

The Survey Research of Applying Outward Bound to Adaptive Education of College Freshmen

Guoguang Cao

Mental Health and Education Centre, Yangtze University, Jingzhou Hubei
Email: 616470708@qq.com

Received: Feb. 20th, 2017; accepted: Mar. 7th, 2017; published: Mar. 14th, 2017

Abstract

The research investigated the influence of outward bound on adaptive education of college freshmen by selecting 4000 students from the 2015th freshmen of Yangtze University randomly to subjective report the effect of outward bound. Results showed that the satisfaction rate of the indicators of psychological quality and satisfaction levels were all above 90%; the scores of males at the degree of confidence, understanding and satisfaction were significantly higher than that of females. The scores of cohesion were the other way around. And on the degree of confidence, single-child was significantly higher than non-single child; the rural students were higher than that of towns and cities. The satisfaction level between different subjects was significantly different; agricultural freshman were the highest and literature and history were the lowest.

Keywords

Outward Bound, Adaptive Education, Satisfaction

素质拓展应用于高校新生适应性教育的调查研究

曹国光

长江大学学生心理健康教育中心, 湖北 荆州
Email: 616470708@qq.com

收稿日期: 2017年2月20日; 录用日期: 2017年3月7日; 发布日期: 2017年3月14日

摘要

本研究以某省属综合高校2015级新生为研究对象,调查了素质拓展应用于高校新生适应性教育的效果,随机选择了近4000名新生主观报告了新生素质拓展活动实施的效果。结果显示:各项指标的满意率和满意度水平均达到90%以上;其中男生在信心度、了解度和满意度水平上得分均显著高于女生,女生在凝聚度上得分显著高于男生,且在信心度上,独生显著高于非独生,农村新生高于城镇和城市新生;不同学科之间的满意度水平存在显著差异,农科类新生最高,文史类最低。

关键词

素质拓展, 适应性教育, 满意度

Copyright © 2017 by author 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

1. 引言

素质拓展训练是一种体验式学习,起源于二战时期的英国,由库尔特哈恩(Kurt Hahn)创建的一种体验式的培训,最初是用于训练海员的海上生存能力和船触礁后的生存技巧,经过后来的演变和发展,现多用于团队建设和素质养成。它是通过完成一些特定的项目,并随参与者对项目事件、过程、结果的完成情况进行觉察,引导团队成员进行分享思考的体验过程。已有研究发现通过这种体验式培训项目,能够帮助大学生激发潜力,增加班级活力、创造力和凝聚力,进而达到提升心理素质的目的[1]。

素质拓展具有一定的心理学理论基础。行为主义理论认为学习的过程就是学生在不断的实践中总结经验,从而达到行为改变的过程,素质拓展恰恰就是一种能够引起自身建构经验的过程;认知主义则认为,认知发展是受三个基本过程影响的:同化、顺应、平衡,人类智慧的发展是通过人类主体的认知结构与社会环境和物理环境的经验之间的“同化”与“顺应”的相互作用(即活动)而实现的,而素质拓展的过程就是认知结构重新达到平衡的过程;人本主义把学习分为无意学习和有意学习,素质拓展就是一种有意义的学习,它是一种使个体的行为、态度、个性发生积极变化的学习,强调学生的参与性、主动性、渗透性和有效性,尊重每个学生的个体感受,让体验者全身心地投入到训练中,学生通过亲自体验和感受,从开始的难以为继到后来恍然大悟,再到最后的分享总结,达到体验者主体性的宗旨,指导者主要为学生提供学习的环境和资源,引导体验者进行分享,营造一种积极主动的氛围。因此在理论上素质拓展对新生适应性教育具有积极的作用和意义。

近年来,素质拓展越来越多的应用到学校教育中。从2002年起,北京大学率先将素质拓展作为一门课程引入学校,深受学生的喜爱。此后,许多高校也开设了不同形式的素质拓展课程。这种新形式的教育能在一定程度上改变传统的大学生心理健康教育重理论、轻体验,重形式、轻结果,重说教、轻行动的现状。许多研究发现心理素质拓展训练有利于提高大学新生的心理健康水平,使其更快地适应大学生活[2][3],有研究运用文本质性分析的方法发现在高校中开展素质拓展训练能够对大学生认知品质、个性品质和社会适应性产生全面而均衡的影响[4]。

基于以上理论和实践基础,在新生中开展素质拓展有利于新生尽快融入大学生活,为以后的学习生

活奠定坚实的素质基础。以往研究的研究对象选取范围有一定的局限性，本次研究对象涵盖了不同的学科专业，研究结果具有相对的代表性，主要考察素质拓展应用于新生适应性教育的效果以及学生对这次活动的主观满意度。

2. 研究方法

2.1. 研究对象

某省属综合高校 2015 级本科新生，素质拓展活动结束后，每个班级随机选择的二十名左右同学填写素质拓展反馈问卷。发放问卷 4000 份，最终有效问卷 3776 份，问卷有效回收率 94.4%，其中男生 1817 人，占调查人数的 48.1%。

2.2. 研究工具

自编的素质拓展反馈表。包括三个方面的内容：素质拓展对新生适应性等是否有了积极的影响，自评题目如下：本次素质拓展活动帮助我更快的融入了班级(融入度)，让我增强了自信心(信心度)，让我更加了解信任周围同学(信任度)，增强了班级的凝聚力(凝聚度)，增加了对自己的了解(了解度)，在“非常不同意”到“非常同意”七点量表上进行选择；新生对素质拓展活动的满意度和新生对教练表现的自评，在“非常不满意”到“非常满意”七点量表上进行选择。

2.3. 研究程序

制定新生素质拓展训练方案。由心理健康教育中心根据新生的志愿兴趣、专业性质和男女比例，分为五个类别：理工类、农科类、公共类、文史类和石油类，且针对性的制定了相应的五套素质拓展方案书，全部项目操作书共计十一个大类。系统的对学生教练进行理论教学、实地训练和项目训练共三轮计 180 个学时的培训。对新生进行为期一整天的素质拓展训练，六天的时间完成了全校 2015 全部本科新生的素质拓展训练。

具体方案简要介绍如下：1、开营之前的学生宣誓，简单的军事训练，主要目的是营造氛围，锻炼身体，强化纪律；2、开营阶段为培养班级的团队意识，培养他们的集体归属感和荣誉感，选取队长，同时在队长的领导下制定队名、队歌，队徽，口号、团队 pose；3、正式项目开始之前，为了增进新生的熟悉性，进行一两个破冰游戏，作为热身活动；4、正式项目包括勇闯盘丝洞、盗梦空间、驿站传书、共同进退、立体书法等十一个大项，在每个项目完成之后都要进行回顾做阶段分享，全天项目做完后引导学生做最终分享；5、最后是毕营阶段，设置留言板描述拓展体验。

2.4. 数据分析

采用 spss18.0 统计软件对数据进行分析，主要方法为描述性统计，T 检验和方差分析。

3. 研究结果

3.1. 总体描述统计结果

新生主观报告了三个方面的自我评定：素质拓展的积极影响效果评定，从“非常不同意”到“非常同意”七级量表上进行评定，具体结果见表 1；素质拓展满意度的评定，从“非常不满意”到“非常满意”七级量表上进行评定，具体结果见表 2；教练表现的满意度评定结果，在七级分值进行评定，具体结果见表 3。

由表 1 可知，新生对素质拓展积极影响的各项指标满意率均达到了 90%以上，这说明素质拓展活动

Table 1. The ratio level of evaluation to affection of outward bound from college freshmen**表 1.** 新生对素质拓展的影响效果评价的比例水平(%)

项目	非常不满意	不满意	有点不满意	不满意	有点满意	满意	非常满意	满意率
融入度	0.8	0.1	0.2	0.7	3.3	26.5	68.3	98.1
信心度	0.7	0.4	0.6	3.3	10.7	31.0	53.2	94.9
信任度	0.8	0.2	0.3	1.1	6.3	25.2	66.2	97.7
凝聚度	0.7	0.2	0.1	0.5	2.5	19.6	76.4	98.5
了解度	0.9	0.6	0.7	5.0	10.8	30.5	51.5	92.8

Table 2. The ratio level of evaluation to satisfaction of outward bound from college freshmen**表 2.** 新生对素质拓展满意度评价的比例水平(%)

项目	非常不满意	不满意	有点不满意	不满意	有点满意	满意	非常满意	满意率
同伴满意度	0.4	0.2	0.5	2.2	5.0	33.6	58.0	96.6
自我满意度	0.4	0.7	2.8	3.4	15.5	37.1	39.9	92.5
教官满意度	0.3	0.0	0.2	0.4	1.6	17.2	80.2	99
总体满意度	0.4	0.1	0.2	0.6	2.0	24.6	72.2	98.8

Table 3. The ratio level of evaluation to coach from college freshmen**表 3.** 新生对教练表现的评价比例水平(%)

项目	≤70	70 - 75	76 - 80	80 - 85	86 - 90	90 - 95	96 - 100	≥85
教练熟悉度	0.2	0.1	0.2	1.6	3.0	17.1	77.8	97.9
教练分享度	0.2	0.1	0.2	1.0	3.0	16.1	79.3	98.4
总体评定	0.3	0.1	0.2	0.9	3.0	21.4	74.2	98.6
再次意愿度	1.7	0.4	0.7	2.4	5.0	19.5	70.3	94.8

对新生适应性教育显示出了积极的意义和趋势。

由表 2 可知, 新生对素质拓展的总体满意度达到了 98.8%, 其中对教官的满意度最高, 达到了 99%, 对自我的满意度最低, 这可能说明相对对周围的人的表现, 新生对自己要求较为苛刻。

由表 3 可知, 新生对教官分享度和熟悉度的评定大于等于 85 分的比例达到了 97.9% 和 98.4%, 另一方面在总体评定中, 95.6% 的新生给予了 90~100 的评分(满分 100), 说明教练的表现受到了新生的欢迎。

3.2. 不同群体统计结果

为了分析不同群体之间的评价差异, 分别统计了不同群体新生对素质拓展自我报告的结果, 包括三个维度, 十一个方面的评定结果, 以及总体主观满意度结果, 具体描述统计结果见表 4、表 5。

由表 4 可知, 男女大学生自我报告结果存在一定的差异。在积极素质维度, 男生的信心度和了解度自评得分高于女生, 在融入度、信任度和凝聚度上女生自评得分较高, 且在信心度($t = 2.85, p = 0.004 < 0.001$)、凝聚度($t = -3.24, p = 0.001 < 0.01$)和了解度($t = 2.39, p = 0.017 < 0.05$)上达到了显著差异, 说明素质拓展活动对男生自信心的影响大于女生, 且男生自我报告对自己的了解度高于女生, 但是相比于男生, 女生会认为素质拓展更能够增强班级的凝聚力; 在满意度这一维度, 男生报告出的对同伴和自己的满意度要高于女生, 且在自我满意度($t = 2.70, p = 0.007 < 0.001$)上达到了显著差异, 说明男生对自己表

Table 4. The self-evaluation results of different populations
表 4. 不同群体新生自我报告评定结果(M)

类别	积极素质					满意度			教官		
	融入度	信心度	信任度	凝聚度	了解度	同伴	自我	教官	熟悉度	分享度	意愿度
男生	6.57	6.33	6.50	6.64	6.25	6.45	6.07	6.75	6.69	6.72	6.47
女生	6.58	6.23	6.54	6.72	6.16	6.42	5.97	6.75	6.68	6.71	6.48
独生	6.57	6.32	6.53	6.67	6.24	6.45	6.04	6.76	6.71	6.73	6.44
非独	6.58	6.25	6.52	6.69	6.19	6.42	6.01	6.75	6.67	6.70	6.50
农村	6.60	6.30	6.55	6.72	6.23	6.44	6.01	6.77	6.68	6.71	6.49
城市	6.54	6.23	6.48	6.64	6.18	6.41	6.00	6.72	6.67	6.71	6.47
乡镇	6.53	6.29	6.49	6.62	6.18	6.43	6.07	6.74	6.72	6.75	6.42
理工	6.55	6.26	6.49	6.67	6.16	6.44	5.97	6.74	6.67	6.70	6.38
农科	6.70	6.45	6.68	6.78	6.36	6.52	6.17	6.84	6.71	6.77	6.67
公共	6.61	6.26	6.56	6.71	6.22	6.46	6.00	6.79	6.70	6.71	6.53
文史	6.44	6.11	6.35	6.58	6.05	6.26	5.86	6.65	6.67	6.68	6.35
石油	6.62	6.38	6.57	6.70	6.34	6.50	6.21	6.74	6.70	6.75	6.55

Table 5. The subjective satisfaction results of outward bound from different populations
表 5. 不同群体新生对素质拓展总体满意度的自我报告结果(M)

项目	男生	女生	独生	非独生	农村	乡镇	城市
总体满意度	6.63	6.68	6.64	6.67	6.67	6.66	6.63
项目	理工	农科	公共	文史	石油		
总体满意度	6.64	6.77	6.69	6.54	6.68		

现的满意度高于女生；在对教练评定的维度上男女生之间没有差异。且男女新生在对同伴、自己和教官表现的满意度和再次参加的意愿度存在不一致的现象。

独生和非独生新生自我报告结果也存在一定的差异，只有在信心度($t = 2.05$, $p = 0.04 < 0.05$)达到了显著差异，说明素质拓展活动对独生新生的自信心的影响要大于非独生新生。不同源地新生自我报告结果存在一定的差异，且在融入度($F = 2.88$, $p = 0.05$)和凝聚度($F = 5.39$, $p = 0.005$)上达到了显著差异，事后比较发现：来自农村的新生自我报告信心度和凝聚度得分均显著高于来自乡镇和城市的新生，说明来自农村的新生可能受到素质拓展活动的积极影响最大，其他方面则不存在显著差异。

不同学科新生自我报告结果存在一定的差异。在积极素质这一维度，农科类新生自我报告素质拓展活动对积极素质的影响最大，文史类学生自我报告得分最低；在满意度维度，农科类新生对同伴和教官表现的满意度最高，石油类新生对自我表现的满意度最高，文史类新生对同伴、自我和教官表现的满意度均是最低的；在对教官评价这一维度，农科类新生对教官的评价最高，再次参加素质拓展的意愿度最高，文史类新生对教练的评价最低，再次参加的意愿度最低。

由表 5 可知，不同群体新生对素质拓展活动的总体满意度存在一定的差异。其中女生对素质拓展的满意度显著高于男生($t = -2.29$, $p = 0.022 < 0.05$)；不同学科新生的总体满意度存在显著差异($F = 9.433$, $p = 0.000$)，农科类新生的总体满意度最高，文史类新生最低。

4. 讨论与启示

从描述统计结果来看,新生自我报告素质拓展活动的积极影响和多项满意度指标都显示出了良好的效应。我们认为,在新生中系统开展素质拓展活动深受大学生热捧,也许这种形式的入学适应性教育更符合当代大学生成长的诉求。现代社会对心理素质的要求越来越高,单纯的身体素质的训练远不足以适应这个社会,结合当代大学生的认知和心理特点,采取素质拓展的形式,摆脱了以往枯燥的体验,融入了心理学原理和体验式教学的因素,更能激发同学们的参与度和合作度,提升多项积极素质[5]。本研究证实了素质拓展在一定程度上对新生积极素质的影响是积极的,能够在一定程度上增强自信心和适应性。从素质拓展训练具体活动上来讲,完成每一项活动需要团队成员的积极投入和协作。任务受挫时,通过引导成员站在不同的立场进行不断的思考和反思,同时在分享环节,每个人都能够坦诚的表达自己的感受和想法,这种体验式的学习让彼此深刻的学会了如何与同伴相处,如何去理解同伴的感受,如何与同伴沟通。这种自我体验和主动学习在一定程度上促进了个体成长,进而为他们积极的度过大学生活奠定了基础。

不同群体之间的新生自评结果呈现出一定差异。男生较高的对自己的信心度和了解度和女生较高的凝聚度和信任度,说明男生积极评价了素质拓展活动对自身心理素质的影响,而女生则较高的评价了素质拓展对团队整体的影响,且男生报告的对自我的满意度也高于女生的自我满意度也印证了素质拓展的影响的性别差异。有意思的是,男女生的满意度水平和再次参加的意愿度出现不一致的情况,有待于后续调查和实验进行探讨。在是否独生和生源地上只有信心度上发现了统计上的差异情况,说明素质拓展活动可以显著提升独生子女和来自农村新生的自信心。在不同学科新生中,农科类新生反馈最为积极,文史类新生报告满意度最低,可能与学科本身的特点有关。

除此之外,素质拓展活动的组织情况、教官印象以及总体评价的调查显示:从横向来看,相比于其他项目,组织情况一项,同学们的积极评价相对较低,说明教官对整个项目的控制能力有待于完善。在项目进行过程中,在什么时候去引导,以什么的方式去引导,如何回应同学们的反馈,如何对待那些自觉边缘化的同学,是教官需要不断学习总结和反思的关键所在。但是,同学们对教官的积极评价的比例达到了99%,说明这批学生教官受到了同学们的欢迎。这次教官基本是我校大二大三在校学生,他们和新生之间的相处和沟通基本没有障碍,生活中的关注点基本相同,比较容易获得彼此的认同;另一方面,作为学长的教官,他们也许更深刻的理解到素质拓展对于新生的积极意义,以身示范,树立了优秀的榜样。调查问卷中的意见和建议中,绝大部分同学表示,这次拓展活动一天的时间有些短,很多学生表示意犹未尽,同时建议在平时多开展类似的拓展活动,因此我们认为,今后的工作方向应该逐步完善我校素质拓展训练的培训和活动体系,回应同学们的现实期待。

近年来积极心理学思潮逐步升温,心理学家更加关注人们积极的心理品质,诸如自信、幸福、乐观等,他们主张发现人们自身的积极的心理优势。素质拓展活动就是一项让同学们发现自己积极的心理品质的体验活动,同学们在活动中发现自己之前没有觉察到的能力和优势,同时又可以其他学生身上学习到他们的优势,经过这种适应性教育形式提升了他们多角度多层次的看待事情的能力。把素质拓展活动应用于高校新生适应性教育在一定程度上是一项成功的探索和实践,值得进行全面推广和应用。

基金项目

2016年长江大学社科基金项目(2016A03)。

参考文献 (References)

- [1] 孙璞,苏荣海,王振军.拓展训练对大学生心理素质影响的研究[J].沈阳体育学院学报,2009(28):108-110.

-
- [2] 欧华, 朱晓春. 素质拓展训练对大学生心理素质的影响[J]. 吉林省教育学院学报, 2010(26): 85-86.
 - [3] 孙利红, 常运佳. 拓展训练对大学生心理素质影响的实验研究[J]. 湖北体育科技, 2008(27): 415-417.
 - [4] 陈红敏, 赵雷, 杨君建. 素质拓展训练对大学生心理素质的影响——基于内省文本的质性分析[J]. 高等农业教育, 2014(7): 62-65.
 - [5] 石丽. 拓展训练与大学生心理素质的构建[J]. 南阳师范学院学报, 2004(3): 88-90.

期刊投稿者将享受如下服务:

- 1. 投稿前咨询服务 (QQ、微信、邮箱皆可)
- 2. 为您匹配最合适的期刊
- 3. 24 小时以内解答您的所有疑问
- 4. 友好的在线投稿界面
- 5. 专业的同行评审
- 6. 知网检索
- 7. 全网络覆盖式推广您的研究

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: ass@hanspub.org