

高纲 4406

江苏省高等教育自学考试大纲

05628 团体咨询

南京师范大学编（2026 年）

I 课程性质与课程目标

一、课程性质和特点

《团体咨询》是一门以心理学为基础，整合团体咨询专业知识、理论与技术的课程，兼具专业基础和实践技能应用的性质。具体而言，应掌握以下几个方面：

(1) 夯实理论基础，构建系统化的知识体系。系统学习团体心理咨询的基础知识、发展脉络与主要理论，构建完整的学科知识框架，为后续的技能实践应用奠定坚实的科学基础。(2) 精通过程与技术，掌握团体运作的核心能力，掌握团体过程、影响机制、操作技术与常用练习，提升团体带领的核心能力，确保团体过程有序、有效、有深度。(3) 强化实践应用，培养解决实际问题的综合素养，熟练运用方案设计与效果评估方法，结合应用实例，实现从理论到实践的有效转化。

二、本课程设置的目的

本课程的开设，其目的在于使考生能够明确团体情境中各类心理现象及互动行为的发生条件与机制，掌握团体动力、成员关系及团体发展阶段对个体心理的影响规律，从而具备设计、带领与评估团体心理咨询的综合专业能力，为未来开展有效的团体心理服务、促进成员的心理成长与生活适应奠定坚实基础。

三、本课程的基本要求

通过本课程的学习，要求考生掌握团体心理咨询的理论知识与操作技能，注重体验反思与个人成长，在正确的心理学理论指导下，能够理论联系实际，设计方案并带领团体，同时恪守专业伦理，为开展有效的团体心理服务奠定基础。

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关团体心理咨询的概念及主要理论，并能够根据考核的不同要求，做正确的表述、选择和判断。

领会：要求考生能够领悟和理解本课程中有关团体心理咨询心理学的概念及相关理论的内涵及外延，理解团体动力与团体发展的规律，并能根据考核的不同要求对团体心理咨询有关问题进行分析 and 论证，做出正确的判断、解释和说明。

简单应用：要求考生能够根据已知的团体心理咨询理论，对团体心理咨询领

域的有关问题进行分析 and 论证，得出正确的结论或作出正确的判断。

综合应用：要求考生能够根据已知的团体心理咨询理论，对团体心理咨询领域的有关问题进行综合分析、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

第一章 团体心理咨询的基础

一、学习目的与要求

通过本章学习，了解团体与团体心理咨询的定义，明确其与个别咨询、团体辅导/治疗的异同，掌握团体心理咨询的特点、类型、功能及目标原则。

二、考核知识点与考核要求

（一）团体与团体心理咨询

识记：①团体；②团体心理咨询。

领会：①团体类型与团体工作；②团体对人心理行为的影响。

（二）团体咨询与个别咨询的异同

领会：①心理咨询的形式；②团体咨询与个别咨询的异同；③个别咨询与团体咨询的适用情况。

（三）团体心理咨询的特点

识记：①团体心理咨询的独特性；②团体心理咨询的长处与局限性。

领会：①学校运用团体心理咨询的好处。

（四）团体心理咨询的类型

识记：①团体心理咨询的分类标准。

领会：①不同分类标准下的各类型团体心理咨询的概述。

（五）团体心理咨询的功能

识记：①团体心理咨询的功能。

领会：①团体心理咨询的教育功能；②团体心理咨询的发展功能；③团体心理咨询的预防功能；④团体心理咨询的治疗功能。

（六）团体辅导、团体咨询与团体心理治疗

识记：①团体辅导；②团体咨询；③团体心理治疗。

领会：①团体辅导、团体咨询与团体心理治疗的联系与区别；②团体形式的

服务类型；③学校团体工作的定位。

（七）团体心理咨询的目标与原则

识记：①团体心理咨询目标的层次。

领会：①团体心理咨询目标的功能；②团体心理咨询的一般目标及过程目标；③团体心理咨询的短期目标与长期目标；④团体心理咨询的原则。

三、本章关键问题

本章关键问题：①团体咨询与个别咨询的异同；②团体心理咨询的特点与类型；③团体心理咨询的类型；④团体心理咨询的功能；⑤团体辅导、团体咨询与团体心理治疗的联系与区别；⑥团体心理咨询的目标与原则。

第二章 团体心理咨询的历史与发展

一、学习目的与要求

通过本章学习，领会团体心理咨询的探索期、发展期与现状，了解其未来发展趋势，理解发展历程对团体心理咨询的影响。

二、考核知识点与考核要求

（一）团体心理咨询探索期

领会：①普拉特开创性的工作；②职业辅导的兴起；③精神病学家的探索；④心理学家的探索。

（二）团体心理咨询发展期

领会：①团体心理咨询的发展脉络。

（三）团体心理咨询与治疗的现状

领会：①团体心理咨询在美国；②团体心理咨询在日本；③我国台湾地区团体心理咨询的发展与现状；④我国香港地区团体心理咨询的发展与现状；⑤团体心理咨询在大陆的发展。

（四）团体心理咨询未来的发展趋势

领会：①团体心理咨询发展新特点。

三、本章关键问题

本章关键问题：①团体心理咨询的探索期、发展期与现状；②团体心理咨询未来的发展趋势。

第三章 团体心理咨询的主要理论

一、学习目的与要求

通过本章学习，了解心理咨询理论对团体心理咨询的贡献，理解团体动力学与社会学习理论，领会团体中的人际沟通理论，进而有效地引导团体发展。

二、考核知识点与考核要求

（一）心理咨询理论对团体心理咨询的贡献

领会：①个人中心治疗理论；②心理分析治疗理论；③行为治疗理论；④理性情绪治疗理论；⑤人际相互作用分析理论。

（二）团体动力学与社会学习理论

识记：①团体动力学；②社会学习理论；③团体凝聚力。

领会：①团体动力学的理论基础；②团体凝聚力的作用与特征；③团体凝聚力与团体效能；④团体凝聚力的影响因素；⑤社会学习理论的基本观点。

（三）团体中的人际沟通理论

识记：①人际沟通的特点及功能；②人际沟通的形式；③人际沟通的渠道；④人际吸引的规律。

领会：①沟通的一般模式与团体内的沟通形式；②语言沟通与非语言沟通；③有效沟通的原则与方法。

简单运用：①有效沟通的方法。

三、本章关键问题

本章关键问题：①团体动力学与社会学习理论；②有效沟通的原则与方法。

第四章 团体心理咨询的领导者

一、学习目的与要求

通过本章学习，认识领导与领导行为，领会团体领导者的条件、团体领导者的角色与功能，明晰团体领导者的专业伦理，了解团体领导者的专业训练。

二、考核知识点与考核要求

（一）领导与领导行为

识记：①团体领导者；②团体心理咨询成功的四个要素；③领导与领导者。

领会：①管理者与领导者的区别；②团体中常见的领导行为。

简单应用：①不同领导风格对团体的影响。

（二）团体领导者的条件

识记：①团体效能的关键；②成功领导者应具备的条件。

领会：①团体领导者的人格特质与团体形态的关系；②关于成功团体领导者人格特质的三种观点。

（三）团体领导者的角色与功能

识记：①共情；②无条件积极关注；③真诚；④团体领导者的基本态度与职责。

领会：①团体领导者的角色；②团体领导者的基本职责；③团体领导者的任务；④团体咨询中领导者应注意的问题；⑤对领导者行为的评估。

（四）团体领导者的专业伦理

识记：①团体专业伦理的意义与功能。

领会：①团体心理咨询中的法律保障；②我国台湾地区团体领导者的专业守则；③大陆团体心理咨询工作者的伦理要求。

（五）团体领导者的专业训练

识记：①理想的团体领导者训练；②训练团体领导者的基本要求。

领会：①团体领导者的个人成长；②团体领导者的理论学习；③团体领导者的实际工作训练。

三、本章关键问题

本章关键问题：①团体领导者的条件；②团体领导者的角色与功能；③团体领导者的专业伦理与专业训练。

第五章 团体心理咨询的阶段及影响因素

一、学习目的与要求

通过本章学习，领会团体心理咨询的发展过程，了解影响团体心理咨询效果的因素，体会团体凝聚力与团体气氛；领会团体心理咨询独特的治疗机制，掌握团体心理咨询过程中特殊的成员及其应对。

二、考核知识点与考核要求

（一）团体心理咨询的发展过程

领会：①罗杰斯的团体发展阶段；②加伦、琼斯及哥朗尼的团体发展模式；

③柯里的四阶段发展论；④团体咨询五阶段及特征。

（二）影响团体心理咨询效果的因素

领会：①团体咨询过程中的影响因素；②影响团体动力系统的变量因素；③影响团体咨询效果的团体特征因素；④有效沟通的障碍因素；⑤影响团体治疗效果的因素；⑥从团体被广泛应用的理由看影响因素。

（三）团体凝聚力与团体气氛

识记：①团体凝聚力。

领会：①团体凝聚力的内涵及呈现指标；②影响团体凝聚力的因素；③团体过程中的团体气氛；④团体过程中成员自我认识的变化。

简单应用：①增强团体凝聚力的方法。

（四）团体心理咨询独特的治疗机制

领会：①疗效因子；②团体的治疗性因素；③团体咨询的影响机制。

（五）团体心理咨询过程中特殊的成员及其应对

领会：①团体成员的角色类型。

简单应用：①应对特殊成员的方法。

三、本章关键问题

本章关键问题：①影响团体心理咨询效果的因素；②团体凝聚力与团体气氛；③团体心理咨询独特的治疗机制；④团体心理咨询过程中特殊的成员及其应对。

第六章 团体心理咨询过程常用技术

一、学习目的与要求

通过本章学习，了解和掌握团体咨询的各种技术与方法，有效引导团体咨询发展，达到团体咨询目标，促进团体成员个人的成长与改变。

二、考核知识点与考核要求

（一）团体心理咨询常用的基本技术

领会：①团体技术分类；②团体技术的使用原则。

简单应用：①反应的技术；②互动的技术；③行动的技术。

（二）团体心理咨询不同阶段的技术

综合应用：①组成技术；②起始技术；③过程技术；④结束技术；⑤追踪技术。

（三）团体讨论的技术

识记：①团体讨论；②团体讨论的目的；③团体讨论的形式。

领会：①团体讨论的功能；②团体讨论的技术；③团体讨论中领导者的任务。

简单应用：①头脑风暴法；②问题揭示法；③工作分配法；④菲利普六六讨论法。

（四）团体心理咨询的其他技术

简单应用：①角色扮演法；②行为训练的技术。

三、本章关键问题

本章关键问题：①团体心理咨询常用的基本技术；②团体心理咨询不同阶段的技术；③团体讨论的技术；④团体心理咨询的其他技术。

第七章 结构式团体练习及其应用

一、学习目的与要求

通过本章学习，领会团体练习的目的与应用原则，掌握团体练习的类型与方法，能够应用不同目的的团体练习。

二、考核知识点与考核要求

（一）团体练习的目的与应用原则

识记：①结构式练习。

领会：①结构式练习运用的目的与应用效果；②结构式团体练习的功能；③团体练习应遵循的一般原则；④安排练习的具体原则；⑤团体练习的伦理问题。

（二）团体练习的类型与方法

识记：①团体练习常见类型。

领会：①选择和预备团体练习；②团体练习内容的安排程序。

简单应用：①团体练习十种常见类型。

（三）不同目的的团体练习

领会：①促进团员相识的练习；②建立互相信任与彼此接纳的练习；③加强团队合作的练习；④促进成员自我探索的练习；⑤探索家庭影响的练习；⑥澄清价值观的练习；⑦集思广益互助解难的练习；⑧结束团体的练习。

综合应用：①促进团员相识的练习举例；②建立互相信任与彼此接纳的练习举例；③加强团队合作的练习举例；④促进成员自我探索的练习举例；⑤探索家

庭影响的练习举例；⑥澄清价值观的常用练习；⑦集思广益互助解难的常用练习；⑧结束团体的练习举例。

三、本章关键问题

本章关键问题：①团体练习的目的与应用原则；②比较各种类型的团体练习各自的特点。

第八章 团体心理咨询方案的设计与实施

一、学习目的与要求

通过本章学习，领会团体心理咨询方案设计的目的与功能，了解团体心理咨询方案设计的内容，明晰团体心理咨询方案的步骤，领会团体心理咨询方案设计举例，掌握团体心理咨询方案实施。

二、考核知识点与考核要求

（一）团体心理咨询方案设计的目的与功能

识记：①团体心理咨询方案设计。

领会：①团体心理咨询方案设计模式；②团体心理咨询方案设计应具有的特点；③设计团体心理咨询方案前应考虑的因素。

（二）团体心理咨询方案设计的内容

识记：①团体性质；②团体名称；③团体目标。

领会：①团体心理咨询方案设计原则；②团体心理咨询方案设计的内容；③非结构性团体心理咨询设计特点。

（三）团体心理咨询方案的步骤

领会：①方案设计的一般步骤；②团体各阶段设计的重点；③每次团体活动的设计内容；④团体方案设计应注意的问题。

（四）团体心理咨询方案设计举例

综合应用：①大学生成长小组；②班级团队合作训练方案；③领导才能训练团体；④危机情绪管理团体；⑤自我肯定工作坊；⑥亲职团体培训方案；⑦焦虑症团体治疗；⑧卒中后抑郁病人团体治疗方案。

（五）团体心理咨询方案实施

领会：①团体的形成；②团体的启动；③团队的运作；④团体的结束。

三、本章关键问题

本章关键问题：①团体心理咨询方案设计的目的与功能；②团体心理咨询方案设计的内容；③团体心理咨询方案设计的步骤；④团体心理咨询方案实施。

第九章 团体心理咨询的评估

一、学习目的与要求

通过本章学习，领会团体心理咨询评估概述，理解团体心理咨询评估的理论模式，掌握团体心理咨询评估方法。

二、考核知识点与考核要求

（一）团体心理咨询评估概述

识记：①评估；②团体心理咨询评估；③评估的基本要求；④评估的目的及作用；⑤评估的类型。

领会：①团体效果评估的不同层面；②评估的参与者。

（二）团体心理咨询评估的理论模式

领会：①陆弗的评估模式；②戴伊的评估模式；③卡尔卡的评估模式；④斯塔夫莱比姆的评估模式；⑤综合评估设计模式。

（三）团体心理咨询评估方法

识记：①选择评估方法的原则。

领会：①评估前必须考虑的问题；②评估方式的选择；③团体过程的记录方法；④适用于团体的评估方法；⑤评估应注意的事项。

简单应用：①行为量化法；②标准化的心理测验；③自编调查问卷；④主观报告法。

三、本章关键问题

本章关键问题：①团体心理咨询评估概述；②理解团体心理咨询评估的理论模式；③团体心理咨询评估方法。

第十章 团体心理咨询应用实例

一、学习目的与要求

通过本章学习，领会团体心理咨询在学校教育中的应用，理解团体心理咨询在适应与发展中的应用，了解团体心理咨询与治疗应用实例。

二、考核知识点与考核要求

（一）团体心理咨询在学校教育中的应用

识记：①学校团体咨询的作用及类型。

领会：①团体咨询在新生入学教育中的应用；②团体咨询在课堂教学过程中的应用；③班级团体辅导。

（二）团体心理咨询在适应与发展中的应用

领会：①大学生成长小组；②生涯规划与发展团体；③大学生人际交往团体训练。

（三）团体心理咨询与治疗应用实例

综合应用：①团体心理咨询与治疗应用实例。

三、本章关键问题

本章关键问题：①团体心理咨询在学校教育中的应用；②团体心理咨询在适应与发展中的应用；③团体心理咨询与治疗应用实例。

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

课程自学考试大纲依照专业考试相关要求，结合自学考试自身特点制定而成，主要用于规范并指导个人自主学习、社会助学辅导以及课程考试命题工作。

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，是自学者学习教材、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：《团体心理咨询》，樊富珉主编，高等教育出版社，2005

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。

五、应考指导

1. 如何学习

制定清晰规划、做好自我管理，是学习取得成效的关键。参与课程学习时，务必紧跟授课节奏，认真完成各项学习任务。想要在考试中发挥稳定、作答出色，就要全面吃透课程知识，做到融会贯通。可定期复盘学习成果，把控整体学习节奏。研读课本时及时整理笔记，用不同彩笔标注内容：红色标记核心考点，蓝色标注疑难问题，橙色标注实践应用知识。在书本空白处记录相关资料与参考内容，便于后续复习巩固。

2. 如何考试

卷面整洁度至关重要。作答时字迹规范工整，段落排布清晰、间距匀称，清爽美观的卷面能给阅卷人留下良好印象，阅卷评分也以清晰可辨的作答内容为准。答题需紧扣题干要求，精准回应问题核心，勿偏离题意、随意拓展无关内容。

3. 如何处理紧张情绪

正视内心对失利的担忧，保持积极乐观的心态。不妨向已顺利通过考试的前辈请教经验、汲取方法。感到紧张时可深呼吸调节状态，平复心绪、理清思路。考前规律饮食、补足体能，以沉稳从容的状态迎接考试。

4. 如何克服心理障碍

这类状况十分常见，若考试中遇到此类问题，可参考以下应对办法：考前先梳理知识关键提示点并熟记于心，进入考场拿到试卷后，立刻将脑中浮现的解题思路快速书写下来。答题时把控自身节奏，为各类题型合理分配作答时长，严格依照时间规划有序完成答卷。

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，在自学考试中成为考核知识点。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、判断改错题、名词解释题、简答题、论述题、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. 某学生考试失利后, 抱怨题目太难、老师判分不公, 却不愿承认自己复习不充分, 这种行为属于自我防卫机制的 ()

- A. 压抑 B. 合理化 C. 投射 D. 升华

参考答案: B

二、判断改错题

1. 团体动力学的理论基础是勒温的场论。

参考答案: √。

2. 1940 年, 英国精神病学家柏恩最先提出实施集体分析治疗。

参考答案: ×, “柏恩” 改为 “福尔克斯”。

三、名词解释题

1. 团体心理咨询

参考答案: 团体心理咨询是在团体情境下进行的一种心理咨询形式, 它是通过团体内人际交互作用, 促使个体在交往中通过观察、学习、体验, 认识自我、探讨自我、接纳自我, 调整改善与他人的关系, 学习新的态度与行为方式, 以发展良好适应的助人过程。

四、简答题

1. 简述团体心理咨询的评估者。

参考答案: (1) 团体督导者; (2) 团体领导者; (3) 团体观察员; (4) 团体成员; (5) 团体成员相关的重要他人。

五、论述题

1. 试述加伦、琼斯及哥朗尼的团体发展模式。

参考答案:

关于团体发展模式, 加伦、琼斯及哥朗尼提出五阶段说:

(1) 第一阶段: 组合前期。这一阶段的特色是接近与逃避。虽然这时成员开始接触、互相认识, 但也不想太亲密, 还要保持距离以保护自己。

(2) 第二阶段: 权力与控制期。团体成员在此期间开始角逐团体内地位, 开始权力争斗, 有时还会与团体领导者产生权力上的矛盾。这时期团体的完整与个人的关系亦产生矛盾。所以, 有些成员会因不能取得权力而要求退出团体, 也会因不想受团体规范控制而有变化。

(3) 第三阶段：亲密期。虽然此时成员在服从与不服从团体规范的状态下继续处于紧张状况，但开始互相了解、互相依赖。

(4) 第四阶段：分辨期。因为团体已达到整合，所以成员间可以自由发表意见而不怕得罪别人，而且常有互相支持现象。成员之间的沟通已达到最融洽点，不再产生权力争斗，而达到团体的整体性。

(5) 第五阶段：分离期。团体在这个阶段已趋成熟。团体目的大多已实现，成员来团体主要是友谊的联系，一旦熟悉到不用参加团体的活动也可以联系友谊时，成员参加团体活动便会散漫。但当提出结束团体时却会拒绝，不承认团体目标已达成，有些人甚至会表现倒退。在这个阶段常见成员回味以往团体的一切。

六、案例分析题

成员：“现在的研究生教育水平很差，学生在混，老师在忙自己的事，根本学不到真本事，简直就是浪费生命”。

领导者：“你觉得现在的研究生教育水平不行，读研究生在浪费你的生命。但你仍然继续读着，能告诉我们这是为什么吗？”

问题：

- (1) 这段话反映了团体成员存在什么问题？
- (2) 领导者使用了何种行动技术来解决上述问题？
- (3) 除了上述情况，一般还有哪些情况，领导者需要使用这种技术？

参考答案：

(1) 这段话反映了团体成员存在思想和行为方面的矛盾，即现在所说的和所做的不一致。

(2) 面质技术。面质技术是个别咨询和团体咨询的一种常用技术，是指当团体领导者认清成员在思想、感觉、行为方面的矛盾和不一致时，应明确指出，并要求回答。

(3) 除了上述情况，一般还有以下三种情况需要面质：①成员所说的与所感受的不一致；②成员现在所说的与过去所说的不一致；③成员所说的与领导者觉察的不一致。