

# 团体心理辅导对初二学生班级环境的影响

沈永江<sup>1</sup>, 张景焕<sup>2</sup>

(1.南通大学教育科学学院,江苏 南通 226007;2.山东师范大学心理学院,山东 济南 250000)

【摘要】 目的:本研究旨在探索团体心理辅导对初二学生班级环境的影响。方法:选择南通市某中学的初二(4)班为实验班、初二(6)班为对照班,对实验班进行团体心理辅导的干预,采用江光荣《我的班级》问卷进行测量。结果:团体心理辅导明显改善了实验班的师生关系( $P<0.001$ )和同学关系( $P<0.05$ )。结论:团体心理辅导对实验班的班级环境产生了积极的作用。

【关键词】 团体心理辅导; 班级环境; 初二学生

中图分类号: R395.5

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2011)03-0410-03

## Influence of Group Guidance on Second Grade Junior Middle School Students' Class Environment

SHEN Yong-jiang, ZHANG Jing-huan

School of Education Science of Nantong University, Nantong 226007, China

【Abstract】 **Objective:** To study the influence of group guidance on second grade junior middle school students' class environment. **Methods:** Class 4 grade 2 from Nantong experimental middle school was chosen as the experimental class to accept group psychological intervention, while Class 6 from the same grade and the same school as the control class. **Results:** Group guidance notably improved teacher-student relation ( $P<0.001$ ); It also notably improved student-student relation ( $P<0.05$ ). **Conclusion:** Group guidance plays a positive role in improving class environment.

【Key words】 Group guidance; Class environment; Second grade junior middle school students

初二年级是学生心理个性学习等出现分化的危险阶段,有的学生出现了紧张、自卑等心理,有的还会出现程度不同的对抗情绪及逃避、说谎、破坏等不良行为,这些现象会直接影响学生的学习与发展,被称为初二现象<sup>[1]</sup>。班级环境对初中生学校适应存在显著影响<sup>[2]</sup>,班级环境与初中生的心理健康有密切关系<sup>[3]</sup>,良好的班级环境、良好的班风应该能够减少或避免初二学生的一些不良心理行为的产生。研究表明,团体心理辅导能有效地促进师生关系、融洽师生情、同学情,创造积极活跃、协调融洽的班级心理氛围<sup>[4]</sup>。

因此,本研究试图通过团体心理辅导改变初二学生的班级环境,给学生营造一个相互理解、支持、安全和积极竞争与合作的班级心理氛围,促进学生的学习和发展。

## 1 对象与方法

### 1.1 研究对象

实验班级:南通市某中学初二(4)班,共41人,女生21人,男生20人。对照班级:南通市某中学初二(6)班,共46人,女生30人,男生16人。

### 1.2 团体辅导程序

根据班级心理环境的内涵以及教师建议,参考已有的活动方案,本研究设计了6次系列活动,分为三个阶段,热身阶段、辅导阶段和结束阶段。活动安排见表1。

按照干预手册,利用班会活动课的时间对实验班学生展开一次90分钟的干预活动,控制班学生同时进行常规的班会活动课。

### 1.3 评估工具

选用江光荣“我的班级”问卷<sup>[5]</sup>测量。问卷包括5个维度,共38个题目。五个维度分别是:师生关系、同学关系、秩序和纪律、竞争和学习负担。

## 2 结果

### 2.1 团体心理辅导前后实验班与对照班比较

表2的数据表明,团体心理辅导有效的改善了实验班的师生关系、同学关系,但秩序纪律、竞争和学习负担三个维度从数据上看,虽也有提高,但没有出现显著性差异。

### 2.2 实验班学生对团体心理辅导效果的反映

2.2.1 对团体心理辅导本身的感受 团体心理辅导在南通市某中学还是第一次开展,刚开始时学生们对团体心理辅导仍有一些疑虑,在第一次团体心理辅导时,他们并不是很积极,在感受到团体心理辅导带给他们快乐和启迪以后,他们逐渐喜欢上了团体

心理辅导,团体心理辅导甚至成为了他们一周之中最期盼的课。

路影:刚开始上心理辅导课时,心里怪怪的,总觉得我们有什么问题。可当上了第一堂课,我就觉

得跟我心里想的不一样。……在欢快的游戏中,我知道了人与人之间需要沟通。……在第二次团辅课上,我们要学会赞美他人,发现他人的优点。……团辅课让我们学会了很多!

表 1 团体心理辅导活动设置表

单元			目标	活动流程
热身阶段	活动一	沟通的魅力	使学生认识到沟通的意义,促进同学之间的相互了解、相互欣赏互相关爱,激发学生参与团体心理辅导的热情。	1. 暖场 2. 沟通游戏 3. 我曾经误会了谁? 沟通小故事 4. 信任互握手 5. 共唱“我们都是一家人”结束
辅导阶段	活动二	探索自己、了解别人	使学生清楚人际了解在与人相处中的作用,对自己的了解是了解别人的前提,自我了解和了解他人是有效交往的基础,掌握了解他人的策略。	1. 暖场、共唱“我们都是一家人” 2. “我是-----”游戏及讨论 3. 选举游戏及讨论 4. 大讨论 5. 共唱“歌声与微笑”结束
	活动三	老师,我们爱您	使学生换一个视角看待老师,回忆老师的点点滴滴,理解老师的要求和行为,激发学生喜欢和爱自己的老师。	1. 情景创设 2. 视频“老师的手” 3. 我的老师 4. 老师,我想对您说 5. 小结、布置作业:学习竞赛
	活动四	远离游戏,投入学习	使学生清楚认识到网络游戏的危害,以及如何正确使用互联网,促进我们的学习。	1. 暖场 2. 观看网络游戏的视频 3. 讨论 4. 布置作业:遵守纪律比赛
	活动五	珍惜今日情,预告结束期	预告活动结束日期等,让学生有心理准备并畅想班级未来。	1. 共唱“我真的很不错”结束 2. 暖场、共唱“我们都是一家人” 3. 脑力共激荡---设计班级未来 4. 讨论如何实现 5. 预告活动结束日期
结束阶段	活动六	我们永远是朋友	通过本次活动圆满结束班级团体心理辅导,使学生对班级的发展充满期望,并激励他们为实现目标而努力。	1. 共唱“歌声与微笑”结束 2. 暖场 3. 户内活动 4. 共唱“我们都是一家人” 5. 户内活动 6. 结束大团圆 7. 共唱“歌声与微笑”结束

表 2 团体心理辅导前后实验班与对照班评估结果比较

	前测			后测			前后测差值比较		
	实验组	对照组	t	实验组	对照组	t	实验组	对照组	t
师生关系	19.02±7.40	16.54±6.65	1.648	23.63±4.68	17.35±6.78	4.973***			
同学关系	17.22±4.39	19.87±6.30	-2.295*	17.51±3.33	17.30±4.65	0.241	0.30±5.45	-2.57±7.62	1.990*
秩序纪律	14.07±4.83	15.54±5.79	-1.277	16.88±2.04	16.09±3.60	1.279			
竞争	13.95±5.05	15.65±5.15	-1.543	13.98±3.75	15.63±4.58	-1.831			
学习负担	14.55±4.36	16.72±4.75	-2.193*	12.85±3.47	15.09±4.45	-2.589*	-1.53±4.51	-1.63±7.37	0.081

注: \* $P<0.05$ , \*\* $P<0.01$ , \*\*\* $P<0.001$

2.2.2 对师生关系的体验 这个班级确实是学校里最令人头痛的、最差的班级,用体育教师做班主任的班级,在这个学校并不多,体育教师给人以威严,师生之间的亲密度比较低,学生不太能理解老师的做法,虽然表面上能够服从,但内心还是有很多抗拒。经过团体心理辅导,效果最好的就是师生关系的改变,学生开始理解老师的教育措施,逐步明白老师的良苦用心,内心不再抵触老师的教育,甚至积极服从老师的管理了,团体心理辅导中,班主任老师与同学们真诚的对话与拥抱,令许多同学感动得流下了眼

泪,师生关系得到了很大的改善。

翰笑:……这次团体辅导课也让我与老师的距离拉近了;也让我们与老师的关系变得更加和谐,亲密了;也让我知道……

2.2.3 对同学关系的体验 同学关系差是这个班级的又一个特点,同学们之间小团体多,班级凝聚力差,课间和平时同学们的争斗时有发生,“霸道”的同学大有人在,所以班风非常不好。经过团体心理辅导,大多数同学开始认识到沟通、理解以及处好同学关系很有必要。

纪威风:……在团辅之前,我的人际关系质量特别的差,在学校里简直到了无人问津的地步了。追根究底,还是我太“霸道”了,令人望而生畏呀!这是我很早就想到了,班主任老师也跟我说过,我当然也采取行动来弥补,但也无济于事。我恼火至极,最终任其发展,直至今日的结局。听了团辅讲解后我采取恰当的方法和同学沟通,收到了一些成效,我心甚慰呀!我相信,用这种方法坚持下去,我的“人际关系树”一定会枝繁叶茂的。

2.2.4 对秩序和纪律的体验分析 每一个老师都反映,在每一科目的每一堂课上,老师都要多次强调课堂纪律并多次提醒,包括团体心理辅导课,尤其是在第一次和第二次上课的时候,后来有所好转,但与我所做过的其他任何一期的对象比,这个班级的学生在遵守纪律方面都是最差的,因为不遵守纪律的不是个别学生而是一群学生。总体而言,在秩序和纪律、合作与竞争方面,学生的表现也有所好转,但转变的效果有限。

2.2.5 对学习方面的体验分析 学习负担与学生的学习成绩、兴趣、学习的动力等密切相关,在一定的学习任务下,学习好、兴趣强、动力足的学生所感到的学习负担小,否则,学生的负担则重。在团体心理辅导过程中,并没有特别安排学习兴趣或动机的内容,但安排了学习竞赛、作业竞赛、以及提高自己的课程考试分数作为作业,由学生自己努力,结果发现大多数学生还是很积极的完成,并期待自己有所提高和改变。

### 3 讨 论

从数据上看,团体心理辅导对实验班的师生关系和同学关系产生了明显的积极影响,竞争、学习负担、秩序纪律尽管没有出现显著性变化,但结合学生感想分析,从总体上看团体心理辅导对实验班的班级环境产生了积极作用,改善了班级环境。

团体心理辅导的一个很重要的功能就是改善成

员的人际关系,团体心理辅导创设了一种积极的情感氛围和模拟情境,促使教师和学生能够彼此沟通、理解和支持,也促使教师以新的视角来审视学生尤其是“问题学生”,发现他们的优点和需要并适当的满足他们;同时,学生也以积极的态度来看待老师,看待老师的管理和要求,积极的配合老师、亲近老师,形成彼此欣赏的心态,老师感到鼓舞,学生感到轻松和愉快,形成新的良好的师生关系。团体心理辅导中,老师与同学们真诚的对话与拥抱,令许多同学感动得流下了眼泪,师生关系得到了很大的改善。同样,同学关系也因此得到有效的改善。

王桂平的研究结论认为团体心理辅导对于调节和改善秩序纪律有很明显的作用,她认为不能以学校和社会认可的方式满足自己需要的学生常常是学校中的违纪儿童,他们孤独、气愤、公然反抗,教师的任务是帮助这些学生学会以更好的方式满足自己的需要<sup>[6]</sup>。在此过程中,学生需要的不只是对他们遵守纪律的行为进行奖励,对违纪行为进行惩罚,教师要像教读写算那样耐心地教给学生遵守班级规范和社会交往所需要的各种技能。教师要应对学生的违纪行为,就必须创造各种让学生学习和发展确保他们在课堂上表现良好的必要技能的机会。

### 参 考 文 献

- 1 向明凯,段立欣,吴兰波. 直击“初二现象”. 中学生,2008,10:14-15
- 2 谭千保,陈宇. 班级环境对初中生学校适应的影响. 中国临床心理学杂志,2007,15(1):51-55
- 3 袁立新,张积家,林丹婉. 班级环境对初中生心理健康的影响. 中国学校卫生,2008,1:59-60
- 4 王玉芝. 团体心理辅导活动在班级中开展的策略. 班主任之友,2006,2:44-45
- 5 任志洪. 核心自我评价、班级环境对中学生抑郁影响的多层线性模型研究. 福建师范大学硕士学位论文,2007
- 6 王桂平,陈会昌. 班级心理辅导提高初中生遵守纪律能力的实验研究. 教育理论与实践,2008,28(4):58-61
- (收稿日期:2010-09-03)
- 8 Carpenter PA, Just MA, Shell P. What one intelligence test measures: A theoretical account of the processing in the raven progressive matrices test. Psychological Review, 1990, 4(3): 404-443
- 9 Embretson SE. Cognitive test design systems: Application to abstract reasoning. Paper presented at the 1995 annual meeting of the American Education Research Association. April, San Francisco, CA, 1995
- 10 戴海琦,刘声涛. 瑞文推理测验项目认知难度因素分析及LLTM拟合验证. 心理与行为研究,2004,2(2):411-414
- 11 周骏,戴海琦,徐淑媛,康春花. 用于项目生成的认知模型的构建与比较. 心理学探新,2010,30(3A):56-62
- 12 周骏,戴海琦,徐淑媛. 矩阵完成问题的项目生成研究. 心理与行为研究,2010,8(3B):166-171
- 13 侯杰泰,温忠麟,成子娟. 结构方程模型及其应用. 北京:教育科学出版社,2004. 25-51,90,154-165
- 14 Hu L, Bentler PM. Fit indices in covariance structure modeling: Sensitivity to underparameterized model misspecification. Psychological Methods, 1998, 3: 424-453
- (收稿日期:2010-12-22)

(上接第322页)