

## 教练技术在“学困生”深度辅导工作中的创新应用

母小琳

(西南石油大学机电工程学院 四川 成都 610500)

**[摘要]** 学业困难生等特殊群体的学业指导帮扶工作是“三全育人”工作中的重要组成部分。本文针对学业困难生的深度辅导工作,构建了“建立联系—引导接纳—巩固改变”的深度辅导流程,在流程中的引导接纳环节引入教练技术,为学生发现、接纳并解决问题提供了有效方法指导。通过深度辅导和教练技术的有机融合,并结合实际学生辅导案例,分析了教练技术在深度辅导工作中的应用效果,验证了教练技术对学业困难生问题解决的高效推动作用。

**[关键词]** 教练技术; “学困生”; 深度辅导; 三全育人

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.06.700

教育部在辅导员的九大职责中明确规定,学风建设和学业指导是辅导员日常工作的重点内容之一,其中针对“学困生”的引导和教育成为辅导员开展学风建设的重要工作<sup>[1]</sup>。深度辅导是构建高校“三全育人”新格局的有效方法,是辅导员开展工作的一种关键举措,能够结合学生的特征进行因材施教的精准化帮扶,找到学生思想政治工作的突破口和切入点,发挥育人主体的主导作用,整合学校、社会、家庭等多方资源帮助学生成长成才<sup>[2]</sup>。

### 一、教练技术的应用基础

教练技术最关注的是学生问题的解决方式和解决过程,而不是问题本身情况,换句话说,教练技术是指导学生去解决一些问题,而不是深挖究底学生的问题,能有效弥补对学生深度辅导后问题解决与落实。教练技术在对“学困生”的深度辅导过程中,一般分为以下几步来开展。1. 与学生建立共情,让学生对辅导员建立信任感。2. 通过深度谈心谈话或询问的方式建立与学生的合约,例如想要解决什么问题?需要达到什么效果?3. 根据合约与“学困生”共同梳理计划性问题框架,即改变目前的现状需要实现的目标,例如需要完成什么内容?你如何完成?你最终想得到怎么样的结果?4. 通过开放性的问询引导,引导学生思考目标的行动步骤,例如可以提问,你在明天开始怎么改变?接下来的一周内做到什么效果?一个月内实现什么目标?怎样保证目标顺利实现?通过谈话的形式引导学生建立合理的行动规划。5. 持续关注学生的目标实现过程,留意学生所建立的行动计划实现效果,在适当时候给予鼓励和支持,提升学生的自我实现意识,保持自我改变的动力。

### 二、案例基本情况介绍

学生甲,男,大三年级。因自制力较差且进入大学后缺失目标,导致对大学的学习环境和学习方式不适应,入校第二年因学分修读未达标降级,第三年因专业核心课通过量未达标再次降级至大三年级,连降两级已经形成恶性循环。第二次降级后,与该生进行充分沟通可以分析得,该生学业困难主要表现为以下几个原因。第一,该生系偏远农村家庭,中学时期以高考为主要目标,在进入大学阶段目标和方向感缺失,未能及时进行职业规划和目标建立。第二,该生在入学前对所学专业

了解不深,对专业的发展方向和前景认识模糊,以至于对专业课的设置和内容处于一种茫然状态,一直处于被动学习之中。第三,该生在第二年遭遇第一次降级,未通过课程如滚雪球一般堆积,该生未能及时调整状态,适应新阶段自主性学习的节奏,导致在第三年继续被降级。第四,没有较强的心理素质,在大学入学之初出现状态异常时未能及时向老师、同学寻求解决方法,失去了中学时期的优势现状,以至于后期未能及时调整好心态应对降级学习的局面。

### 三、深度辅导工作法实施

通过对案例中学生甲的实际情况分析,针对该生的深度辅导工作,可以学习和借鉴普遍用于心理咨询领域的“萨提亚模式”理论,构建“建立联系—引导接纳—巩固改变”的“学困生”深度辅导法,其中在引导接纳环节融入教练技术,通过角色示范、精准管理等方式为该生提供支持。工作法具体实施步骤如下:

#### 阶段一:与该生建立信任联系

针对该生的深度辅导工作,首先需要与该生建立稳固的信任联系,在这个过程中通常使用谈心谈话的方法开展,比较细致的聊起与该生相关的信息和感兴趣话题,快速吸引学生注意力。若想取得较好的深度辅导效果,需要提前从该生上任辅导员、家长、同学朋友处尽可能详细了解该生的家庭情况、成长经历、个人爱好、学业发展实际情况、人际交往等内容,为开展的深度辅导工作提供材料支撑和营造轻松愉悦的氛围。

经过了解,案例学生甲出生在农村家庭,父母以务农为业,文化程度不高,平常对该生的学业状况比较关心,但是不了解具体情况。学生甲有一个同年入学的女友,目前正在正常修读大四年级正在准备研究生入学考试。整个交流以一个愉快的话题展开,如他与女友的学习与生活片段等。通过谈心谈话环节让该生明白辅导员已经感受到他所在的“痛苦”环境和“恶劣”状态,让对方感到辅导员的关心和理解,有勇气有能力去面对现状。在交流中,辅导员需要表现出对该生目前所处现状清晰掌握,在谈话中让该生认识到目前所处现状的严重性,逐步引导并肯定该生的其他优点,例如可以提到“你上任辅导员跟我说,你刚进大学的时候还是很努力的,是一个很善

良的小伙子，乐于帮助班级同学，能够坚持这一点还是很不容易的”。

#### 阶段二：教练技术引导自我接纳

在心理辅导领域，教练技术被广泛运用并取得比较好的效果。在实际应用过程中，这种新兴行为改变应用模式能够有效弥补高校辅导员时间紧张、专业化程度不足和深度辅导后续关注度不足的问题。这个阶段是帮助学生开展自我探索从而发现问题，引导学生接受问题并建立对自己现状的接纳，从积极正面的角度来看待过去、现在和将来，寻求正面积极的改变。

在交流中，对学生甲进行问题探索引导时发现，该生在思想上认为：大学以前辛苦了十几年了，大学就应该放肆的玩儿，部分课程就是“水课”，在大学学习中可有可无；在行动上，大一大二对不感兴趣或认为是“水课”的课程经常发生旷课、不交作业，甚至发生旷考的行为，在经历第一次降级后自暴自弃；在个人发展上，该生在初期对课程不感兴趣、对大学生活没有规划、降级后对自信心打击巨大、未来发展前景迷惘、存在一定的焦虑情绪。

在交流后，首先通过分析本专业以往降级生重新改过自新顺利毕业的案例，使该生树立信心。其次，将其女友考研的现状，分析未来5年后的两种感情发展路线，促使该生建立“我要继续和女友在一起，我要顺利毕业”的目标。最后，针对其学业修读现状，分析在剩余的两年大学生活的课程学习规划，指导该生每学期应该学哪些课程才能顺利完成学业，同时应该以规律、主动、积极的学习状态来应对接下来的高压大学课程学习。

#### 阶段三：促使并巩固改变成果

在深度的交流后，辅导员需要根据学生学业修读情况，实事求是、科学的引导学生制定学业课程修读计划，挑战自己常规的生活和行为方式，做出新的选择和改变。对“学困生”深度辅导，在于引导学生发现问题、接受问题并解决问题，在解决问题环节重点在于使用教练技术引导学生学会具体可操作性的行为，例如：开始规划剩余大学学习时间、开始设计具体学习目标、调整作息时间、转换学习场所、有目的地与学习伙伴靠拢等。

通常来说，此类学生在出现轻度和中度学业危机时，内心往往会后悔、自责、内疚等情绪，也会尝试进行改变学习状态，但是效果不佳甚至逐渐恶化到重度学业危机。改变的效果并不是一蹴而就的，需要一个长时间的反复、督促、引导，逐步重拾自信，步入学习正轨。学生甲在经过教练技术的深度辅导后，第一学期尝试沉浸式课程学习取得较好效果，在大三下学期选择修读近50学分的课程并顺利通过，最终实现跳级到原年级毕业，深度辅导的效果得到明显巩固。

#### 四、教练技术的深度辅导成效分析

教练技术在针对“学困生”的深度辅导过程中，能够对学生进行有效引导，为辅导员对学生深度辅导时的时间与精力不足提供有效的解决方案，教练技术的深度辅导成效主要分为以下几个方面：

1. 主体性。辅导员利用教练技术结合深度辅导工作法，用提问题的方式替换僵化教导式，以学生为中心，将学生设为绝对主体，辅导员辅助学生自行解决问题，避免传统说教式教育，实现深度辅导工作目的。

2. 实操性。通过与学生的深度沟通交流，精准锁定学生面临的问题，细化学生短期、中期、长期的改变目标，辅导员不需要专家型的咨询工作，但是需要以提问引导的形式让学生自己解决问题，为学生提供方法指引和实践指导。

3. 结果导向。在常规的深度辅导工作中，很容易做到以生为本，在实操过程中，学生的反馈很容易发散，造成目标偏航，教练技术的深度辅导工作法能够让辅导员和学生从一开始就锁定交流结果，能够充分调动师生的能动性。

4. 高效性。学生在梳理自身遇到的问题，往往梳理的结果杂而多，在制定目标的时候会受到很大影响，而且在解决问题的时候对时间的高效利用也是对辅导成效的有效鉴别方法，教练技术在短时间内提供解决方案以保证后续辅导时间。

#### 五、总结和反思

将教练技术与心理辅导相结合，构建“建立联系—引导接纳—巩固改变”的深度辅导模式。以学生为主体，充分尊重学生意愿，结合学业困难生的学业修读现状，引导学生自己做出选择，设计改变自己的短期、中期、长期目标。在学生进行目标实现过程中，注重观察学生进行自我改变的直接“感受”，通过辅导员的信任力和教练技术方法优势，逐步改变学业困难生的困难现状。通过本文案例学生甲的后续反馈来看，对学生甲的深度辅导工作取得明显成效，还可针对经济困难生、心理困难生、情感困难生等特殊群体利用教练技术开展深度辅导，提高辅导员工作的覆盖面和实效性。

#### 参考文献

- [1] 孙晓曦, 刘立新. 高校辅导员深度辅导素质能力结构模型及其应用探析[J]. 北京教育(德育), 2020(09): 83-86.
- [2] 王运. 帮助学生消除考试紧张情绪的深度辅导实践[J]. 思想政治课研究, 2018(03): 94-98.
- [3] 李春雨. 教练技术在高校“深度辅导”中的应用分析[J]. 消费导刊, 2017, (23): 34-36.
- [4] 许霞, 彭建兵, 张丽霞. 心理咨询技术在深度辅导工作中的创新应用[J]. 教育教学论坛, 2014(10): 111-112.

#### 作者简介:

母小琳(1995-), 男, 四川阆中人, 西南石油大学机电工程学院, 助教, 主要研究方向: 大学生思想政治教育。