

The Exploration and Practice of Applied Psychology Course

Wenjing Liu¹, Fenghui Fan¹, Huiying Shi^{1*}, Min Chen², Nuo Li³

¹Faculty of Psychology, Southwest University, Chongqing

²Students' Affairs Division, Chongqing University of Posts and Telecommunication, Chongqing

³Guangdong Country Garden School, Foshan

Email: youle@swu.edu.cn

Received: May 6th, 2014; revised: May 12th, 2014; accepted: May 22nd, 2014

Copyright © 2014 by authors and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

Abstract

Applied psychology course is an important way to develop professional skills of counseling psychology for the college students majoring in psychology. The study was conducted to reform applied psychology from four aspects: teaching content, teaching methods, teaching staff and academic assessment and evaluation. The research proposed a new teaching mode of applied psychology course and collected data on the basis of questionnaire and interviews. The results showed that teaching model of the applied psychology is feasible; on the basis of enhancing the quality of teaching, it promotes the students' self-growth effectively.

Keywords

Applied Psychology Course, Educational Reform, Teaching Practice

应用心理学专业课程的教学改革与实践研究

刘文静¹, 范丰慧¹, 史慧颖^{1*}, 陈敏², 李诺³

¹西南大学心理学部, 重庆

²重庆邮电大学学生处, 重庆

³广东碧桂园学校, 佛山

Email: youle@swu.edu.cn

*通讯作者。

收稿日期：2014年5月6日；修回日期：2014年5月12日；录用日期：2014年5月22日

摘要

应用心理学专业课程是培养心理学专业大学生心理咨询技能的重要途径。本研究从教学内容、教学形式、教学人员构成和学业考核与评估方式四方面进行应用心理学课程教学改革，提出新型应用心理学专业课程教学模式，并以问卷调查法为主、访谈法为辅搜集研究数据。研究表明应用心理学专业课程教学模式是可行的，在提升教学质量的基础上，有效促进了学生的自我成长。

关键词

应用心理学课程，教学改革，教学实践

1. 引言

目前，随着人们对心理健康的重视，社会对心理咨询与治疗师的需求日益增加。而钱铭怡等人(2008)关于国内六大区心理治疗和咨询管理状况的研究表明，我国各地区发展不均衡，西南和中南地区来访者咨询平均次数普遍偏少，该结果显示部分地区心理咨询专业人员专业水平和能力有待提高。莫雷(2008)也指出，以往培养模式培养的心理学专业毕业生到了中小学开展心理健康教育工作，最大的弱点就是没有掌握心理学专业的应用技能，无法独立承担中小学心理健康教育各项工作。如何提升心理咨询人员的专业技能成为一个亟待解决的问题。陈红等人(2009)提出以高等教育为主体的专业化学历培训一直是当今发达国家培训心理服务人才的最主要的途径。因此，借鉴发达国家的经验，加强对应用心理学专业特别是心理咨询专业大学生专业素质的培养显得尤为重要。

目前，所有开设心理咨询与治疗及相关专业的高校均设有心理咨询或治疗的理论与技术课程(陈红，赵艳丽，高笑，钱铭怡，2009)，但仍有学者指出应用心理学专业大学生仅粗浅地掌握了一些心理学理论，缺乏必要的实践技能(庞爱莲，孟维杰，2008)。究其原因，除应用心理学专业定位不准、培养目标不明确和课程体系设置不合理(张祖洲，2002)等原因外，本研究通过访谈发现实际授课过程中授课方式单一枯燥，缺乏对学生实践技能的及时锻炼与指导等也是影响学生教学效果的重要原因。但单凭改变授课方式和加强及时训练与指导就能从根本上提高应用心理学专业学生的实践能力吗？范会勇曾指出，应用心理学与基础心理学的方法论区别在于应用心理学强调了“从实践中来，到实践中去”的研究旨趣和个人经验的作用(范会勇，2012)。著名心理学家罗杰斯也曾指出：“我(作为治疗师这一角色)是否能够创造一种促进他人独立成长的关系，取决于我自己的个人成长的程度(罗杰斯，1961/2004)。由此可见，个人成长对应用心理学专业课程的学习具有重要影响。但目前很少有学校开设学生个人成长与发展类的课程(陈红等，2009)，且尚无文献表明国内有研究将学生的自我成长融入到应用心理学专业教学中。综合以上因素，本研究从教学内容、教学形式、教学人员构成和学业考核与评估方式四个方面入手，提出新型应用心理学专业课程(主要指心理咨询和治疗类课程)教学模式。该模式的人才培养目标为，一方面加强学生对课程相关知识技能的亲身体会、深入理解与应用能力，另一方面在提高学生对所学知识技能掌握程度的基础上，推进学生的自我成长，帮助其修通自身。本研究还将通过实证研究来探讨应用心理学专业课程教学模式的可行性和有效性。

2. 应用心理学课程教学改革的主要内容

2.1. 教学内容的立体化

在保证应用心理学课程相关知识技能等教学内容质量的前提下,将学生自我成长这一重要部分加入教学内容中,在教授和训练知识技能的同时,关注和推进学生的自我成长。结合萨提亚(贝曼,2008/2009)、李美英和李全英(2012)对自我成长的诠释,本研究将自我成长(self-growth)操作界定为个体透过自我觉察和自我认识,促进其对自我的接纳,提升其自我价值感,最终达到整体心理健康水平的提高。为了有效促进学生的自我成长,本研究设计并实施了四个主要路径:以课前冥想(一种放松技术,与自己深度联结)为铺垫,促进学生对自我的觉察;以咨询自身(自己做自己的来访者)为主线,促进学生对自我的接纳;以观察模拟(观察教师现场操作,先后担任咨询师和来访者进行模拟训练)为重点,促进学生的自我完善;以真诚滋养(个体送给自己或他人欣赏和感谢)为推动,促进学生自我价值感的提升。

2.2. 教学形式的多样化

应用心理学课程是与实践直接相关的课程,传统的填鸭式、满堂灌的教学方式方法以知识传授为主,不仅课堂效率低下,而且忽视学生的能力培养(李儒寿,2012)。本研究精炼应用心理学课程内容,将教学形式变得多样化。时间上,将授课时间分为两部分,一半用于理论知识和专业讲授:结合案例教学法、体验式教学法和启发式教学法等新型教学方法进行理论知识和专业技能的讲授,帮助学生形成一个完整的知识体系;另一半的时间用于实践练习:令学生以自身实际情况为案例,通过模拟训练,体验作为咨询师和来访者的真实感受,在教师指导下及时解决实际操作过程中的困惑,并在实践过程中觉察自我,接纳并完善自我,促进自我的成长。授课形式上,课程内容讲授采用集体授课的形式;实践练习采用小组训练的形式。

2.3. 学业考核与评估的多元化

学业考核与评估方式的科学性、公平性和有效性对课堂教学起到至关重要的影响。传统的学业考核与评价方式以知识考核为主,主要采取单一的问卷考试,忽视了学生实践操作能力考核和过程考核,导致学生只是死记硬背知识,不能真正理解并应用。本研究结合所提出的新型应用心理学授课模式,采取过程考核、实践能力考核和期末综合考核三种形式相结合的方式对学生进行考核与评估。过程考核包含学生平时讨论、实践训练参与度、出勤情况等;实践能力考核主要体现在学生平时对所学知识技能的实际应用能力的评估;期末综合考核是指学生运用所学理论知识技能独立完成自我行为矫正报告。本研究中教师及助教根据上述各方面对学生进行综合、全面的考核与评估。在学生的自我成长方面,本研究采用问卷调查法进行前后测测量,检验新型教学模式对推进学生自我成长的有效性。

2.4. 教学人员构成的梯度化

进行小组教学,往往会产生一个问题,就是一位教师不能同时照顾所有学生,因此需要扩充小组环节的指导者。本研究以授课教师为主要指导者,同时邀请应用心理学专业的研究生参与到小组中,作为学生小组活动时的助教,这样既可以保证对学生进行及时、有针对性的指导,也可以提升研究生的组织领导能力,并且助教了解到学生的反馈信息后可以及时与教师讨论,对教学计划进行适当调整,提高课程的教学质量。总体上形成了授课教师指导助教(小组领导者)、助教指导小组成员,教师又可以兼顾多个小组的教学形式。

2.5. 教学模式构建

综合教学内容、教学形式、学业考核与评估方式和人员机构安排四方面内容,形成如下教学模型(图

1)。

3. 实践研究的设计与实施

3.1. 研究对象

77 名心理学专业大三学生, 包括应用心理学专业和基础心理学专业, 所有学生均选修《行为疗法》课程。严格剔除无效数据后剩余 70 份, 样本中女生占 77%, 南方的学生占 78%, 城市的学生占 57%, 有意愿报考心理咨询师的学生占 73%。被试被随机分为 7 组, 每组 10 人左右。为进行教学改革前后教学效果的前后对比, 在期末综合考核方面选用同一专业、参加同一教师讲授的同一课程并在同一评估标准下的大三学生作为对照组($N = 32$)。

3.2. 教师和助教培训

主讲教师 1 名, 性别女, 由心理学专业副教授担任, 具有多年的应用心理学课程教学经验和丰富的心理咨询经验。助教 7 名, 性别均为女, 由咨询心理学专业研究生担任。经过教师 1 年的专业指导和成长训练, 各助教均已掌握课程相关知识技能, 且具备初步指导本科生自我成长的能力。

3.3. 变量选择与描述

为检验新型教学模式的可行性和有效性, 本研究从学生对课程知识技能的掌握程度和应用水平、自我成长状况及学生对新型教学模式的反馈三方面进行验证。

学生对课程知识技能的掌握程度和应用水平主要通过三种学业考核与评估方式综合评估; 学生的自我成长水平主要依据本研究对自我成长的操作界定, 选用自我价值感问卷对学生的自我价值感水平进行测量; 学生对新型授课模式的反馈主要通过自编评课调查问卷和访谈进行数据搜集。所用测量工具如下:

自我价值感量表。本量表用于从自我价值感方面测量学生自我成长水平, 采用黄希庭和杨雄编制的自我价值感量表(黄希庭, 杨雄, 1998), 结合本研究需要, 研究中采用总体自我价值感量表、社会取向一般自我价值感分量表和个人取向一般自我价值感分量表。总体自我价值感量表共 6 个题项, 采用 5 点计分, 内部一致性系数为 0.77; 社会取向一般自我价值感分量表和个人取向一般自我价值感分量表各 5 个题项, 采用 5 点计分, α 系数分别为: 0.86 和 0.82。本研究中总体自我价值感量表, 社会取向一般自我价值感分量表和个人取向一般自我价值感分量表前测和后测 α 系数为 0.779~0.854, 间隔 18 周的重测信度为 0.721~0.784。

评课调查问卷。采用自编问卷学生评课调查问卷, 问卷共 27 题, 用于调查学生对新教学模式的反馈信息, 包括教学内容、教学形式和教学人员结构, 问卷采用 4 级计分, 1 代表完全不赞同, 4 代表完全赞

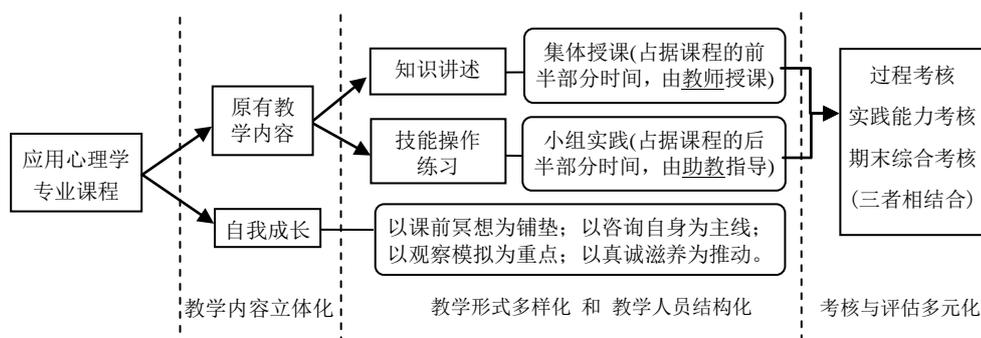


Figure 1. The teaching model of applied psychology course

图 1. 应用心理学专业课程教学模式

同,本研究中问卷的 α 系数为0.850。

3.4. 研究结果

3.4.1. 学生对课程相关理论知识技能的掌握情况

第一,期末综合考核。以教学改革前同一专业、参加同一教师讲授的同一课程、同一评估标准下的大三学生作为对照组($N=32$),严格剔除不符合条件的数据,并对学生的“行为矫正报告”的评定结果进行 t 检验,结果表明(见表1),参加了教学改革的学生的行为矫正报告完成状况有了显著提高。

第二,实践能力考核和过程考核。经教师和助教考察,89.6%的学生已经较好地掌握了课程相关理论知识技能,通过课堂上的实践练习具有较好的应用能力,并可以运用在日常生活中,较好地完成由教师和助教协助制定的自我行为矫正目标。另外10.4%的学生虽然基本了解课程相关理论知识,具有使用制定目标行为技术和放松技术等简单技能的能力,但各种知识技能的综合应用能力仍有待提高。学生的课程参与度较高,平时作业完成度较高,缺勤率很低。

第三,学生自我评估。通过评课调查可知,97.1%的学生认为自己对于行为矫正技能有了直观的感受和理解;100%的学生认为自己相比以前,确实可以实际操作一些行为矫正技术;88.6%的学生认为本门课程让其更有实际技能去从事心理咨询实践。

3.4.2. 学生自我成长状况

鉴于被试自我价值感基线水平的影响,本研究依据被试在前测中各分量表上的得分将被试按27%比例分为高低组。通过重复测量方差分析,由表2可知,总体自我价值感、社会取向一般自我价值感和个人取向一般自我价值感三个变量的前后测效应均显著,且各变量的高低分组主效应和交互作用也均显著,表明研究处理有效且受到高低分组的影响,为深入探究实验处理对被试的影响,本研究针对不同的分组进行进一步的前后测配对样本 t 检验和效应量分析。

由表3可知,通过配对样本 t 检验,低分组被试在各个自我价值感量表上的后测得分均显著大于前

Table 1. The t test of students' professional skills
表1. 学生专业技能分数 t 检验

	N	M	SD	t	p
改革后	37	87.54	9.033	2.148	0.036*
改革前	32	83.84	4.919		

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$ 。

Table 2. Repetitive measurement and analysis of ANOVA
表2. 重复测量方差分析

		总体自我价值感	社会取向一般自我价值感	个人取向一般自我价值感
前后测	F	12.556	12.500	4.140
	p	0.001**	0.001**	0.049*
高低分组	F	174.270	218.550	232.805
	p	0.000**	0.000**	0.000**
高低分组 × 前后测	F	9.669	6.125	11.903
	p	0.004**	0.018*	0.001**

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$ 。

Table 3. Paired-samples t test of different groups (posttest-pretest)
表 3. 不同分组建对样本 t 检验(后测 - 前测)

		总体自我价值感	社会取向一般自我价值感	个人取向一般自我价值感
高分组	<i>t</i>	0.403	0.972	-1.714
	<i>p</i>	0.692	0.344	0.104
	r^2_{pb}	0.009	0.050	0.140
低分组	<i>t</i>	3.948	3.586	3.011
	<i>p</i>	0.001**	0.002**	0.008**
	r^2_{pb}	0.464	0.417	0.335

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$ 。

测得分;高分组被试的前后测得分差异均不显著。依据郑昊敏,温忠麟和吴艳(2011)及权朝鲁(2003)总结的效应量计算方法,本研究选用并求得 r^2_{pb} 值来反应本研究效应量。Cohen 曾提出的 r^2_{pb} 效应量大小分类标准, $r^2_{pb} = 0.010$ (效果小), $r^2_{pb} = 0.059$ (效果中), $r^2_{pb} = 0.138$ (效果大)(Cohen, 1988),本研究所提出的新教学模式在总体自我价值感,社会取向一般自我价值感和个人取向一般自我价值感上能分别解释低分组被试 46.4%, 41.7%, 和 33.5%的变异,教学模式的作用均达到 0.138 水平以上,表明处理效果是大的。但对高分组被试的处理效果较差,未达到显著水平。

3.4.3. 实践型应用心理学专业课程教学模式整体评估

通过评课调查可知,从教学内容上看:100%的学生均认为行为矫正技能的学习和掌握很重要,98.6%的学生赞成该课程中关注到学生心灵的自我成长,97.1%的学生认为这门课对自我觉察有一定的促进作用,90%的学生认为个人的心灵的确在这门课中得到了一定的成长,98.6%的学生认为虽然课程结束了,但其将继续关注自我的心灵成长。

从教学形式上看:95.7%的学生认为集体授课的部分很重要,94.3%的学生认为小组讨论、学习的方式非常好,87.6%的学生认为集体授课和小组交流各占一半时间的安排是合适的。对学生进行访谈后发现对课时安排支持度不是很高的原因在于,他们认为小组练习时间有时不够,希望加长该部分的时间。

从教学人员安排上看:98.6%的学生认为本研究提出的教学团队梯度安排很好,88.6%的学生认为他们确实从助教那儿获得了直接、及时的辅导。

从整体上看:98.6%的学生认为其愿意积极参与到类似授课方式的课程中,94.3%的学生希望其他的应用心理学课程也采用类似的方式。

3.5. 讨论

3.5.1. 课程相关理论知识和专业技能

本研究通过问卷调查法、观察法和访谈法,从学生个人评价和教师助教他人评价两方面对学生的知识技能掌握程度进行了调查,发现学生对课程内容的学习理解程度比较理想,在期末综合考核方面,与未改革前相比,同一专业方向大三学生的行为矫正报告完成状况有了显著提高。目前在中国所从事咨询与心理治疗的多数被调查者有难以胜任专业工作的感觉(76.2%)(赵静波,季建林,程文红,张岚,王玲,孙丽华,周晓琴,杨海波,付深省,宋鸽,2009),究其主要原因在于目前国内对心理咨询专业大学生的培训以授课为主,缺乏实践演练,更缺乏案例示范和及时的指导。本研究中提出的新型教学模式针对这一问题进行了教学创新,提出将课程内容和练习实践作为两部分共同融入课堂中,练习实践以小组形式进行,加强对学生的了解和指导,并且让学生以自己为对象,运用本课程所学技术对自己进行行为矫正,

进一步加深了学生对知识技能的理解和感悟。

3.5.2. 自我成长

由研究结果可知，课程结束后，低分组被试自我价值感有显著提升，表明新型应用心理学授课模式对促进低分组大学生的自我成长具有显著作用，主要原因在于：

第一，新型应用心理学授课模式设计合理。首先，教学模式设计的理念主要源自于萨提亚家庭疗法，该疗法应用广泛，目前受到众多心理咨询专业人士的认可；其次，本研究采用10人左右小组，着重推进学生的自我觉察、自我接纳和自我完善，提高其自我价值感，课程内容和形式均合理有效。

第二，教学人员专业化程度高，且心理咨询后备资源充足。本研究中主讲教师具有多年的咨询心理学教学经验，并且具有丰富的心理咨询经历和优秀的咨询能力，可有效促进大学生自我成长。本研究实践所在高校具有设备健全、师资丰富、运作正规的高校心理咨询中心，后备资源充足，教师和心理咨询中心双重保障能有效处理各种突发事件，增加学生的安全感和参与的积极性，让学生安全有效的进行自我成长。

课程结束后，高分组被试自我价值感得分无前后测差异，但这并不能直接表明新型应用心理学授课模式对大学生的自我成长无效，原因有以下两点：

第一，杨雄和黄希庭的研究表明，社会取向的自我价值感从初一到大四呈不断下降的趋势(杨雄，黄希庭，1999)，本研究中大三学生的自我价值感水平没有显著降低，间接说明本研究的授课模式对提升大学生自我价值感具有一定效果。

第二，兼顾学生自我成长教学模式主要是通过提升自我觉察能力，促进自我完善程度，提高自我接纳水平等方法，深入提升学生的自我价值感，对于自我价值感基线水平较低的学生提升幅度会很明显，但对于自我价值感水平本身就很高的学生，其提升空间小，提升幅度会比较不明显。

总体来讲，教学改革对自我价值感的提升还是具有显著促进作用的。

3.5.3. 实践型应用心理学专业课程教学模式

由研究结果可知，大学生对新型应用心理学教学模式赞同率较高，赞同度均超过87%，表明学生接受并愿意积极主动的参与的该模式的授课活动中。进一步的后续访谈结果表明，第一，也许进一步精简每小组人员该模式会更有效；第二，如果条件允许，邀请行为疗法心理咨询专家作为每小组领导者该模式的效果会更佳；第三，若能将该模式同时应用于多门应用心理学课程，该模式将能更全面地加强实践教学质量，推进学生自我成长。研究结果虽然在一定程度上证实了实践型应用心理学专业课程教学模式的可行性和有效性，但因为本研究多项研究指标均为单组前后测设计，易受到“历史”、“成熟”等干扰因素的影响，所以本研究的结果还需要进一步的研究来反复验证，教学模式还有待进一步地改进完善。

4. 结论

1) 本研究从教学内容、教学形式、教学人员安排和学业考核与评估方式四方面进行应用心理学课程教学改革，提出新型应用心理学专业课程教学模式，适应时代对应用心理学专业人才培养的新要求，为应用心理学专业教学改革提供了新途径。

2) 本研究实践结果表明实践型应用心理学专业课程教学模式可以在加强大学生对专业知识技能的掌握并提升其应用能力的基础上，有效促进大学生自我成长。

基金项目

西南大学第四届教育教学改革研究项目(2010JY074)。

参考文献 (References)

- 陈红, 赵艳丽, 高笑, 钱铭怡(2009). 我国高校对心理咨询与治疗人才的培养现状调查. *心理科学*, 3 期, 697-699.
- 范会勇(2012). 应用心理学的学科性质——基于钱学森学科结构模型的分析. *心理科学*, 1 期, 248-252.
- 黄希庭, 杨雄(1998). 青少年学生自我价值感量表的编制. *心理科学*, 4 期, 289-292.
- 卡尔·R·罗杰斯, 著, 杨广学等, 译(2004). *个人形成论: 我的心理治疗观*. 北京: 人民大学出版社.
- 李美英, 李全英(2012). 心理咨询师的自我成长策略. *当代教育理论与实践*, 2 期, 37-38.
- 李儒寿(2012). 应用型本科人才培养模式改革探索——以湖北文理学院“211”人才培养模式为例. *高等教育研究*, 8 期, 65-70.
- 莫雷(2008). 培养心理学应用型人才的教学改革与实践. *中国大学教学*, 2 期, 57-60.
- 庞爱莲, 孟维杰(2008). 实践教学: 应用心理学个性化人才培养模式探索. *黑龙江教育(高教研究与评估)*, 7 期, 82-83.
- 权朝鲁(2003). 效果量的意义及测定方法. *心理学探新*, 2 期, 39-44.
- 钱铭怡, 陈红, 秦漠, 钟杰, 姚萍, 徐凯文, 易春丽, 张智丰, 王易平(2008). 国内六大区心理治疗和咨询管理状况的调查. *心理科学*, 2 期, 441-446.
- 杨雄, 黄希庭(1999). 青少年学生自我价值感特点的初步研究. *心理科学*, 6 期, 484-487.
- 约翰·贝曼, 编, 钟谷兰等, 译(2009). *萨提亚转化式系统治疗*. 北京: 中国轻工业出版社.
- 张祖洲(2012). 近十年来中国大陆应用心理学专业研究综述. *黑龙江高教研究*, 12 期, 162-165.
- 赵静波, 季建林, 程文红, 张岚, 王玲, 孙丽华, 周晓琴, 杨海波, 付深省, 宋鸽(2009). 心理咨询和治疗师的专业能力和情感能力的多中心调查. *中国心理卫生杂志*, 4 期, 229-233.
- 郑昊敏, 温忠麟, 吴艳(2011). 心理学常用效应量的选用与分析. *心理科学进展*, 12 期, 1868-1878.
- Cohen, J. (1998). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Erlbaum.