

高校心理教育网络环境的系统实现和探索

杨映秋, 孔 燕

(中国科学技术大学 心理教育中心, 安徽 合肥 230026)

【摘要】 目前网络已成为现代社会大学生人际交往和信息传播的重要工具。本文在分析高校心理教育与网络契合度的基础上, 探索系统实现高校心理教育环境网络化的内在结构与操作方式, 以寻求高校心理教育的创新途径。

【关键词】 心理教育; 网络; 系统实现

【中图分类号】 G44 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1672-8874 (2006) 02-0091-03

一、问题的提出

近十几年, 随着信息技术的迅速发展, 互联网以其受众广、时效强、功能多、容量大、交互性等多种特点, 渗透到社会的各个领域, 对人们的学习、工作、生活乃至思维方式, 产生了全方位的深刻影响。

我国因特网管理的权威机构—中国互联网络信息中心 CNNIC2005 年 1 月 19 日发布了“第十五次中国互联网络发展状况统计报告”。该机构对上网用户的文化程度开展调查, 结果显示, 网民中大学生 (大专以上文化程度) 占 55.2% (网络用户文化程度见下表)。这一数据显示网络已成为大学生一种日益成熟的信息传播和人际交往工具。

表 1 我国网络用户的文化程度分布

高中(中专)以下	大专	本科	硕士	博士
13.9%	30.9%	27.1%	2.1%	0.5%

中国科技大学作为全国最早建立校园网络的高校之一, 目前在校学生约为一万九千人, 拥有上网计算机 13500 余台, 电子邮件注册用户 22300 余人, 其中学生用户 18690 余人。全校信息点数 28000 余个, 学生宿舍信息点约占 8000 余个, 接入计算机超过 3000 台。BBS 有注册用户 37000 多个。全校平均每天进出的电子邮件 30000 余封, 进出的日通信量在 5T 字节左右。无论从教学、科研、管理方面看, 还是从通信、娱乐、休闲、交往等方面看, 网络已经成为常用的工具手段, 成为大学生学习、研究、生活的新方式和重要组成部分。这些数据和现象促使我们在探索高校心理教育发展方向时必须将网络的介入、融合视为不可或缺的内容。

二、网络与高校心理教育的契合点

高校学生的年龄段和所处的特殊环境, 决定了他们具有一些共性的心理特征, 而网络的私密、交互、自由的特

点恰好与大学生心理教育的需要和规律相互呼应, 形成了良好的契合。

1. 自我的闭锁倾向与网络的私密性: 高校学生处于自我逐步成熟确立的过程中, 对自我的评价敏感且矛盾。在迫切要求外界理解和认同的同时, 又由于自我的冲突和不确定性, 导致内心缺乏安全稳定感。这种闭锁倾向有时是寻求面谈等传统心理教育手段难以克服的心理阻力。网络的虚拟和私密使他们可以在“马甲”的掩护下, 藏起现实中的自我, 没有顾虑地求解内心的困惑。

2. 个体的独立意识与网络的交互性: 从高中进入大学, 学业环境、人际环境的改变, 促使大学生的独立意识迅速发展。他们希望能在经济、生活、学习、思想各方面独立, 希望摆脱他人的管束。网络的交互式沟通优势在于变传统的被动式接受教育为主动参与, 互动交流, 部分消解了传统的“你讲我听, 你说我通”的单向性心理教育方式对这个阶段受教育者可能造成的抵触情绪, 努力使他们在心灵碰撞中自然而然接受引导。同时, 大学生宽广的知识面, 较强的领悟能力和迁移能力, 都为他们在交互沟通中变被动为主动提供了基础, 可以更好体现心理教育“自助助人”的教育理念。

3. 情绪的激荡跳跃与网络的自由化: 大学生处于青春期向青年期的过渡时期, 生理发育接近成熟的同时, 心理也经历急剧的变化, 这一点在情绪上体现得尤为显著。与成年人相比, 大学生富于激情, 情绪状态起伏波动明显, 容易从一个极端走向另一个极端。网络超越时空的自由度, 便于他们及时宣泄、化解、调节情绪, 有时能起到化危机于无形的神奇作用。

三、心理教育网络环境的系统实现

心理教育网络环境的系统实现意味着建设网络平台, 对现有网络资源进行开发、利用和再生。通过操作计算机, 心理教育的主体可以在网上实现心理课程教学和心理辅导,

【收稿日期】 2005-10-17

【作者简介】 杨映秋 (1968-), 女, 安徽合肥人, 硕士, 中国科学技术大学讲师。

开展心理测试、心理讲座、在线讨论、团体辅导等心理教育相关活动,还可以获得个人所需的资料和信息,进行远距离的搜索查询,支持心理预警系统对捕捉到的危机信息做出快速反应。教育客体则可以选择网络咨询室中适合自己的咨询专家,选择心理教室中自己喜欢的心理课程,参与讨论和相关活动,选择测试种类并查看测试结果,实现异地双向及多向快速的交流,追求最佳的心理教育效果。

近年来,一些高校在实现心理教育网络环境的探索中做了许多有益的尝试。其中,北京航空航天大学于1999年就率先建立了全国大学生心理咨询网站,北师大的“牵牵

热线”广受青少年的欢迎。以网络技术为核心的信息通讯技术催生了一大批与心理教育相关的新的行业,一大批新的专业用语应运而生,诸如网络辅导(web counseling)或线上治疗(online therapy),具体服务方式还有电子公告(BBS)、网上测验(web test)、电子邮件(Email),个别或团体线上即时文字交谈(Talk)或(Chat)、网络电话(1-phone),即时视听(Real time video)等等,使心理教育网络环境的系统实现成为可能。

纵观主客观条件,心理教育网络环境可以基于以下平台系统实现:

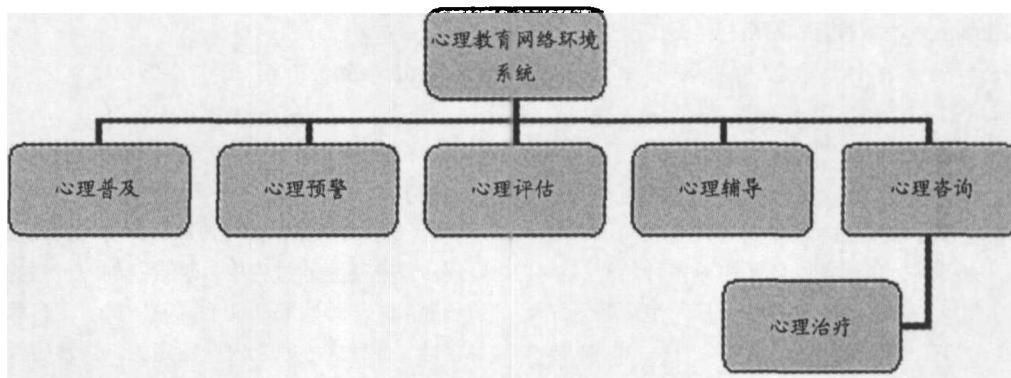


图1 心理教育网络环境系统结构图

1. 心理普及。樊富珉在论述新时期我国学校心理健康教育发展趋势时曾明确提出,学校心理教育的模式将从补救性为主转变为发展性为主,“发展性为主”模式是将全体学生作为心理健康教育的对象,针对学生共同的成长问题给予指导,同时兼顾少数有障碍学生的心理治疗与行为矫正。强调学校心理健康教育对每一个学生成长发展的重要意义。随着对心理教育认识的深化,高校心理教育以全体学生为服务对象,发展为主、治疗为辅已成为共识。我校心理教育的普及工作主要通过课程、团体辅导、讲座、主题宣传与活动等形式面向全校学生展开。心理教育中心创设的心理网站“微笑在线”中,将全校业已开设的心理类相关课程全部上网,学生可以在网上查看课程的主要内容,教学课件,参考资料,同时可以通过网络提交作业,参与讨论和辅导活动,并对课程和活动自由给出反馈意见。

2. 心理预警。为全面了解学生的心理健康状况,有针对性地开展心理健康教育,增强学生心理的自我保健意识和能力。我校从01年开始逐步建立健全全校学生心理档案系统,使用专人、专门的服务器对学生心理档案进行分级管理。对中心筛选出的心理问题高危群体建议进一步的测试或参与相应的团体辅导活动。同时,所有测试、辅导、治疗资料均及时分类录入,在此基础上,开发了一套具有自身特色的《学生心理教育信息管理系统》,本系统架构在校园网平台上,其强大的数据库和分析工具便于调用、比较、排查,保证了危机发生时干预的及时性和针对性。

接受过专业培训的志愿者将网络作为心理观察室,对BBS各版块,尤其是相关的“心理与健康”、微笑在线社区等密切关注,对仅通过网上干预难以奏效的危机苗头向中心老师提出预警,必要时,中心老师可请网络中心采取

技术手段查出危机学生的真实身份,以协同相关院系部门开展进一步的查实和干预工作。目前,学校已建立起由心理教育中心、网络中心、校医院、专业精神卫生机构组成的快速危机干预通道,先后成功干预了数十起不同程度的心理危机,使相关同学重新以积极的心态投入生活学习中。

3. 心理评估。我校的心理评估工作分两部分:一是一般状况的工具评估。普查使用修订后的大学生心理健康状况调查(UPI),平时使用华瑞网上心理测试评估体系和其他辅助性问卷、量表,对相关同学的心理状况进行一般性评估。二是复杂状况的专家评估。对于比较复杂的情况,在线心理辅导老师可参考工具评估结果,给出更全面、更可靠的综合评定结果,必要时可提请中心专家组合议。

4. 心理辅导与咨询:在高校以教育、发展为主的心理辅导中,针对学生群体中可能或已经出现的倾向性、典型性心理问题,通过网络进行有的放矢的群体辅导,可以最大限度拓宽心理辅导的受益面,同时可以将同学的求助心理阻力降低到最小。中心网站开辟了“微笑成长工作坊”,定期开展网上辅导。网上辅导包括教师的辅导方案,学生的感想和体会,教师引导下的朋辈相互辅导,反馈和探索等。作为补充,中心邀请参加网上辅导的同学参与拓展和现实交流,以强化辅导效果。

同时中心接受个体的网上咨询,许诺“全程守候,随时在线”。一部分学生眼里的权威、有着繁重科研任务的教授们,也在中心的动员下,利用学术优势、经验优势,承担所在院系网上心理咨询室的部分咨询任务,解答学生尤其是有心理问题学生的人生困惑;一大批老教授还与年轻大学生因此结成了“忘年交”,为他们的健康成长保驾护航。

表2 中国科技大学学生网上心理教育受益情况
(基于“微笑在线”平台, 2002.05-2005.04)

参与形式	专业网站	心理课堂	专业测试	一般测试	专题讲座	心理咨询	心理调研	心理社区
人次	> 100000	9524	4722	3877	3950	1383	1621	26159

四、未尽的探索与困惑

心理教育网络环境的系统实现, 为心理辅导、心理教育延伸了平台, 拓展了受益面, 为心理预警迅速提供了探测、发现、分析、判断问题和做出反应的新机制, 增强了心理教育的主动性、科学性、针对性和预防性。但同时, 网络也是一把双刃剑, 它在带给我们便利的地方同时留下困惑, 使心理教育工作者面临的挑战越发艰巨。在我们探索实现心理教育网络环境的同时, 不能不对业已出现或可能存在的问题给予足够关注和做进一步探索。

1. 网络开放性与心理信息的保护。网络技术发展时间较短, 其本身还存在着许多技术缺陷与不完善。现有的网络技术还不能做到切实有效地保护使用者的隐私, 同时, 网络病毒和黑客随时都有可能破坏测试者所使用的电脑和网络测试资源, 使测试者在使用网络进行测试活动时缺乏足够的安全感; 处在网络环境中的心理教育资源也有可能因网络本身的安全漏洞造成遗失。而这些资源涉及学生最关注的个人隐私和教育及咨询工作中延续性积累。我校心理教育网站建成后, 不止一次遭到黑客攻击, 最严重时导致机器瘫痪, 数据遗失, 给工作带来难以弥补的损失。目前, 心理数据管理采用了独立的服务器, 改善了心理信息系统的运行环境, 但最重要的信息我们仍采用原始文本与网上数据同时保存的双保险办法。

2. 网络伦理和网络行为的无规范。目前还没有完善的规则条例来约束网络行为, 因此, 我们在网络上得到的信息常常是良莠不齐, 真假难辨。如使用网络心理测试系统时测试对象提供虚假信息而导致测试结果无参考性现象的

存在, 网络心理预警系统捕捉到信息后真伪的鉴别问题。同时, 网上获取信息的自主性、随意性, 使得大学生对权威产生怀疑, 弱化了教育者对大学生言传身教、潜移默化的影响力。这些现象的彻底改观, 取决于心理教育主客体双方。正确处理网络中的人际关系, 形成良好的网络道德观念, 培养健康的网络人格, 健全完善网络伦理行为规范, 还需要走很长的路。

3. 心理教育教师的网络技术成长。为适应心理教育网络化需求, 心理教师需要一定的网络技术和对网络文化的熟悉了解。而且这种要求是随着系统化进程的深入不断提高的, 它不简单局限于对网络的一般性使用, 同时也包括网页设计和开发, 数据库的建设和维护, 网络安全技术等较为专业的内容。心理教育的专业化成长和网络技术的同步前进, 成为高校心理工作者面临的艰巨的、双重的挑战, 如何处理二者的关系, 是我们需要探索的新课题。

[参考文献]

- [1] 樊富珉. 大学生心理素质教程[M]. 北京: 北京出版社, 2002.
- [2] 程乐华. 网络心理行为公开报告. 广州: 广东经济出版社, 2002.
- [3] 曹成刚. 中美两国学校心理教育比较[J]. 四川心理科学, 2002, (4).
- [4] 孔燕. 微笑成长——大学生心理健康教育案例[M]. 合肥: 安徽人民出版社, 2003.

(责任编辑: 阳仁宇)

(上接第70页)

- 13 Baily, K. M. Competitiveness and anxiety in adult L2 learning: Looking at and through the diary studies [A]. Seliger, H. W. and Long, M. H. Classroom Oriented Research in Second Language Acquisition [C], 1983.
- 14 McCroskey, J. C., Joan M. F. & Virginia P. R. Don't speak to me in English: Communication Apprehension in Puerto Rico [A]. Communication quarterly [C], 1985.

- 15 Young, Dolly J. An Investigation of Students' Perspectives on Anxiety and Speaking [J]. Foreign Language Annals. 1990, (23).
- 16 McCroskey, J. Validity of the PRCA as an index of oral communication apprehension [J]. Communication Monograph, 1978, (45).

(责任编辑: 范玉芳)