

高校心理咨询师培养策略

蒋蔚然

云南师范大学 云南昆明 650500

摘要: 本文主要探讨高校心理咨询师培养策略,通过对现状及问题的分析,结合高校咨询师培养经验提出相应培养策略,为咨询师培养提供经验借鉴。首先,介绍当下学生心理健康工作的重要性,通过对大学生心理发展特点、心理咨询师工作内容和教育发展背景的分析阐述高校心理咨询师培养的必要性。其次,对当前高校心理咨询师培养过程中出现的问题进行阐述,包括人员分配不均、缺乏实践能力培养、缺乏专业督导、高校心理咨询师认同度低等,并对这些问题进行原因分析。之后根据问题,提出高校咨询师策略培养策略,从工作机制、人才培养体系、实践教学和制度保障四个方面进行介绍,根据实际工作经验和案例提出培养思路,明确各级咨询师培养任务和方法、提供实践培养策略借鉴。最后对未来高校咨询师培养提供多种可能性思考,为高校心理咨询师的培养工作提供参考。

关键词: 高校心理咨询师; 培养策略; 专业能力; 实践经验

前言

随着高等教育的普及,大学生群体数量日益扩大,学生对于心理健康服务的需求也在增加,2023年4月教育部等十七部门印发的《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》中指出:要加强学生心理健康工作体系建设,全方位强化学生心理健康教育,健全心理问题预防和监测机制,主动干预,增强学生心理健康工作科学性、针对性和有效性,以健全健康教育、监测预警、咨询服务、干预处置“四位一体”的学生心理健康工作体系作为高校心理健康工作目标之一,由此可见,学生心理健康的重要性更加突出。作为心理健康工作体系的重要组成部分,心理咨询师是重要的人力资源保障,作为大学生心理健康的守护者,高校心理咨询师群体的发展逐渐引起重视,本文探讨高校心理咨询师群体的培养策略,希望能为高校心理咨询师的发展提供借鉴。

一、高校心理咨询师培养的必要性

社会的发展和人们生活节奏的加快,使得大学生面临的心理压力日益增加。这不仅影响到他们的学习和生活质量,还可能导致出现严重的心理健康问题,高校心理咨询师的培养能够一定程度上满足大学生心理健康方面的需求。高校是学生心理健康教育的主战场,大学生正处于人生观、价值观形成的关键时期,易受外界因素影响,产生焦虑、抑郁等心理问题。如果缺乏专业的心理咨询服务,学生的心理问题将难以得到及时有效的解决,甚至可能对其未来的发展造成不利影响。另一方面,

心理咨询师作为专业人士,具备识别和干预心理问题的能力,可以为学生提供科学、系统的心理支持。通过专业的心理咨询,帮助学生建立积极的心态,提升自我管理和应对压力的能力,从而促进其全面发展。

在新时代教育改革的背景下,高校要注重学生综合素质的发展,其中就包括心理健康教育。培养专业的心理咨询师队伍,能够为高校构建完善的心理健康教育体系提供坚实的人才支撑^[1]。随着心理健康意识的普及,社会对心理咨询师的需求日益增长。高校作为人才培养的重要基地,培养具有高素质的心理咨询师,不仅能够满足社会的需求,还能够提升高校的社会服务能力和影响力。

二、高校心理咨询师培养中存在的问题

(一) 人员分配不均

尽管许多高校已经开始重视心理咨询师的培养,但由于资源分配不均和咨询师人员缺乏的原因,部分学校虽然设立了心理中心,但其工作内容经常被额外的学生工作占据,而且人员也大部分由辅导员和心理教师组成,专职心理咨询师占少数,没有形成系统的心理咨询工作机制,无法满足高校学生日益增长的心理健康需求。

(二) 缺乏实践能力的培养

目前,高校心理咨询师的培养侧重于理论知识的传授,对于实践技能的培养较为缺乏。一方面,对于学生心理健康和心理咨询的宣传引导不到位,学生在遇到心理困扰时没有正确的求助意识,不会寻求心理咨询师的帮助,导致个案数量过少;另一方面,高校心理咨询师欠缺对于自身专业技能的培养意识,很多咨询师由于身兼

数职,难以平衡提升咨询技能和完成其它工作任务间的关系,使得实际咨询中无法有效应对学生的心理问题^[2]。

(三) 缺乏专业督导

优秀的心理咨询师需要丰富的理论知识,咨询时长的积累以及对个案的反思与交流,在这一过程中,督导的作用尤为重要,合格的督导师需要具备良好的临床经验和指导能力,帮助咨询师提升咨询能力。然而,目前高校中专业的心理咨询督导专家数量有限,督导过程不够严谨,咨询师与督导之间的交流过少,且部分督导专家在实践经验上存在不足,影响了培养质量。

(四) 高校心理咨询师认同度低

学生普遍认为心理咨询师等同于医生,或者去看心理咨询师就等于自己有病,缺乏对其专业性和科学性的认识,当感觉自己存在心理困扰时,寻求咨询师的帮助往往是从没想过的方向。这种观念也阻碍了咨询师的职业发展,使心理咨询的作用得不到发挥

针对上述问题,高校应采取有效措施,优化心理咨询师的培养策略,提升心理咨询服务的整体水平^[3]。

三、高校心理咨询师培养的策略

(一) 完善高校心理中心工作机制

高校心理中心是集心理健康教育、心理咨询服务、心理危机干预等多方面为一体的学生心理健康综合服务中心,咨询师的培养依托于完善的心理中心工作机制。

在工作理念方面,高校心理中心应秉承“以人为本、服务学生、助人自助”的理念,充分发挥心理学学科优势,立足教育服务、师资培训、社会服务三个方面,形成教育教学、实践活动、咨询服务、预防干预、平台保障“五位一体”的心理健康教育工作格局,以心理健康课程、活动、筛查、心理知识宣传、朋辈团体心理辅导为载体,建立以“学校—学院—班级—宿舍—个人”为主体的五级预警防控体系。

在工作机制方面,建立党政领导责任制,部门分工负责、全员协同参与的责任体系。坚持大学生心理的发展性和预防性两条线并行,关注心理问题与解决实际困难相结合,发展性方面以心理健康教育宣传活动、心理健康教育课程建设、心理健康教育教师素质提升为主要路径,预防性方面以心理健康筛查、心理危机预警两条路径来实现。

(二) 建立多级人才培养体系

在咨询师的培养过程中,建立多级培养模式,构建实践教学平台是提升咨询师专业能力和提供人才资源保障的重要措施。高校心理咨询师队伍组成人员一般包括心理健康专职教师、学院专业辅导员及兼职学生队伍,

分级培养模式有助于解决不同专业能力人员当前面临的主要问题,设立不同阶段的咨询能力目标,根据咨询能力和咨询培养目标可以将咨询师队伍划分为三个级别:

三级队伍人员一般由兼职心理咨询师和兼职实习研究生组成,大部分为心理学专业的本科生和研究生。以某高校心理健康教育咨询中心为例,每年都会招聘心理协助员、心理委员和心晴志愿者,为心理学专业本科生提供实践机会,参与班级心理晴雨表反馈,协助开展心理健康服务活动,参与咨询技能培训等,使其在本科阶段获得初步的心理健康和咨询工作经验。针对硕士生,第一年提供三助一辅岗位,参与心理健康工作组织策划、咨询个案接待整理咨询记录等基础性工作,从而熟悉心理中心工作机制,培养心理咨询师所需具备的基础职业素养;第二年开始,组织兼职咨询员考核,通过面试和笔试筛选,分配对应督导教师并安排经评估后心理问题影响较轻的个案进行咨询,每次咨询后向督导教师进行反馈,建立咨询实践经验。针对博士生,选择有一定时长积累的人员作为兼职咨询师,负责普通个案的接待并定期向督导师进行汇报。

二级队伍人员一般由学院专业辅导员组成,一般每个学院需配备一名专职辅导员负责心理健康教育工作,要求具有心理学、教育学、思想政治教育、医学、社会工作等相关学科背景。由于工作关系,他们会面对数量更为庞大的学生群体,对学生心理问题的了解会更多,能够帮助学生树立正确的求助意识,在辅导员与学生的谈心谈话过程中,咨询技术的培养必不可少,因此这一类人员必须定期参与咨询时间技能培训,与心理健康专职教师密切联系,从辅导员角度为大学生心理问题提供多样化帮扶解决方案,扩大咨询的影响。

一级队伍人员一般由心理健康专职教师、校内外督导专家等经验较为丰富的专业咨询师组成。这类人员不仅直接参与高校心理咨询工作的管理,还承担培养咨询师,为下级咨询师提供督导和帮扶的责任,相比兼职咨询师经验更为丰富,咨询技术已向体系化、综合化发展,高校要促进这些专业咨询师之间的交流合作,并鼓励其参加咨询实践交流会议、学术研讨会议等,进一步拓展咨询能力,为咨询师培养带来专业保障。

(三) 强化实践教学交流

理论与实践结合是培养咨询师的重要原则,在高校心理咨询师的培养过程中,建立实践教学平台是提升咨询师实际操作能力和应用水平的关键环节。这一策略不仅有助于将理论知识与实践相结合,还能增强咨询职业技能^[4]。

实践教学平台的构建需要多方面的努力和支持。高校应与专业机构、医院及社区服务中心等建立合作关系，共同开发实习基地，提供真实的咨询环境，而且也能为心理问题严重的学生建立便捷的转介渠道。

其次，高校应加强与心理咨询专家、督导以及校外咨询师团队的交流与合作，定期邀请经验丰富的心理咨询师来校进行案例分析、技巧讲座和工作坊活动，使初级咨询师们能够从中学习到前沿的心理咨询技术和方法。这样的活动不仅能够激发咨询师的学习兴趣，还能够帮助他们更好地理解心理咨询的复杂性和挑战性。以某高校为例，在咨询师的培养过程中经常会举办咨询技能大赛、朋辈心理督导活动以及专业咨询师讲座，要求所有咨询师参与，这些活动一方面拓展了咨询师对于咨询技巧的交流，另一方面也促进了咨询师行业的发展。

此外，高校还应加强对各级咨询师进行心理健康教育 and 心理危机干预训练，使他们具备处理突发心理事件的能力。通过模拟训练和案例分析，学习如何在紧急情况下进行有效的心理援助，保护学生的生命安全和心理健康^[5]。

（四）健全咨询师保障制度

1、组织保障

设立心理健康教育工作领导小组，把心理咨询师培育工作列入学校发展规划和人才培养方案中，建立各部门统筹协调推进机制，把心理健康教育、心理咨询理念融入到教学、管理、服务中，构建心理育人的系统观。

2、制度保障

建立健全《工作例会制度》、《咨询室管理制度》、《心理咨询反馈制度》等日常工作制度，《心理危机预防与干预实施办法》、《心理咨询师工作守则》等专业工作制度。

3、联动保障

高校心理中心联合心理学专家、医院、公安、司法行政等资源力量，成立危机干预专家小组。完善学校—医院—家庭合作机制，畅通从学校心理健康教育咨询中心到校医院、校外精神卫生专业机构的心理危机转介绿色通道，关心并及时转介疑似患有严重心理或精神疾病的学生到专业机构接受诊断和治疗。

4、经费保障

每年将心理健康教育 and 心理咨询工作列入学校预算，纳入学校财务管理，按照一定的经费标准划拨用于专项咨询经费，专款专用，确保咨询师培养有稳定的资金来源。

四、思考与展望

高校心理咨询师的培养具有重要的社会意义和教育

价值，不仅有助于满足大学生心理健康服务的需求，还能促进咨询师个人成长和发展。

在未来的高校心理咨询师培养过程中，面对日益增长的心理健康需求和复杂多变的学生心理状况，必须不断创新和完善培养策略。随着科技进步和社会发展，新的教育理念和技术手段将为心理咨询师的培养带来更多可能性^[6]。

一方面，信息技术的应用将成为培养心理咨询师的重要工具。通过虚拟现实（VR）、人工智能（AI）等技术模拟真实情境，可以提供更加丰富和真实的心理咨询训练体验，帮助初级咨询师在安全的环境中掌握心理咨询技巧。同时，网络平台的建设将促进心理咨询师培养资源的共享，使得更多地区和学校的学生都能接受到优质的心理咨询师教育。

另一方面，跨学科合作的深化将是心理咨询师培养的一个重要趋势。心理健康问题往往涉及到多个领域，如医学、教育、社会学等，因此，心理咨询师的培养也需要跨学科的知识 and 技能。通过与其他学科的紧密合作，不仅可以拓宽心理咨询师的视野，还能促进不同专业间的交流与合作，提升心理咨询服务的整体效果^[7]。

随着心理咨询技术的不断完善和社会的变化，心理咨询领域将不断涌现出新的理论和实践方法，作为守护学生心理健康的专业人员，高校心理咨询师需要顺应时代发展，不断丰富自身实践，才能为新时代学生心理健康工作提供坚实的人才保障。

参考文献

- [1]唐祥云.高校管理类专业人才培养如何适应时代需求[J].经济师,2021,(9):182-183.
- [2]农圣,陆增辉,李雪斌,邓砚.新时代高等医学院校管理类高质量本科专业建设的改革策略[J].中国卫生事业管理,2022,(5):376-378.
- [3]王锐,姜庆丹,马月丹,孙婷.以就业为导向的应用型管理人才培养模式研究[J].科学咨询(教育科研),2022,(10):51-53.
- [4]睢忠林.应用型高校一流管理专业人才培养模式建设研究[J].中国管理信息化,2019,(24):216-217.
- [5]冀鸿,梁金忠.管理类高校教师教学能力发展策略研究[J].现代商贸工业,2019,(18):84-86.
- [6]雷文珺.高职管理类专业创业引导 缓解社会就业压力[J].区域治理,2019,(35):176-178.
- [7]陈海玉,郭学静.大数据时代管理类专业应用型人才培养模式研究[J].互联网周刊,2022,(21):83-85.