

Research on Group Psychological Counseling Intervention of College Students' Interpersonal Competence from the Perspective of Moral Education

Youliang Wang

Faculty of Education, Yunnan Normal University, Kunming, Yunnan, 650500, China

Abstract

Moral education is the fundamental task of education, interpersonal communication ability is the core accomplishment of students. This study uses the *Interpersonal Competence Scale of College Students* as a test tool, and randomly samples college students to take the test and carry out group psychological counseling, to explore the effectiveness of group psychological counseling intervention on the interpersonal competence of college students. The results show that the interpersonal communication ability of college students can be effectively improved through systematic group psychological counseling, and then improve the level of college students' mental health education.

Keywords

moral education; interpersonal skills; group psychological counseling

立德树人视域下大学生人际交往能力的团体心理辅导干预研究

王友良

云南师范大学教育学部, 中国·云南昆明 650500

摘要

立德树人是教育的根本任务, 人际交往能力是学生的核心素养。本研究使用《大学生人际交往能力量表》作为测试工具, 随机抽样大学生进行施测并开展团体心理辅导, 探讨团体心理辅导干预对大学生人际交往能力的有效性。研究结果说明大学生人际交往能力可以通过系统的团体心理辅导得到有效提高, 进而提高大学生心理健康教育水平。

关键词

立德树人; 人际交往能力; 团体心理辅导

1 问题提出

学生心理健康是目前社会普遍关注的问题, 而人际交往方面的问题在以往大学生主要心理问题的相关调查中占据相当大的比例, 王瑶的调查显示, 大学生存在交往能力欠缺和强烈的交往需求之间的矛盾^[1]。个体通过运用复杂的感知过程、情感交流等手段来实现与他人交流互动的能力称为人际交往能力, 包括沟通交流能力和关系培养能力^[2]。探究大学生人际交往能力对培养大学生形成健

全人格, 对高校心理健康教育工作的开展有着重要的指引作用。

2 研究方法

2.1 研究对象

本研究对象为随机抽取的大学生。发放问卷 160 份, 回收 150 份, 有效问卷 143 份。根据量表在被试样本中的平均分和标准差是: 87.03 ± 11.81 , 确定筛查标准为平均分以下 2 个标准差, 即平均分到 58 分之间, 最终确定 45 名被试, 参加团体心理辅导干预的实验研究, 其中有 24 人作为实验组, 21 人作为对照组。

2.2 研究工具

①《大学生人际交往能力量表》。

本量表测量大学生人际交往能力倾向, 采用 Buhrmester 在提出的将人际交往能力分为: 人际关系建立能力、适度拒

【基金项目】2021 年云南省教育厅科学研究基金项目“新时代研究生教育立德树人的实践路径研究——基于核心素养视域”（项目编号: 2021J0457）。

【作者简介】王友良（1988-），男，中国云南昆明人，硕士，讲师，从事学生思想政治教育与心理健康教育研究。

绝能力、自我表露能力、冲突控制能力、情感支持能力五个构成部分的观点,为25题自陈式李克5点量表^[3]。

②团体心理辅导方案。

团体心理辅导方案是本次干预的重要工具,每次辅导流程如表1所示。

2.3 研究程序

对学生人际交往能力进行描述性统计研究,按照团体心理辅导方案,在专业老师督导下对实验组开展每周1次的团体心理辅导,共7次,每次100分钟。对照组不进行干预。

2.4 数据处理

所有数据采用Spss 18.0和EipData3.1统计软件录入和分析。

3 大学生人际交往能力的现状分析

在人际交往能力方面,师范类大学生表现出自我表露能力得分最高,冲突控制能力得分最低,其他能力居中。方差分析显示,大学生人际交往能力二年级得分最低,三

年级最高。通过差异比较,人际交往能力上,非独生子女与独生子女的差异性不显著($P > 0.05$)。是否班干部的差异性不显著($P > 0.05$)。通过差异比较,人际交往能力总体上差异不显著,汉族的情感支持能力显著高于少数民族,已经达到统计学显著差异水平($P < 0.05$)。通过方差分析比较,总体差异不显著,人际关系建立能力方面,中等城市>乡镇>农村>大城市,并且差异达到统计学差异显著水平($P < 0.05$)。通过方差分析比较,适度拒绝能力方面,宽裕>一般>不太好,并且差异达到统计学差异显著水平($P < 0.05$)。其他方面无明显差异($P > 0.05$)。

4 大学生人际交往能力团体心理辅导干预的效果分析

4.1 辅导前实验组、对照组的同质性检验

表2数据表明,辅导前实验组与对照组在大学生人际交往能力总分及各维度得分上不存在显著差异,说明被试是同质的,辅导前的水平是一致的。

表1 大学生人际交往能力团体心理辅导流程设计

阶段	活动名称	目标	内容	作业
开始阶段	缘来一家人	彼此互动,建立团体关系,解释团体目的和意义,制订团体契约	制定契约 微笑握手 个性名片	一周内了解另外一个群体的全部人,并记下你了解到的信息
过渡阶段	Yes or No 我做主	认识人际关系中存在的问题通过成员互相帮助找到解决途径	大小风一起刮挡不住吸引力 头脑风暴	请在团体内挑选你想认识的人,在一周内了解他
工作阶段	突围人际的牢笼	相互信任 提升人际交往的信心	突围闯关 情景表演 信任背摔	选择一个群体里或者曾经讨厌过的人记录他的优点
	你是养分	体验人际支持	盲人与拐杖 同心协力	通过合理表达,协商处理人际或者群体里的不公平
	人际表达	在表达中尝试理解他人 接纳自己	词语选择 我错了 哑口无言	作为群体的一员你能为集体做些什么
	人际沟通	学会人际沟通的基本技能	目光炯炯 掌声响起来 我说你撕	这几周来你的进步与收获
结束阶段	人际团队	协作中融入团队 构建有效的人际团队	炸药包 无敌风火轮 合力吹气球	去找一个陌生的团体迅速融入和适应

表2 辅导前实验组对照组人际交往能力及各维度差异比较(N=45)

项目	辅导前		
	实验组	对照组	t
人际关系建立能力	13.81 ± 2.94	14.83 ± 2.56	-1.24
适度拒绝能力	15.19 ± 3.06	14.67 ± 1.92	0.69
自我表露能力	17.14 ± 2.45	16.75 ± 3.13	0.46
冲突控制能力	12.38 ± 3.02	12.67 ± 2.27	-0.36
情感支持能力	15.86 ± 2.17	15.79 ± 2.48	0.09
总分	74.38 ± 8.81	74.71 ± 8.62	-0.12

4.2 辅导后实验组、对照组各因子之间的差异检验

表3的数据分析结果表明,辅导后实验组、对照组组间在大学生人际交往能力得分上存在十分显著差异($P < 0.01$),在维度上,适度拒绝能力和冲突控制能力明显提高($P < 0.05$)。表明团体心理辅导对大学生人际交往能力的提高有效,特别是对适度拒绝能力和冲突控制能力效果显著。说明团体心理辅导对大学生人际交往能力的干预有效,且效果显著。

表3 辅导后实验组、对照组各因子之间的差异检验(N=45)

因子	M ± SD		t
	实验组	对照组	
人际关系建立能力	18.43 ± 3.47	16.88 ± 3.34	1.52
适度拒绝能力	18.81 ± 3.37	16.42 ± 2.81	2.59*
自我表露能力	19.81 ± 3.48	19.21 ± 2.51	0.66
冲突控制能力	17.90 ± 3.56	15.38 ± 3.34	2.45*
情感支持能力	18.76 ± 2.99	17.13 ± 3.13	1.78
总分	93.71 ± 14.55	85.00 ± 12.25	2.18**

5 结论

①人际交往能力上,文科生要好于理科生,适度拒绝

能力文科生显著高于理科生。人际关系建立能力男生高于女生。汉族的情感支持能力显著高于少数民族。班干部高于不是班干部的学生。人际交往能力三年趋势是二年级得分最低,三年级最高。人际关系建立能力方面,来自中等城市>乡镇>农村>大城市的;适度拒绝能力方面,家庭经济宽裕>一般>不太好。

②大学生人际交往能力通过系统的团体心理辅导干预是可以提高的,对适度拒绝能力和冲突控制能力的干预效果显著。

③大学生人际交往能力的团体心理辅导干预是高校立德树人人的有效路径,是高校心理育人实践的有效探索。

参考文献

- [1] 杨爽,王瑶.大学生人际交往团体心理辅导研究[J].中国健康心理学杂志,2008(2):140-143.
- [2] 韦丽炎.大学生共情能力、社会自我效能感与人际交往能力的关系及干预研究[D].昆明:云南师范大学,2021.
- [3] 管雯璐.大学生一般自我效能感、人际交往能力与社交焦虑、班级心理气氛之间的关系研究[D].武汉:华中师范大学,2014.