

团体心理辅导在新兵入营训练中的应用

唐晓丽,李兆雅

(黑龙江省军区综合训练队理论教研室,黑龙江 哈尔滨 150059)

摘要:新兵入营训练的目的在于通过合理的训练强化新兵体能,提升其心理素质,使之从刚出校门的青年成长为保家卫国的军人。因新兵来自五湖四海,且受到其年龄及阅历的影响,易出现心理方面的问题,需要将团体心理辅导方式引入新兵入营训练当中。立足新兵心理特征的基础上,在新兵管理机制的约束下,采取有效措施确保团体心理辅导工作的科学开展,从而有效化解新兵入营训练中的心理问题。

关键词:训练;团体心理辅导;管理机制;方案设计

【DOI】10.12231/j.issn.1000-8772.2021.12.278

与个体心理辅导相比,团体心理辅导的主体是新兵团体,是指在团体成员的相互影响作用之下,使新兵通过观察、学习、感悟而完成自我蜕变与成长的过程。团体心理辅导属于教育活动的范畴,是提升德育教育实效性的有效方法。在新兵的心理调节、个性化培养方面应用效果显著。在新兵入营训练阶段,可通过科学的团体心理辅导方案设计,实现对新兵心理问题的有效化解。

1 新兵的心理特征分析

1.1 以自我为中心、缺乏环境适应能力

新兵是在物质条件十分丰富的条件下成长起来的,其父母会极力满足他们的需求,因而导致新兵自我意识较强。大多数新兵为独生子女,家庭中父母的极度呵护与部队中的不受额外关注形成了反差,会使之出现不安的心理。加之新兵入营训练条件艰苦、管理严格、训练强度较高,因而其常会出现不适应的现象。上级批评时,新兵战士难以意识到自身的不足,认为受到了不公的对待,或是无法忍受高度的训练而称病躲避训练。这些心理问题的存在均会对新兵成长为一名合格的军人带来不利影响。

1.2 注重于自我展现、不具备良好的心理应激能力

新兵大多为90后、00后,其自我意识正在逐步发展,具备强烈的自我展示欲望,渴望得到别人的关注。且新兵入伍时往往带有一定的期望,希望可在军中掌握技术、提升才干,或是入党立功。但因新兵入营训练环境较为艰苦或生活极为单调,产生了不满或失落情绪,训练热情不高。在自身价值观与军营管理理念之间出现差异时,容易感到迷茫或沮丧,从而会产生各种各样的心理问题。

2 新兵入营训练中团体心理辅导的应用分析

2.1 实现团体心理辅导与思想教育的有机融合

团体心理辅导属于心理健康教育的范畴,可开展多元化团体活动,通过心理剧或角色扮演等方式展现新兵的心理问题,且可在分组讨论、经验交流以及教育引导的过程中,使新兵在多元化的团体活动中不断强化对自我的认知,通过自我审视与思考,在团体其他成员的积极影响作用之下实现心理问题的有效化解。团体心理辅导的应用重点在于实现心理健康教育与思想教育的融合,可在心理健康教育的同时开展思想教育,通过正确思想价值观念的建立以及心理障碍有效疏通,通过团体力量强化思想教育成果,从而更加有效的化解新兵入营训练中遇到的心理问题。

2.2 提升团体心理辅导形式的文化特色

从本质上来讲,心理现象属于文化现象的范畴,因而文化因素会对团体心理辅导的开展效果产生影响。可以新兵的心理特征为依据,借鉴先进的团体心理辅导理论及技术,对其加以优化与完善,从而构建出更具有新兵营文化特色的团体心理辅导形式。

2.2.1 明确团体心理辅导的重点

新兵入营训练这一阶段,团体心理辅导工作的开展重点在于帮助新兵增强对部队生活的了解,尽可能快速适应军营环境,认识战友,了解军营纪律及规范,从而更好的融入部队。因新兵具备较强的自我意识,协作意识不强,应通过融洽、和谐的交往环境创设,开展

“姓名接龙”等多元化的交往活动帮助新兵之间快速熟悉,并强化其沟通与交往能力。可让新兵在分享交流会上对自身的入伍感受进行阐述,可据此了解到新兵的心理问题,从而针对性地制定团体心理辅导方案。

2.2.2 选择适合的团体心理辅导主题

团体心理辅导应围绕心理承受能力、勇气、团队意识二方面主题而开展,可通过极限挑战等活动的开展对新兵的意志力进行强化,也可开展“穿越电网”训练活动提升新兵在团体中的协作能力,使之更好的展现自我价值,增强其对班集体的信任度,提升团体凝聚力。可通过新兵入营训练经验的分享与交流,帮助新兵更好的适应军队生活,消除其心理障碍,使之快速融入军队。

2.3 建立与推行可行性的团体心理辅导机制

2.3.1 发挥连队主官的影响作用

新兵入营训练阶段,连队主官与新兵之间接触最为密切,二者之间产生的心理联系也最多,因而连队主官自身心理素质如何会对新兵的心理状况产生影响。因此,心理服务部门应制定科学、可行的连队主官培训规划,在专业性团体心理辅导教师的培训教育之下,强化连队主官的心理素质,从而在其影响之下有效化解新兵的心理问题,疏通其心理障碍。

2.3.2 制定科学的团体心理辅导方案

团体心理辅导是一项循序渐进的过程,显效时间较长,需要基于新兵的心理特点,了解其关注点,针对普遍存在的心理问题而展开针对性的心理辅导。可根据心理问题性质的差异将新兵分成不同的组别,从而针对各组别制定出差异化的团体心理辅导方案,且要控制好心理辅导措施的实施间隔,通过良好团体氛围的营造,阶段性开展团体心理辅导工作。

3 结束语

新时期背景下,新兵群体具有特殊性,因而心理辅导工作的开展也应有所创新,可通过团体心理辅导方式的应用,从心理辅导与思想教育的有机结合、提升团体心理辅导形式的文化特色、建立与推行可行的团体心理辅导机制三方面着手,确保团体心理辅导方式价值的有效发挥,通过心理问题的有效化解,帮助新兵更好的融入军队,更快适应军队生活。

参考文献

- [1]彭金锰,向宗凯.团体心理辅导在新兵入营训练中的运用[J].大观,2015(5):246.
- [2]陆群.团体心理辅导对新兵适应性的效果观察[J].心理医生,2016,22(7):233-234.
- [3]索红梅.关于团体心理训练在基层部队应用的几点思考[J].实用医药杂志,2018,035(01):93-95.