

浅谈中小学学生心理咨询

作者：深圳市布吉中学 黄晓霖

【摘要】中小学生学习心理健康问题是当前社会较为关注的一个问题，本文分别从加强学校心理咨询的迫切性、如何看待心理咨询在学校工作中的重要地位，以及当前中小学心理咨询的困惑三个方面进行阐述。

【关键词】中小学；学生；心理咨询

前几年，关于一些中小学生学习轻生的报道可以说是屡见不鲜，人们在惊叹当前学生心理脆弱的同时，也对学校心理健康教育开展的成效提出更高的要求。中小学生的心理问题引起了全社会的关注，在学校大力开展心理健康教育的同时，让心理咨询走进校园的呼声也是越来越高。

一、加强学校心理咨询的迫切性

1、社会转型带来的价值碰撞和混乱，使心理问题增加。我们生活在一个剧烈变化的时代，随着改革开放和市场经济的发展，我国加入WTO，整个社会在政治、经济、文化等领域发生了深刻变化。尽管人们的物质生活水平迅速提高，自由度在不断加大，但以前起作用的某些价值观现在不适用了，各种新的、老的价值观因无法整合而造成的价值观混乱，使部分人们无法适从，而感到内心空虚和孤独。学生生活在这个社会中，尤其是中小学生学习，正处在心理发育的转型期，与社会发展中的转型期发生共振，他们同时处于内在生理、心理发展的困惑与外在社会群体心理矛盾冲突的焦点上。

如在一些地区，以前大行其道的“读书无用论”大有抬头之势，一些学生心理发生了微妙的变法，他们不知道学习为了什么，而学校老师为什么一定要他学习，学习给他们带来了无尽的痛苦。还有一种情况，有些学生沉迷于网络游戏，在虚拟世界中他们扮演着种各样的角色，而这些角色又有不同的思想和价值观，他们分不清现实与虚拟，甚至出现了人格分裂，在虚拟世界中他们可能是呼风唤雨的侠客，他们能够协调与各种角色的关系，但现实中他们沉默寡言，不愿跟人交流。

2、学校教育的片面发展，加剧了学生的心理问题

为了适应国内现代化发展需要和国际竞争的需要，我国进行了教育改革，大力推行以培养学生全面素质为目的的素质教育。但仍然有部分学校，在应试教育功利性的推动下，很少有人将培养学生的全面素质作为自己的培养目标。学生创造性的发挥、良好性格的训练、健全人格的发展等未能得到应有的重视。片面的应试教育视学生如机器，不重视学生的需要的满足，和其内在价值的选择，压制了学生主动学习的积极性和自我选择的自由，从而使教育成了一种不重视人的全面发展的机械训练过程，严重阻碍了学生人格的健全发展。学生出现的心理问题许多都是畸型教育的必然结果。而有些教师未能及时调整自己的角色，他们习惯于传统的那种居高临下教导人，不能够以平等、尊重的态度，耐心地去倾听学生的心声。还有的教师由于缺乏专业素养，即使发现一些问题，也帮不了学生，只把这些问题当成思想品德问题或简单地认为是小孩子想得太多，从而失去了对学生心理问题进行有效干预的机会。



3、家庭教育失误使学生心理问题更加严重

家庭对学生心理健康的影响可能比我们想象的要大。许多家长对心理健康几乎一无所知，有些家长其自身的心理甚至是病态。我们在教育实践中发现，许多问题学生的背后都有一个问题家长，许多家长简单地把教育孩子的责任推给学校，他们不愿意花时间陪孩子，或者只是简单粗暴地对待孩子，不能给孩子安全、归属、爱和尊重需要的满足。孩子学习上出了问题往往不是智商的原因，而是心理上、人格上出了问题，许多家长说孩子非常聪明，可就是不愿学习，虽然家长想尽千方百计，为孩子创造了非常优越的条件，可就是激发不出孩子的学习动机。其实家长根本就没有搞清楚问题出在哪里。在学校受到挫折的学生，在家里得不到安抚、鼓励和信任，得到的是父母的打骂和不理解。亲子之间在情感上不是相互鼓励、支持，而是相互指责和伤害。

二、如何看待心理咨询在学校工作中的地位

1、素质教育的目的是要培养全面素质的人才。

全面素质包括心理的健康。从个人人生的意义上讲，发展孩子的健康心理比发展孩子的认知更重要，其实这也与我们党的教育方针是一致的，育人比教书更重要。对社会、国家而言，拥有健康心理的公民也是一个健康家庭、健康民族、健康国家的基石，有些学者在分析二战中法西斯国家的侵略行为时，发现这些国家的国民存在着某些较为极端的病态心理，他们狂热地支持本国的军队对别国手无寸铁的人民进行屠杀。当然没有一个人可以说是心理完全健康，每个人多多少少都存在一些心理问题，这也正是心理健康教育 and 心理咨询存在的必要理由之一。很多学生的心理问题如果能够得到及时的咨询和辅导，完全是可以摆脱的或者至少可以减少心理问题带来的负面影响。遗憾的是有些学校并没有意识到培养学生心理健康工作是学校工作的重要方面，他们把思想品德课等同于心理健康教育课，学校也没有专门的心理咨询室，也没有专业的心理教师，即使有心理咨询室也纯粹是摆设，或者是和其他部门共用一个办公室，笔者曾经发现某学校甚至把心理咨询室设于德育办公室内，不难想象，没有几个学生敢在这样的办公室里对心理教师畅所欲言。

2、心理咨询是学校心理健康教育的重要组成部分，心理健康教育是相对独立的教育活动，是德育、智育等所不能替代的。搞好心理健康教育，对学校的各项工作有良好的推动作用。在很多学校，他们进行心理健康教育的主要形式是开展心理健康课，通过上课的形式给学生灌输一些心理保健的知识，这对部分同学有一定的作用，但是对一些存在心理问题并且自身不能调整解决的学生，集体授课的形式并不能很好地解决他的问题，所以很多学校都设立了心理咨询室，不仅仅对心理存在问题的学生给予辅导，还可以为全校师生提供一个心理放松的场所。现代人总喜欢说压力大，确实现代生活节奏快，工作忙，很多人都感觉到压力大，所以心理保健对于现代人提高生活质量非常重要，在发达国家，进行心理咨询是非常普遍的事情，他们把这当成排解压力的重要方式。学生生活在现代社会中，学业和人际交往的压力，以及教师和家长过高的期望，很多学生生活得其实比大人还累。学校的心理咨询室的建立可以为一些出现心理问题的学生提供心理方面的支持，帮助他们排解压力，解决心理问题。学校心理咨询作为学校心理健康教育的重要组成部分，对学生健康心理以及人格的健全都起到重要的作用，这也是其他工作无法替代的。

三、学生心理咨询当前的困惑

学生有话不愿对心理老师讲。在深圳，很多学校都配备了心理老师，但是一个尴尬的现实是，存在着心理困惑的学生大多并不愿意找辅导老师去解决问题。透过现象，我们发现背后折射出的原因更值得我们深思。很多学校虽然都配备了心理老师，但是这些心理老师并不都是专职的心理老师，他们往往兼任其他科目的教学，这种身份的重叠，让学生很难理解他们是否属于专业的心理辅导员。这从一定程度上使学校的心理咨询工作流于形式，让学生在真正遇到需要解决的心理问题时并不很信任心理教师。在一些学校，心理咨询归德育办公室



管理，而心理健康教育与德育两个完全不同的概念，这样做很容易把学生的一些心理问题归结于道德品质的问题。

心理老师该扮演一个怎样的角色是目前学校心理咨询应该解决的问题。在学校的心理咨询室，心理咨询师既是咨客，也是一名老师。学生并不忌讳看心理咨询，但教师这一角色却让很多学生望而却步，他们觉得有些话可以对心理咨询师讲，却不能对老师讲。而心理咨询中有一个重要的原则是保密原则，心理老师在处理学生的一些心理问题时，如果学生的班主任或者学校领导过问，是保密还是透露，也是一个必须思考的问题。心理咨询的效果取决于能否建立良好的咨访关系，而良好的咨访关系是建立在信任的基础上的。实际上，越是纯粹的咨访角色越有利于建立信任关系。因为来访者只有在没有心理负担的情况下才可以敞开心扉，所以，心理咨询行业的规定是咨询师不为自己的熟人朋友做咨询。而学校心理老师和求助学生都是双重身份，既是老师，又是咨询师；既是学生，又是来访者。他们有时很难界定自己的身份，所以学生不愿意去咨询是否有害怕老师获知自己的心事，是否担心去咨询就是去接受教育的嫌疑。

