



01

# 加强教师自身修养 提高学生辅导技巧 谈学生辅导课程的学习心得

作为一位老师，特别是班主任，在工作中难免会遇到这样那样的学生问题，如学习问题、家庭问题、友侪关系问题、行为问题、情绪问题、健康问题等等，有的通过老师的反复琢磨找到了较好的解决办法，有的则让老师寝食不安、心神不定，情绪大受影响。如何处理各种各样的学生问题，一直是老师们思考、交流最多的一个话题。今天有机会系统学习《学生辅导》这门课程，感觉受益良多，它使我懂得了做好学生辅导的真正含义，明白了教师自身修养的提高和个人成长的经历在学生辅导工作中的重要性，重新检视了过去学生辅导工作中的成功与不足的原因。辅导理论和辅导技巧的学习为我有效开展学生辅导工作提供了一盏明灯，使我更加坚定了做好学生辅导工作的信心。下面我想主要从以下三个方面谈谈我对这门课的学习心得。

## 一、对学生辅导工作的真正含义有了初步的了解

过去总认为学生辅导应该是一件不太难的事，老师凭自己的学术专长和丰富的生活阅历解决一个青少年的问题应该是足够了：学生成绩不好，分析原因，找出学生是基础差还是学习方法、学习态度出问题；学生品行出现问题，给予教导和忠告；学生心情不好，给予安慰和开导。总之，学生出现问题，是因为学生还不懂得如何处理，老师作为过来人，凭借自己丰富的人生阅历和经验，帮助学生解决问题就行了，这样，学生的问题解决了，老师的烦恼也没有了，表面上似乎一切都得到了合理的解决。自己现在终于明白，这一切都是对学生辅导工作的误解。

辅导是什么？辅导是一个过程，是老师和学生通过建立一种让学生有安全感的关系后，老师来协助学生认识自己、接纳自己，进而欣赏自己，以至可以克服成长过程中的障碍，充分发挥学生个人的潜能，使其人生有统合并丰富的发展，迈向自我实现。

根据辅导的要求和目标，现在再回过头来想一想，过去的想法和做法实在有诸多不妥：老师这样替学生包办解决问题，下一次学生遇到问题，学生会自己去解决吗？老师真的明白学生问题的所在吗？老师的解决方案学生真心的满意和接受吗？一切看似解决


在吗？老师的解决方案学生真心的满意和接受吗？一切看似解决了，其实还有许多问题并没有得到解决。老师如果一开始就站在与学生同一背景同一层次上，让学生觉得自己不是孤伶伶的，老师是了解和支助我的，帮助学生通盘的了解他们自己以及他们的问题，让学生在自我探索中了解自我，从而达到自我解决问题的效果。这方法多好啊！既解决了问题，又使学生加深了对自己的了解，对自己更加充满自信，同时还使学生解决问题的能力得到提高。

## 二、加强教师自身修养和辅导水平的提高是成功辅导学生的关键

艾鲍（Appell）曾说：“在辅导过程中，辅导员能带进辅导关系中最有意义的资源，就是他自己。”的确，因为辅导是基于辅导员与当事人一个十分亲密的关系上的，无论辅导员采取哪一种理论和方法，他的思想、态度甚至一言一行都会对当事人有所影响。其次，由于辅导员的身份和地位，在当事人眼中往往具有威望和权威，故此当事人会很自然地以辅导员作为个人处事的典范。由于辅导员本身的人生经验、自我形象、性格、需要、价值观、生活信念、对人性的看法和对人的态度与关怀，往往很自然地会带进自己与当事人之间的亲密关系中，这就要求辅导员需要有自我认识，也需要抱有个人生命的意义，在此基础上，他才可以的辅导过程中注入全面而丰盛的人性资源。同样，作为辅导员的老师也是学生模仿和学习的楷模，一个充满自信和积极面对人生、生活充实而又努力迈向自我实现的老师感染给学生的往往是正面的积极的人生态度，相反一个意志消沉的老师传递给学生的往往是消极的人生哲学。因此，加强老师自身的修养对学生辅导很重要。

接第3页





老师除了不断提高自身的修养外，还需要不断提高自己的辅导水平。迪摩斯（Demos）和苏维里（Zuwaylif）说：“成功的辅导员，较其他人较有能力和当事人建立亲密的关系，而在这良好的关系中，辅导员为当事人提供了滋养成长的机会和经历。”Rogers在助长性的情境理论中提出“同理心、积极关注和真诚一致”三要素，认为这三要素和正向治疗效果有密切的关系。特别是同理心，若辅导员具备同理心，而且能够让当事人觉察出来，将对关系的发展有很大的帮助。Sexton和Whiston也告诉我们，治疗关系的品质是其他治疗活动的基础。因此，当老师面对学生时，他的态度应该是正面的，尊重信任学生，富有同理心，能设身处地产生同感的了解，与学生诚实相交，以建立亲密的关系。

然而，我们老师总把自己摆在高于学生的位置，认为事事比学生看的明白，知道的比学生多，常常摆出一种居高临下的态势。更常犯的错误的是把自己认为正确的价值观强行要求学生接受；在没弄清学生真实想法的情况下建议或要求学生应该怎样不应该怎样，时常让学生感到不能接受。如许多老师现在仍然坚持认为“万般皆下品，唯有读书高”的信念，在辅导中怂恿自己的学生都要上大学，对学习成绩差的学生从心底里产生了一种藐视，还给学生暗示一种蓝领偏低的评价，这既是对学生价值观的一种不尊重，也是对学生没有同理心的表现。有的老师在遇到学生出现问题时，自己就先出现情绪不稳定，烦躁不安，有时甚至愤怒地批评和指责学生犯下的错误，根本谈不上接纳学生，辅导也就无从谈起。

由此可见，要做好学生辅导工作，老师除了要不断加强自身形象的改善、保持一个健康的自我形象和积极向上的人生观外，还需要不断地加强自身的辅导理论知识的学习，重视自身的不断成长，学会自我管理，只有这样才能洞察并有效处理学生所面对的各种困扰。

### 三、辅导理论和技巧的学习更加坚定了我做好学生工作的信心

这次学习接触了许多辅导方面的理论，如心理分析治疗法、行为治疗法、理性情感治疗法和人本中心治疗法等，在课堂上还通过游戏、角色扮演等来加深对辅导理论和技巧的理解，使我感到有如拨开乌云见晴天的感觉，对学生辅导过程中的一些现象有了更清楚的认识；再结合自己辅导学生的经验，对开展辅导过程所必备的基本条件如同理心、尊重、真挚诚恳、具体简洁等有了更切实的认识。我清楚地记得，我们做过两次同学之间的辅导练习，通过这个练习我明显感觉到应如何站在对方的角度去理解对方、感受对方；带着一颗同理心去和对方沟通并不是一件容易的事，真的需要我们在以后的工作中好好磨练。对辅导的四个过程：探索阶段、洞悉阶段、行动阶段、跟进阶段等尽管现在知道了，我也正在尝试，但有时工作紧张就忘了跟进，使学生刚开始的健康自我成长不能得到有效的巩固，这是今后学生辅导工作中必须要特别注意和克服的问题。这也说明仅仅知道理论还不够，还需要在今后的辅导工作中不断将理论付诸实践，坚持不懈，才能有好的辅导效果。

尽管现在我运用学生辅导理论和技巧还不是很娴熟，对某些理论的理解尚不够深刻甚至可能产生误解，但不管怎么样，这门课已经帮我打开了一扇窗，使我认识到辅导学生还有这许许多多可用的理论武器。我相信，只要在今后的工作中能不断结合学生的实际情况，大胆尝试，勇于探索，不断加深对辅导理论的认识，提高对辅导技巧的运用能力，那么做学生辅导工作定会更加得心应手。

### 总结

这次《学生辅导》课程的学习不仅使我弄清了什么是辅导，开展学生辅导工作的目标是什么，而且使我对辅导工作中的关键要素、辅导员自身的修养认识有了进一步的提高。结合辅导理论和辅导技巧的学习，本人有机会对过去学生辅导工作中成功和不足的地方进行一次检视反思的机会，因此我相信学习这些内容对本人今后有效开展学生辅导工作大有裨益。

康玉专（濠江中学教师）

摘自：《教师杂志》第二十八期，2010年4月

