

高校心理健康教师职业素质探究

刘庆明

(安徽水利水电职业技术学院, 安徽 合肥, 231000)

摘要:文章在阐述相关背景的基础上,首先分析了高校心理健康教师的双重身份,然后说明了高校心理健康教师职业素质的基础,接着提出了高校心理健康教师职业素质的核心,最后论述了高校心理健康教师职业素质的灵魂。

关键词:心理健康教师;职业素质;高校

中图分类号:G443

文献标志码:A

文章编号:2095-6401(2022)11-0012-04

随着经济和社会的发展,大学生心理健康问题日益突出,高校管理者开始重视大学生心理健康教育工作。其中,开设心理健康课程、普及心理健康教育、疏导学生心理困扰、处理学生心理危机事件等心理健康教育工作主要由心理健康教师承担,因此要想做好大学生的心理健康教育工作就必须有效培养心理健康教师的职业素质。基于此,如何建设一支能够胜任高校心理健康教育的高质量教师队伍,受到越来越多的学者和教育管理者的重视。

一、相关背景

2018年7月,中共教育部党组印发的《高等学校学生心理健康教育指导纲要》指出,“心理健康教育是提高大学生心理素质、促进其身心健康和谐发展的教育,是高校人才培养体系的重要组成部分,也是高校思想政治工作的重要内容”^[1]。承担大学生心理健康教育工作的主体是高校心理健康教师,其首要任务是培养心理健康的人才,确保每一个走出学校,进入社会的人才都拥有积极、理性、平和的心理健康状态,而要想实现这个任务,心理健康教师就必须具备相应的职业素质。

教师职业素质是指教师稳固的职业品质,它是以先天遗传的气质为基础,通过科学教育和自我提高形成,体现时代特征的思想、知识、人格、能力等方面的行为特征和职业修养。教师职业素质结构指影响教师教学行为的各种品质内部因素及其之间相互作用的总和。从广义上可将其分为三类,即教师的知识结构、能力结构、已经内化了的非认知因素^[2]。

当前,高校心理健康教师职业准入条件为“取得硕士以上学位、二级或三级心理咨询师资格证”,对于其他方面的职业素质则没有硬性规定,这导致高校心理健康教师的职业素质参差不齐。张莉、甘标^[3]以广西高校为例的调查显示,大学生心理健康教育教师队伍专业化建设在具体推进过程中存在整体素质偏低、科研能力不强和待遇不高等问题。一项关于高职院校心理健康教师

职业素质的调研报告也表明,学校心理师资建设过程中存在专业人员匮乏、职业倦怠频发、角色定位不清、规范形式化等问题^[4]。

明确和规范高校心理健康教师的职业素质内容和结构是提升高校心理健康教师职业素质的前提。然而当前有关高校心理健康教师职业素质的研究较少,只有寥寥几篇,且主要研究的是高校心理健康教师的胜任能力特征和胜任模型,其中胜任能力特征包括认知技能、工作风格、人格特征、职业精神与支持性^[5];胜任模型包含个人效能、帮助与服务、管理技能、认知维度四个维度^[6]。周向华、孙淑华^[7]认为职业院校职心理健康教师的职业素质分为基本素养和专业发展素养,其中基本素养包含基础文化知识素养、信息素养、仪表素养;专业发展素养包括人格特质、专业知识素养、专业能力素养、专业情意素养。

笔者现基于国内研究成果,结合多年的心理健康教学和心理咨询实践,在与教育同行研讨交流的基础上探索了高校心理健康教师的职业素质,以期为高校选拔心理健康教师提供参考标准,同时为高校心理健康教师职业发展指明方向。

二、高校心理健康教师的双重身份

高校心理健康教师跟普通教师一样要从事教学工作,而在新课改要求下,体验互动式心理健康教学新模式成为主流的教学模式,并且新课改在教学情境设计能力、引导学生参与活动兴趣能力、激发学生潜力能力、分享和总结能力等方面对心理健康教师有诸多要求。同时,与普通高校教师不同的是,高校心理健康教师还是学生的心理咨询师,要聆听并共情学生的心理困惑,疏导学生心理困扰,帮助学生实现健康成长。换言之,高校心理健康教师拥有高校教师与心理咨询师双重身份,在高校工作中具体从事以下工作:①教授心理健康教育课程;②为学生提供个体心理辅导服务、团体心理辅导服务,并进行危机干预;③开展新生心理健康筛查工作;④策划、组织“5·25大学生心理健康日”“10·10世界精神卫生日”等心理健

DOI: 10.16681/j.cnki.wcqe.202211004

作者简介:刘庆明(1969—),女,汉族,安徽合肥人,讲师,硕士。研究方向:高职心理健康教育。

康系列活动;⑤指导学生社团工作;⑥从事心理健康教育科研课题研究;⑦为学校的教育教学管理提供咨询^⑧。这种独特的身份定位和繁杂的工作内容要求高校心理健康教师具备多元化的专业知识结构与技能,包括教学能力、心理辅导能力、危机干预能力、策划组织能力、科研能力等,这些能力要求决定了高校心理健康教师职业素质的内容。

三、高校心理健康教师职业素质的基础

高校心理健康教师一方面作为普通教师,需要具备课堂教学能力和科研能力,另一方面作为心理咨询师,还需要了解各种心理咨询流派,掌握个体心理咨询和团体心理辅导技能,并且具备及时处理心理危机事件的能力。

(一)专业理论与“跨界”知识

高校心理健康教师面临较多的工作内容,这决定其必须具备扎实的理论基础,包括普通心理学、发展与教育心理学、社会心理学、人格心理学、心理测量学、变态心理学、精神分裂症诊断与治疗知识;各种心理咨询流派,包括精神分析法、认知疗法、行为疗法、格式塔疗法、森田疗法、箱庭疗法、音乐心理治疗、短期焦点疗法、来访学生中心疗法等知识。同时,对于新的心理学理论和咨询流派,如后现代主义、正念、叙事疗法等,心理健康教师也要及时进行系统学习。此外,虽然心理学的起源和发展主要集中在西方国家,但教师在学习西方国家优秀的心理成果时也要吸收中国传统文化中的心理学元素,如“家”文化、“人情”和“内观”等。

高校心理健康教师除了掌握本专业理论知识,还要具有跨“界”知识储备。在高校,心理健康教师要承担不同专业大学生的心理健康教学工作,因此必须了解不同专业学生的心理特点、就业方向、职业心理素质要求等,在课程教学设计中紧紧围绕不同专业职业心理素质的内容设计相应章节,且教学内容既要保证具有相对完整的心理健康教学体系,又要兼顾不同专业对学生知识、技能和职业心理素质的要求。比如,对于电力工程的高压输配电专业,由于从业人员主要以高空作业为主,所以教师要注重高空情绪管理内容的教学,引导学生战胜恐惧、超越自我;对于会计专业,教师需要培养学生责任心、细心、耐心等人格品质;对于建筑工程专业,由于施工环境较艰苦,且人际关系较复杂,教师要注重培养学生人际沟通能力和情绪管理能力。

(二)心理咨询技术和危机处理技巧

尽管心理咨询流派众多,但没有一个流派能解决所有心理问题,即各种流派各有长短。来访学生心理问题、精神障碍等情况复杂,这就要求心理健康教师把各种流派咨询技术融会贯通,能针对学生的不同情况选择合适

的咨询技术与咨询形式。例如,曾有一个性格极其内向的大二男生来寻求笔者的帮助,其第一次咨询时一直低着头,除了简单的“嗯嗯”“好的”,与笔者没有任何目光和语言交流,笔者根据该生人际交往特点,判断语言沟通很难帮助其解决相关心理问题。于是在第二次心理咨询时,笔者征得该学生的同意,选择了箱庭心理治疗,在相对自由又有边界的“世界”里,该学生投射了内心的世界,宣泄了内心的痛苦,表达了内心的渴望,在触摸、把玩柔软沙子的过程中逐渐获得了内心的平静。之后在笔者的陪伴下,该学生吐露心声,顺利开始对症治疗。

在心理危机处理方面,心理健康教师首先要评估学生心理危机风险,然后与辅导员沟通,必要时还可联系家长,尽最大可能争取家长的支持和配合。例如,一位大一学生入学心理普测为阳性,辅导员根据筛查结果与该学生沟通了解情况,发现该生高三患有焦虑症,曾住院治疗一个月,但出院后,该学生没有按照医嘱按时按量吃药,存在随意加、减、断药现象。入学以后,该学生自我感觉症状加重,不去医院复查,反而加大药量,从而出现了严重的心身反应。经心理健康教师评估,该学生疑似焦虑症复发。经过教师的劝说,学生愿意入院治疗,但需要家长配合。辅导员试图与家长沟通,但家长表示学生之前已经治愈。这时心理健康教师运用专业沟通技巧,寻找突破口,动之以情,晓之以理,最后说服了家长积极配合学校管理,陪同学生住院治疗。

(三)专业能力

高校心理健康教师仅有扎实的理论基础,熟练掌握各个流派的心理咨询操作流程是不够的。无论是开展教学还是进行心理咨询,心理健康教师都必须具有一定的专业能力,如共情能力、洞察力、推理能力、灵活应变能力等。教师的共情能力体现在教学上,能够理解学生的心声,在情感上回应学生,以及及时回馈学生的心理需求;体现在心理咨询上,能理解来访学生的心理痛苦,在情感和内容上积极回应来访学生。即在教学中,教师具备共情能力,就能够活跃课堂氛围,及时了解学生对知识和技能的掌握情况,从而为保证教学效果提供基础;在心理咨询中,教师具备共情能力,有利于与来访学生形成良好的咨询关系,在短时间内让学生信任自己,减少学生心理阻抗,从而为进一步深入咨询提供良好的情感基础。在教学中特别是团体拓展活动和案例讨论过程中,心理健康教师对于学生的非语言动作和言语要有非凡的洞察力。如在对学生做“房树人”绘画投射测试时,笔者发现某学生的绘画内容为“枯萎的桑树、封闭歪斜的半个房间、低头背手佝偻的‘人’”,同时该生回答问题时存在非语言动作迟缓,两眼空洞无神的问题。于是笔者预判这个学生有抑郁倾向,随后查阅心理普测结果,

发现这个学生在UPI测试筛查中结果果然为阳性,所以课后及时对该学生进行了心理干预。心理健康教师具备良好的洞察力有利于及时发现学生心理安全隐患,进行心理干预。部分来访学生的心理症状相同或相似,但是病因不同,同时来访学生的家庭背景和个性具有差异性,拥有的心理资源也各不相同,对此,心理健康教师在开展心理咨询时,要对复杂的个体信息进行归纳整理、分析推理,从而制定适合不同学生的心理咨询方案。概言之,缜密的推理能力对于心理决策方案的有效性起着至关重要的作用。心理健康教师在组织团体拓展活动时,各种现场因素复杂多变,其中不乏存在心理问题的学生,其可能使拓展活动陷入尴尬,对此,心理健康教师要精准分析,兼顾各类学生,使得团体拓展活动能顺利开展。

(四)科研能力

根据美国教育学家欧内斯特·L·博耶的学术理论,人类的学术研究活动包含“探究的学术”“应用的学术”“整合的学术”“教学的学术”四个方面^[9]。高校心理健康教师由于具有双重身份,可能没有足够的时间和充沛的精力进行“探究的学术”,但是本身拥有渊博的理论基础、丰富的心理健康教学经验,以及娴熟的心理咨询技术、沉着淡定的心理危机处理能力,是理论与实践结合的完美实施者,故其可以在“教学的学术”“应用的学术”里发挥专长。高校心理健康教师在心理健康教学和心理咨询中要善于发现问题,并采用教育实验、问卷调查、访谈等科学方法对相关问题进行研究,将心理学科研究成果与教育教学实践充分结合,使教学和科研相互促进,以提高工作效果,促进专业发展。

四、高校心理健康教师职业素质的核心

“成功的教育是依赖于一种真诚的理解和信任的师生关系,依赖于一种和谐而又安全的气氛的。”心理健康教育作为促进学生心理健康与人格和谐的一项教育教学活动,它要求心理健康教师的人格特质必须与心理健康教育相吻合^[10]。

在国外,有学者提出学校心理辅导人员应具有以下人格特质:活泼有力的生命观、幽默、诚信、允许自己犯错和认错、以现在为导向、不断创造自我、做抉择以塑造生命、真诚关怀别人的福祉、投入工作寻找意义^[11]。还有学者提出学校心理辅导人员必须具备真诚、无条件积极关注、移情三种品质^[12]。借鉴国外的学校心理辅导人员职业人格特征内容,并结合我国高校心理健康教师的工作内容和工作职责,可归纳出如下高校心理健康教师人格特征的主要内容。

(一)亲和力

高校心理健康教师首要的人格特征是亲和力,良好

的亲和力是营造良好课堂氛围和愉悦咨询关系的前提条件。中国传统文化注重师道尊严,教师多以严师自居,授课时表情通常比较严肃,给学生一种居高临下的感觉。因此学生容易产生敬畏感,难以在心理上亲近教师。特别是现在大学校园的学生主体为‘00后’,其在父母的万般宠爱中成长,自尊心较强,难以接受“威严”的讲课风格,而是更喜欢具有亲和力的教师。对于被称为学生“心灵港湾”的心理健康教师来说,亲和力特别重要。在课堂教学中,有亲和力的教师面带笑容,课堂氛围比较轻松愉悦,学生可放下紧绷的神经聆听知识,这样更容易消化和吸收课堂知识;在体验活动和互动讨论中,教师的亲和力也能使学生放下担心被指责的心理负担,畅所欲言,更容易接受教师的建议;面对心理存在困扰且比较敏感的来访学生,亲和力是打开学生心扉的“敲门砖”,能给来访学生以温暖和真诚,减少学生心理担心和求助压力,能使其更信任心理教师的咨询能力。

(二)真诚

真诚是大学生人际交往中最受欢迎的人格特征。高校心理健康教师开展的是助人工作,必须真诚接纳每一位大学生,不因学生的家庭背景、学习成绩、个性特征好坏而区别对待。比如,部分来访学生在咨询心理问题时,会因急于摆脱痛苦而渴求心理教师立即解决问题,这时,心理健康教师不能因为一时的虚荣心或价值满足感而违心承诺学生。心理健康教师要运用一定的咨询技巧真诚地与来访学生沟通,使其明白接纳自己的过去就是放过自己,从而悦纳自我、发展自我,健康快乐地生活。

(三)一定程度暴露自我的勇气

在中国传统文化中,教师在学生的心目中是完美的代表。心理学上有“仰八角”效应,即若教师过分完美,学生就会和教师拉开心理距离。高校心理健康教师在一定程度上进行自我暴露,一方面可提升自身的亲和力,拉近与学生的心理距离;另一方面能给学生起到很好的现实榜样作用,这对学生的间接现实体验能起到正强化的效果。比如,心理健康教师在教授“情绪管理”理性情绪疗法时,可讲述自己在生活中遭遇的负性刺激事件及相应处理方式。心理咨询中,教师在一定程度上暴露自我成长经历、生活刺激事件,可以减弱来访学生的心理阻抗,加快心理咨询的进程。

(四)处变不惊的魄力

开展课堂互动体验活动、团体心理咨询、个体心理咨询时,在轻松愉悦的气氛下,大学生的心理行为反应具有自发性、情境性、情绪化等特点,特别是那些家庭背景关系比较复杂、童年受过心理创伤、自我中心意识强、自制力较薄弱的大学生,他们在活动中或心理咨询中容易出现认知思维上的“不合常理”、情绪上看似“莫名”的

失控、行为举止十分“古怪”等情况,而在课堂和团体活动中,这些心理行为很容易破坏活动现场的氛围,甚至造成现场的起哄或争吵,这时,心理健康教师要处变不惊,从心理上引导学生理解、接纳和宽容所谓的“另类”学生,稳定和控制活动现场。在个体心理咨询中,无论来访学生倾诉的成长背景在常人看来多么无法理解,心理健康教师都要保持镇定自若,并与来访学生共情,否则会加剧学生的心理恐慌、焦虑或愤怒情绪。处理学生心理危机事件也是高校心理健康教师的日常工作内容之一,由于危机现场一般事态比较紧急,涉及当事人和周边学生的生命安全,心理健康教师要冷静沉着,稳定危机现场,迅速评判形势,洞察问题症结,当机立断,实施可行方案。

亲和力、真诚、自我暴露是高校心理健康教师实施心理健康课程体验互动式教学模式和做好学生心理咨询的前提,这些人格特征能够让大学生更容易、更快捷地被心理健康教师的人格魅力所吸引,更有兴趣积极反馈教学内容,进而及时表露自己的内心世界,更快进入实质性心理咨询,提高心理咨询效果。处事不惊的魄力是高校心理咨询师必须具备的人格特征,其在课堂体验互动式活动、团体心理咨询和个体心理咨询过程中从容应对,可确保活动和咨询效果。高校一般有1~3万学生,每年都会发生若干起心理危机事件,这时心理健康教师情绪稳定,正确处理危机事件,对于保障学校安全起着重要作用。

五、高校心理健康教师职业素质的灵魂

高校心理健康教师既不能如一般高校教师一样享有自由的课余时间,也不能像社会心理咨询机构心理咨询从业人员一样获得较高的经济收入和社会地位。基于此,心理健康教师如果考虑更多的是经济上的高回报、社会价值认可度,将会对其从业产生不良影响。故“十年树木,百年树人”,心理健康教师要有“春蚕到死丝方尽,蜡炬成灰泪始干”的奉献精神。

心理健康教师的工作内容决定了其职业理想应是“助人成长,助人自助”,即要致力于培育大学生的心理素质,提高他们的职业心理素质,解决他们的心理困扰。与此同时,在进行学生互动教学和心理咨询的过程中,心理教师也能获得自我成长。心理健康教师应树立正确的职业价值观,把学生的健康幸福作为自己的价值体现与价值追求。喜欢与人打交道,关心人,帮助人应是高校心理健教师的主要职业人格特征。心理健康教师对于自己的助人职业要有信心、有能力、有担当,坚信自己能够在帮助学生心理健康成长方面有所成就。尽管教科研精力有限,但其仍要凭借强大的心理能量,坚定职业信念,实现自己的职业理想,获得自己的职业价值。

心理健康教师从心理上引导学生费时费力,且通过心理健康课程和心理健康教育活动提高学生心理素质,短期成果往往不太明显,故其开展教育教学、心理咨询的主要回报是获得助人价值感。基于此,心理健康教师如果只是为了满足一时的对学生心理的好奇心,或者一时冲动“拯救学生的心灵”,或者仅仅把心理健康教师作为谋生手段,那就失去了教师职业素质的灵魂,即使拥有渊博的理论学识和娴熟的专业技能,对于学生的心理健康教育也是事倍功半,甚至可能误导、损害学生的心理健康。概言之,职业理想、职业价值、职业信念是高校心理健康教师职业素质的灵魂。

六、结语

高校心理健康教师职业素质包括基础内容、核心内容和职业灵魂三个方面。职业素质结构相当于一个三角形,底层基础是专博结合、专业技术、专业能力和科研能力,这是外显的可量化测评的职业素质元素,故在选拔心理健康教师时可通过卷面考核形式予以确定;中间职业人格特征是核心素质,这是职业素质水平高低的决定因素,也是职业素质内隐的非智力因素,难以量化处理,只能在教学和咨询实践中进行观察和考察评价,且需要一定时间的实训过程才能考评职业素质水平;职业理想、职业价值、职业信念处于三角形的顶端,是心理健康教师职业的原动力,也是其职业素质提升的永动力。

参考文献:

- [1] 中共教育部党组关于印发《高等学校学生心理健康教育指导纲要》的通知[EB/OL].(2018-07-06)[2022-04-20].http://www.moe.gov.cn/srcsite/A12/moe_1407/s3020/201807/t20180713_342992.html.
- [2] 龙家勇.体育教师职业素质结构体系构建研究:以重庆中小学教师为例[D].重庆:西南大学,2011.
- [3] 张莉,甘标.大学生心理健康教育教师队伍专业化建设状况调查研究[J].中国职业技术教育,2018(2):14-17,28.
- [4] 周婷.高校心理健康教师职业发展困境及对策[J].课程教育研究,2015(23):37.
- [5] 刘衍玲,罗小漫.大学生心理健康教师胜任特征[J].四川文理学院学报,2012,22(2):86-90.
- [6] 刘晶.心理健康教育教师胜任特征模型研究[D].重庆:重庆师范大学,2008.
- [7] 周向华,孙淑华.职业院校心理健康教育教师素养构成与发展策略[J].职教论坛,2012(19):59-61.
- [8] 赵志良,陈耘.云南省高职院校心理健康教师专业发展影响因素研究[J].现代职业教育,2020(36):35-37.
- [9] 李金奇.对教师职业属性和教师素质结构的再认识:基于教师专业化的视角[J].高等教育研究,2012,33(3):48-53.
- [10] 刘霖霖.浅谈中高职院校心理健康教育教师专业素养提升[J].天津职业院校联合学报,2019,21(1):45-48.
- [11] 苗旦民,罗正学,王京生.初级军官胜任特征心理品质评价模型建立[J].第四军医大学学报,2004(8):755-758.
- [12] 李霞.中美心理健康教育教师培养的比较研究[D].曲阜:曲阜师范大学,2011.