

活动为载体,借助心理学的方法技术,运用大学生喜闻乐见且简便易行的方式,将自助——互助——助人,与大学生的学习生活、班团活动、社会实践、能力与创造力培养等紧密结合,通过朋辈互助等方式,使每个学生既能得到自我成长,又能互帮互助互学互促,推动学生集体共同成长。^[3]

人的全面发展离不开社会环境,自然人是通过社会化的过程,才能成为社会人的。马克思曾说:“在真正的共同体的条件下,各个人在自己的联合中并通过这种联合获得自己的自由。”^[4]其实,朋辈互助的主要目标之一,就是帮助学生认识自我、悦纳自我和发展自我。朋辈互助的理论支持是团体辅导理论中的互动原理。按照团体辅导活动的原则,在积极的互动中增进相互了解,通过互助最终达到自助的目的。也可以说,自助就是学生的自我觉察、自我感悟和自我教育,不过,在朋辈互助活动中,教师不再是知识权威的角色,而应该是学生的朋友,与学生一起探讨成长的课题。^[5]

由此可见,朋辈互助的提出不是凭空而来的,而是贯彻落实助人与自助的育人理念合乎逻辑的发展结果。没有团体辅导教育理念作指导,就不可能有良性的助人与自助的运作;没有对学校教育现状和存在的突出问题进行认真地研究与分析,以及当前解决育人工作针对性、时效性和主动性的迫切需要,也不可能积极实践和探索朋辈互助方式的教育。总之,朋辈互助是在为了实现自我潜能开发与团队合作能力提升的教育目标的反思过程中提出的,是与时俱进地推进学校育人工作发展和创新的必然结果。

二、朋辈互助对个体的影响与作用

学生进入学校是从家庭进入外部世界的第一站,从这个时候起,与家庭联系在一起的许多纽带开始松弛,不仅学生的大部分时间,是在非亲非故的成年人的监督下度过,而且学生也成为同辈群体的一部分。同辈互助活动满足了学生巨大的而又日益增长的需要。学生与同伴在一起,学会并发展了适度的和被人接纳的新感觉。他们的标准不是成年人行为的标准,而是容易达到的同龄伙伴的标准。

1. 朋辈互助有助于发展适应行为

朋辈互助活动的主要宗旨,可以说是要开发、整合学生群体的教育资源。由于同辈互助大多是学生自身成长方面的主题,这不论对于助人者,还是

受助者,都是需要的。而且通过同辈互动,使参与者达到一种共识,一方面积极人格的形成有赖于积极体验;另一方面,长期和稳定的积极体验,又是塑造积极人格的生活基础。因为,积极体验是影响个体生活的一个最直接因素,从操作层面来看,朋辈互助是帮助个体提高在社会生活中,获得最大和最多积极体验的一种方式,并起到了塑造积极人格的作用。所谓积极人格是指个体主动追求幸福并体验到这种幸福的过程,同时又能使自身的能力与潜力得到了充分的发挥。^[6]积极人格从本质上讲是一种积极的心理品质,而这种品质的形成,既是一种互助活动,也是一个觉察过程,它不仅包括知识学习的过程,也包括经验获得的结果。

首先,同辈互助促进个体获得了积极体验。采取积极的内容和可接受的方式,促进参与者的积极体验,塑造受助者的积极人格,通常是朋辈互助经常采用的方法。例如,互助活动中的心理促进,就是在小组成员之间相互给予对方激励,使每一位参与者都能以乐观的心态投入生活、对待学习;优点轰炸,就是在小组成员中通过赞许对方的优点,让被赞美者充满希望。在互助活动过程中,积极的体验将直接促进积极品质的形成。作为互动群体中的个体,在彼此互助与交往中,一方面体验到朋辈之间的团结友爱,不仅有助于他们脱离成人而自立,而且可以让他们的心理需要,如爱与被爱、支持与理解、尊重与信任等情感,得到充分地满足。当朋辈互助凝聚力形成并增强时,会让成员产生强烈的归属感和认同感;另一方面,助人者在帮助他人的过程中,会发觉自己对同伴很重要,感到自己存在的价值,获得欣喜感、满足感和自信心。朋辈互助中的互助互利是一种积极体验,这种积极体验不仅在互动过程中可以充分感受到,而且还会延伸和拓展到今后的学习与生活中去。

其次,助人者在助人时提高了认知水平。朋辈互助活动提供了一个彼此深入了解的机会,可以使学生更清楚地认识自己和他人,纠正过去不良的认知,重建合理的信念。有学者通过心理实验得出这样一个结论:快乐与人分享比独享更快乐。事先发放大学生若干现金,要求一半人自己花费,另一半人用来请客。其结果发现,将钱用来请客的同学更快乐。上面的心理实验结论,还可以得到理论与传统文化的支持。从理论上说,一个人不仅自己懂得追求快乐,而且还懂得帮助别人快乐,这样,我们