

附件1： 理论课、独立设置的实验（实训）课大纲模板

《朋辈心理辅导》教学大纲

一、课程基本信息

课程类别	通识教育课程	课程性质	理论	课程属性	选修
课程名称	朋辈心理辅导		课程英文名称	Peer Psychological Counseling	
课程编码	12TX001C		适用专业	全校各专业	
考核方式	考查		先修课程	无	
总学时	32	学分	2	理论学时	24
实验学时/实训学时/ 实践学时/上机学时			实践课程：8学时		
开课单位			学生处		

二、课程简介

《朋辈心理辅导》是培养大学生具备一定心理专业知识，能够为同龄人提供一定心理帮助的心理辅导员的一门课程。本课程是心理咨询技术与学校心理健康教育实践相结合的结果，是心理健康教育普及和渗透校园的具体表现。课程通过运用学校已有的心理教育资源，以及朋辈的自发性、义务性、亲情性、友谊性和简便有效性，引导学生对周围需要心理帮助的同学和朋友给予心理开导、安慰和支持，提供一种具有心理辅导功能的帮助，最终达到助人自助。

三、课程教学目标

课程教学目标		支撑人才培养规格指标点	支撑人才培养规格
知识目标	目标1： 了解朋辈心理辅导的发展历史和基本原则； 了解大学生中常见的心理问题/障碍的种类和表现； 了解应对心理问题的常见方法。	1-2：具有良好的道德修养 2-4：具有健康的体魄和良好的心理素质，面对环境压力时具有较强的自我调适能力	1. 思想道德品质 2. 综合素质能力
能力目标	目标2： 学习人际交往的基本能力； 学习朋辈心理辅导的主要技能； 掌握基本评估心理问题的基本技能；	1-3：具有高度的社会责任感 1-4：具有正确的劳动意识和敬业精神	1. 思想道德品质 2. 综合素质能力

	掌握心理咨询的基本态度、原理和方法等专业技能。	2-4: 具有健康的体魄和良好的心理素质, 面对环境压力时具有较强的自我调适能力	
素质目标	目标3: 培养健全的人格, 树立良好的道德修养; 培养乐于助人、不断学习的精神, 增强社会责任感; 培养积极向上的心理素质和阳光心态; 培养和平共处、开放共赢的发展理念; 培养珍爱生命、敬畏自然的生存理念;	1-1: 热爱祖国, 牢固树立正确的世界观、人生观和社会主义核心价值观 1-2: 具有良好的道德修养 1-3: 具有高度的社会责任感 2-4: 具有健康的体魄和良好的心理素质, 面对环境压力时具有较强的自我调适能力	1. 思想道德品质 2. 综合素质能力

四、课程主要教学内容、学时安排及教学策略

(一) 理论教学

教学模块	学时	主要教学内容与策略	学习任务安排	支撑课程目标
朋辈心理辅导概述	4	重点: 了解朋辈心理辅导的发展历史, 掌握朋辈心理辅导的分类及发展趋势。 难点: 第一堂课师生互动、介绍与分组, 与班级同学建立良好教学关系; 了解朋辈心理辅导的应用和人员要求。 思政元素: 引导学生互帮互助、乐于助人的精神, 实现全员育人的目标。 教学方法与策略: 线下教学。课堂运用主要运用游戏法、讲授法、案例法开展教学, 辅以课堂讨论、启发式提问拓宽学生学习思路。	课堂分组: 小组成员互相介绍	目标1 目标2 目标3
与朋辈心理辅导的相关理论介绍	2	重点: 掌握心理问题发生的原因。 难点: 介绍心理辅导的不同人性观。 思政元素: 引导学生学会辩证的看待问题。 教学方法与策略: 线下教学。课堂运用主要运用讲授法、案例法开展教学, 辅以课堂讨论、启发式提问拓宽学生学习思路。	完成团队任务	目标1 目标2 目标3
朋辈心理辅导关系的建立	4	重点: 了解朋辈心理辅导过程中的基本态度; 掌握朋辈心理辅导关系建立的技巧。 难点: 学习并运用共情、积极关注、真诚等基本态度; 理解并应用倾听、反应和会谈的基本技巧。 思政元素: 引导学生学会关心他人、平等待人、积极向上的精神态度。 教学方法与策略: 线下教学。课堂运用主要运用游	通过案例学会讨论分析如何将运用到日常生	目标1 目标2 目标3

		戏法、讲授法、案例法开展教学，辅以课堂讨论、启发式提问拓宽学生学习思路。	活中	
朋辈心理辅导的操作技术	4	重点：了解基本的几种朋辈心理辅导的技术。 难点：能掌握并熟练应用1-2种技术。 思政元素：引导学生学会用理性思维分析问题，培养实践能力和解决问题的能力。 教学方法与策略：线下教学。课堂运用主要运用讲授法、案例法、角色扮演法开展教学，辅以课堂讨论、启发式提问拓宽学生学习思路。	学生演练其中1-2种技术	目标1 目标2 目标3
心理问题的分类与症状识别	4	重点：了解心理问题的类型和特点。 难点：学会识别心理问题的类别和严重程度。 思政元素：引导学生理解客观世界和主观世界的关系，学会用主观世界和客观世界相统一的视角看问题，学会用一分为二的观点看问题。 教学方法与策略：线下教学。课堂运用主要运用讲授法、案例法开展教学，辅以课堂讨论、启发式提问拓宽学生学习思路。	完成团队任务	目标1 目标2 目标3
日常心理问题的朋辈心理辅导（+团队调研成果汇报）	4	重点：了解给大学生日常常见的心理问题。 难点：掌握应对常见心理问题的解决方式和策略。 思政元素：引导学生学会分析问题、解决问题，同时培养乐于助人、不怕困难的精神。 教学方法与策略：线下教学。课堂运用主要运用讲授法、案例法开展教学，辅以课堂讨论、启发式提问拓宽学生学习思路。	学生分享自己帮助同学及被同学帮助的经历、感受	目标1 目标2 目标3
心理危机的朋辈心理干预+随堂考试	2	重点：了解心理危机的概念、特点、分类和表现。 难点：掌握相关心理危机（自杀）的识别和干预方法。 思政元素：引导学生珍惜生命，热爱生命，建立在有限的生命里实现理想、价值的目标。 教学方法与策略：线下教学。课堂运用主要运用讲授法、案例法开展教学，辅以课堂讨论、启发式提问拓宽学生学习思路。	第二节课随堂考试	目标1 目标2 目标3

（二）实践教学

实践类型	项目名称	学时	主要教学内容	项目类型	项目要求	支撑课程目标
活动课	心理电影赏析/《心理访谈》视频分析讨论	2	重点：结合所学知识分析视频中主人公的表现，并讨论判断主人公是否有心理问题/疾病？原因是什么？了解心理咨询的真实形式、了解咨询过程中咨询师和来访者的心理路程变化。 难点：学生能分析主人公历程发生改变的影响因素有什么？学会用朋辈心理辅导的相关技术帮助身边需要的同学。 思政元素：培养学生用辩证思维分析问题，解决问题的能力。	综合	认真观看电影，并分小组讨论分析	目标1 目标2 目标3
活动	走访心理中心或二	2	重点：通过走访，了解学校已有的心理资源，懂得心理工作的基本运作及心理	训练	认真观看视频，并	目标1 目标2

课	级站		工作人员的基本工作内容。 难点：学生敢于主动与学校已有心理资源形成链接，通过走访可以更加理解学校的心理工作，乐于加入心理工作队伍。 思政元素：引导学生学会用辩证思维分析问题，培养不断成长，乐于奉献的品质。		分小组讨论分析	目标3
活动课	参加5.25心理游园会/“阳光”心灵心理主题班会	2	重点：拟定心理主题、掌握心理主题班会开展的技巧、理论和实操方法。 难点：学会设计和执行心理主题班会方案，掌握素质拓展和团体心理辅导相关技巧，通过心理活动引导班级同学成长，提升心理素质。 思政元素：落实活动育人、实践育人、心理育人，通过心理主题班会班会让同学更好的认识自我、学会创造自身价值、理性和平对待他人和世界。	训练	实地参加现场活动	目标1 目标2 目标3
活动课	心理主题调研实践	2	重点：学会设计调查问题/访谈大纲 难点：构思调研主题，围绕大学生有关的心理主题开展调研。 思政元素：引导学生树立理论联系实际的思维，调查研究出真知。	设计	开展真实调查并以数据为依据	目标1 目标2 目标3
备注：项目类型填写验证、综合、设计、训练等。						

五、学生学习成效评估方式及标准

考核与评价是对课程教学目标中的知识目标、能力目标和素质目标等进行综合评价。

在本课程中，学生的最终成绩是由平时成绩、期末考试等3个部分组成。

1. 平时成绩（随堂作业+实践+考勤等）（占总成绩的30%）：

等级	评分标准
	1.随堂作业；2.实践课程；3.考勤
优秀 (90~100分)	1. 随堂作业完成100% 2. 实践课程完成100% 3. 考勤100%
良好 (80~89分)	1. 随堂作业完成80% 2. 实践课程完成80% 3. 考勤80%
中等 (70~79分)	1. 随堂作业完成70% 2. 实践课程完成70% 3. 考勤70%
及格 (60~69分)	1. 随堂作业完成60% 2. 实践课程完成60% 3. 考勤60%
不及格	1. 随堂作业低于40%

(60以下)	2. 实践课程低于40% 3. 考勤40%
--------	--------------------------

2. 期末考试（占总成绩的70%）：

考核模块	考核内容	主要题型	支撑目标	分值
理论教学全部模块	朋辈心理辅导的关系建立和操作技术	主观题	目标1 目标2 目标3	40
理论教学全部模块	心理问题的分类与症状识别、日常心理问题的朋辈心理辅导	案例分析题	目标1 目标2 目标3	60

六、 教学安排及要求

序号	教学安排事项	要 求
1	授课教师	职称：助教及以上 学历（位）：硕士及以上 其他：心理学专业/心理咨询相关证书
2	课程时间	周次：共8周 节次：共16节次（线下理论课）
3	授课地点	<input checked="" type="checkbox"/> 教室 <input type="checkbox"/> 实验室 <input checked="" type="checkbox"/> 室外场地 <input checked="" type="checkbox"/> 其他：
4	学生辅导	线上方式及时间安排：学生自行学习相关资料 线下地点及时间安排：教室/团体辅导室、上课时间

七、 选用教材

[1] 《大学生朋辈心理辅导——交往·互助·成长》，许素苹、吕冬诗，科学出版社，2010年3月。

八、 参考资料

[1] 《朋辈心理咨询——技巧、伦理与视角》，文森特·J·丹德烈亚，彼得·萨洛维，中国人民大学出版社，2013年3月。

网络资料

- [1] 华夏心理网：www.psychcn.com
 [2] 中国心理咨询网：<http://www.xlzx.com>
 [3] 心知网：<http://www.xinzhi.info/>
 [4] 南方心理在线：www.psyonline.cn

其他资料

[1]微信公众号推荐:

壹心理、CPPA幸福中国、京师心理大学堂、niu心理、心理严选、华大应用心理研究院、华南师大心理咨询研究中心、中国心理咨询师成长联盟、简单心理、三仓心理学界、中国心理学家大会、天天心理网。

[2]心理书籍推荐:

《心灵七游戏》（毕淑敏著）

《我的成长我做主》（毕淑敏著）

《登天的感觉—我在哈佛大学做心理咨询》（岳晓东著）

《心理咨询师对你说》（叶斌著）

《心灵的七种兵器》（武志红著）

《心灵飞舞：李子勋谈心理健康》（李子勋著）

《心理咨询与心理治疗》（钱铭怡著）

[3]心理专科医院信息：省市级精神卫生中心或三甲以上综合医院心理（精神）科

[4]免费心理咨询热线信息

东莞市知音莞家心理关爱热线：88881111

广州市心理危机干预中心热线：020-81899120

中国希望24热线（生命教育与危机干预中心）：400-161-9995

学生专线：400-161-9995按1

抑郁专线：400-161-9995按2

生命热线：400-161-9995按3

[5]免费自我训练的音频（在浏览器打开网址）

想象放松训练：

<https://www.ehealthship.com/incrementDetail.zhtml?Type=>

[Course&id=1372&BookID=58](https://www.ehealthship.com/incrementDetail.zhtml?Type=Course&id=1372&BookID=58)

肌肉渐进式放松训练：[https://www.ehealthship.com/incrementDetail.zhtml?](https://www.ehealthship.com/incrementDetail.zhtml?Type=)

[Type= Course&id=1369&BookID=58](https://www.ehealthship.com/incrementDetail.zhtml?Type=Course&id=1369&BookID=58)

呼吸放松训练：<https://www.ehealthship.com/incrementDetail.zhtml?Type=>

[Course&id=1368&BookID=58](https://www.ehealthship.com/incrementDetail.zhtml?Type=Course&id=1368&BookID=58)

睡眠指导：<https://www.ehealthship.com/incrementDetail.zhtml?Type=>

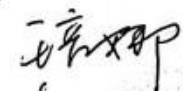
Course&id=1371&BookID=58

大纲执笔人：柳林

讨论参与人：王彦娜

詹海都

系（教研室）主任：



学院（部）审核人：

