

基于心理团体辅导技术的“复合型”团日教育新模式探究

刘建权

广东轻工职业技术学院

摘要: 中国共青团是中国青年运动的先锋队,是党的忠实助手和可靠后备军!李大钊说过:“青年者,国家之魂。”过去、现在、将来青年工作都是党的工作中一项战略性工作。各级党委(党组)要倾注极大热忱研究青年成长规律和时代特点,拿出极大精力抓青年工作,做青年朋友的知心人、青年工作的热心人、青年群众的引路人。在新的征程上,如何更好把青年团结起来、组织起来、动员起来,为实现第二个百年奋斗目标、实现中华民族伟大复兴的中国梦而奋斗,是新时代中国青年运动和青年工作必须回答的重大课题。其中,高校共青团“团日活动”正是把青年团结起来,培养青年自信自强、刚健有为、自觉担当优良品质的最好载体,同时,基于心理团体辅导技术的“心”团日,让“团日”更契合青年成长规律,以青年喜闻乐见的方式开展,让“团日”紧抓青年兴趣,与日俱进,团结带领广大团员青年勇做新时代的弄潮儿。

关键词: 团日活动;心理团体辅导;“心”团日;青年

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2023.02.181

主题团日活动是促进共青团工作有效展开的重点平台,针对团日活动的开展现状离不开正确认识和分析,其正确分析及认识有助于高校团日活动的深入开展。如今,高校团日活动问题层出不穷,其中心理团辅也存在一定的局限性。

一、传统团日活动的局限性

(一) 存在形式主义

共青团作为党联系青年的群众组织,以团结凝聚青年为工作导向,基于此认知的情形下,共青团团日活动浮出水面,并逐步传承进入到学校共青团员的视野,其初期活动效果愈发显著,逐步出台相应的规章制度去完善发展团日活动。经时间的发酵,由于部分基层团组织思想认识不到位,功利性心理愈发严重,针对学校开展的主题团日活动出现为了完成而完成的任务性形式,导致原本学生喜闻乐见的团日活动倾向于形式化,甚至有部分班级在开展团日活动过程中,单纯“走流程”——“拍照留底”——“上报材料”的形式完成团日活动,完全偏离了活动的初衷,失去了最原本的团日意义。

(二) 活动内容脱离青年心理发展规律,循传统,缺新意

当前高校青年属于典型的“00”后团体,个性化特征明显,心理发展尚未完成成熟,喜欢标新立异,具有较强的个人意识,集体观念薄弱。同时,当代青年的学习生活压力较大,受社会的影响,难免产生一定的功利性思维,传统的团日活动无论在内容、形式和青年大学生的可受益性上都无法吸引满足到青年大学生们,更谈不上借团日活动为载体提高大学生综合素养,增强集体

意识。部分主题团日活动内容千篇一律,形式单调,理论精神无法落地,自然受教育效果甚微。因此,调动学生兴趣也成为活动的难点,即使是参与了活动,也离预期效果有一定的距离。遵循如此,不仅与达不到学生全面发展目标,更会增加学生对于团日活动的排斥感。

(三) 重娱乐,轻教育

高校举办团日活动在于帮助青年大学生提高自身的综合素养,促进学生德智体美劳全面发展,然而部分高校班级团支部在活动的组织策办时,为了班级团日出勤率,单方面迎合当前青年大学生的娱乐化需求,过分强调寓教于乐,忽视团日活动的思想性,忽视团日深层次教育意义,逐渐丧失了主题团日活动的本质。

(四) 团日参与度低,活动组织缺乏有效指导,实效甚微

这也正是团日的重点问题之一,团干部费尽心思组织较有意义的偏教育性的团日活动则遭到团员冷眼拒绝,挖空心思组织符合青年娱乐需求的团日活动,则没有给青年团员带来收益,甚至让青年大学生产生浪费个人时间的无意义感,抵触接下来的团日活动。同时,存在一部分活动策划者针对团日活动认识及经验不足,他们要建立起团日活动新图式,需要一个接受新知、认识事物且循序渐进不断总结的过程。据了解,部分团支部依据规定定期开展团日,而班集体的团队领导者班主任或者辅导员参与度较低,且对于活动策划欠缺指导。如此,团日的重要性也就深入不到学生的认识当中,离达到团日的预期教育效果将会越来越远。换个角度思考,这种情况也相当于耗费学生时间和精力。

二、心理团体辅导局限性

(一) 受众群体较小

如今在许多地方,心理学基本知识还未普及覆盖,部分群体针对“心理”方面题材具有一定的敏感性及回避性,对于心理团辅缺乏科学性认识,有意的避开这方面的活动,使得其参与者难免会产生参与心理活动对羞耻感,导致团辅受众群体少。

(二) 难以把握团辅对象特征,方案设计困难

在如今社会中,心理团辅所面对的对象具备多样性,导致在群体内成员个性化特征明显的时候,其团辅方案设计较为困难,同时,当团辅成员的群体特征相似性较大,有利于相互沟通、相互认同,但却不利于互补创新;反之,成员之间的特征相异性太大,则利于思维的碰撞,相互间更能够创新互补,但是却容易产生代购与隔阂,难以形成凝聚力。

(三) 心理团辅过程中,针对个人的关照程度不足

在团辅中,对每个成员做到一定程度的关注是主持者需要尽量做到的事情,但是团体辅导一般成员群多,势必会减少某一成员的交流,无法满足特殊成员的相应需求。至此,并非每个团体都一样有效;同样的团体,也不可能依据每个成员的需求而产生不同的效果。

三、精准把握心理团辅与团日活动联系性

(一) 心理团体辅导的概念

心理学团体辅导是指在团体情境中,运用积极心理治疗的理念和心理辅导技术,借助团体的力量,为个体提供心理援助与心理指导的一种心理辅导的形式。它是通过团体内成员在特色主题活动中积极参与,促使个体认识自我,从而调整和改善与他人的关系,养成个体新的态度与行为方式。

(二) 心理团体辅导与团日活动的联系

青年共青团团日活动是开展大学生思想政治教育的主要载体之一。思政教育工作者与大学生是高校团日活动的主要参与人员,旨在以青年大学生喜闻乐见的方式,让学生在老师的引导教育下,在互动教学中提升自己的思想觉悟水平。心理团辅是以集体形式开展,通过主题引导参与者在集体互动过程中,增加对自我的认识,最终促使个体身心健康发展。心理团体辅导更是要有效对个体行为和思想进行干预的一种方式,即要提高高校青年大学生的思想水平,皆可采取有效的心理学干预方式。团日活动的思政教育理念与心理团体辅导的出发点是不谋而合的,两者的最终目标都是提升大学生思想水平的提高,促使学生健康全面发展。

四、融入心团辅,创新“心”团日

(一) “心”团日概念

“心”团日是指运用心理治疗理念和心理辅导技术,发挥团体的力量,针对团体身心发展规律,以团体喜闻乐见的方式而制定的团日活动。

(二) 创新复合型教育新形式

“心”团日优势:

1. 遵循团队身心发展规律,深层次激发青年内部参与与动机。当代青年大学生多为“00”后团体,针对00后的心理发展状态,需要制定符合其年龄特征的“心”团日,同时需要结合其所处年级设计团日活动方案,抓住团队青年兴趣点,以青年大学生喜闻乐见的方式开展,同时不缺乏每个活动背后的教育意义,通过群体朋辈力量,让青年大学生感受到活动符合自身发展深层次需求,通过吸引力法青年大学生投身于团日活动中。

2. 1加1大于2。“心”团日融合了心理学及思想政治教育两门学科内容,以高校思政教育活动的主要阵地之一“团日活动”为载体,融合心理学技术,搭建思政教育地基,将思政教育落到实处。即重团日活动的思想性,又不缺活动的娱乐性,即符合思想政治教育主旨,提高高校青年大学生的思想水平、政治觉悟和道德水平,又能够帮助参与者在集体活动的过程中,加深对自我的认识,增强集体意识,使个体实现自我价值。让团日活动即重视娱乐,更重视教育,随之而然的团日活动参与度也将直线上升。参与人员同时受心理学和思想政治教育的熏陶,其无论是团干部策划者及参与人员,都将在自我效能感方面有质一般的提升,增强自信心促使团日活动愈发走向高质量层次,从而传统团日中的“形式主义”、“走流程”等也将消失在大众视野。

3. 以团日活动为载体,推广心理团辅落地。针对心理团辅存在一些局限性,心理团辅的受众群体较小,部分群体针对“心理”方面题材具有一定的敏感性,导致心理团辅技术难以落到落地,而团日活动的思政教育理念与心理团体辅导技术的基本理念是不谋而合的,“心”团日正是基于此理念,通过团日活动这一载体,将心理团辅技术落到实处。

4. “心”团日主要面对的对象为大学生班级基层团支部,班级团支部内部存在个体差异性较小,避免因成员间差异性太大导致群体特征难以把握,从而致使活动方案设计困难,同时,针对个人的关照程度不足的局限性方面,由于在班级内部开展团日,其班级成员间的关系较为和睦,能够使参与成员之间相互关照,弥补主持者关照不足的局面,把教育落到每位参与者身上。

综上,“心”团日形式的出现,蕴含了两门学科的

教育理念，既弥补了传统团日活动的局限性，也完善运用并推广了心理团辅技术，促使青年大学生在“复合型”的教育方式中成长成才，全面发展。

五、执行“心”团日前的注意事项

(一) 认识到青年大学生群体存在多样性，因材施教

高校大学生来自五湖四海，其气质与性格各有千秋，存在多样性，致使不同的学生对外部世界信息的接受认知处理方式会存在差异，导致“心”团日的教育效果在不同人身上产生不一样的效应，这意味着在“心”团日的开展过程中，需要主持者预先掌握好群体的共性特征，因材施教，有的放矢地开展活动。

(二) 严格把控“心”团日主持者专业素养

“心”团日作为基于心理学团体咨询技术的一种新形式，对于主持者是具有一定的专业要求。主持者贯穿活动每一个阶段，其专业素养为活动顺利进行提供了强有力的后盾。“心”团日是集心理学和思想政治教育学两门学科的活动形式，因此其主持人需具备心理学团辅技术，同时还需要有较为扎实的思政教育知识，对于其活动的场面把控能力也提出了一定的挑战。因此，在“心”团日开展之前，需要有针对性的对主持人进行相关技能知识的培训，提高其思想教育水平，同时还要掌握参与对象的思想动态，学习相关的心理理论知识与技术，增加主持者的锻炼机会，致使能够把控团日过程的同时，熟练运用心理团辅技术，从而达到预期教育效果。

(三) 熟悉“心”团日方案设定的内容相关性，前后紧密

在开展“心”团日之前，策划者需要针对大学生的群体特征做好相关调查、确保活动的针对性。同时，在活动方案设计方面，首先，要在不暴露活动目的的前提下，做好指导语术的结合运用。其次，活动不仅要有思政教育的严谨针对性，也要具备心理团辅的契合身心发展规律性及趣味多样性，采用青年大学生喜闻乐见的方式，从而增加学生对活动的投入度，让教育目的在潜移默化达到理想效果，

六、总结

(一) 心理学规律赋能思想引领，科学破除思政教育壁垒

“复合型”的教育方式，才能杜绝“消化不良”。首先，“心”团日新型活动形式，其充分运用心理学团体辅导技术，抓住青年大学生群体特征，遵循青年身心发展规律，同时将技术、特征及规律紧紧融入高校班级

团日活动中去，使得团日活动的思想政治引领具有针对性，有的放矢，达到因材施教。其次，团日活动背后所涵盖的思想政治引领，其实不是某学科、某领域、某纬度单向的一个内容，它其实是要依附在很多方面或多个载体，在这种情况下，将多学科的专业知识引入到这样一个思想政治教育引领当中，能够更好的拓宽这样一个效果，让我们既能够在开展思想政治教育的过程中有思想上的引领，又能够有行动上的一些落地，技术技巧上的一些扶持，同时也可以破除单纯的一个思想政治引领手段的一些局限性和壁垒。最后，单独将某学科教育理念融入团日活动载体，则更容易出现参与者“饮食不均匀”的情况，部分高维度理论难以落地，从而达到瓶颈无法融入自身认知体系，收获甚少，效果甚微。

(二) 要相信每一位学生都能创造惊喜

教育工作者是伟大的，身为教师，要运用好“罗森塔尔效应”，相信学生，关爱学生，在思想政治教育方面，充分结合自身专业特长，传道解惑，努力做学生健康成长的知心朋友和成长成才的人生导师，同时借助共青团力量，从政治上着眼、从思想上入手、从青年特点出发，以团日活动为主要载体，引导学生早立志、立大志，争当有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好青年，同时要帮助他们，从内心深处厚植对党的信赖、对中国特色社会主义的信心，立足党的事业后继有人这一根本大计，牢牢把握培养社会主义建设者和接班人这个根本任务，引导广大青年在思想洗礼、在实践锻造中不断增强做中国人的志气、骨气、底气，让革命薪火代代相传！

参考文献

- [1] 吕元凤. 心理团体辅导在高职院校中提升班级凝聚力的探索[J]. 职业, 2019(19): 58-59.
- [2] 邱天添, 朱以财, 徐怡涵, 肖雅娴. 高校主题团日活动开展现状调查及模式创新——以泰州学院为例[J]. 和田师范专科学校学报, 2022, 41(03): 49-55.
- [3] 汤丽萍, 严柏炎. 主题团日活动是大学生思想政治教育的有效载体[J]. 党史文苑, 2010(12): 63-65.
- [4] 孙时进, 高艳. 团体心理辅导: 理论与应用的多维度思考[J]. 思想·理论·教育, 2006(05): 60-62.
- [5] 严杰. 高校主题团日活动创新措施研究[J]. 教育教学论坛, 2020(33): 160-161.

作者简介:

刘建权(1996.6-), 男, 汉族, 广东广州, 助教, 硕士, 主要从事思想政治教育。