

高校心理委员专业能力培训效果评价

陈瑜^{1,2}, 桑志芹²

1. 南京航空航天大学心理健康教育中心, 江苏 211106; 2. 南京大学社会学院心理学系

【摘要】 目的 探索高校心理委员专业能力培训对受训者心理健康工作知识和技能的影响, 为推动高校心理健康教育工作提供参考。**方法** 采用目的抽样方法, 抽取南京某大学大一年级心理委员 198 名、非心理委员 210 名进行问卷调查, 使用 SPSS 21.0 软件对数据进行统计分析。**结果** 培训前心理委员心理健康工作的内容认知与实际技能得分与非心理委员差异均无统计学意义(t 值分别为 0.34, -0.08, P 值均 >0.05)。配对样本 t 检验显示, 心理委员培训后在内容认知、实际技能、合格预期维度评分均高于培训前(t 值分别为 23.34, 23.21, 3.30, P 值均 <0.01)。经过培训, 心理委员对于工作职责与基本助人技能、人际沟通、大学生常见心理问题、班级心理活动开展、心理咨询、心理障碍识别、团体辅导、危机干预相关知识的了解程度和相应技能评分均高于培训前(P 值均 <0.01)。**结论** 专业能力培训可提高高校新任心理委员心理健康工作的知识和技能, 并对其态度产生积极变化。

【关键词】 专业能力; 健康教育; 精神卫生; 结果评价(卫生保健); 学生

【中图分类号】 G 444 G 645.5 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2019)01-0076-03

Effectiveness of professional competency training among psychological commissioners in college/CHEN Yu, SANG Zhiqin. Mental Health and Education Center, Nanjing University of Aeronautics & Astronautics, Nanjing(211106), China

【Abstract】 Objective To evaluate the effectiveness of professional competency training on the psychological commissioners in college, and to provide a reference for promoting mental health education in colleges. **Methods** Using the purposive sampling method, 198 psychological commissioners and 210 non-psychological commissioners from freshmen in a university in Nanjing were selected for questionnaire survey. SPSS 21.0 statistic software was utilized for data analysis. **Results** The levels of knowledge and skills of mental health practice among trained psychological commissioners showed no difference with those non-psychological commissioner students before training($t=0.34, -0.08, P>0.05$). Compared with pre-training, the paired sample t -test indicated that knowledge, practical skills, and expected skills among qualified psychological commissioners increased significantly after training, respectively($t=23.34, 23.21, 3.30, P<0.01$). Understanding of job duty, basic helping skills, interpersonal communication, mental problems among college students, classroom-based psychological activities, psychological counseling, mental disorders identification, group counseling and crisis intervention increased significantly after training($P<0.01$). **Conclusion** The professional competency training could substantially improve mental health practice, skills, as well as attitudes among psychological commissioners recruited from college freshmen.

【Key words】 Professional competence; Health education; Mental health; Outcome assessment(health care); Students

大学生心理健康是社会各界关注的热点, 高校心理健康工作在我国心理卫生领域也相对发展成熟。心理委员指在高校班级内专门承担心理健康教育相关职责的班委成员^[1]。自 2004 年天津大学在全国率先推行心理委员制度以来, 目前全国已有超过六成的部属院校在班级设置了心理委员^[2]。心理委员本身具有获取信息直接、沟通交流便捷、危机干预及时的工作优势^[3], 还定期参加专业培训不断提高胜任能

力。经过多年的探索, 高校心理委员培训工作稳步提高, 培训内容渐趋成熟, 培训形式不断革新, 但仍然存在着培训体系不健全、培训系统性和实效性欠缺等问题^[4-8]。

为探索科学有效的高校心理委员培训方案, 本研究于 2018 年 3—6 月针对高校心理健康教育工作实际和心理委员角色要求, 制定专业能力培训内容, 并对培训效果进行评价, 以期所高校心理健康教育工作提供参考, 报道如下。

1 对象与方法

1.1 对象 2018 年 3—6 月, 采用目的抽样方法, 抽取南京某大学全体大一年级心理委员共 240 名, 开展“心理委员专业能力系列培训”。在第 1 次培训前和培训结业考试时进行心理委员培训效果问卷调查。共有 198 人 2 次均填写了有效问卷, 有效率为 82.5%,

【基金项目】 国家哲学社会科学基金项目(15BSH089); 江苏高校哲学社会科学重点研究基地重大项目(2015JDXM002); 南京航空航天大学第五期“三育人”专题项目(2018-三-29)。

【作者简介】 陈瑜(1982-), 女, 江苏苏州人, 硕士, 讲师, 主要研究方向为大学生心理健康教育。

【通讯作者】 桑志芹, E-mail: zqsang@nju.edu.cn。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2019.01.020

其中男生 119 名,女生 79 名;年龄 17~21 岁,平均(19.58±1.34)岁。同时,在培训结束 1 个月后,在每个大一自然班随机抽取 1 名非心理委员学生进行心理委员培训效果问卷调查。共发放问卷 240 份,回收有效问卷 210 份,有效率为 87.5%。其中男生 146 名,女生 64 名;学生干部 103 名,非学生干部 107 名。年龄 17~22 岁,平均(19.89±1.67)岁。本课题组和南京航空航天大学对研究进行了伦理学审查。

1.2 培训内容和方法 鉴于心理委员已通过《大学生心理健康教育》公共必修课程学习过心理健康相关知识,本研究参考心理委员培训教材^[1,9-10],结合学校心理健康教育工作实际和心理委员工作章程,制定培训内容,具体包括心理委员工作职责与基本助人技能、人际沟通技能、大学生常见心理问题、班级心理活动开展技能、心理咨询技能、常见心理障碍识别技能、团体心理辅导技能、危机干预技能 8 个主题。培训共进行 10 次,每次 80 min,为期 6 周,形式为专业讲授和团体实践 2 种。

1.3 调查工具

1.3.1 基本资料调查表 包括性别、年龄、专业、班号、学号等内容。

1.3.2 自编心理委员培训效果调查表 问卷针对培训的 8 个主题进行设计,共 32 题,分为内容认知、实际技能、合格预期、培训目标 4 个维度,每个维度各 8 题。其中内容认知维度侧重知识层面,用以被试自我评估对某个培训主题的知识了解程度,采用 Likert 5 级评分,1 为完全不了解,2 为不太了解,3 为有些了解,4 为比较了解,5 为非常了解。实际技能、合格预期、培训目标 3 个维度侧重技能层面,用以被试评估自己对某项技能的实际水平、预期合格的心理委员应该具备的水平、希望自己(或班上心理委员)通过培训达到的目标水平,均采用 Likert 11 级评分制,0 表示水平非常差,10 表示非常好,分数越高代表该项技能水平越佳。本研究所有被试整体问卷的内部一致性系数为 0.93,内容认知、实际技能、合格预期、培训目标 4 个维度的内部一致性系数分别为 0.83,0.87,0.90,0.92。对非心理委员施测的问卷共 40 题,除上述 32 题外,在每个培训主题下增加 1 题,用于调查被试对班级心理委员该项技能水平的评价。本研究中非心理委员在这个维度的内部一致性系数为 0.93。

1.4 质量控制 问卷采用网络调查方式进行,对于心理委员分别在第 1 次培训前和培训结束后 1 周的考试现场进行集体施测,采用统一指导语以确保问卷质量,采用实名制调查为后续对照研究提供便利。对非心理委员的调查指导语清晰明确,未进行集体施测,允许被调查者在规定的 1 d 时间内自行填写提交。

1.5 统计分析 数据采用 SPSS 21.0 进行统计分析。

心理委员与非心理委员的得分比较采用独立样本 t 检验,心理委员培训前后测得分比较采用配对样本 t 检验分析,检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 培训前心理委员与非心理委员培训效果问卷各维度得分比较 在对非心理委员的调查中,93.3%的学生知晓班级设有心理委员,85.6%对心理委员的工作表示满意,评价较高的事件有心理委员开展班级心理活动、填写心理动态表等。对心理委员的调查显示,心理委员培训前内容认知平均分为(2.79±0.60)分,处在“不大了解”阶段;实际技能平均分为(5.14±1.47)分,处在“一般”水平;合格预期和培训目标均分均>7 分,达到“较好”水平。独立样本 t 检验表明,培训前心理委员和非心理委员在内容认知、实际技能上的自评分差异无统计学意义(P 值均>0.05),但在合格预期、培训目标的评分差异有统计学意义(P 值均<0.05)。见表 1。

表 1 培训前心理委员与非心理委员培训效果问卷各维度得分比较($\bar{x}\pm s$)

组别	人数	内容认知	实际技能	合格预期	培训目标
心理委员	198	2.79±0.60	5.14±1.47	8.20±0.88	7.76±0.97
非心理委员	210	2.77±0.51	5.15±1.05	8.44±1.01	8.21±1.10
t 值		0.34	-0.08	4.74	2.10
P 值		0.73	0.94	0.00	0.04

2.2 心理委员培训前后认知与技能自评分比较 培训后心理委员的内容认知、实际技能、合格预期得分较培训前提高(P 值均<0.01),但培训目标分差异无统计学意义($P>0.05$)。见表 2。

表 2 培训前后心理委员培训效果问卷各维度得分比较($\bar{x}\pm s, n=198$)

培训前后	内容认知	实际技能	合格预期	培训目标
培训后	3.82±0.54	7.45±1.36	8.46±1.02	8.45±1.06
培训前	2.79±0.60	5.14±1.47	8.20±0.88	8.44±1.01
t 值	23.34	23.21	3.30	0.20
P 值	0.00	0.00	0.00	0.84

进一步统计心理委员培训前、后内容认知和实际技能中各项培训主题的得分,结果显示,培训后在团体辅导、危机干预和心理咨询主题中内容认知得分提高最多;在危机干预、团体辅导、心理障碍识别主题实际技能得分增长最多。配对样本 t 检验结果表明,心理委员培训后对所有主题的内容认知、实际技能的评分均高于培训前(P 值均<0.01)。见表 3。

2.3 非心理委员各主题技能自评与评定心理委员得分比较 配对样本 t 检验发现,非心理委员对本班心理委员每个主题实际技能的评定分均高于自评分(P 值均<0.01)。见表 4。

表 3 心理委员培训前后培训效果问卷各主题内容认知和实际技能得分比较($\bar{x} \pm s, n=198$)

培训前后	内容认知							
	职责与基本技能	人际沟通	常见心理问题	心理活动开展	心理咨询	心理障碍识别	团体辅导	危机干预
培训后	3.80±0.70	3.83±0.61	3.87±0.61	3.85±0.62	3.84±0.68	3.85±0.66	3.79±0.67	3.74±0.72
培训前	2.92±0.67	3.15±0.74	3.17±0.81	2.98±0.89	2.71±0.84	2.67±0.90	2.37±0.79	2.34±0.82
t 值	14.81	11.59	11.03	12.33	17.35	16.96	24.88	22.30
培训前后	实际技能							
	职责与基本技能	人际沟通	常见心理问题	心理活动开展	心理咨询	心理障碍识别	团体辅导	危机干预
培训后	7.58±1.45	7.53±1.38	7.53±1.54	7.52±1.41	7.43±1.55	7.42±1.68	7.33±1.62	7.29±1.62
培训前	5.63±1.59	5.90±1.58	5.47±1.69	5.17±1.87	5.10±1.83	4.92±1.94	4.54±2.00	4.40±1.99
t 值	15.78	14.07	16.12	16.58	16.47	19.25	20.83	21.40

注:P 值均<0.01。

表 4 非心理委员各主题实际技能自评与评心理委员得分比较($\bar{x} \pm s, n=210$)

评价对象	职责与基本技能	人际沟通	常见心理问题	心理活动开展	心理咨询	心理障碍识别	团体辅导	危机干预
自己	5.65±1.79	5.89±1.54	5.34±1.48	5.65±1.70	4.88±1.69	4.70±1.62	4.70±1.83	4.44±1.95
心理委员	7.18±1.96	7.41±1.65	7.11±1.73	7.25±1.68	6.86±1.76	6.52±1.63	6.68±1.98	6.63±1.89
t 值	-10.09	-10.52	-13.59	-10.96	-13.17	-13.83	-13.15	-13.49

注:P 值均<0.01。

3 讨论

心理委员是高校心理健康教育和危机干预三级网络中不可或缺的组成部分,在高校心理健康教育中扮演着自身心理健康维持的示范者、心理健康基本知识的宣传者、心理危机问题学生的发现者、同学心理健康维护的支持者的微观角色^[11]。为胜任角色要求,新任心理委员需要通过系统的专业培训来向合格标准靠拢。本研究结果显示,未经培训的大一心理委员在专业知识与技能上与其他同学并无明显差异,同样对心理健康教育工作知之甚少、能力欠缺。提示如何结合心理委员自身特点,构建科学合理培养方案,稳步提高心理委员的胜任能力,是高校心理健康教育工作中紧急又重要的任务。许多学者也强调了心理委员培训的必要性和重要性^[5,6,8,12-16]。

比较培训前后数据发现,培训后心理委员在内容认知、实际技能、合格预期维度上得分高于培训前。可见本次培训不仅促进了心理委员对相关知识的了解,还提高了他们的工作能力,并进一步加深了对工作的认同和理解,实现在知识、技能、态度多方面的积极变化。而心理委员培训后各项自评分均显著高于培训前,从受训者角度积极肯定了培训效果。而非心理委员对培训后心理委员实际技能的评定显著高于自评分数,则从旁观者角度证明了培训有效。

其他研究者也在积极探索不同形式的教学和干预方法对心理委员培训的有效性^[4,12-16],但哪种方法更为优越尚不明确。本研究结果发现,培训能够提高心理委员心理健康工作的知识和技能,促进态度方面的积极变化。后续的研究可从改进研究方法、扩大样本规模、优化测量工具方面对培训效果进行深入考察,并积极探索相关影响因素和发生机制,为高校心理健康教育工作提供建设性的意见。

4 参考文献

- [1] 詹启生.心理委员工作手册[M].哈尔滨:哈尔滨工业大学出版社,2007.
- [2] 姚儒铭.高职院校班级心理委员培养体系的创新与实践研究[J].都市家教(下月刊),2016(12):175.
- [3] 赵谦.国内心理委员研究十年回顾与展望:基于225篇样本的文献计量和内容分析[J].教育教学论坛,2017(1):129-130.
- [4] 袁婷,李晓丹.团体辅导在高等职业院校心理委员培养中的优势性探讨[J].校园心理,2017,15(4):288-290.
- [5] 董秀娜,刘洁.高校心理委员培训存在的问题与对策[J].教育探索,2013(4):79-80.
- [6] 鞠晓辉,何召祥.班级心理委员的选拔与培训模式探讨[J].中国电力教育,2013(20):124-125.
- [7] 李莉,曾智斌.江西省高校班级心理委员工作现状[J].中国学校卫生,2014,35(10):1586-1587.
- [8] 董雪,陈莉,刘一蓉.高校班级心理委员培训体系构建的探索与运用:以陕西科技大学为例[J].陕西教育(高教),2012(z2):91.
- [9] 詹启生.心理委员的基础心理知识与实用技能[M].北京:人民出版社,2011.
- [10] 马建青,王晓刚.高校班级心理委员培训教程[M].杭州:杭州出版社,2010.
- [11] 詹启生.心理委员角色行为规范化探析[J].天津大学学报(社会科学版),2012,14(1):93-96.
- [12] 来燕,李海滨,刘曼曼.案例教学在班级心理委员培养中的运用:以某高校心理委员培训项目为例[J].中国电力教育,2011(13):86-87.
- [13] 刘曼曼,来燕.“情景剧教学法”在高校心理委员培训中的应用研究[J].中国高等医学教育,2014(5):100-101.
- [14] 周祎,杨平,叶航迪.某医学院校学生心理委员心理健康教育效果评价[J].中国学校卫生,2008,29(5):452-453.
- [15] 李佳佳.高校心理委员培训的方案设计与效果评估:以湖北经济学院为例[D].武汉:华中师范大学,2012.
- [16] 柳碧琨.“以人中心”理念在心理委员培训中的应用[J].中国健康心理学杂志,2009,17(9):1081-1083.

收稿日期:2018-07-23;修回日期:2018-10-23