

DOI: 10.3969/j.issn.1672-8874.2013.01.022

# 美军院校心理服务工作现状及其启示

陈林, 王芙蓉

(国防科学技术大学 人文与社会科学学院, 湖南 长沙 410072)

**[摘要]** 美军院校经过两百多年的发展, 形成了比较完善的心理服务工作体系。文章介绍了美军院校心理服务工作的主体、主要内容和特点, 总结了美军院校的心理服务工作对我军院校开展心理服务工作的启示。

**[关键词]** 美军院校; 心理服务; 心理咨询

**[中图分类号]** G511 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1672-8874(2013)01-0070-03

## The Psychological Service Work of the United States Military Academies

CHEN Lin, WANG Fu - rong

(College of Humanities and Social Sciences, National University of Defense Technology, Changsha 410072, China)

**Abstract:** The United States military academies have built a relatively perfect psychological service work system after over 200 years' development. The present paper makes an introduction of the main subjects, contents and characteristics of the U. S. military academies. It also analyses the enlightenment for the psychological service work of our military academies.

**Key words:** the United States military academies; psychological service; psychological counseling

军事院校是培养未来军官的摇篮, 是培育军事精英的重要基地。自1802年西点军校创建以来, 美军的院校教育已走过两百多年的发展历程, 在学员心理服务工作中积累了丰富的经验, 形成了比较成熟的心理服务体系。

### 一、美军院校心理服务的主体

美军院校心理服务工作的主体多种多样, 根据自身特点和优势为学员提供多种多样的心理服务。

#### (一) 专业心理服务机构

在科研和教育方面, 由军校的科研教育系所负责心理与行为的研究和教学工作。西点军校的行为科学与领导艺术系有心理学专家13名, 领导科学专家12名, 社会学家6名, 工程心理学家4名, 管理学家8名以及其他行政人员, 为学员开设心理学、军事领导艺术等多门课程, 研究如何教会学员做心理服务工作, 提高学员的军事领导能力。在心理咨询方面, 有专门的心理咨询中心。如海军军官学校的学员发展中心, 为学员化解不良心理反应, 排除心理困扰, 调适和疏导心理问题。工作人员通常由4名心理学家, 1名社会工作者, 1名营养学家和若干实习生组成。在心理治疗和干预方面有心理健康诊所, 一般由精神病学家, 临床心理学家, 精神保健医生等组成, 负责医治有心理障碍和精神疾病的学员。

#### (二) 军校牧师

军校牧师是心理服务工作的宗教主体。学校设有教堂和牧师中心, 学校的牧师由牧师主管精心挑选任命。牧师

们通过做礼拜、信仰教育、静修、音乐活动、感化工作、心理咨询等宗教服务缓解学员压力, 维护学员心理健康, 培养学员的领导才能。学校认同多样化的宗教信仰习惯, 为每个教派的学员提供做礼拜地点和时间计划, 并指派相应的牧师负责。牧师为所有学校的军职人员提供免费的心理咨询, 并为他们进行宗教活动提供便利。牧师们每天提供各种机会让学员做礼拜, 并且经常到学员训练的地方为学员服务。学员有不经指挥管理人员直接向牧师咨询的特权, 牧师则为学员绝对保密。

#### (三) 朋辈, 即高年级学员和学员心理骨干

在美军院校, 高年级同学既是学长, 又是教官和辅导员。高年级学生负责心理辅导方面的事务。学校希望新生们能从高年级同学那里, 学到自律、处理压力和善用时间的办法。服从是新生军旅生涯的第一课, 而高年级学员则可以从中学锻炼领导能力。高年级学员常常会借助一些特殊训练历练新生的心理, 使他们摆脱懈怠、脆弱、恐惧、胆怯、拖沓等人性弱点, 尽快适应紧张的军校生活, 成为一名忠诚、果敢、坚韧的合格军人。在空军军官学校, 每个学员中队设有两名学员心理骨干, 由经过心理咨询中心培训的志愿者担任。一旦发现学员出现心理问题, 心理骨干将提供力所能及的心理咨询服务; 当超出能力范围时, 学员将被转介到学校的心理咨询中心, 向专家求助。

#### (四) 社会赞助人家庭

美军各院校都设有赞助人家庭计划, 由学校当地愿意

**[收稿日期]** 2013-01-15

**[作者简介]** 陈林(1989-), 男, 河北石家庄人, 国防科学技术大学人文与社会科学学院硕士研究生。

为远离家乡的学员提供“像家一样温暖的家”的社会赞助人组成。在赞助人家里，学员可以远离严格单调的一日生活制度，得到暂时的身心放松。赞助人则能够分享学员从青涩新生长为自信毕业生的快乐。学员感受到他人对自己的理解、支持和鼓励，学习和训练的压力得到放松，寂寞和孤独的心灵得到慰藉，因此，他们通常把赞助人家庭看作“第二父母”。

## 二、美军院校心理服务的内容

心理服务工作是一个系统工程。美军院校心理服务的内容多种多样。主要有心理教育、心理训练和心理咨询等。

### （一）心理教育

心理学知识教育。美国军事院校非常重视对学员的心理和行为的培养和锻炼，把心理学作为一门必修课纳入课程体系。主要讲授感知、学习、动机、人格、自我调节和社会关系等，发展学员对自己和他人行为的认识和理解能力，并强调将所学应用到现在的学员生活和将来的军官工作中。学校还定期开展心理健康讲座，普及心理健康知识，提高维护心理健康意识，增强心理健康水平。

传统教育。美军认为，军人的“自豪、自信、自尊是战斗力的重要因素，而传统教育最能培养士兵的自豪、自尊和英雄主义精神。”<sup>[1]</sup>在西点军校，新学员一入校，首先参观校园风光，体验塞耶的荣誉观念和学校的传统精神。大型建筑和道路均以著名军事家和杰出毕业校友命名，如华盛顿大楼、巴特勒楼和马汉楼等，还有各种名人纪念碑和塑像，处处展显着国家荣誉和优良传统，将历史的荣耀与辉煌以实物形式活在学员身边。校训“责任、荣誉、国家”以及二十二条军规等无形的精神遗产如同氧气一样，被学员吸收到每一个细胞中。海军军官学校更是要求学员熟记每一个海军英雄的名言。传统教育将追求荣誉、竭尽职责和为国献身的精神深深扎根于学员心中，为国家服务，忠诚于军队成为学员一生笃行的信条。

### （二）心理训练

在西点军校，新学员入学后要进行为期6周的野营训练。训练充满了严峻挑战、高度竞争和快节奏。新学员除了要进行紧张而艰苦的军事训练外，还要忍受高年级学员的刁难和责罚，甚至人格侮辱。因此，野营训练也被成为“兽营”。一位西点毕业生这样描述：“‘兽营’的挑战是全方位的。你不得接受身体方面的训练，但真正的战斗是在你头脑中进行的。压力几乎全是精神方面的。第一个星期他们似乎要把你的整个肉体全部撕裂，过了一个星期，他们又把你拼凑起来。但是，他们在精神上却一直将你打得七零八落。”<sup>[2]</sup>“兽营”是每个学员必须经历的磨练，顺利通过的学员将磨掉入校前的懒散、惰性等弱点，培养顽强的意志品质和超常的心理素质，成长为一名合格的职业军人，并从中获得信心，而不能承受压力的新生将被淘汰出局。

心理训练的另一途径是加强体能训练。通过体能锻炼，可以提高学员的耐力和力量，建立自信，增强大脑和身体灵活性，培育团队协作精神。美军认为，“士兵的体能水平对其战备状态有直接影响”，“体育锻炼计划可以提高人的生命质量，提高生产率，并带来积极的生理和心理变化。”

<sup>[3]</sup>体能训练科目多种多样，极富挑战性。例如，负重奔袭，武装泅渡，徒手攀越钢索等。要完成这些科目是非常不易的，这不仅是一种军事素质和体能的考验，而且是一种意志的磨练。经过这样的训练，今后遇到任何困难，他们都将能咬牙坚持的意志顽强者。

体育运动，尤其是竞技体育在美军院校中占有相当重要地位。学校鼓励每个学员都参加到体育比赛中，每个学员都应该是一名运动员。麦克阿瑟任西点军校校长期间，组建了11个校级体育代表队，其中有足球队、橄榄球队和棒球队等。他提出的体育锻炼口号是：“今天，在竞技场上播下种子；明天，在战场上收获胜利果实。”<sup>[4]</sup>体育训练可培养军人坚忍不拔的精神、自我控制能力、坚决勇敢机智灵敏的性格，而校级体育比赛则能增强学员们的竞争意识和团队凝聚力。

### （三）心理咨询

美军院校尤其是名校的入学条件非常苛刻，因此，每个进入军校的学员都非常优秀。为保证学员质量，学校实行严格的淘汰制度。以西点军校为例，第一学年新生淘汰率为23%，最终能学完四年毕业的学员占入学总人数的70%左右。面对如此残酷的筛选和竞争，学员的压力不言而喻。学员日益增多的精神心理问题引起了军队和院校的高度关注。几乎每个美军院校都有专业的心理咨询机构。如空军军官学校的最佳表现中心，海军军官学校的学员发展中心等。空军军官学校的最佳表现中心以提高军校学员的身心健康和工作效能，使学员能够适应未来空军军官的任职需要为宗旨。如今，它已发展成为世界公认的，综合地方和军队特色的专业咨询机构。工作人员由获得执照的社会工作者，心理学家，行为健康专家，和由权威部门鉴定的酒精滥用顾问组成，他们非常熟悉军校年轻学员的发展性的、个体的和军事的需求，致力于保护每个人的尊严，维护每个人的幸福，开发每个人的潜能。最佳表现中心包括四个部门：一般性咨询服务，人际关系咨询，性侵犯咨询和药物滥用预防教育。其中一般性咨询服务包括对军校和部队生活的适应问题、压力、焦虑、抑郁、自尊、饮食失调、化解童年受虐记忆等内容。学员面临的最大难题和最多问题通常来自紧张严格而又费时费力的学习训练课程安排。咨询的方法主要有认知疗法和行为疗法。根据咨询的规模，可分为个体心理咨询和团体心理咨询，以个体咨询为主；根据咨询的途径，主要形式有面对面咨询，电话热线咨询和网络咨询。海军军官学校的网页还与海军舰队与家庭支持中心（面向海军的咨询服务机构）和美国国家心理健康研究院等机构网站互联，便于学员通过网络向专家咨询。

## 三、美军院校心理服务的特点

由于国情、军情和文化不同，美军院校心理服务工作有其自身的特殊性，主要表现为以培养学员领导能力为核心，宗教色彩浓厚，重视对性骚扰和性侵犯的预防和干预等。

### （一）以培养学员领导能力为核心

美军院校工作的最终目标是培养未来现代化战争的杰出领导者。因此，心理服务工作的核心是培养学员的领导

能力。心理服务的过程也是学员学习的过程。学员通过学习心理教育、训练和咨询,有助于从个人、群体乃至社会等多个层面上更好地认识人们的行为举止,增强对人的行为描述、解释、预测等方面的能力,提高管理部队科学化水平;有助于帮助士兵及时解决心理问题,维护全体官兵的心理健康,保持部队战斗力;有助于提高学员应对复杂困难任务的自信心和洞察力,保证军队纪律、提升士气和增强凝聚力。

## (二) 宗教色彩浓厚

“美军自独立战争开始,就在军队中建立了随军牧师制度,经过两百多年的发展,如今这一制度在美军建设上正发挥着越来越大的作用。”<sup>[5]</sup>随军牧师通过主持宗教仪式,开展宗教教育,进行军人伦理道德教育,缓解压力和痛苦,提供建议和忠告等工作<sup>[6]</sup>,活跃在心理服务工作的各个方面。牧师制度在军事院校同样具有重要地位。学员做礼拜不仅被以制度的形式确立下来,军校牧师还主动到学员宿舍和训练场随时准备为学员提供服务。相比咨询中心的心理专家,军校牧师有更多的机会接触到学员,并且在学员日常生活中扮演着重要角色。学员每当遇到想不通的问题都会找牧师谈心;对教官、高年级学员管理的不满也可找牧师发牢骚;做错了事情感到内疚也会找牧师忏悔,说出心里话,宣泄情绪。

## (三) 重视对性骚扰和性侵犯的预防和干预

美国国防部2010-2011学年《军事院校性骚扰和暴力行为年度报告》发现,美国海军军官学校、美国陆军军官学校和美国空军学院,共出现了65起涉及学员的性侵犯事件,比上一学年的41起有大幅增加。性骚扰和性侵犯不仅影响了学校的声誉,也对受害者造成了难以愈合的心理创伤,有的甚至不得不退学。针对不断发生的性骚扰和性侵犯丑闻,学校一方面加强防止性骚扰和性侵犯的综合教育和训练,如性骚扰预防和反应计划,为学员提供长达四年的教育课程,内容包含约会防被强奸,性侵犯干预等多个方面,提高学员的自我保护意识和自尊、自爱意识,完善法规制度,对性骚扰和性侵犯零容忍,营造严格的管理环境。另一方面,受害者学员可以通过多种渠道反应报告自己的遭遇,任何机构收到报告后都将立即为受害者提供细致和有效的支持和服务。学校心理咨询中心设有专门的部门如性侵犯预防干预中心,开通24小时电话热线,以便及时为受害者学员提供心理咨询、法律辩护和药物治疗。只要学员愿意,在离校后依然可以接受学校提供的免费心理咨询服务。

## 四、启示

他山之石,可以攻玉。美军院校心理服务工作经过长期的探索,建立了比较完善的心理服务工作体系,对我军院校开展心理服务工作具有重要的借鉴意义。结合我军院校的特点,我军院校心理服务工作的发 展还可大有可为。

### (一) 整合心理服务资源,建立心理服务领导体系

我军院校心理服务的资源丰富,有心理学教员、军事主官和军事体育教员、心理医生、政治工作主官、学员心理骨干等力量。然而我军院校心理服务还存在一些问题。一方面,有的力量很不专业,如军事主官和军事体育教员

不知道如何将心理训练融入到军事训练中,政治工作主官有时误把心理问题当作思想问题看待。所以,必须加强对各种心理服务力量的心理教育和培训,使心理服务工作开展更加专业化和正规化。另一方面,各种资源之间没有建立起有效的沟通联结机制。因此,学校必须建立起统一的心理服务领导体系,由一名学校领导负责主管;将各种心理资源统一划分为心理教育、心理训练、心理咨询和心理治疗等部门,各部门之间建立沟通合作机制,互相配合;制定心理服务工作的制度和程序,规范各部门心理服务力量的职责等,使心理服务工作健康有序地开展。

### (二) 挖掘学员的潜能,重视发展性的心理服务

我军院校心理服务工作通常重视对学员的健康性心理服务,如对学员因各种刺激引起的焦虑、紧张、恐惧、抑郁等情绪问题,或因为各种挫折引起的行为问题等提供帮助,而忽视了对学员的发展性心理服务,如在个人成长的每个阶段,帮助学员突破自己的弱点,达到最佳状态,了解并开发潜能等。发展性心理服务对学员应对各方面的挑战、提高领导能力、胜任未来部队任职尤为重要。因此,今后要加强对学员的发展性心理服务,提高学员对生活的希望和信心,培养学员的情绪智力和创新能力,提高学员的自我效能感和幸福感。

### (三) 完善团体心理咨询,扩大心理服务范围

我军院校实行严格的集体管理制度,学员整日一起上课学习,一起军事训练,生活节奏基本一致,所面对的心理问题通常具有普遍性。“一对一”的个体心理咨询显然不能满足提高大部分学员的心理素质的需求。团体心理咨询的“一对多”形式强调在团体成员相互接纳中自我成长,使多个有共同心理需求的学员同时得到帮助,节省了心理服务工作者的时间和精力,而且使学员在互动和讨论中通过指导者的启发、引导和团体内部的共情,认识自我,探讨自我,接纳自我,改善同学之间的人际关系,增强对军校生活的适应能力,促进人格的成长。另外,团体心理咨询对增强团队凝聚力和培育军人价值观有重要作用。所以,团体心理咨询是帮助军校学员排除心理成长过程中出现的发展性的问题、实现共同进步的较好的咨询方式,应加快团体心理咨询在军校心理服务工作中的推广步伐。

## [参考文献]

- [1] 张付,杜峰. 21世纪西方军事院校教育透视[M]. 北京:国防大学出版社,2004:174.
- [2] 李异鸣. 向西点学习(第2版)[M]. 哈尔滨:哈尔滨出版社,2006:62.
- [3] 罗伯特·拉什. 美国陆军士官指南[M]. 北京:解放军出版社,2003:177.
- [4] 李异鸣. 向西点学习(第2版)[M]. 哈尔滨:哈尔滨出版社,2006:109.
- [5] 张煜,李书吾. 美军随军牧师制度研究[M]. 北京:解放军出版社,2006:1.
- [6] Karen Besterman · Dahan et al. The Role of Military Chaplains in Mental Health Care of the Deployed Service Member [J]. Military Medicine,2012,177(9):1028 - 1033.

(责任编辑:赵惠君)