

3. 朋辈互助小组的形成有一定的规则

朋辈互助是由人组成的,它也是一个有机体,其所形成的团体也有一个从不成熟到成熟的发展过程,在这一过程中,朋辈互助的规则因素将发挥重要的作用。适合的小组形成不仅有利于成就稳定有序的小团体,而且也会产生积极的聚合功能。有序的团体互动是社会的缩影,活动过程的反映也是社会的真实反映,其运行规则就集中反映了该团体所期许的动力源和价值观。规则统领着团体成员的意见和建议,调节着参与者的言语与行为,促进团体目标的达成。

首先,形成内聚力的需要。由于朋辈互助适宜解决成长性问题,而这一类型的团体彼此之间有很大的差异。^[14]比如,在以学习动力或恋爱交友为目的的互助活动中,最重要的动力学内容应当是成员对彼此的感受,一方面他们交流思想和分享感受;另一方面,也许会对其他成员的成长感到嫉妒或愤怒,甚至为了解到的关于自身的问题而责备领导者,因此,朋辈互助团体需要凝聚力。这种凝聚力来自于成员对团体内部建立起来的规范和价值的遵从,它强有力地个体的动机需求与团体目标联结在一起,使得团体行为深深地影响个体的行为。^[15]这为激活同辈群体的心理资源、助人与自助活动提供了规范依据。

其次,组织招募时的需要。作为一种新的学习方式,朋辈互助团体的形成需要有一个组织者招募的过程。当然,组织者也可以是领导者,合二为一更佳。每次招募就某项发展主题招募组建一类群体。对于有一定心理障碍的报名者,领导者要运用面试或心理测试等途径进行评估,结合其个性心理特征,建议具有相似需求的“同质性”学生组成朋辈团体。领导者可以让成员明确规范,签订契约,以确保活动的安全性、保密性和有效性。

第三,团体领导中的需要。需要指出的是,有些规则不一定要在组织招募中或团体开始时就予以说明,否则可能会导致成员的不耐烦,或者对将来要发生的事情增添焦虑。^[16]因此,待需要之时再商讨确定规则,要比一开始制定规则更加恰当。任何团体的开始会面,通常都是最重要也是最难领导的,因为正是在开始阶段,成员对领导者形成印象,并以此决定是否全身心投入。团体开始阶段一般包括相互介绍,讨论团体目标、任务、基本规则等内容。此时,领导者需要利用合适的时机来解释互助团体

的一些基本规则,诸如,守时、投入、热情、保密、不评论、同情共感等。为了有效的运用朋辈互助促进团体发展,领导者在领导团体活动过程中,也应当遵循关怀、坦白、灵活、温和、客观、诚实、耐心和值得信赖等自律规条。^[17]此外,富有成效的领导者还需要有接纳自己、喜欢他人、与人和睦相处等特征,以及对他人的情感、反应、情绪、言语产生同感的能力。

参考文献:

- [1][8]袁立莉.朋辈互助:一种新型高校心理健康教育方式[N].中国社会科学报,2013-08-07.
- [2]吴增强.学校心理辅导通论:原理·方法·实务[M].上海科技教育出版社,2004:263.
- [3]王晓刚,马喜亭.高校心理健康教育发展研究.浙江工商大学出版社[M].2011:190—192.
- [4]马克思恩格斯选集(第一卷)[M].北京:人民出版社,1995:119.
- [5][15]吴增强,蒋薇美.心理健康教育课程设计[M].中国轻工业出版社,2007:38-39,46.
- [6]孟维杰,马甜语.积极心理学思潮兴起:心理学研究视域转换与当代价值[J].哲学动态,2010(11).
- [7]朱林.心灵和谐的内涵和途径之探析[J].江汉论坛,2012(3).
- [9]程肇基.生活体验与青少年身心和谐发展[J].教师教育研究,2007(5).
- [10]廖桂芳,任海涛.与心灵有个约会——大学生心理健康教育导读[M].重庆出版集团,2007:71.
- [11]翁铁慧.立德树人:党的十六大以来上海高校思想政治教育探索与发展[M].上海人民出版社,2009:153.
- [12]李健.加强党建工作创新 促进又好又快发展[M].中南大学出版社,2007:244-245.
- [13]程肇基,谢旭慧.一致性沟通模式、团体辅导与青少年人际沟通能力培养[J].教师教育研究,2012(5).
- [14][17][美]雅各布斯(Jacobs, E. E.),马森(Masson, R. L.),哈维尔(Harvill, R. L.),著.心理咨询与治疗系列团体咨询的策略与方法[M].洪炜等,译.中国轻工业出版社,2000:48-49,35-36.
- [16]刘勇.团体心理辅导与训练[M].广州:中山大学出版社,2007:243.

(责任编辑 陈志萍)