

高纲 4319

江苏省高等教育自学考试大纲

# 03372 团体心理辅导

南京师范大学编（2024 年）

## I 课程性质与课程目标

### 一、课程性质和特点

《团体心理辅导》是心理健康教育专业的重要技术课程。本课程涵盖团体心理辅导的基础知识和基本理论，尤其是团体心理辅导在创始、过渡、工作和结束各阶段的具体操作，以及班级团体辅导和积极心理团体辅导的应用实践。

### 二、本课程设置的目的

通过学习，系统掌握团体心理辅导和基本的概念和理论、实际的操作方法和过程以及实际运用等，能够将所学知识运用于实际，促进探索自我，完善与他人关系，提升团体工作能力，并为心理学应用实践奠定基础。

### 三、本课程的基本要求

通过本课程的学习，要求考生掌握团体辅导的基础理论和基本方法，能够理论联系实际，解决团体活动中的各种实际问题，开展团体辅导实践。

## II 考核目标

本大纲在考核目标中，按照识记、领会、简单应用和综合应用四个层次规定其应达到的能力层次要求。四个能力层次是递进关系，各能力层次的含义是：

**识记：**要求考生能够识别和记忆本课程中有团体心理辅导概念和基础知识，并能够根据考核的不同要求，做正确的表述和选择。

**领会：**要求考生能够领悟和理解本课程中有关团体心理辅导概念及相关理论的内涵及外延，并能根据考核的不同要求对团体心理辅导有关问题进行分析 and 论证，做出正确的解释和说明。

**简单应用：**要求考生能够根据已知的团体心理辅导操作技术，对团体心理辅导领域的有关问题进行分析 and 论证，得出正确的结论。

**综合应用：**要求考生能够根据已知的团体心理辅导操作技术，对团体心理辅导领域的有关问题进行综合的分析、论证，或者进行比较，并得出解决问题的综合方案。

### III 课程内容与考核要求

#### 第一单元 团体辅导之准备篇

##### 一、学习目的与要求

通过本章学习，领会团体辅导准备的相关技术；掌握团体心理辅导的概念和特点；掌握团体辅导领导者的条件、角色和任务；了解团体辅导的发展阶段。

##### 二、考核知识点与考核要求

###### （一）团体练习导入

识记：①团体心理辅导；②团体心理辅导发展的阶段。

领会：①理想团体心理辅导场所。

###### （二）团体辅导准备阶段的相关技术

识记：①甄选团体成员的常用标准；②甄选团体成员的常用方法；③甄选面谈的承诺与建议；④团体辅导的技术。

领会：①团体的目标类型；②团体准备阶段的具体工作；③团体成员的招募。

简单应用：①团体的准备；②团体成员的甄选。

###### （三）团体辅导和团体领导者

识记：①团体辅导的主要特点；②团体领导者；③有效团体领导者的条件；④团体领导者的基本职责和应注意的问题。

领会：①团体辅导与个别辅导、团体咨询和治疗的异同；②领导行为；③团体领导者的角色；④团体过程发展阶段。

##### 三、本章关键问题

本章是对团体心理辅导的入门章节。本章重点阐释了团体辅导的基本概念、团体领导者的条件、角色和任务，介绍了团体准备阶段的特点，团体成员的照顾和甄选，团体的准备进入和常用技术，团体过程的发展阶段。

#### 第二单元 团体辅导之创始篇

##### 一、学习目的与要求

通过本章学习，领会团体创始阶段的特征；掌握团体创始阶段领导者的任务，团体成员的功能和团体初期可能产生的问题，团体创始阶段常用技术；掌握团体

辅导的特点、功能和局限，团体辅导的目标和原则；领会团体辅导的类型；了解团体辅导的起源和发展。

## 二、考核知识点与考核要求

### （一）团体创始阶段的辅导技术

识记：①团体创始阶段的特征；②团体创始阶段领导者的任务，团体成员的功能和团体初期可能产生的问题；③团体创始阶段的活动原则。

领会：①团体创始阶段常用技术。

简单应用：①团体创始阶段的各项技术操作。

### （二）团体辅导概述

识记：①团体辅导的特点；②团体辅导的功能和局限；③团体辅导原则。

领会：①团体辅导的目标；②团体辅导的类型。

## 三、本章关键问题

本章是团体辅导的第一个阶段，重点阐述了团体辅导创始阶段的特征、领导者的任务、团体成员的功能和可能产生的问题、活动原则；重点阐述了团体辅导的特点、功能、局限和原则；介绍了团体创始阶段的常用技术，团体辅导的目标和类型。

## 第三单元 团体辅导之过渡篇

### 一、学习目的与要求

通过本章学习，领会团体辅导的人际沟通理论、社会学习理论、社会支持理论和团体动力理论；掌握团体过渡阶段的特点和主要任务；掌握团体过渡阶段的常用技术和设计原则。

## 二、考核知识点与考核要求

### （一）团体过渡阶段的辅导技术

识记：①过渡阶段的特征；②过渡阶段可能出现的问题；③团体过渡阶段练习设计原则。

领会：①过渡阶段团体领导者的任务；②团体过渡阶段常用技术；③人际沟通的形式和团体沟通的形式；④团体内人际吸引规律。

简单应用：①团体过渡阶段常用技术的操作。

### （二）团体辅导的心理学理论

识记：①人际沟通的概念和类型；②有效沟通的原则和方法；③社会支持的界定；④团体动力学的界定。

领会：①人际沟通理论的内涵；②社会学习理论的基本内容；③社会支持理论的基本内容；④团体动力理论的基本内容。

### 三、本章关键问题

本章重点阐述了团体过渡阶段的特点和主要任务、团体过渡阶段的常用技术和设计原则。接下来分别介绍了团体辅导的人际沟通理论、社会学习理论、社会支持理论和团体动力理论。

## 第四单元 团体辅导之工作篇

### 一、学习目的与要求

通过本章学习，领会团体工作阶段的常用技术；领会团体辅导计划书的构成；掌握团体工作阶段的特点和主要任务；掌握团体工作阶段练习的选择原则；掌握团体辅导方案的设计原则。

### 二、考核知识点与考核要求

#### （一）团体工作阶段的辅导技术

识记：①团体工作阶段的特征；②团体领导者的任务；③团体工作阶段练习的选择原则。

领会：①团体成员在工作阶段的任务；②团体工作阶段的常用技术。

简单应用：①团体工作阶段技术的操作。

#### （二）团体辅导方案设计

识记：①团体计划书的设计原则；②团体练习的设计原则。

领会：①团体计划书的构成。

综合应用：①团体计划书的设计和撰写。

### 三、本章关键问题

本章介绍了团体辅导最重要的环节团体工作的内容，重点阐述了团体工作阶段的特点和主要任务；重点阐述了团体辅导计划书的设计原则；另外介绍了团体工作阶段的常用技术，介绍了团体辅导计划书的构成。

## 第五单元 团体辅导之结束篇

### 一、学习目的与要求

通过本章学习，领会团体结束阶段的常用技术和评估技术；掌握团体结束阶段的特点和主要特征；掌握团体领导者的专业成长，了解团体辅导的专业伦理。

### 二、考核知识点与考核要求

#### （一）团体结束阶段的辅导技术

识记：①团体结束阶段的特征；②结束阶段团体领导者的任务；③结束阶段可能出现的问题。

领会：①结束阶段成员的任务；②结束阶段的常用技术；③团体辅导的评估技术。

简单应用：①团体结束的操作和评估。

#### （二）团体领导者的专业成长和训练

识记：①团体领导者的知识训练；②团体中的协同领导者。

领会：①团体辅导的专业伦理。

### 三、本章关键问题

本章重点阐述了团体结束阶段的辅导技术，包括团体结束阶段的特征、领导者的任务和可能出现的问题；重点阐述了团体领导者的知识训练和协同领导者；介绍了结束阶段成员的任务，结束阶段的常用技术和评估技术；介绍了团体辅导的专业伦理。

## 第六单元 团体辅导之应用篇（一）—— 班级团体辅导

### 一、学习目的与要求

通过本章学习，领会班级团体辅导和特色；掌握班级团体辅导方案的设计；掌握中学生班级团体辅导的流程；了解中学生班级团体辅导方案的效果评估。

### 二、考核知识点与考核要求

#### （一）班级团体辅导方案的设计

识记：①班级成员的心理特点；②班级团体辅导方案计划书的内容。

领会：①班级团体辅导方案设计的理论依据。

简单应用：①班级团体辅导方案计划书的设计。

## （二）班级团体辅导及特色

识记：①班级团体辅导的定义；②班级团体辅导的特点。

领会：①班级团体辅导的发展；②班级团体辅导的应用。

## （三）班级团体辅导实施与评估

领会：①中学生班级团体辅导的实施流程；②了解中学生班级团体辅导方案的效果评估。

简单应用：①中学生班级团体辅导的实施。

## 三、本章关键问题

本章重点阐述了班级团体辅导方案的设计；介绍了班级团体辅导的内涵和特色；介绍了班级团体辅导的实施与评估。

## 第七单元 团体辅导之应用篇（二）—— 积极心理团体辅导

### 一、学习目的与要求

通过本章学习，领会积极心理团体辅导的相关理论；掌握积极心理干预的操作；了解积极心理团体辅导方案。

### 二、考核知识点与考核要求

#### （一）积极心理干预

识记：①积极心理干预的概念。

领会：①积极心理干预的原理和模式。

简单应用：①积极心理团体辅导的实践。

#### （二）积极团体辅导相关理论

识记：①积极心理学的基本概念；②积极心理团体辅导的概念与特点；③积极心理团体辅导的起效因素。

领会：①积极心理团体辅导的相关理论。

#### （三）积极团体辅导方案

简单应用：①积极心理团体辅导方案的设计。

### 三、本章关键问题

本章重点阐述了积极心理干预的操作，介绍了积极心理团体辅导的相关理论和积极心理团体辅导方案。

## IV 关于大纲的说明与考核实施要求

### 一、自学考试大纲的目的和作用

课程自学考试大纲是根据专业考试计划的要求，结合自学考试的特点而确定。其目的是对个人自学、社会助学和课程考试命题进行指导和规定。

课程自学考试大纲明确了课程学习的内容以及深广度，规定了课程自学考试的范围和标准。因此，它是编写自学考试教材和辅导书的依据，是社会助学组织进行自学辅导的依据，是考生学习教材、掌握课程内容知识范围和程度的依据，也是进行自学考试命题的依据。

### 二、课程自学考试大纲与教材的关系

课程自学考试大纲是进行学习和考核的依据，教材是学习掌握课程知识的基本内容与范围，教材的内容是大纲所规定的课程知识和内容的扩展与发挥。课程内容在教材中可以体现一定的深度或难度，但在大纲中对考核的要求一定要适当。

大纲与教材所体现的课程内容应基本一致；大纲里面的课程内容和考核知识点，教材里一般也要有。反过来教材里有的内容，大纲里就不一定体现。

### 三、关于自学教材

本课程使用教材为：《团体心理辅导》（第二版），樊富珉、何瑾编著，华东师范大学出版社，2022年。

### 四、关于自学要求和自学方法的指导

本大纲的课程基本要求是依据专业考试计划和专业培养目标而确定的。课程基本要求还明确了课程的基本内容，以及对基本内容掌握的程度。基本要求中的知识点构成了课程内容的主体部分。因此，课程基本内容掌握程度、课程考核知识点是高等教育自学考试考核的主要内容。

为有效地指导个人自学和社会助学，本大纲已指明了课程的重点和难点，在章节的基本要求中一般也指明了章节内容的重点和难点。

### 五、应试指导

#### 1. 如何学习

很好的计划和组织是你学习成功的法宝。如果你正在接受培训学习，一定要紧跟课程并完成作业。为了在考试中作出满意的回答，你必须对所学课程内容有

很好的理解。使用“行动计划表”来监控你的学习进展。你阅读课本时可以做读书笔记。如有需要重点注意的内容，可以用彩笔来标注。如：红色代表重点；绿色代表需要深入研究的领域；黄色代表可以运用在工作之中。可以在空白处记录相关网站，文章。

## 2. 如何考试

卷面整洁非常重要。书写工整，段落与间距合理，卷面赏心悦目有助于教师评分，教师只能为他能看懂的内容打分。回答所提出的问题。要回答所问的问题，而不是回答你自己乐意回答的问题！避免超过问题的范围

## 3. 如何处理紧张情绪

正确处理对失败的惧怕，要正面思考。如果可能，请教已经通过该科目考试的人，问他们一些问题。做深呼吸放松，这有助于使头脑清醒，缓解紧张情绪。考试前合理膳食，保持旺盛精力，保持冷静。

## 4. 如何克服心理障碍

这是一个普遍问题！如果你在考试中出现这种情况，试试下列方法：使用“线索”纸条。进入考场之前，将记忆“线索”记在纸条上，但你不能将纸条带进考场，因此当你阅读考卷时，一旦有了思路就快速记下。按自己的步调进行答卷。为每个考题或部分分配合理时间，并按此时间安排进行。

## 六、对考核内容的说明

1. 本课程要求考生学习和掌握的知识点内容都作为考核的内容。课程中各章的内容均由若干知识点组成，在自学考试成为考核知识点。因此，课程自学考试大纲中所规定的考试内容是以分解为考核知识点的方式给出的。由于各知识点在课程中的地位、作用以及知识自身的特点不同，自学考试将对各知识点分别按四个能力层次确定其考核要求。

2. 在考试之日起6个月前，由全国人民代表大会和国务院颁布或修订的法律、法规都将列入相应课程的考试范围。凡大纲、教材内容与现行法律、法规不符的，应以现行法律法规为准。命题时也会对我国经济建设和科技文化发展的重大方针政策的变化予以体现。

## 七、关于考试命题的若干规定

1. 本大纲各章所规定的基本要求、知识点及知识点下的知识细目，都属于考

核的内容。考试命题既要覆盖到章，又要避免面面俱到。要注意突出课程的重点、章节重点，加大重点内容的覆盖度。

2. 命题不应有超出大纲中考核知识点范围的题，考核目标不得高于大纲中所规定的相应的最高能力层次要求。命题应着重考核考生对基本概念、基本知识和基本理论是否了解或掌握，对基本方法是否会用或熟练。不应出与基本要求不符的偏题或怪题。

3. 本课程在试卷中对不同能力层次要求的分数比例大致为：识记占 20%，领会占 30%，简单应用占 30%，综合应用占 20%。

4. 要合理安排试题的难易程度，试题的难度可分为：易、较易、较难和难四个等级。每份试卷中不同难度试题的分数比例一般为：2:3:3:2。

必须注意试题的难易程度与能力层次有一定的联系，但二者不是等同的概念。在各个能力层次中对于不同的考生都存在着不同的难度。

5. 本课程考试试卷中可能采用的题型有：单项选择题、名词解释题、简答题、论述题和案例分析题等。

6. 考试方式为闭卷、笔试，考试时间为 150 分钟。评分采用百分制，60 分为及格。考生只准携带 0.5 毫米黑色墨水的签字笔、铅笔、圆规、直尺、三角板、橡皮等必需的文具用品。不可携带计算器。

## 附录 题型举例

### 一、单项选择题

1. 当团体成员带着希望和好奇，以及担心和恐惧时，团体心理辅导发展处于（ ）

- |         |         |
|---------|---------|
| A. 初期阶段 | B. 过渡阶段 |
| C. 工作阶段 | D. 结束阶段 |

参考答案：A

### 二、名词解释题

1. 团体心理辅导

参考答案：一门以心理学理论和技术为基础，在团体情境中提供心理教育的专业助人方法。

### 三、简答题

1. 简述甄选团体成员的常用方法。

参考答案：

- (1) 个别面谈法。
- (2) 心理测验法。
- (3) 书面报告法

#### 四、论述题

1. 试述团体辅导的主要特点。

参考答案：

- (1) 主题性。团体辅导会根据成员共有的议题或困扰，确定辅导主题。
- (2) 指导性。团体领导者发挥指导作用。
- (3) 结构式。事先做好充分的计划和准备，有明确的预定目标，有明确的练习，有固定程序的活动和练习实施团体，有明确的评估。
- (4) 发展性。团体辅导参加者都人格健康者，他们存在一定的苦恼或困恼。通过团体活动，帮助他们认识自己，学习新态度和心技能，改善人际关系，促进人格成长，开发心理潜能。
- (5) 短程性。团体辅导持续时间相对较短，在一定时间内可以达成。

#### 五、案例分析题

案例：初一（2）班班主任王老师发现，班上学生非常关注自己，但许多同学并不清楚自己是怎样的，其他同学的眼中的自己是什么样子。

假如你是学校心理健康教育老师，请帮助王老师设计相应的团体辅导方案。

参考答案：

- (1) 名称：猜猜我是谁。
  - (2) 目的：从他人的反馈中认识自己。
  - (3) 准备：白纸、笔
  - (4) 操作程序：首先，给每人发一章白纸，请写下 3-5 句描述自己的句子。如“我是……”，不写名字。
- 接下来，写完后折叠起来，放在场地中央。每人随机抽取一张，读出来后，请大家猜一猜谁写的，猜中的人说出理由。
- 最后，引导团体成员发表自己猜中别人或被猜中时的感受。