第34卷第3期 2018年8月

广东农工商职业技术学院学报 Journal of Guangdong Agriculture Industry Business Polytechnic

Vol.34 No.3 Aug. 2018

高职教育理论与实践]

团体辅导改善学生学习动力的应用研究

刘妍

(广东农工商职业技术学院商学院，广东广州510507)

摘要:该文以广东农工商职业技术学院商学院学生为样本,通过调查问卷、访谈等方式，分析学生学习动力不足的成因, 并针对学习动力不足的学生开展团体心理辅导，进行有针对性的心理干预。结果表明，通过团体心理辅导，学生的自信心明 显提高、学习目的更加准确、人际交往能力有所提高、考试焦虑水平有所下降，团体心理辅导可以有效改善学生的学习动力。 关键词：学习动力；团体辅导;心理辅导

中图分类号：G448 文献标识码:A 文章编号：1009-931X(2018) 03—0037-04

收稿日期：2018-05-03

基金项目：广东衣工商职业技术学院科研课题（xyyb1517)

作者简介:刘妍（1983—），女，回族，河南信阳人，讲师，硕士，研究方向：大学生心理健康教育与心理咨询。

随着高校扩招，越来越多的适龄青年有机会进入 高校学习,有力地推动了我国高等教育从精英教育走 向大众化教育，也将为我国深入推进供给侧结构性改 革提供重要助力。然而,高校扩招之后，部分学生的 学习基础普遍较差，还有\_些学生存在厌学情绪，学 习动力不足。为此，笔者以广东农工商职业技术学 院商学院学生为样本,将团体心理辅导引入到学生 学习动力的干预中，力求激发学生的学习动力。

\_、研究综述

学习动力历来是教育心理学研究的热点。国内 外相关研究表明，学习动力不足在大学生群体中普 遍存在。万晓红（2002)对某大学148名大学生调 查发现,55.5%的学生学习目标不明确^。郑日昌 (2000)对某大学物理系学生进行了问卷调查，结果 62%的学生认为，其学习勤奋程度比高中下降;在学 习积极性方面，只有23%的学生主动学习。学习动 力不足，不仅影响到学生的学习成绩,也会影响到学 生的身心健康，出现焦虑、抑郁、情绪低落等负性情 绪，还会导致学生的自信心和自尊感下降，严重者则 会出现心理问题。针对学习动力不足，Linnenbrink & Printric(2002)等学者曾编制了学习动力量表，力 图从不同角度分析学习动力的来源，并开展了实证 研究0。国内，黄益萍、曾接贤（2005),李静、丁宁 (2015)也从不同角度分析了大学生学习动力的成 分，以及学习动力不足的主要表现M。李平平、王 文娟（2015)等还以高职生为对象进行了分析0。

然而，现有研究大多倾向于笼统地分析学生学习动力不足的原因，并提出从改进教学内容与方法， 改革教学管理制度、提高教师素质，把好教学质量关 和加强理想教育，树立正确的学习目标等宏观层面 来解决学生学习动力不足的问题。目前的相关实证 研究大多以普通高校学生为研究对象，以高职生为 对象的相对较少，而在研究中引入团体心理辅导进 行干预的就更为少见。因此，笔者拟以广东农工商 职业技术学院商学院2015级、2016级学生（调查期 间为一、二年级学生）为样本,通过调查问卷、访谈 等方式，分析学生学习动力不足的成因，并针对学习 动力不足的学生开展团体心理辅导，进行有针对性 的心理干预，力求从心理学微观层面分析并解决学 习动力不足问题。

二、学生学习动力概况

分析团体心理辅导在提高学生学习动力方面的 作用，首先要了解学生学习动力的现状。为此，笔者 结合杨渝川、王卫红、张庆林编制的《大学生学习动 机调查问卷》63和样本特点,编制了《高职院校学生 学习动力调查问卷》,并以广东农工商职业技术学 院商学院2015级、2016级的学生为样本进行分析。

(一）调查问卷设计

《高职院校学生学习动力调查问卷》主要包括 两个部分:第一部分是基本信息，包括学生的性别、 年龄、专业、年级、家庭经济情况、是否独生子女、生 源地、父母受教育程度等情况。第二部分是学习动 力状况,包括求知进取、集体取向、物质追求、害怕失 败、个人成就、他人取向等6个维度,分别测试大学

生的6种学习动力强度;再具体细分，这6个维度的 学习动力状况又分为26个具体项目。学习动力状 况的26个具体项目均包括“2”三个选项， “〇”表示“自己没有这种学习动力” “1”表示“自己 有这种学习动力但不十分强烈” “2”表示“自己比 较强烈”。同时，笔者采用座谈会或\_对\_访谈的 形式，与部分学生、教师、辅导员进行面对面交谈，并 对访谈的内容进行归纳整理，以充实研究内容，增强 研究可信度。

(二）问卷结果分析

2016年10月，笔者向广东农工商职业技术学 院商学院2015级、2016级共1763名学生发放了 《高职院校学生学习动力调查问卷》，回收问卷1687 份，回收率为95.7%。其中，有效问卷1576份，问卷 有效率为89.4%。计算6个维度的学习动力状况的 平均分，结果为求知进取1.3264、集体取向0.8763、 物质追求1. 7325、害怕失败1. 0125、个人成就 0.8876、他人取向0.9372,6个维度的总体平均为 1.1283。在各因素中，因素一求知进取、因素三物质 追求和因素四害怕失败的平均分超过1,表明求知 进取、物质追求和考试压力是激发学生学习动力的 重要因素。因素二集体取向、因素五个人成就和因 素六他人取向的平均分低于1,说明集体荣誉感、个 人价值观在激发学生学习动力方面作用有限。从具 体项目来看，学生的学习目的具有明确的目的性，物 质追求明显，其平均分居6个维度之首。在具体项 目中，有91.6%的学生在物质追求维度下的“为了找 —个报酬高的职业”项目中选择了 “2”，表明绝大多 数学生学习的主要目的，就是为将来更好地就业做 好准备。此外，学生求知进取欲较高,求知进取的动 力强度仅低于物质追求的动力。在具体项目中， ‘‘为了充实和丰富自己的精神世界” “为了提高自 己的素质’、“为了成才，发挥自己的潜能和价值”和 ‘‘为了将来事业上的成功”等项目选择“2”的同学较 多。这说明学生对学习本身有一定程度的兴趣和热 情，对知识的追求和渴望较为迫切，这是成为学生内 在学习动力的重要因素。

在问卷回收有效的1576名学生中，有206名学 生学习动力各项目平均分低于0.9。通过对部分教 师、管理人员进行访谈,其结果与问卷调查结果具有 较高的一致性。深入分析这些学生提交的问卷，他 们学习动力各项目平均分为0.6994,说明他们学习 动力水平总体较低。在具体因素中，只有因素三物 质追求平均分超过1,达到1.3014;其他因素的平均 分均低于1。其中，因素一求知进取平均分为 0.9125,说明他们求知进取动力不高，没有正确认识 到学习的真正意义；因素四害怕失败平均分为 0.9543,说明考试对部分学生而言仍然是一个压力。 集体取向、个人成就和他人取向的平均分分别为 0.3254、0.2043和0.4987,都低于0.5,说明他们的集 体价值观、荣誉感，以及个人价值观念都比较弱。

三、团体心理辅导的实施

团体心理辅导，就是团体内人员的相互交往和 辅导,促使团体成员通过观察和学习来认识自我，进 而调整和改善与他人的关系，这是\_种提供心理学 帮助与指导的重要方式&]。通过团体心理辅导，培 养学生新的学习态度和行为方式，更加深刻地认识 学习的意义,进而提高学习动力。

(\_)团体心理辅导程序

根据《高职院校学生学习动力调查问卷》第一 部分的学生基本信息，从206名学习动力各项目平 均分低于0.9的学生中选取60名学生开展团体心 理辅导实验。将60名学生分为实验组、控制组两个 组，每组30名学生，两组学生的年龄、性别、年级、专 业等因素都严格匹配，家庭经济情况、是否独生子 女、生源地、父母受教育程度等因素也尽量匹配，确 保实验结果的准确性。2016年11月-12月，笔者 作为团体领导者，对实验组进行团体心理辅导。控 制组则继续进行正常学习，不参加团体心理辅导。 根据《高职院校学生学习动力调查问卷》分析结果， 本次团体心理辅导主要针对学习目的、考试焦虑等 因素进行训练。

本次实验共进行6次团体心理辅导，每周1次, 每次2小时。其中，第一次团体心理辅导的目的是 让团体成员相互认识、了解团体心理辅导的目的和 规则；第二次团体心理辅导的目的是让团体成员正 确认识学习；第三次团体心理辅导的目的是提高团 体成员学习动力中的集体取向；第四次团体心理辅 导的目的是提高团体成员学习自信心；第五次团体 心理辅导的目的是缓解团体成员的考试焦虑情绪； 第六次团体心理辅导主要目的是总结、反馈整个活 动，希望团体成员将团体辅导成效运用到以后的学 习、生活中。

(二）团体心理辅导结果

研究人员在开展了 6次团体心理辅导后，又请 实验组和控制组的60名学生填写了《高职院校学 生学习动力调查问卷》。为区分两次问卷结果，验 证实验前后两组学生在学习动力方面的差异，我们 将团体心理辅导前的问卷称为“前测”，团体心理辅 导后的问卷称为“后测”。然后分析两组学生前测、 后测结果差异，研究团体心理辅导的作用（见表1)。

表1团体心理辅导前后学生学习动力变化情况

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 实验组 | | 控制组 | |
|  | 前测 | 后测 | 前测 | 后测 |
| 求知进取 | 0.92 | 1.11 | 0.95 | 0.96 |
| 集体取向 | 0.37 | 0.54 | 0.41 | 0.42 |
| 物质追求 | 1.31 | 1.22 | 1.03 | 1.02 |
| 害怕失败 | 0.97 | 0.71 | 0.94 | 0.95 |
| 个人成就 | 0.27 | 0.49 | 0.24 | 0.25 |
| 他人取向 | 0.53 | 0.49 | 0.83 | 0.48 |

从团体心理辅导前后学生学习动力变化情况来 看，控制组学生基本没有发生变化，实验组学生的求 知进取、集体取向、个人成就、他人取向等因素的平 均分明显提升，表明经过团体心理辅导后，学生能够 更加正确地摆正自己的位置，认识自己肩负的责任， 也有了更强烈的集体荣誉感和更加明确的个人价值 观。物质追求、害怕失败等因素的平均分有所下降， 表明经过团体心理辅导后，学生学习与物质追求的 关联度有所下降,对考试的恐惧也有所降低。

四、团体心理辅导在提高学生学习动力中的

作用

从《高职院校学生学习动力调查问卷》的前测、 后测结果来看，团体心理辅导对改善学生学习动力 是有效的。在团体心理辅导开展过程中，大部分学 生认为团体心理辅导对他们帮助很大。从实验结果 反推，可以清晰地发现团体心理辅导在提高学生学 习动力中的作用：

(―)团体心理辅导的作用机理 从本次团体心理辅导实验来看，团体领导者运 用认知矫正、阅读治疗、自我暗示、放松疗法、契约等 辅导技术，再通过榜样示范，能够帮助团体成员形成 正确的认知、提高学习动力，还有助于团体成员产生 团体归属感、增强集体意识。此外，在团体心理辅导 中团体成员之间相互交流、鼓励和支持，有助于团体 成员形成积极的自我暗示，进而提升学习动力。具 体来看，本次团体心理辅导具有以下特点：

—是目标明确，针对性强。团体心理辅导根据 《高职院校学生学习动力调查问卷》分析结果,针对学 生集体取向、他人取向、个人成就较低等因素开展团 体心理辅导,改变了学生以往对学习目的的认识，也 改变了他们自我否定的自身认知，激发了学习动力。

二是重视自我反思。每次团体心理辅导后，都 要求团体成员进行自我反思、自我调节；团体领导者 要对辅导效果进行分析，总结成功经验，反思效果不 理想的地方及其原因，对下次活动进行规划。在最 后一次团体心理辅导中，全体成员还要回顾整个团 体心理辅导的主要内容和收获。

三是注意营造和谐、融洽、安全的团体气氛。创 造轻松、团结的团队气氛，是发挥团体心理辅导作用 的重要保障。在本次团体心理辅导中，团体领导者 以真诚、尊重、平等的理念，认真倾听团体成员的表 达,通过换位思考来交流，使团体成员产生安全感和 归属感。这种安全感和归属感，有助于团体成员精 神放松，进而与其他团体成员更加开诚布公地交流， 提高活动效率，团体辅导的效果也更加明显。

四是充分利用榜样的示范作用。本次团体辅导 运用居里夫人、爱因斯坦、袁隆平等科学家，以及许 多学生崇拜的马云、马化腾等成功企业家为例，对学 生有巨大的感染力。特别是以连续获得国家奖学金 的学生作示范，用身边人、身边事作榜样，更能引起 学生共鸣，激发学习动力。

五是重视相互激励。根据马斯洛需求层次理论 五个层次的需要，第三至第五个层次,即情感和归属 的需要、尊重的需要、自我实现的需要，都不可能完 全靠自己来实现。本次团体辅导中，通过“优点大 放送”等活动，可以通过团体成员间的相互夸奖，达 到相互激励的效果，有助于团体成员重新认识自我， 树立信心,进而激发学习动力。

六是注重总结交流。在每次团体辅导中，团体 成员积极交流讨论，分享心得；当次团体辅导结束 后，团体领导者总结交流经验得失，极大地巩固了活 动效果。

(二）团体心理辅导影响学生学习动力的过程

第\_、二次团体心理辅导可看作初始阶段，主要 目的是形成团体凝聚力和信任感。在这个阶段，团 体成员相互熟悉,逐步建立和谐、融洽、安全的氛围， 有助于在后来的团体心理辅导中形成相互理解、相 互合作、相互支持的相处模式。

第三次团体心理辅导可看作发展阶段，主要目 的是反思过往学习动力不足的原因。在这个阶段， 团体成员之间已经相互熟悉，开始在相互信任、相互 理解、相互关怀的氛围中放下防备，展现自我，真诚 地开展交流讨论，在相互信任的环境中开始自我探 求，重新寻求‘‘为什么学习的答案”。

第四、五次团体心理辅导可看作成熟阶段，主 要目的是帮助团体成员改变原有的学习目的观。在 这个阶段，团体成员在团体领导者的引导下，可以通 过观察其他团体成员、倾听其他团体成员的建议等 方式，认识自身存在的问题，并通过自我思考、自我 探究，重塑学习目的观，提高学习动力。

第六次团体心理辅导可看作结束阶段，主要目 的是将团体辅导成效运用到以日后的学习、生活中。 在这个阶段，团体成员在团体领导者的帮助下，整理 团体活动的过程，归纳在团体活动中学到的东西，并 作出个人评估，以期在具体学习、生活中能进一步提 升学习动力。

五、结论

为跟踪了解团体心理辅导成效，判断团体成员 学习动力的提高程度，了解团体成员还有什么需要， 笔者在辅导结束后继续保持与团体成员的联系，并 于2017年1月和3月，先后两次随机抽取实验组学 生进行随访,并与其辅导员、同学进行了交流。从跟 踪反馈结果来看，团体成员的学习动力明显改善，主 要体现在以下方面：

—是自信心明显提高。通过团体心理辅导，他 们在团体领导者和其他团体成员的帮助下，能够看 到自身的另外\_些优点,对自己有了更新认识，有助 于提升他们的自信心，进而增强学习的自信。二是 更加正确地认识学习的目的。团体心理辅导之后， —些团体成员流露出为家乡建设出力、希望事业成 功等心声。三是人际交往能力有所提高。通过团体 心理辅导,大多数团体成员都学会了调节情绪，心理 健康水平有所提升。特别是个别性格内向的团体成 员,在团体心理辅导之后，更愿意与人交流。四是考 试焦虑水平有所下降。团体心理辅导之后，多数团 体成员认清了焦虑的来源，知道如何缓解考试的紧 张情绪,考试成绩也有所提高。总体来看，团体心理 辅导可以有效改善学生的学习动力，这也为开展团 体心理辅导工作提供了理论和实践依据。

与一对一辅导等传统心理辅导方式相比,团体心 理辅导具有经济高效等优势，但也有不足之处。首 先,团体心理辅导容易受到时间、场地等条件限制。 其次,在团体情景中，团体领导者更多关注的是普遍 性问题,一些个人的深层次问题不易暴露，性格极端 内向、害羞或者有社交障碍的学生也不能参加。第 三，选取辅导对象时，不但要考虑团体成员的学习动 力因素，还要考虑这些成员的需要是否与团体目标一 致。因此，在开展团体心理辅导前，团体领导者需要 做充分的准备，在开展团体心理辅导的同时,还要采 用团体辅与个别心理辅导相结合的方式，对部分团体 成员进行辅导。此外，本研究只选取了 30名学生，开 展了 6次团体心理辅导。如何扩大团体心理辅导的 受益面，拓宽其应用研究范围，还需进一步研究。

参考文献：

[1]万晓红.大学生学习动力缺乏的原因及对策探讨J .益 阳师专学报,2002 (4).

1. Linnenbrink & Printrich. How do high school and college

students cope with test satiations? J] . British Journal of

Educational Psychology, 2002, 66 (1).

1. 黄益萍，曾接贤.新时期大学生学习动力来源及影响因素研 究J .南昌航空工业学院学报(社会科学版)，2005⑹.
2. 李静，丁宁.当前就业压力对在校大学生学习动机的影 响J].学周刊，2015 (7).
3. 李平平，王文娟.高职教育教学过程中学生学习动机问 题研究J].品牌,015 (6).
4. 杨渝川，王卫红，张庆林.中国大学生学习动机的因素研 究讨J].南京师范大学学报（社科版），1996(2).
5. 彭燕凌.团体辅导在改善高职院校学生学习动机中的应 用研究[D].重庆：西南大学硕士论文,2009.

(责任编辑:刘生平）

Application Research on Group Counseling for  
Improving Learning Motivation

LIU Yan

(Guangdong Agriculture Industry Business Polytechnic College, Guangzhou 510507, China)

Abstract： This paper takes students of business department of Guangdong AIB Polytechnic College as samples, through questionnaires and interviews, analyzes the causes of students^ lack learning motivation, and carry out group counseling for the students who lack of learning of motivation. The results show that group counseling can improve students^ self-confidence, the purpose of learning and interpersonal skills improved. Group psychological counseling can effectively improve students^ learning motivation.

Key words：learning motivation； group counseling; psychological counseling