

基于积极心理学的医学生自主学习能力的干预研究

张黎逸

重庆医药高等专科学校, 马克思主义学院, 重庆

收稿日期: 2022年3月10日; 录用日期: 2022年4月13日; 发布日期: 2022年4月21日

摘要

本文从激发学习动机能力、选择学习内容能力、使用学习策略能力、评价学习结果能力、营造学习环境能力五个维度编写《医学生自主学习能力自我评价问卷》，对A市某专科医学院校临床医学专业，一共400名学生进行了问卷调查。针对在前测中表现不理想的自主学习能力的学生，用团体辅导的方法对实验班进行干预。干预之后，再次采用自编问卷测试实验班学生自主学习能力的变化情况，回收130份有效问卷，通过SPSS分析了实验班和对照班前后测数据。结果发现，“激发学习动机能力”“选择学习内容能力”“使用学习策略能力”维度上出现了极显著差异($p < 0.01$)；在“营造学习环境能力”维度上出现显著的差异($p < 0.05$)；在“评价学习结果能力”维度上没有显著差异($p > 0.05$)；在总体上有显著差异。研究结论，干预对于提高医学生自主学习能力的干预具有一定积极效果。

关键词

积极心理学, 自主学习能力的, 医学生, 干预

An Intervention Study on the Autonomous Learning Ability of Medical Students Based on Positive Psychology

Liyi Zhang

Institute of Marxism, Chongqing Medical and Pharmaceutical College, Chongqing

Received: Mar. 10th, 2022; accepted: Apr. 13th, 2022; published: Apr. 21st, 2022

Abstract

This paper compiled the Questionnaire for Self-Assessment of Autonomous Learning Ability of

Medical Students from five dimensions: the ability to stimulate motivations of learning, the ability to choose the contents of learning, the ability to use strategies of learning, the ability to evaluate the outcome of learning and the ability to create environments of learning. The target people were the clinical medicine major at a medical college in A city, and a total of 400 students accepted this questionnaire survey. In view of the ability of self-learning which was not ideal in the pre-test, group guidance was used to intervene in the experimental class. After the intervention, a self-designed questionnaire was used again to test the change in the ability of autonomous learning in the experimental class. 130 valid questionnaires were collected and the data in the pre-test and post-test of both the experimental class and the control class were analyzed by SPSS. The results showed that there were significant differences in the ability to stimulate motivations for learning, choose contents of learning, and use strategies of learning ($p < 0.01$); there were also significant differences in the dimension of ability to create learning environment ($p < 0.05$); there was no significant difference in the dimension of the ability to evaluate the outcome of learning ($p > 0.05$); there were significant differences in the overall. The conclusion indicated that the intervention had a positive effect on improving the ability of autonomous learning of medical students.

Keywords

Positive Psychology, Autonomous Learning Ability, Medical Students, Intervention

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

1. 研究目的

针对医学生在自主学习能力上存在的不足, 本文通过干预手段, 培养医学生的自主学习能力, 激发学习潜能, 促使医学生提升自主学习能力, 从而提高学习成绩。

2. 研究对象

在本研究中, 实验班是 A 市某专科医学院校临床医学专业一年级一班; 对照班级是同专业一年级二班。整体上看, 这两个班级都是临床医学专业, 并且处于同一个学校, 高考成绩相差不大, 所有课程的任课教师也是相同的, 并且男女生比例差异不大, 分别是 28:34 和 32:36, 在一定程度上, 可以确保实验的同质性, 获得相对准确的实验结果。

3. 研究方法

在本研究中, 主要借助团体辅导法干预实验班, 干预的是在前测中自主学习能力表现比较欠缺的学生, 在此基础上, 自编有针对性的训练材料, 进行干预。干预结束后, 采用自编《医学生自主学习能力自我评价问卷》开展调查, 进而在汇总整理调查结果的基础上, 分析实验班学生自主学习能力的具体变化情况, 以此来为后文的研究提供数据支撑。

4. 实验设计

在本研究中, 在设计实验的时候, 主要的依据是实验组和对照组前后测结果。在这一过程中, 医学生自主学习能力的培养是自变量, 医学生自主学习能力的变化情况是因变量。具体的内容见表 1:

Table 1. Experimental design of intervention on autonomous learning ability of medical students**表 1.** 医学生自主学习能力干预实验设计

组别	前测	实验处理	后测
实验组	医学生自主学习能力现状	自主学习能力团体辅导与培训	同前测
对照组	医学生自主学习能力现状	无	同前测

5. 训练材料与方法

本文主要是在积极心理学理论的指导下，结合专家的指导性意见，制定关于医学生心理健康教育的具体实践方案，主要从积极体验、积极人格以及积极社会组织系统三方面出发，从而进一步探讨具体实施方案，具体内容见表 2：

Table 2. Psychological health education practice program for medical students based on positive psychology**表 2.** 基于积极心理学的医学生心理健康教育实践方案

内容	项目
强化积极体验	开展丰富有趣的课内外活动，强化积极体验。借助于这些丰富多样的活动，促使学习在体验自我价值的基础上，学会人际互动，进一步增强自我效能感，在充分挖掘自身潜能的同时，进一步增强自身的积极情绪体验意识。
培养积极人格	医学生处在自我学习过程中，已经具备一定的自主学习能力，并且十分关心自己在学习上的表现，在对人、对己进行评价时，也会将学习成绩是否优异放在首要位置。与此同时，心理发展的不成熟，使得他们对自我人格认识不够，还处于模糊、笼统、简单的状况。此时应采用多元智能理论肯定该类学生存在的优势智力帮助他们建立信心，引领他们在希望中成长。
培养社会组织系统	一般情况下，良好的外部环境主要指的是轻松开放的学习氛围，构建起良好的师生关系，在此基础上，进一步增强其学习主动性，整体上看，外部环境所产生是潜移默化的影响。

6. 研究程序

在对两个班级学生自主学习能力开展前测之后，可以结合实际结果，综合考虑多个因素编制相应的干预方案，并且配置专门的教师针对实验班开展团体辅导培训，团体课程共计 3 个课时，于 2019 年 11 月进行，每周进行 1 个课时，时间安排在每周五下午。干预结束后对医学生的自主学习能力现状进行后测。对照班的前后测之间不存在干预，主要是在自然状态下开展的对比分析。

7. 研究结果及分析

在本研究中，回收的有效问卷数量是 130 份，进而借助于 SPSS 软件工具开展前后测数据分析。

7.1. 对照班与实验班前后测及其增量的差异分析

在本研究中，两个班级的前后侧差异分析见表 3。

从表 3 的内容可以得知，根据两组的前测结果可以得知，由于 p 大于 0.05，结果表明两者在总均分上不存在显著的差异，在各个维度上也不存在显著的差异；根据两组的后测结果可以得知，由于 p 小于 0.01，结果表明两者在总均分上存在显著的差异，在各个维度上也存在显著的差异。由此可以得知，在提升高中生自主学习能力的过程中，判定干预会起到一定的积极作用。两个组前后测量差异分析结果见表 4。

Table 3. Difference analysis of pre- and post-test between control class and experimental class ($n = 130$)
表 3. 对照班与实验班前后测的差异分析($n = 130$)

维度	前测				后测			
	对照组 ($n = 68$)	实验组 ($n = 62$)	t	p	对照组 ($n = 68$)	实验组 ($n = 62$)	t	p
激发学习 动机能力	3.30 ± 0.64	3.32 ± 0.59	-0.17	0.86	3.31 ± 0.59	4.02 ± 0.41	-3.64	0.00
选择学习 内容能力	3.08 ± 0.61	3.13 ± 0.60	-0.95	0.35	3.10 ± 0.60	4.11 ± 0.51	-4.30	0.00
使用学习 策略能力	3.18 ± 0.60	3.15 ± 0.58	0.55	0.59	3.17 ± 0.59	4.10 ± 0.52	-3.16	0.00
评价学习 结果能力	3.19 ± 0.69	3.21 ± 0.64	-0.25	0.80	3.22 ± 0.65	4.01 ± 0.61	-3.50	0.00
营造学习 环境能力	3.28 ± 0.74	3.26 ± 0.72	-0.13	0.89	3.29 ± 0.69	3.97 ± 0.63	-3.75	0.02
总均分	3.21 ± 0.52	3.21 ± 0.58	-0.19	0.70	3.22 ± 0.58	4.04 ± 0.59	-3.67	0.00

Table 4. Difference analysis of test increment in pre- and post-test between control class and experimental class ($n = 130$)
表 4. 对照班与实验班前后测增量的差异分析($n = 130$)

	对照组($n = 68$)	实验组($n = 62$)	t	p
激发学习动机能力	0.01 ± 0.08	0.70 ± 0.57	-3.47	0.00
选择学习内容能力	0.02 ± 0.07	0.98 ± 0.58	-3.35	0.00
使用学习策略能力	-0.01 ± 1.17	0.95 ± 0.61	3.71	0.00
评价学习结果能力	0.03 ± 0.08	0.80 ± 0.52	-3.25	0.08
营造学习环境能力	0.01 ± 0.11	0.71 ± 0.67	-3.62	0.04

从表 4 可以看出, 对照组与实验组的增量在“激发学习动机能力”“选择学习内容能力”“使用学习策略能力”维度上出现了极显著差异; 在“营造学习环境能力”维度上出现显著的差异; 在“评价学习结果能力”维度上没有显著差异。根据上述结果, 可以判定干预对于提高医学生在以下四个方面会起到一定的积极效果, 一是激发学习动机能力; 二是选择学习内容能力; 三是使用学习策略能力; 四是营造学习环境能力。与“评价学习结果能力”相关的自主学习能力没有得到明显的提高, “评价学习结果能力”相关的自主学习能力在较短的时间内, 不能取得显著的效果, 只有在较长时期干预的基础上才可以取得良好的效果。

7.2. 实验班前、后测数据比较

在本研究中, 两个班级的前后侧结果比较分析见表 5。

在“激发学习动机能力”“选择学习内容能力”“使用学习策略能力”维度上出现了极显著差异; 在“营造学习环境能力”维度上出现显著的差异; 在“评价学习结果能力”维度上没有显著差异; 在总体上有显著差异。根据上述结果, 可以判定实验班同学自主学习能力的实际变化情况与干预实验会存在一个显著的正相关关系, 结果表明干预实验在促进实验班学生自主学习能力逐步提高的过程中会起到一定的促进作用。

Table 5. Comparison of pre-test and post-test results of experimental class
表 5. 实验班前测、后测结果比较

因子	前测($n = 62$)	后测($n = 62$)	t	p
激发学习动机能力	3.32 ± 0.59	4.02 ± 0.41	-3.26	0.00
选择学习内容能力	3.13 ± 0.60	4.11 ± 0.51	-3.03	0.00
使用学习策略能力	3.15 ± 0.58	4.10 ± 0.52	2.78	0.00
评价学习结果能力	3.21 ± 0.64	4.01 ± 0.61	-2.89	0.06
营造学习环境能力	3.26 ± 0.72	3.97 ± 0.63	-3.21	0.01
总均分	3.21 ± 0.58	4.04 ± 0.59	-3.03	0.01

8. 效果评价

8.1. 干预效果评估

通过对本研究中干预前后的数据进行分析发现, 干预后, 实验组中被试者的自主学习能力产生了显著变化, 自主学习能力水平得到了明显的提升; 而对照组中被试者的自主学习能力没有发生显著变化, 由此可见, 自主学习能力的干预辅导产生了一定的积极效果。

1) 干预辅导方案活动设计较为合理, 辅导方案从积极情绪体验、积极人格、积极社会组织系统三个层面进行设计(赵伯妮, 李玉婷, 覃映雯, 2021), 课程涉及到的理论点涵盖了积极心理学中涉及的关键点, 具有较强的科学性。

2) 在实际干预的过程中需要保证班级纪律, 因此邀请辅导员积极参与团体辅导, 并且由班长定期及时清查班级人数, 小组长负责记录组员的出勤情况, 保证从干预方案实施开始到结束, 每位实验者都全程接受积极心理学干预。

3) 要结合学生的学习兴趣, 立足于生活实际情况, 制定相应内容(张彬, 2021), 对于团队辅导而言, 不是指简单的知识传授, 也不是传统意义上的说教形式, 在设计 and 确定活动内容的时候, 综合考虑了多个因素, 如: 学习动机、思考能力等, 并且积极引导广泛参与, 逐步增强自身自主学习能力, 从而取得良好的学习效果(张月琦, 2021)。

8.2. 被试学生的评价

在本研究中, 根据团体培训反馈意见结果可以得知被试对象在参与团体活动中的切身感受, 从而对培养方案的制定起到一定的参考和借鉴意义(马桂兰, 2021)。

对于被测试对象而言, 在干预结束之后, 需要如实填写反馈意见表, 笔者在汇总反馈意见的基础上可以得知, 大多数学生都认为干预活动是有趣的, 进而支持这一活动的开展。

在针对辅导老师开展评估工作的时候, 被试者肯定了教师的上课表现和性格特点, 结果表明这些学生比较支持和信任教师, 也与教师之间构建起良好的互动关系。在团体辅导的过程中, 学生会有轻松愉快感, 也会领悟到一些积极体验, 从而会对学生自主学习能力的逐步提高产生较大的促进作用(李晓婵, 2017)。

8.3. 相关建议

在开展干预培养实验之后, 根据实验结果可以得知, 相比于对照组, 实验组学生的自主学习能力会发生较为显著的变化, 即自主学习能力显著提升。由此可以得知, 干预辅导发挥了一定的作用, 但是还

存在以下不足之处，这也是后续需要改进和完善的地方，具体论述如下：

第一，后续研究的过程中，在设计干预方案的时候，要结合实际情况，对方案进行及时的调整和修改，促使自主学习能力教育培训方案逐步趋于完善化和成熟化(孟鸿伟, 2018)，以此来为后续的研究分析提供一定的指导和借鉴意义，丰富相关的研究。

第二，在干预的时候，会有一些缺席情况的出现，因此会对整体的干预效果产生一定的影响，在后续的研究中，要借助于一系列措施，促使被试者积极参与干预活动，以此来保证干预的积极效果。

第三，在开展团体辅导的时候，教师的专业能力等会对实际效果产生一定的影响(刘翔平, 2018)。一般情况下，学生们比较认可和喜欢的是心理学专业教师，在其领导下，学生的积极性和主动性就会进一步增强，进而会取得较好的干预效果。因此，在选择团体辅导教师的时候，要充分考虑教师专业能力这一因素(王雅琴, 2018)。

第四，开展一学期的自主学习能力干预辅导，由此会对学生自主学习能力的提升起到一定的积极促进作用(马学果, 2017)，但是如果想要自主学习能力维持长久提升的状态，就需要接受长时间的、不间断的影响(王紫昕, 2019)，笔者的观点是两三年，在较长时间之后，才会促使学生逐步养成高效的自主学习能力，进而取得较好的学习效果。

基金项目

重庆市教委人文社科思政专项课题资助项目(20SKS079)，重庆医药高等专科学校人文社科课题资助项目(ygz2015201)，重庆医药高等专科学校教研教改重点课题资助(CQYGZJG1906)。

参考文献

- 李晓婵(2017). 浅谈积极心理学对提升大学生幸福感的意义. *现代交际: 学术版*, (24), 142.
- 刘翔平(2018). *积极心理学*(p. 5). 人民大学出版社.
- 马桂兰(2021). 新时代大学生积极心理品质培养途径. *现代交际*, (16), 7-9.
- 马学果(2017). 高职生积极心理资本的干预研究——基于积极心理学的视角. *高等农业教育*, (1), 98-103.
- 孟鸿伟(2018). OECD 学习框架 2030. *开放学习研究*, 23(3), 13-16+23.
- 王雅琴(2018). 高中生自主学习能力的现状分析. *新课程研究*, (6), 95-96.
- 王紫昕(2019). 高中生自主学习能力培养的研究与实践. *祖国*, (2), 223-224.
- 张彬(2021). 积极心理学视阈下大学生积极心理品质培育路径. *创新创业理论研究与实践*, 4(23), 117-119.
- 张月琦(2021). “互联网+”背景下大学生积极心理品质与就业心理的关系及团体辅导干预研究. *中国新通信*, 23(24), 125-126.
- 赵伯妮, 李玉婷, 覃映雯(2021). 大学生积极心理品质现状及影响因素分析. *教育观察*, 10(44), 4.