密性,以及心理咨询工作绩效评估的客观复杂性,而使专业工作难以得到其他教师与管理者的理解与认可,软资源可能日益减少,最终无益于为学生和教师提供有效的服务。其二是专注于取悦权威,迎合一些管理者的失之偏颇的认识,将过多的精力投入教学、行政管理等方面,这会直接影响学校心理健康教育与咨询相关综合性项目的设计与实施,更忽略了有效扮演以特殊的专业技能帮助学生完成教育发展任务的角色。在动用了自身各种心理资源,仍然无法调和外部期待与自身职业认知之间的冲突时,就可能打破平衡状态而逐渐陷入倦怠。

学校心理健康教育与咨询的未来,取决于心理咨询专业人员自身的能力,而他们的能力建设当然受到主观、客观条件的制约。需要强调的是,任何抱怨是没有意义的,我们能够做的是充分利用现有的环境资源,全身心地积极投入工作,忠于职业操守,尽力履行好职业所要求的责任,探索研究对心理服务绩效评估的科学方法,并与周围的教师和管理者进行有效的互动沟通。过去二十余年学校心理健康教育事业的发展证明了这些努力的价值,而未来事业的进一步拓展更将获得明证。

## 中外大学生心理素质培养模式对 财经类高校的启示<sup>①</sup>

大学生心理素质培养是国家培养高素质人才的需要,是全面实施素质教育的客观要求,也是创新思想政治教育工作途径的需要,它符合大学生自身发展特点的实际需要。财经类高校大学生既有着普通高校大学生的特点,同时又具有自己的财经特色。探索国内外高校大学生心理素质培养模式的成功经验,对财经类高校大学生心理素质教育的发展具有重要的借鉴意义。

### 一、国内大学生心理素质培养模式研究现状

20 世纪 80 年代,我国高校的心理素质教育工作逐步发展起来。大学生心理素质的培养模式从心理咨询起步逐渐发展为心理咨询与开设心理健康保健类课程相结合的模式。1988 年 6 月,在上海交通大学召开了“首届咨询教育理论与实践研讨会”,标志着高校心理咨询工作的兴起;1987 年起,浙江大学、贵州师范大学等院校开设心理保健类课程,标志着心理素质教育的开始和心理卫生作为一门独立课程在高校的诞生。20 世纪 90 年代后期,社会各界开始关注大学生心理健康与良好心理素质的培养,上级主管部门及各高校愈发重视心理素质教育工作。

进入 21 世纪后,随着改革开放的不断深入,处于社会转型期的人们,对心理素质的关注度也越来越高。现阶段,我国大学生的心理素质培养模式主要以“心理健康教育、心理问题防治教育和创新教育(创新精神、创新能力、创新方法)三个方面”为内容,通过开展不同规模、层次多样的心理测试,开设心理素质教育课程及心理健康讲座,进行心理辅导,举办心理社团活动等形式培养大学生的心理素质。但是,我国大学生心理素质培养和教育体系并不完备,长期以来,以传统的思想政治教育工作队伍为依托,通过日常思想教育结合个别谈话、指导等方式来实施。随着

---

<sup>①</sup> 作者:徐胤,上海财经大学学生工作部(处)。

大学办学规模的扩大、学生人数的扩招,这种传统的模式,显然已无法满足现阶段学生日益增长的心理素质培养和教育方面的需求,有关大学生心理素质的培养模式的本土化研究相对比较缺乏。

检索“大学生心理素质培养和教育模式”,此类研究在 2000 年以后出现较多,各研究者提出的培养和教育模式虽然略有不同,但大致构想基本相同,最具代表性的有以下两种模式。

### (一)“三三六六一体化”模式<sup>①</sup>

王平等总结探索出的大学生心理素质培养模式,即建立起三位组织机构,形成三元咨询队伍,做到六个结合,达到六个目标,实现大学生心理素质教育的一体化。使大学生心理素质教育工作融组织、宣传、监测、咨询、教学、科研为一体。具体来说,即:

建立三位组织机构:在大学党委的直接领导下,设立大学生心理教育研究会、大学生心理健康教育教研室、大学生心理咨询中心三位并存的心理素质教育机构。

形成三元咨询队伍:由三类人员组成心理咨询队伍,他们分别是临床心理医生、心理学专业教师、专兼职学生工作干部。

做到六个结合:心理素质教育与德育工作相结合、心理素质教育与思想政治工作相结合、群体教育与个别关照顾相结合、心理素质教育与校园文化建设相结合、心理素质教育与社会实践相结合、学生自身心理素质养成与教师心理健康教育相结合。

达到六个目标:开发大学生心理智慧潜能;提高大学生的自我发展能力;培养大学生良好的适应力;塑造良好的个性品质;养成自我维护心理健康的方法和提高行为的社会化程度。

### (二)“3×3+1”模式<sup>②</sup>

王建中提出的大学生心理素质培养模式,即营造 1 个良好的心理素质培养环境,确立 3 条心理素质培养主渠道,针对大学期间 3 个不同阶段的心理特征,进行有目标、有步骤的培养和教育。大学四年可分为 3 个不同阶段:大一阶段,大二、大三阶段和大四阶段。3 条心理素质培养主渠道指:心理健康教育的课堂教学活动培养主渠道、学生思政工作培养主渠道、心理健康教育机构活动培养主渠道。

① 王平.大学生心理素质状况与教育模式的研究.中国高等教育研究,2001(10):55-56.

② 王建中.大学生心理素质培养模式研究.当代青年教育,2005(8):29-31.

### (三)“四条主渠道”明确分工<sup>①</sup>模式

程明莲提出的“四条主渠道”是指:一是以学校心理健康指导中心为主;二是以学工干部为主;三是以各科任课教师为主;四是以大学生心理健康团体为主。明确学校心理健康指导中心的工作职责,发挥学生政工干部在学生心理素质培养中的作用,充分利用课堂教学环节任课教师参与到学生心理素质培养环节中,依托大学生心理健康团体丰富大学生心理素质培养形式。

## 二、国外大学生心理素质培养模式研究现状

西方教育界对大学生心理素质的理论研究比较早,因而对大学生心理素质培养模式研究相对丰富而完善,主要以“心理健康教育”和“心理防御与防治教育”两个方面来培养大学生的心理素质。心理健康教育方面的模式有:学科课程模式与活动课程模式、学科教学渗透模式、心理—德育结合模式;心理防御与防治教育方面的模式有:专门机构协调管理模式、心理分析模式、来访者中心模式、行为模式、认知模式、发展模式等。

### (一)美国的大学生心理素质培养模式

现代意义上的心理素质教育起源于美国。19世纪末20世纪初,美国处于工业化和城市化的加速发展期,伴随着一系列社会与教育的改革、发展,美国学校心理学应运而生。美国的学校心理教育经历了3次运动,第一次运动是20世纪早期的职业辅导运动。最早的心理辅导工作者戴维斯(Tene. B. Davis)等人掀起了一场帮助青年了解自己、认识周围世界的运动,以促使青年合理选择职业和发展方向。1907年戴维斯在公立学校首创了系统的心理辅导计划。<sup>②</sup>1908年,心理学家帕森斯在波士顿成立了第一个辅导中心,因而获“辅导之父”的美称。第二次运动是特殊教育运动,20世纪初,人们已认识到智力落后儿童的特殊教育不仅可能而且必要,心理学家比奈(A. Binet)和西蒙(T. Simon)编制了最早的智力测验量表,不仅完成了对智力落后学生的评估和鉴别,更使心理测验在学校范围内得以广泛开展,使学校心理教育沿着更科学的方向发展。第三次运动是心理卫生运动。1908年比尔斯(C. W. Beers)出版了《一颗自我发现之心》一书,使心理健康和心理卫生观

<sup>①</sup> 程明莲. 大学生心理素质培养模式的探索与实践. 中国高等教育研究, 2007(5): 86-87.

<sup>②</sup> 易凌峰. 国外心理教育的发展对我国当前心理教育的启示. 西南师范大学学报(人文社科版), 2000(4): 89-92.



念为社会所接受,学校心理卫生工作成为心理教育工作的重要组成部分,心理咨询活动得到了蓬勃的发展。

发展至今,美国高校的心理素质教育已经初步形成了一套相对完善的学生心理素质培养和教育体系。学生心理素质教育已成为学校教育为学生提供的最普遍、最重要的服务体系。大学心理素质培养与教育以心理素质测评、引导、提前干预为主导,并呈现出多样性和综合性的特点。学校心理素质教育模式已由原先的以特殊学生为主的干预、辅导,转向面向全体学生的心理教育与预防;同时,已将包括家长、教师以及学校管理者在内的广泛群体与学生学习、生活相关人员在内的其他人员纳入大学生心理素质培养和教育中。

## (二) 英国的大学生心理素质培养模式<sup>①</sup>

英国的心理素质培养和教育模式主要采用以问题为中心的训练模式。该模式强调从影响个体的环境中寻找线索,把学校心理教育工作者当成一个系统干预者而不仅仅是学生个体的干预者来培养,进而发挥其干预作用。该模式对心理健康教育工作者的培养工作主要由三个部分的内容构成:(1)专业训练前的准备:安排受训者在教育心理学家的指导下参加活动,掌握有效的工作策略并积累经验;(2)专业训练与实践工作:在大学内集中学习一年,学习与学校心理健康领域有关的道德与法律知识,掌握专门的技术技能,完成监督指导下的实践工作;(3)高级专业训练:受训者及时接受新理论新技术,积极应用于实践。在英国,心理学会审查认证受训者的资格水平。英国心理学会规定心理健康教育工作者的最低资格条件为:研究生以上学历;拥有教师资格证书;两年以上的儿童青少年教学经验;至少两年的研究生学位后的教育心理学训练(目前一般是一年全日制硕士课程和一年指导下的实践)等。

## (三) 法国的大学生心理素质培养模式<sup>②</sup>

20世纪80年代以来,法国设置了学校心理教育工作者的专门培训计划,从严格的准入制度入手,积极探索学校心理教育的发展思路。法国的学校心理工作者的主要任务包括:评估学生个体的适应能力、个性特征等心理素质;干预工作(包括从入学就开始长期有效的跟踪观察,以便对以后的可能问题作出调整与必要的干预);整合是法国教育部为学校心理学家规定的新工作内容之一,要求在普通学校中对特殊学生的“融入式教育”负责,帮助常规教师做好各项教育教学工作。

---

<sup>①②</sup> 高明慧. 当代大学生心理素质及其教育的研究. 哈尔滨工程大学, 2006.