

深度辅导工作 研究与实践

SHENDUFUDAO GONGZUO YANJIU YU SHIJIAN

姜恩来 主编

中国林业出版社

深度辅导工作 研究与实践

SHENDUFUDAO GONGZUO YANJIU YU SHIJIAN

姜恩来 主编

中国林业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

深度辅导工作研究与实践 / 姜恩来主编. — 北京: 中国林业出版社, 2013. 11
ISBN 978-7-5038-7254-9

I. ①深… II. ①姜… III. ①高等学校 - 辅导员 - 工作 - 研究 - 中国
IV. ①G645.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 255807 号

中国林业出版社·教材出版中心

责任编辑: 李 冉 康红梅

电话: 83280481

传真: 83220109

出版发行 中国林业出版社 (100009 北京市西城区德内大街刘海胡同 7 号)

E-mail: jiaocaipublic@163.com 电话: (010) 83224477

http://www.lycb.forestry.gov.cn

经 销 新华书店

印 刷 中国农业出版社印刷厂

版 次 2013 年 11 月第 1 版

印 次 2013 年 11 月第 1 次印刷

开 本 787mm × 1092mm 1/16

印 张 13.25

字 数 320 千字

定 价 60.00 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有 侵权必究

《深度辅导工作研究与实践》

编委会名单

主 编：姜恩来

副主编：王士永 倪潇潇

编 委：宋吉红 王艳洁 焦 科 温跃戈 李东艳
关立新 马 俊 马驰知 沙 京 曾子秋

前言

近年来，大学生思想政治教育越来越强调学生的全面发展，更加聚焦思想政治教育工作的广度、深度和精度。而深度辅导无疑是对高校思想政治教育的又一次创新，为当代高等教育实现学生的全面发展与个性化发展提供了一个全新的平台和视角。本书着眼于深度辅导育人实效，通过大量的问卷调查和实证研究，力图还原当前北京市高校深度辅导工作的运行现状，探寻深度辅导工作规律，为深度辅导育人实效的评估提供数据支撑。

我们期望，通过本书对4年来首都高校深度辅导工作的育人效果做一次总结和提炼，对深度辅导工作中存在的客观问题做一次深刻的解读和反思。这个总结和反思是基于思想政治教育、教育学、管理学、青年学、心理学、社会学等多学科的有关理论的支撑，能够科学地释解高校行政管理人员、辅导员、学生和相关学者对于深度辅导育人效果的疑问。本书共有5章：绪论和第一章全面追溯和总结高校深度辅导的历史和工作模式；第二章系统分析当前深度辅导工作的运行现状，提炼高校深度辅导育人效果影响因素；第三章探讨深度辅导育人效果评价的理论准备，尝试搭建深度辅导育人效果的评价体系；第四章和第五章展示深度辅导相关工作论文以及优秀案例，对深度辅导育人实效的系统研究进行理论补充和案例佐证。

本书的作者成分多元，他们之中既有高校的管理者，又有思想政治教育专家、社会学者、心理学者、学生工作者。这个团队中的每个人都具有多年的一线学生工作经验，而且也都在各自的领域从事相关研究。在本书的写作过程中，作者们经常对同一数据有着差异性的解读；同时我们也通过彼此的交流与碰撞，深刻地体验到当前文化的多元性带给每个人的冲击与超越。本书的具体分工是：总体思路与框架构建由姜恩来搭建，并最后修改、定稿；绪论、第一章由王士永、李东艳、沙京撰写；第二章由倪潇潇、宋吉红、王艳洁、关立新撰写；第三章由马驰知撰写；第四章由马俊整理；第五章由李东艳整理。

北京市委教育工委宣教处王达品处长、寇红江副处长，首都大学生思想政治教育研究中心段海超老师、北京林业大学原常务副校长吕焕卿老师，都为本书的撰写提供诸多建议；同时，本书的写作过程中，还得到北京兄弟院校的大力支持，是他们协助调查并及时给予我们反馈，才保证本书的顺利完成。在这里一并表示感谢！

“只在此山中，云深不知处”。我们寄望本书能够为高校同仁们提供一个新的视角，对推动深度辅导工作创新发展起到一点启示和借鉴作用。但我们深知，本书对于深度辅导工

作的见解以及对调研数据的解读一定具有个人和时代的局限性。它既让我们困惑，也促发我们思考；既警示我们谦卑，也鼓励我们与时俱进，更加开放。

本书中所引用的一些文献著作的观点和成果，未能一一注明出处，在此谨向作者表示感谢，并致歉意。受时间、能力所限，本书难免有疏漏之处，恳请各位同行批评指正。

姜恩来
2013年8月

目 录

绪 论	(1)
第一章 高校深度辅导工作开展的现状	(5)
第一节 高校深度辅导工作的历史背景及意义	(5)
第二节 高校深度辅导工作开展现状	(7)
第三节 高校深度辅导工作面临的困难与挑战	(10)
第二章 高校深度辅导育人效果影响因素研究	(13)
第一节 研究方法	(13)
第二节 学生深度辅导需求与反馈调查分析	(15)
第三节 辅导员深度辅导工作开展情况调查与分析	(37)
第四节 深度辅导管理现状调查与分析	(56)
第五节 深度辅导育人效果与影响因素实证研究	(65)
第六节 深度辅导育人效果影响因子的提炼与总结	(75)
第三章 构建深度辅导育人实效评价体系的探索	(87)
第一节 深度辅导评价的理论基础	(87)
第二节 深度辅导评价的功能和原则	(90)
第三节 深度辅导评价模型的构建	(92)
第四章 深度辅导工作的实践探索	(102)
高等学校下属学院学生深度辅导体系的构建	
——以北京林业大学人文社会科学学院为例	(102)
高校深度辅导全员参与模式探讨	(106)
完善高校班主任与辅导员育人格局的思考	(111)
高校辅导员深度辅导工作的模式研究	(114)
夯实基础 切实发挥辅导员深度辅导骨干作用	(121)
新形势下大学生思想政治教育深度辅导工作实效性探索	(124)

搭建“三角形”大学生思想教育模式	(126)
高校学生深度辅导方式需求与反馈调查分析	(131)
基于教练技术的高校深度辅导创新模式研究	(138)
影响深度辅导效果的因素分析	(142)
深度辅导育人效果影响因素实证研究	(147)
第五章 深度辅导优秀案例选编	(152)
第一节 发展辅导	(152)
第二节 思想引导	(169)
第三节 心理辅导	(185)
参考文献	(202)

绪 论

自 2009 年，北京市委教育工委在北京高校中大力推进辅导员深度辅导工作以来，各高校辅导员努力践行并取得了一定的成效。同时，随着深度辅导工作的全面展开，也伴随着出现了一些问题和思考。关于深度辅导工作的方法和机制的研究近几年已有部分成果。如暴占光研究了个性化深度辅导的心理机制与工作模型，从心理防御、社会支持和认知差异方面强调了深度辅导的心理机制，从互动模块、咨询模块、研讨模块和辅导模块 4 个方面讨论了深度辅导的工作模型；孟大惟探讨了利用 PR - CSW 方法来进行深度辅导，通过记录、准备、聊天、讨论会或工作坊几个方面来开展深度辅导；寇红江等从原则把握、前期准备、方式方法和跟进教育等方面对深度辅导工作进行了系统的梳理；樊泽民等探讨了影响深度辅导的几个问题，并提出了继续推动深度辅导科学发展的思路；朱红开展了个性化深度辅导与首都大学生发展的实证分析，通过分析深度辅导的现状、影响因素以及对大学生个性发展的促进作用，发现深度辅导交流在一定程度上促进了学生自信心、学习动力和生活目标的提升。

同时，本书也希望通过深度辅导一线工作人员的视角开展一些调查和研究，探索在深度辅导工作实践中，解答高校行政管理人员、辅导员、学生、相关学者的疑问。

一、本书的写作思路

（一）回顾、总结与反思

本书是对近几年首都高校深度辅导工作的育人效果做一全面的总结与提炼，对深度辅导工作存在的问题做一深刻的解读。通过实证研究对其教育效果进行总结与分析，无疑是对深度辅导工作科学化的又一次有力推动。通过本书，我们希望探索 and 了解深度辅导工作发展到今天，已经取得了哪些阶段性的成果，已经归纳和总结了哪些具体的工作节奏、工作方式和技巧；深度辅导工作基于思想政治教育、教育学、管理学、青年学、心理学、社会学等多学科的理论知识，同时也需要辅导员高度的责任心和较高的职业素养。深度辅导工作的顺利开展，受制于哪些因素，是深度辅导的工作性质、工作体系和工作机制，还是辅导员本身的业务素质，这些内容都亟待探讨。

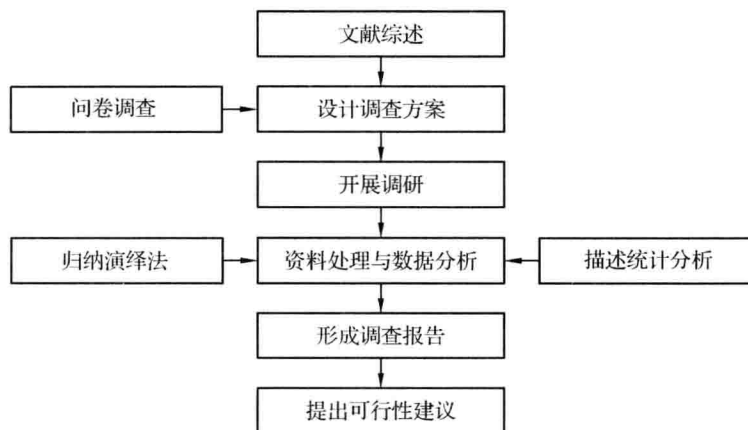
（二）调查研究

本书通过定性分析与定量分析相结合的方式，尝试提炼出深度辅导工作育人效果的影

响因素以及建立深度辅导育人效果的评价体系。深度辅导工作受诸多变量的影响,例如:师生关系、辅导员素质、师生对深度辅导的认知程度、学校深度辅导的政策环境、学院对深度辅导的执行力以及校园文化和公众舆论等要素。在这些因素中,哪些因素是影响深度辅导育人效果的重要指标,影响权重大;哪些因素更容易控制;哪些因素影响速度快;以及如何构建一套深度辅导效果的评价体系,促进我们对深度辅导工作进行修正与改进,都是我们尝试解答的问题。此外,我们还需要通过掌握大学生对深度辅导工作的主观感受和效果反馈,了解学生的实际需求和深度辅导的作用机理。

1. 研究思路

结合社会学、教育学、青年学、思想政治教育学等学科的有关理论,对深度辅导的育人效果进行深入探讨与界定,并对其进行理论假设构建。通过调查研究,对其进行修正,从而探索出深度辅导育人效果的评价体系与测量标准。



①大量查阅资料,归纳、总结相关研究成果,并进行对比分析;

②依据目前深度辅导的工作体系、设计调查问卷与访谈提纲,分别对学生、辅导员、专家3类群体进行调查;

③深入调研,对在校学生进行问卷调查,了解其对深度辅导的基本看法和实际需求;选取部分辅导员进行调查,了解其实际工作中的方法、困难、需求等相关问题;听取有关专家意见,对当前深度辅导中存在的问题、趋势、以及改进的方向进行评估;

④在调研的基础上,整理信息和资料,运用描述统计分析的方法对调查的数据进行分析,形成调查报告;

⑤依据调研结果,提出对深度辅导育人效果进行评估的测量体系。

2. 研究方法

本研究从思想政治教育、教育学、青年学、心理学、社会学、统计学等多学科角度,运用定量与定性相结合的研究方法进行,具体如下:

(1)文献研究法 通过查阅文献,对深度辅导的各项维度进行抽象归纳、逻辑演绎、辩证分析、框架重组,进而抽取出与研究课题相关的研究成果,以便开展课题研究。

(2)问卷调查法 通过在北京市不同高校、不同年级、不同专业的大学生中进行系统抽样并开展问卷调查,每个调查中包括能够反映每个主题的主要构成要素及其影响因素,还包括相关主题中的热点问题,全面了解深度辅导育人效果的基本现状。

(3) 个案研究法 根据调查目标,针对不同专业、不同教育背景的学生随机选取个案,对深度辅导对其产生的实际效果,包括具体的生活指导到价值观和人生观等做详尽的了解,从而为课题搜集基础材料。

(4) 访谈、观察法 依靠研究者对深度辅导过程中以及辅导后师生的互动模式,包括主观思想状态以及客观的行为表现进行观察并做出判断,使课题结论更加深刻。

(三) 理论补充与实际案例

哪些深度辅导的技能最能帮助辅导员实现教育目标;深度辅导的不同形式分别具有哪些优势和局限;应该如何根据不同的情景选择不同的辅导方式;如何能够检验深度辅导是否起到了育人效果;以及一次成功的深度辅导是如何发挥其育人效果的。这些分项的研究与案例展示都可以帮助我们对深度辅导工作的认知提高到一个新高度,为全面认识深度辅导提供一个具体的参照系,使我们更容易理顺深度辅导的工作原则、工作要求、工作方式等,从而促进大学生的全面发展和个性化发展。

二、本书的主要内容

本书的具体内容安排如下:

第一章,对深度辅导工作有一个历史性的回顾以及对现有工作模式有一个全局性的了解。

第二章和第三章,通过定性研究与定量研究相结合,对深度辅导的实际效果进行评价,并尝试构建深度辅导工作的评价体系。这两章将通过总结和梳理深度辅导育人效果的基本要素、衡量指标、基本过程和规律等,重点探讨深度辅导育人效果的影响因子和权重。例如:学生的价值观念、认知水平、情绪情感、意志品质、分析问题和解决问题的能力以及创新能力、人际关系协调能力、职业规划能力、自我管理 with 自我激励能力、自我认同与接纳水平、与社会和他人和谐相处的能力等。此外,深度辅导是否能够起到应有的作用,受到诸多因素的影响。从学生个体的角度来看:有学生对老师的信任程度、学生的开放度、学生的人格特质以及问题分类等因素;从辅导员自身来看:有辅导员的个人气质品质、业务素质、工作热情、专业背景、精神状态等因素;从高校层面来看:有高校自身的校园文化、对学生的尊重与宽容程度、校风状况、政策支持、辅导员激励机制等因素;从社会整体的育人环境来看:社会的舆论导向、文化背景以及多元价值观影响等多重因素都影响深度辅导育人效果的发挥。那么哪些因素是影响深度辅导的核心和重要因素,哪些是高校在开展深度辅导过程中需要开展的重要工作,评价体系如何构建?通过以上的调查与分析,对深度辅导的育人效果进行梳理与提炼,形成个体深度辅导效果测量指标以及学校整体深度辅导工作的评价体系。

第四章和第五章,为深度辅导相关工作论文以及深度辅导的优秀案例展示。相关论文与案例是对深度辅导工作研究的补充,从更加立体全面的角度来分析深度辅导工作的展开形式和效果,为高校深度辅导工作体系与机制的建立提供对策与建议。通过课题探索出在不同因素影响下,深度辅导工作与大学生成长和发展之间的变化规律;从分析影响变化因素出发,总结深度辅导与实际育人效果之间的规律;从接受与否的角度,探索大学生成才和发展的变化,总结这种变化的趋势和规律;从高校及相关部门、教育主管部门、辅导

员、大学生等主体出发，应用规律，分析通过深度辅导来提高育人效果的对策和建议。

三、本研究的难点

（一）筛选衡量育人效果的基本要素

深度辅导工作的参与者众多，有行政管理人员、有辅导员、有学生、有深度辅导督导者，不同的工作主体和观察视角，其评价的基本要素是有差异的。同时，一项深度辅导之所以成功，在不同性质的案例上，所起作用的因素也是有差别的。要概括这些因素确实是非常困难的。如何能够在调查研究中抽取具有代表性的观测点，使研究内容可测量是首要突破的难点。

（二）对深度辅导实施的环境变量的了解

深度辅导受到不同层次的诸多因素的影响，如高校和院系对深度辅导政策的支持力度、生师比、辅导员能力素质水平、对深度辅导工作的理解和积极性等。因此，在研究的过程中充分了解深度辅导实施的环境变量，并反映到研究中来也是需要突破的难点。

（三）深度辅导育人效果评价体系的建立

深度辅导工作既整合了多项理论和技术，也是一门艺术，仅用一个简单的模型来概括深度辅导育人的实际效果，显然是不适宜的。尤其是在深度辅导工作本身还尚待完善和精细化的情况下，这个工作是非常困难的。但是本书仍然希望在育人效果评价体系方面做一些初步的尝试，即便不够充分，也毕竟还是迈出了第一步。

第一章

高校深度辅导工作开展的现状

深度辅导工作不是“无源之水，无本之木”，而是大学生思想政治教育的发展必然趋势。随着大学生成才环境日益多样化，我们常常发现身边的学生都越来越关注自己的个性化发展，越来越需要有针对性的帮助和指导。深度辅导工作正是新形势下高校思想政治教育工作的新途径、新方法。

本章将从高校深度辅导工作的历史背景、开展现状和现存问题3个维度，进一步认识深度辅导工作开展过程中取得的成果和面临的挑战。

第一节 高校深度辅导工作的历史背景及意义

一、深度辅导工作的历史背景

（一）深度辅导工作理念的孕育（2004—2008年）

2004年，中共中央、国务院下发《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，以下简称《意见》）文件中明确指出：“加强和改进大学生思想政治教育要以大学生全面发展为目标，解放思想、实事求是、与时俱进，坚持以人为本，贴近实际、贴近生活、贴近学生，努力提高思想政治教育的针对性、实效性和吸引力、感染力。”《意见》还要求“结合大学生实际，广泛深入开展谈心活动，有针对性地帮助大学生处理好学习成才、择业交友、健康生活等方面的具体问题，提高思想认识和精神境界。”

《意见》下发以来，高校工作人员充分意识到当前的学生工作任务较以往发生了重大变革。随着客观环境的变化，学生群体特征也随之变化，学生工作者不能再用过去的思维分析当前学生存在的问题，要思考如何做好学生的发展辅导工作才是当务之急，也只有把学生的发展工作做好了，才能保障各项工作的顺利开展，这也为深度辅导工作理念的提出埋下了伏笔。

（二）深度辅导工作理念的提出与发展（2008年至今）

2008年12月，北京市召开高校辅导员工作会议，会议特别提出，把“确保每一名大学生每年得到一次深度辅导”作为辅导员工作的重点任务。会议同时下发了《关于加强北京

高校辅导员队伍建设的实施意见》，在辅导员队伍的人员编制、职称评定、职务晋升、表彰激励、学习培训等方面提出了具体明确的要求。2009年，北京市委教育工委在首都高校中大力推行辅导员深度辅导工作，并把开展此项工作作为深入推进大学生思想政治教育的有力抓手和重要举措，对全市辅导员提出了“深度辅导”工作的具体要求。要求“辅导员从每一个学生的实际需求出发，为他们提供个性化、一对一的教育服务，从而实现全员覆盖和思想政治教育的整体效果。”

自2008年，深度辅导工作理念提出至今历时近5年，首都各高校根据深度辅导工作要求，结合自身实际情况，制定了相应工作细则和流程规范，广大辅导员发挥聪明才智，创造性地开展了深度辅导工作，基本实现了大学生思想政治教育全员覆盖的基本要求。

（三）深度辅导工作的相关研究

近年来，深度辅导工作在全国大学生思想政治教育界引起了广泛关注，业界学者和专家开展了大量的研究工作。其中，王民忠等在《青春引航——北京高校深度辅导工作的理论与实践》一书中，对深度辅导作出了明确的定义。他指出，“深度辅导”是在全面了解学生的基础上，依据教育规律和大学生成长发展需要，运用科学的理论和方法，有针对性地对学生在政治、思想、学业、情感、发展、心理等方面存在的问题进行深度的帮助和指导。它既是一种理念，也是辅导员开展工作的途径和方法。深度辅导的相关研究也越来越多，研究内容主要集中于深度辅导工作的方法创新、经验分享和模式探讨，而关于深度辅导的基础理论及实证研究相对较少。

二、深度辅导工作的现实意义

（一）开展深度辅导工作有利于学生的全面发展

深度辅导工作是一项围绕学生发展辅导的工作，这就需要辅导员深入学生群体之中，了解学生实际生活情况，在充分尊重学生主体地位和个体差异的前提下，认真分析其在学习、认知、情感等各方面的长处和短板，引导学生完善自我认知，调动其自我教育的积极性和主动性。深度辅导作为大学生思想政治教育的重要措施，要求辅导员在与学生谈话过程中，有的放矢地开展社会主义核心价值观的宣传教育，帮助学生树立正确的世界观、人生观和价值观。深度辅导还包含大学生生活教育、学业辅导、心理疏导、情感引导和职业发展等方面内容，重点提升大学生的思想道德素质，科学文化素质和健康素质，有利于促进学生的全面发展。

（二）开展深度辅导工作有利于提高学生工作的针对性

深度辅导工作为辅导员了解学生打开了一扇窗，辅导员与学生谈心过程中，会发现每个学生都有困扰自己的问题，但是问题既有个性，又有共性。这就需要辅导员在被动获得大学生诸多个性化问题的同时，主动掌握大学生成长发展规律，在关键时期，还要积极梳理所得到的问题，对问题的形成进行预判，通过以点带面、以面盖点，既要针对大学生的个性问题有个性化的应对方法，也要主动化解共性问题，两者相辅相成，相互促进，才能真正提高工作的实效性，防止部分辅导员陷入“脚踏西瓜皮，滑到哪里算哪里”的盲目被动，或者“头痛医头，脚痛医脚”的事务主义，使辅导员具备“一叶落知天下秋”的本领和“见微知著”的能力。

（三）开展深度辅导有利于辅导员队伍向专业化发展

新时期，辅导员队伍重点向职业化、专家化方向发展。北京市整合教育资源，通过培养培训、经费支持、政策保障等各方面的有力措施，努力建设一支高水平的首都辅导员队伍。但是我们经常发现，一些辅导员在接受培训后，将所学到的理论知识束之高阁，在日常事务中难以找到合适的时机加以运用，让辅导员也时常感觉培训只是走过场，“英雄无用武之地”的感觉。深度辅导工作则为辅导员搭建了一个锻炼的平台，辅导员面对学生提出的各种问题，不能仅凭个人经验主义盲目地指导学生，而是需要用科学有效的技术手段帮助学生。这就鼓励辅导员将自身掌握的知识和技术服务于学生发展，从而达到学以致用、学以致用的目的，促进自身专业化发展。

第二节 高校深度辅导工作开展现状

一、工作流程

深度辅导工作不是简单的聊天谈话，而是一项系统工程，科学合理的工作内容和完善齐备的工作流程是深度辅导取得成效的保证。一次成功的深度辅导需要辅导员进行精心的前期准备、有效的访谈实施、持续的跟踪关注和及时的总结归纳。

（一）前期准备

为了增强深度辅导的针对性，确保辅导的效果。在访谈实施前，辅导员要对学生全面地了解和深入研究。其中包括建立辅导关系、掌握背景信息、明确辅导目标。在掌握被辅导学生相关资料后，设计个性化深度辅导方案，为访谈实施打好基础。

1. 确立辅导关系

深度辅导工作的开展，需要辅导员和学生建立良好的互动关系。辅导关系的建立，需要辅导员与学生在日常事务处理过程中能够逐步建立良好的沟通和信任关系。学校应当通过深度辅导工作的介绍和宣传使学生了解并认可这种工作模式，形成良好的工作机制。

2. 掌握背景信息

在深度辅导前，辅导员可以通过查看档案，电话家访，班主任、学生骨干和周围同学侧面了解学生生活状态，向专业教师和学业辅导员了解学业状况等形式，深入调查了解辅导对象在思想、学习、工作、生活等方面的情况。辅导员要做好每次沟通的记录，为后续的深度辅导工作收集和积累素材。

3. 明确辅导目标

明确辅导目标可以保证辅导过程的深入有效开展。辅导员要通过了解学生背景资料和相关信息，初步判断学生当前所面临的主要困难，确定辅导的主要内容。如果辅导的话题过于发散，会导致辅导内容广而不深，这种沟通模式也会产生大量的冗余信息，使辅导员面对大量的学生个人信息无所适从，难以开展有效的深度辅导工作。

（二）访谈实施

一次高质量的谈话，是深入辅导工作的核心内容。访谈一般涉及与学生日常生活息息

相关的内容,根据不同学生需求,采用不同的辅导方式,运用相应知识和技术,帮助学生解决实际需要。主要包括思想引领、生活教育、学业辅导、心理疏导、情感引导、职业发展等方面。辅导员要根据学生实际需求,有针对性的开展个性化访谈。

(三) 关注追踪

深度辅导不可能是一劳永逸,一步到位,有些学生在被辅导1~2次后对于其思想行为会有些效果,但并不能持续,一段时间后有可能有所反弹,对于这类学生,辅导员还要不断观察其变化状况,拿出应对办法,开展一系列跟进教育和引导,从而达到稳固辅导成效的目的。

(四) 总结归纳

辅导员对深度辅导的过程和效果进行科学系统的总结归纳,是掌握工作规律、深化工作实效的基础。辅导员通过一定数量的深度辅导个案积累,结合思想政治教育理论知识,总结出深度辅导的一般规律,修正和检验工作方案,指导并应用于下一步深度辅导工作,增强深度辅导工作的针对性和实效性。

二、工作方法

经过近年来的实践和探索,多种辅导技术应用于深度辅导工作之中,有针对性地解决学生遇到的各种问题和困惑,取得了一定的工作效果。按照不同的分类标准,可以将深度辅导的工作方法分成若干类型,笔者将按照互动交流媒介、辅导技术和辅导规模的分类方式,分析不同的深度辅导工作方法。

(一) 按照交流媒介分类

1. 面对面辅导

面对面辅导是现阶段最常采用的辅导方式。辅导员与学生在相对安静的办公室或专门开设的深度辅导室,进行面对面交谈。面对面辅导的优势在于辅导员不仅能够通过语言的交流了解学生内心想法,而且通过学生交流时的表情和行为,洞察学生的行为习惯和性格特点,从而进一步了解被辅导学生。这种辅导方式也存在着一些弊端,如有的学生比较内向或缺乏与辅导员面对面交流的勇气,如果辅导员仅仅单纯地依靠此种方法,就无法有针对性地帮助这些学生,只能得到事倍功半的结果。

2. 自媒体辅导

自媒体辅导是指辅导员依托自媒体开展深度辅导工作。随着社会的进步,微博、微信、QQ群、飞信群、网络社区等,已然形成了一种虚拟的社会,学生可以随时随地通过自媒体获取信息,表达想法。自媒体辅导为深度辅导提供了便利,辅导员能够利用移动网络终端设备,捕捉到学生思想和行为的实际情况,在一个相对宽松平等的网络环境下与学生交流,了解其内心真实想法。自媒体辅导的劣势在于辅导员要配备移动终端设备,并能熟练相关自媒体使用方法,这对一些经济欠发达地区开展起来有一定的困难。

3. 素质拓展辅导

素质拓展辅导是指辅导员以学生活动为载体,走进学生群体之中,开展深度辅导工作。辅导员通过参与班级情景剧比赛、合唱比赛、团体辅导、户外郊游等活动,拉近与学生的距离,观察学生社会认知能力,引导学生陶冶高雅情趣,增强团队凝聚力。素质拓展

辅导适用于对于一些畏惧语言交流、思想问题较重、心理方面有自闭倾向的学生开展辅导工作。

(二)按照辅导技术分类

1. 教练技术

教练技术源于积极心理学，是一种新兴的行为改变应用技术，能够弥补辅导员专业知识欠缺、科学化水平不够、深度辅导后续跟进较差等问题。教练技术在深度辅导中运用包括建立信任关系、聚焦目标、现实性检查、发现资源和可能、建立问责和支持系统这5个步骤的教练技术，有助于引导学生突破思维局限，积极思考问题，自觉实现目标，从而促进学生健康发展。

2. 生活教育

生活教育是指立足于生活，在生活中寻找契机，以学生为主体、以生活为中心、以教育为导向的深度辅导模式。深度辅导要以培养学生全面发展为目标，开展个性化的生活方式指导，解决学生在实际生活中“想问不敢问，敢问没处问”的一些生活问题，帮助学生脚踏实地地做一个爱生活、懂生活、会生活、有生活情趣和生活质量的人。

3. 职业发展

职业发展辅导是指辅导员依据职业发展理论和大学生成长规律，对学生进行有针对性的辅导，帮助学生合理调整就业期待，提高就业素质和能力，树立学生正确的就业观，提供就业全程化、个性化的指导意见，力图启发学生逐渐清晰地认识自我和认知职业，帮助学生实现就业目标的指导形式。能够有效促进学生健康、高质量就业。

4. 心理咨询

心理咨询是一门运用心理学知识对人进行心理干预，促进人适应与发展的技术。主要适用于个人健康咨询和发展咨询。健康咨询适用于因某些心理社会刺激而引起心理状态紧张的学生，并且明确体验到躯体或情绪上的困扰者，都可以成为健康咨询的对象。而发展咨询可以帮助学生调整内心世界，提高生活质量，提升自我认识的能力，当自我认识出现偏差或障碍时，可以主动寻求心理咨询以解决。

(三)按照辅导规模分类

按照辅导对象群体分类，通常可以将深度辅导分为个体咨询和团体辅导2种类型。

1. 个体咨询

个体咨询是辅导员与学生一对一进行辅导。主要采取面对面咨询、电话咨询、网络咨询等方式，主要解决学生在成长发展过程中遇到的各类心理问题，帮助学生发现自身的问题和根源，从而挖掘学生本身的潜在能力，改变原有的认知结构和行为模式，以提高其对大学生活的适应性和协调周围环境的能力。个体咨询具有针对性强，一对一操作的特点。适用于帮助学生解决隐私性强的个人问题，如涉及学生情感、宗教信仰、个体发展等相关内容。

2. 团体辅导

团体辅导是在团体情境下进行的一种心理辅导形式，它是以团体为对象，运用心理学的理论和技术，通过团体成员间的互动，促使个体在交往中通过观察、学习、体验，认识自我、探讨自我、接纳自我，调整和改善与他人的关系，学习新的态度与行为方式，激发