

学校社会工作的理念和方法在大学生心理健康教育中的运用

邓辅玉

(重庆工商大学 管理学院, 重庆 400067)

摘要: 随着社会的变革、人们思想观念的变化,大学生心理健康越来越受到教育界的关注。传统的大学生心理健康教育以学校行政体系为依托,方法单一,不易被学生接受。社会工作方法介入大学生心理健康教育,改变了传统的说教式、家长式教育模式,以“助人自助”的理念为核心,建立起平等交流的平台,大大提高了心理健康教育的工作绩效。本文以个案工作法、团体工作法为重点,进行实证研究,积极探究一条将社会工作引入大学生心理健康教育的一般方法。

关键词: 大学生;心理健康;社会工作;方法探析

中图分类号: G647

文献标志码: A

文章编号: 1005-2909(2008)05-0166-03

随着我国经济的进一步发展,人民的物质生活水平不断攀升,精神生活越来越受到重视,心理健康成为各界普遍关注的话题,尤其是大学生的心理健康状况。近几年来,大学生心理健康教育取得了长足的进步。例如,各高等院校加强了对心理教育的重视程度;大多数院校都建立了专门的心理健康教育机构,并配备了专职的心理健康教师;几乎所有高校都开设了与心理健康教育相关的课程,或者开设了与心理健康保健相关的讲座;建立了在校学生的心理档案等。但是,这些工作对于预防大学生心理疾病的发生、改善大学生的心理健康水平和优化大学生的心理健康素质,并没有起到应有的效果。

1943年美国全国访问教师协会正式改组为美国学校社会工作者协会,从而在体制上进一步确定了学校社会工作的地位(学校社会工作是将社会工作的原则与方法施用于学校者,目的在于协助学校,使之建立教与学的良好环境,并使学生得以习得其适应今日与未来社会的生活能力)。目前,国外在学校中运用社会工作的理念和方法开展学生社会工作已经有了比较成熟的理论和可供借鉴的经验,此项工作在我国还处于探索阶段,但随着社会工作在中国的恢复和发展,已经有了较好的基础。因此,本着社会工作服务社会、尊重生命、尊重个体独特性的理念,高等学校应该将学校社会工作的理念和方法运用到大学生心理健康教育中,为学生提供相应的服务。

一、社会工作介入大学生心理健康教育的必要性

大学生作为一个特殊群体,有其特殊的心理特点。随着经济和社会的发展,

收稿日期:2008-08-06

作者简介:邓辅玉(1977-),女,重庆工商大学管理学院讲师,主要从事学生教育管理和心理健康教育研究。

究。(E-mail)lx2003@cib. edu. cn.
欢迎访问重庆大学期刊网 <http://qks.cqu.edu.cn>

人们的营养条件和生活条件越来越好,这在一定程度上造成了所谓“发育加速现象”,也就是青少年生理成熟的年龄普遍提早;而同时社会对人们的知识和技能的要求也越来越高,这样一来,人们的求学阶段也越来越长,从而出现了所谓“社会成熟后延现象”当代大学生最大的心理特点就是这种生理和心理发展的不平衡性。根据研究者工作经验来看,大学生所面临的心理压力主要包括适应压力、学业压力、人际关系压力、情感压力和择业就业压力等。因此,大学生心理健康教育必须适应新形势的要求,探索新途径、新方法,提高专业化的水平,以人为本,力求实效。

(一)大学生心理健康教育需提高专业化的水平

以学生工作组织为依托,要搭建一支专业化的大学生心理健康教育工作队伍。利用已有的思想工作组织搭建社会工作队伍是社会工作介入高校学生管理工作的一大组织优势。可以引入企业管理中吃“休克鱼”的理念,在原有硬件不变的前提下,注入软的理念,即社会工作方法。以学院学生工作队伍为依托,建立专门的社会工作组织,人员组成可包括学院学生工作分管领导、辅导员、班主任,专业教师、管理人员和学生干部。要对以上人员进行集中的社会工作理论学习,特别是学习个案工作和团体工作所需的基本理论知识和方法技巧。

(二)心理健康教育的途径与方法需要创新

这种创新的基本原则是要适应大学生年龄特点,立足于当代大学生所面对的带有普遍性的心理问题。从对240名大学生的问卷调查中发现,有55.56%的大学生表示自己的世界观、人生观、价值观定位比较模糊;对社会道德规范,65.33%的学生表示有些是迫于压力被动遵守,3.65%的学生不遵守社会道德规范;有52.22%的学生表示不能把人际关系处理好;有56.08%的学生对走进社会信心不足。综合起来看,当代大学生主要的心理问题表现为:情绪不稳定,人际关系敏感;缺乏毅力,感情脆弱;自控能力较差等,这些属于当代大学生心理问题的共性,但由于每位大学生成长环境、现实境遇不同,心理问题又表现出万千复杂的个性,这就要求心理健康教育工作者,在开展工作的時候,既不忽略面上的工作,同时又要针对每位大学生具体的心理特点对症下药、适时适度的选择合适的方法和途径。

(三)大学生心理健康教育需要树立“以人为本”的理念

坚持树立“以人为本”的理念是心理健康教育工作方法点与面的有机统一。从面上来看,人类社会的进步是一个从野蛮到文明的过程,进入二十一世纪以后,人类自身更加注重对个体的关注,更加注重以人为中心,整个社会的进步也包含着人类自身的全面进步。从点上来看,当代大学生自尊意识更强,个性更鲜明,更需要一种“以人为本”的工作方式去引导和调整他们的思想。坚持“以人为本”就是要坚持在工作的过程中,突出学生的主体作用,以学生为中心,一切为了学生;坚持“以人为本”就是要坚持发挥学生的主观能动作用,引导学生学会自主调整心理状态,提高自觉能力;坚持“以人为本”就是要坚持工作方式方法的革新,将社会工作方法广泛的引入到大学生心理健康教育的工作实践中,采取灵活多样,易于学生接受的方式开展工作。

二、社会工作方法介入大学生心理健康教育的实践与运用

在长期的大学生心理健康教育教学实践中,笔者通过运用社会工作方法中的个案工作法和团队工作法,成功解决了一些学生的心理问题,在实践中总结了一套行之有效的社会工作一般方法。

个案工作法的运用。个案工作是指“利用专业方法,帮助单个人或单个家庭,通过消除吞噬性焦虑、否定性焦虑和基本性焦虑以增强其介入实际生活的能力,协调其人际关系”。笔者运用个案工作法成功解决了大三年级学生王某的心理问题。大三年级学生王某,家庭经济条件比较好,但自身性格孤僻、痴迷网络游戏,对学习缺乏主动性,经常夜不归宿。本为02级学生,因不及格科目达到学校相关规定,转级至03级,一学期后不及格课程再次达到学校相关规定,再次转级至04级。针对学生王某的情况,成立了由学院学生工作管理人员、该生所在班辅导员、专业老师、所在班主要学生干部为组成人员的个案工作帮扶小组。(1)辅导员将王某和学生干部李某安排到同一个寝室。(2)李某有意识的与王某接触,建立良好的关系。王某高中时就读当地一所有名的重点高中且成绩优异,进入大学后,因一时不能适应大学的学习方式,第一学期出现两门功课不及格,王某觉得同学们都把自己当成了后进生,陷入深深的自卑,不愿跟同学交往,并尝试用网络游戏来

为自己解闷,后来发现在网络游戏中通关晋级能满足自己获得成功的愿望,于是便越陷越深,不思学业。(3)学生干部李某将了解到的上述情况向个案工作帮扶小组作了反馈,经过小组研究认为,王某是一种既自卑又想积极向上的矛盾焦虑心理,网络游戏能使他在虚拟的世界里体会成功、建立信心、获得满足,因此他宁愿麻木在虚拟的世界里,也不愿正视现实的世界。(4)个案工作帮扶小组采取循序渐进的方式,通过谈话来增强他的自信心。(5)安排他担任团小组组长,建立他的信心。在支部举行的“团情知识竞赛”中,王某所带领的团小组获得了第二名。王某的信心开始恢复,王某开始主动与同学交流。(6)关心他的学习。专业老师在课堂上抽他回答问题,只要答对了一小点,老师就对他进行鼓励。(7)经过一学期的工作,王某的精神面貌有了较大的转变,最近一次的期末考试通过了所有课程的考核。在以上这个个案工作法的运用中,我们有如下一些体会:一是弄清问题,对症下药。任何一个学生心理问题,都有诱发的原因,要首先搞清楚问题的根源是什么。同时,在调查问题的过程中,通过被帮扶学生身边的同学、朋友,更有利于得到真实的情况。二是平等交流,防止先入为主,说服式教育。大学生性格比较独立,情绪受外界环境影响较大,缺乏稳定性,特别容易产生逆反心理,在帮扶的过程中,切忌以势压人。三是及时鼓励,建立信心。每个人都有获得别人尊重的愿望,大学生更是如此,对于被帮扶学生一点一滴的进步,要及时表扬鼓励。

团体工作法的运用。团体工作方法是一种“通过此团体为个人提供服务的方法,以使在参与团体

活动的成员中促成预期的变迁”。团体工作法可以使参与到该团体中的个人学到相应的技能、塑造健康的心理、建立友谊、树立远大理想等等。在团体工作法开展过程中,可以借助以往的团队活动、德育教育课为平台,也可以创新活动形式。例如:我们利用在大一年级新生中开展的思想道德修养课,开展“认识新朋友”的团体活动。这个团体活动,可以增进学生在人际互动中的观察能力、语言表达能力、自我了解能力,并能体会到一些人际交往的沟通技巧。采取团体工作方法,团体组织者在活动中起着尤为重要的作用,不论活动的组织者是领导、老师还是学生,组织者都必须本着平等、协商、尊重的态度在活动中发挥积极的作用,要善于倾听和收集团体成员的意见,增强全体成员的“主人翁”意识。

将社会工作方法介入到大学生心理健康教育过程中是一项全新的尝试,它借鉴社会工作的基本原则和方法,帮助有心理问题的学生提高适应学习和生活的能力,克服成长中的障碍,实现个人社会化和学校教育的目标。社会工作方法在大学生心理健康教育中的广泛应用,不仅可以提高学生工作的实效,对大学生心理健康成长也具有重要的现实意义。

参考文献:

- [1] 张子中. 高校社会工作定位[J]. 河南理工大学学报(社会科学版), 2006(4): 344-348.
- [2] 杨一青. 大学生思想政治工作引入社会工作方法的思考[J]. 江汉大学学报(社会科学版), 2005(3): 89-92.
- [3] 童敏. 社会个案工作[M]. 北京: 中国社会科学出版社, 2000.
- [4] 范克新, 肖萍. 团体社会工作[M]. 北京: 社会科学文献出版社, 2001.

The Concept and Method of School Social Work in Use of the College Students' Mental Health Education

DENG Fu-yu

(School of Management and Business, Chongqing Technology and Business University, Chongqing 400067, China)

Abstract: With the changes of society and people's ideas and concepts, college student's mental health has greatly aroused the attention of the education department. Traditional college students' mental health education is based on school administrative system which is a boring method that can not be accepted easily. Social work methods are used to mental health education, which has changed the traditional preaching and paternalistic model of education. Social work methods see "Help People to Help Themselves" concept as the core, and establish a platform for equally exchange, which has greatly improved the performance of mental health education. This paper actively explores a general approach to introduce social work to students' mental health education, which largely use the method of case by case and community work, with the focus on empirical research.

Key words: college students; mental health; social work; methods of inquiry

(编辑 胡玲)