

# 中小学心理健康教师的角色定位

邬云礼

(重庆市黔江区实验小学, 重庆, 409000)

**摘要:** 为了促进教师专业发展,文章首先阐述了中小学心理健康教育的新问题和新要求,然后论述了中小学心理健康教师的角色定位,最后提出了中小学心理健康教师角色定位困惑的破解路径。

**关键词:** 心理健康教师;角色定位;中小学

中图分类号:G44

文献标志码:A

文章编号:2095-6401(2022)09-0118-03

《中国心理学会临床与咨询心理学工作伦理守则》(以下简称《伦理守则》)是心理师从业的道德准则和规范,其能让心理治疗师、心理咨询师找到明确的角色定位,与来访者保持基本的界限。中小学心理健康教师一般不具备心理咨询师资格,但需要对学生心理健康教育和个体辅导,还承担着实现教育目标的责任,所以教育部出台了《中小学心理健康教育指导纲要(2012年修订)》(以下简称《纲要》)。在实施心理健康教育过程中,中小学心理健康教师应当以《伦理守则》和《纲要》为指导,结合当地实际和学生年龄特点,应对心理健康教育的挑战,明确角色定位。

## 一、中小学心理健康教育的新问题和新要求

第一,中小学心理健康教育的新问题。我国在享受经济高速发展成果的同时,也经受着世界多元文化的冲击,如学生过早、过多地接触游戏、视频、小说等,脱离生活实际,疏于社会实践,出现了各种各样的教育问题<sup>[1]</sup>。随着改革开放和社会转型,以及信息植入、环境转换、关系支持等的变化,中小学出现了网络成瘾、校园欺凌加剧等新型的心理行为问题,更忧心的是,我国学生出现了焦虑及抑郁心理,且呈低龄化的趋势,同时心理危机事件也明显增加。

第二,中小学心理健康教育的新要求。根据精神分析法理论,人格发展和问题心理可以追溯到人的早期亲子关系,追溯到人的幼儿、孩童时代,同时根据“教师对学生人格发展具有导向作用、同伴群体对人格发展具有弃恶扬善的作用、学校是人格社会化的主要场所”<sup>[2]</sup>等理论,针对幼儿、中小学生学习开展心理健康教育具有重要的作用。《纲要》指出,学校应将心理健康教育始终贯穿于教育教学全过程,即全体教师都应将心理健康教育内容有机渗透,也就是说,学校心理健康教育的主导力量应是全体教师<sup>[3]</sup>。因此,心理健康教育教师不仅要关注学生的心理问题,还应关注学生良好个性的培养和心理障碍的防治。

## 二、中小学心理健康教师的角色定位

《纲要》指出“提高全体学生的心理素质,充分开发

他们的潜能,培养学生乐观、向上的心理品质,促进学生人格的健全发展”的总目标,要求心理健康教师承担个体心理疏导服务、班级团体辅导、严重心理问题学生转介、心理危机干预等主要工作,所以笔者对普遍不具备咨询师资格的心理健康教师提出以下的角色定位。

第一,自然的一个人。中小学心理健康教师是自然的一个人,这里的自然指“无状之状”“自然而然”的道法自然的自然<sup>[4]</sup>,即中小学心理健康教师是一个与自然和谐共生、压力适中、情绪稳定、人际关系良好的平凡、普通的一员。心理健康教师应当承认自己是一个能力有限的人,当不了“救世主”,即承认学校、家长和学生的期待与自己能完成的实际存在差距,应当深刻认识心理健康工作都是“现场直播”,无法达到圆满无缺。心理健康教师应该承认自己是自然的一个人,时刻保持自我觉察、自我反思,而不被耗竭、悦纳自我<sup>[5]</sup>是做好该项工作的基石,也是心理健康教师的第一角色定位。同时,学校领导、教师、家长和学生应接受心理健康教师是自然的一个人,不是全能的,接受他们的不完美,不去“道德绑架”他们,这是对心理健康教师的基本认同和保护。

第二,催化教育的“倍增器”。心理健康教师是心理健康知识的普及宣传员。在学校心理健康教师面对的都是成长中的学生,他们会时刻发生很多变化,引发各种各样的心理问题。对此,心理健康教师应通过心理课或心理讲座等方式对学生和家长普及心理健康知识。同时,心理健康教师是心理健康教育课堂的开发者。心理健康教育课堂应面向全体学生,以开发全体学生的潜能,培养学生乐观、向上、阳光的心理品质为新要求,以班级团体辅导活动课为主要形式。在活动中,心理健康教师应针对班级中学生认识自我、管理情绪、处理人际关系、管理人际冲突等共通的问题,借助团体动力,通过团体辅导或团体心理训练的方式给学生提供支持<sup>[6]</sup>,所以教师承担着活动带领者、活动开展指导者、心理能力训练者、成长陪伴者等等课堂开发者角色。通过知识的普及和课堂的开发,教师可以把握学生发展特点,实现高效教学,也能让学生掌握一

DOI: 10.16681/j.cnki.wcqe.202209037

作者简介:邬云礼(1969—),男,土家族,重庆人,高级教师,硕士研究生。

定的心理调节方法、能力,从而高效学习,所以心理健康教师是知识发生发展的“催化剂”、学生学习的“倍增器”。

第三,知心陪伴者。学校心理辅导室是在《伦理守则》提出的“善行、责任、诚信、公正、尊重”原则指导下,在预约、知情同意、遵守保密原则的前提下,一个免费开展帮助学生处理人际关系、压力管理、考试焦虑、亲子关系等发展中的问题的“助人自助”工作,引导学生打破原来问题的平衡,在与来访的学生一起关注某件事的同时,共同找到切合他们世界的(如绘画、舞蹈等)意象对话,使其看见心理实质,重构关系,从而赋能和找到学生的支持系统。教师在达到“不伤害”的基本要求的前提下,应该让学生感受到“被尊重、被理解、被接纳、被支持”,其应是一个心里有人、眼里有光的陪伴者,是一个认真倾听、可以完全共情的陪伴者,是一个学生认为完全放心且有温度的知心陪伴者。

第四,学校的“缓释阀”。情绪具有十分广泛的适应作用,承担着相应的表达功能和保护功能。情绪本身没有好坏之分,每一种情绪都有它的作用和价值。情绪之所以出现,不是为了劫持或控制,而是心理需求的“语言”,提供了“此时此刻”<sup>[4]</sup>,同时通过构成一个情绪系统,帮助理解个体的内在需求。心理健康教师应该及时把握“此时此刻”,能解读“语言”,去识别、理解、尊重情绪,并且通过情绪调节,让“一石激起千层浪”的学生、家长情绪平复下来,及时缓解学生、家长的矛盾和压力。所以学校心理辅导室是师生情绪的“中转站”,而心理健康教师作为可以帮助学生解决情绪问题的知心人,其应当成为一个站在学校发展层面的、中立的、有人文关怀精神的、有高度的学校焦点工作的“缓释阀”。

第五,危机的“预警器”,心理救援队的“专家”。人的心理应激平衡被打乱就是心理失衡<sup>[5]</sup>,其常与一定的情境相联系,常有一定的情景诱发,但时间久了就会成为心理问题,所以人的心理问题的由来多数是一个日积月累的过程。特别是情景触动情绪“扳机”时可能导致危机,所以心理健康教师要关注学生的心理状态,防微杜渐,并通过各种方式对学生的心理风险,特别是危机进行评估和预警。学校是个“准社会”,也可能是压力源,会引发学生的心理危机,所以需要心理健康教师参与学校危机干预这一系统工程预案的制定,并作为心理救援队的“专家”将心理救援方案具体化,参与心理救援组的演练。危机出现时,心理健康教师应尽快对当时的情况做出评估,为决策者提供依据,及时对现场当事人开展辅导、救护,危机后则要对涉及的师生进行评估,并为他们提供辅导或转介等帮助。

第六,严重心理问题学生的转介者、保健员。中小学心理健康教师应当熟悉本地区的相关资源和绿色通道,及时对患有中重度心理疾病(焦虑症、抑郁症、强迫症等)的学生和有精神障碍的学生进行转介。同时,在学生治疗返校后,其应该在伦理原则下成为其他咨询师、治疗师的帮手,辅以“认知疗法”和“人际关系疗法”<sup>[6]</sup>,解决学生的认知和行为困惑等,当好学生心理康复的保健员。

### 三、中小学心理健康教师角色定位困惑的破解路径

面对新问题、新要求,中小学心理健康教师要想解决新困惑,就亟须转变角色定位。

#### (一)解中小学心理健康管理之困

第一,学校统筹,解教师从业之困。心理学的发展历史短,中小学心理健康教育的开展还不成熟,所以教师专业发展需要继续教育支持。教师从业的课程需要开发,特别是特异个体辅导可能会出现法律争议等,因此需要学校统筹教育教学、后勤保障、安全管理、法律服务等,做到齐抓共管,这样才会让教师“愿当”。第二,外派“速成”,解教师数量严重不足之困。专业教师数量不足,以“等、靠”招专业的教师不现实,那最好的办法就是让现有教师队伍“速成”,即外派教师去学习。实际上,教师都学习过一些基本知识,有教育学基础和从事教育教学工作经验,所以只要学校给予一定的经费、时间、政策支持,是可以找到愿意从事这项“利于自身成长又可以帮助别人”工作的教师。第三,专业服务进校,解“破冰”之困。“请进来”或购买专业服务,需要从购买所有服务逐步改变为对教师专业的引领,也就是一开始购买实际上是为了给教师“破冰”示范,后面其要逐渐培养教师队伍,实际上就是指导教师队伍“速成”的实操部分。第四,双管齐下,解督导之困。教师“破冰”后,需要转变为“能当”,而这就需要长期专业督导。学校可以通过线上、线下双管齐下,购买专业的伦理把控和专业成长督导,同时形成朋辈督导组。第五,落实职称评聘,解人才队伍之困。《纲要》明确指出,“心理健康教育教师享受班主任同等待遇”,但实际上其很难与学校的语数教师相比较,所以学校应当站在全面发展的层面,对校内从业人数少的工作进行平衡,从而解决教师“改行”和“留不住”的局面。

#### (二)解中小学心理健康教师之惑

第一,厘清“自我”。教师在学生面前是做思想政治工作的干部、班主任或学科教师,又是心理健康教师,还可能是心理辅导室的教师,这导致教师出现严重的角色冲突。多重关系的存在本身是社会支持、关系重塑,所以多重关系是有积极意义的,而建立社会链接、找到关系支持本身是工作的要求。在学校,不能因为避免多重关系



问题而不去帮助学生,不去开展相关工作,只用“来访者第一”的原则和“跨越界限是让求助者获益还是受伤害”为评判标准,衡量是不是有必要维持多重关系、是不是可以避免多重关系,所以接纳教师开展这项工作具有绝对的多重身份是不能避免的现实。当然,身份单一更有利于开展工作,所以学校领导需要充分认识到心理辅导的专业性,认识到心理辅导与德育、思想政治工作的联系和区别,认识到安全强制和心理辅导的区别,在安排专兼职教师时,尽量让其身份单一,避免多重身份。同时,学校应给专兼职教师贴上“知心陪伴者”“中转站”“保健员”“专家”的身份标签,这也是让教师身份单一的办法。另外,从事专兼职的教师应当专业、专一,从淡泊名利开始,使自身的情绪处于“平和、稳定、愉悦”的状态<sup>[1]</sup>,了解自己的身份定位和价值原则,承认自己的角色身份,在学生需要时自觉转变身份,这也是保持身份单一的办法。

第二,守个体辅导工作边界。①根据《纲要》要求,可以理清工作开展的基本要求和注意事项。首先,要制定预约制度,明确预约办法、预约的时间和地点。其次,要有知情同意书,知情同意的依据是《伦理守则》和《纲要》,要将最小可能发生的风险、会带来的后果告诉来访者监护人或本人(成人)。知情同意是将规则告知,不是双方协商一致。书面知情同意书包括基本信息,含有紧急联系人和保密例外,需要相关人签字。最后,要有记录,记录内容包括以信任为基础关系建立的约定;基本事实过程,包括有针对性、有效性“方法匹配”的评估;合理测评得到的症状结果;给出的建议,包括去看精神科的建议、转介的理由等处理意见(这些记录求助者有权看;教师还可以另外记录个案概念化,包括移情、反移情、阻抗等内容的主观分析记录,这只能教师自己看)。②心理健康教师是对个体开展辅导,而不是进行心理咨询,主要是完成“助人自助”工作。因此,可以借鉴《伦理守则》来帮助不具备心理咨询师资格的教师厘清保密、法律责任、价值中立等边界。

如何守“保密”界?对来访者的信息保密是伦理要求的基本原则,这是对来访者和教师的保护。但保密不是打死也不说,凡是有伤害自我、伤害他人、法律规定的披露(具备司法正式文书)等情形,必须突破保密原则。而对学校行政、班主任和同行的好奇等要用技巧守住底线,同时是否录音和第三者在场应当征得同意,保管应当有锁,电子记录应当有密码。

如何守“法律责任”界?只要坚守原则底线,就不会触犯法律。一是胜任力原则:辅导教师应具备对等的知

识、技能、伦理,常自我反思、自我觉察,不以来访者的评判来评价自己的工作,且不是来者不拒,超出能力范围要果断转介,也不是去者不追,对有危机、有风险的必须追,脱落后再邀请一次,并在来访者同意时探讨原因,且记住心理治疗在医院、心理咨询要持证。二是底线原则:记住自己作为公民的社会责任、作为教师的教育责任,用“凡是危害公共安全的开始就是个人隐私权的结束”作为衡量保密的底线。三是利他原则:两害相权取其轻,保护未成年、监护人或指定代理人,保护来访者的自主权、选择权等,开的第一处方应是“关爱”,避免二次伤害、再伤害,因为被尊重是信任的开始,是建立关系的开始,来访者的可控感越强,信任感就越强。

如何守“价值中立”界?人在本我和超我中找到自我,这是一个社会化的过程,是解决内心矛盾冲突的途径。教师也是人,应当有基本的良知,维护公序良俗,不凌驾于人权之上。教育方针实际上就是价值目标,也就是社会责任,教师要承担实现价值目标的社会责任,所以教师的价值中立实际上是承担起实现教育目标的责任。教师在工作时应常反思,觉察与学生之间是否强弱、主动与被动、控制与被控制,是否利用权威身份,是否强加社会责任以外的道德判断。在有价值冲突时,教师应用真诚的态度直面问题,不批评、评判、指责,觉察是否歧视,是否容纳,是否记住“自主、健康、责任”和“获益不受伤害”的判断标准,只有承认人与人的差异,承认文化的多元,顺应内心的需求,承认事实,才是一种有治愈作用的态度。

#### 四、结语

只有坚持《伦理守则》和《纲要》指导下的中小学心理健康教师的角色定位,教师才能适应教学的变化,这是当今中小学开展心理健康教育的必然要求。

#### 参考文献:

- [1] 郭云礼.新时代小学生同伴选择的引导[J].教学与管理,2021(10):21.
- [2] 许燕.人格心理学[M].北京:北京师范大学出版社,2009:71.
- [3] 张麒.学校心理咨询实务[M].上海:上海人民出版社,2015:197.
- [4] 文若愚.道德经[M].北京:中国华侨出版社,2013:157.
- [5] 古沅洪,陶新华.心理咨询师临床操作手册[M].重庆:重庆出版社,2008:95.
- [6] 刘宜文,赵晶.学校心理健康教育课程设计与教法[M].北京:中国人民大学出版社,2018:6.
- [7] 亚隆,莱兹克兹.团体心理治疗[M].李敏,李鸣,译.北京:中国轻工业出版社,2010:26.
- [8] 詹姆斯,吉利兰.危机干预策略[M].肖水源,周亮,译.北京:中国轻工业出版社,2017:6.
- [9] 吴增强,蒋薇美.心理健康教育课程设计[M].北京:中国轻工业出版社,2007:10.
- [10] 王建平,张宁,王玉龙,等.变态心理学[M].北京:中国人民大学出版社,2018:134.