

· 教学改革 ·

基于 MES 和 BOPPPS 团体心理训练教学及能力考核模式的实践探索

张晓琳¹ 王佳² 贺英³ 张晶轩² 杨国愉²

¹陆军军医大学教学考评中心,重庆 400038;²陆军军医大学医学心理系,重庆 400038;

³陆军军医大学第二附属医院医学心理科,重庆 400037

通信作者:张晶轩,Email: 1035099671@qq.com

【摘要】 团体心理训练近年来已经成为各高等院校心理工作者必须掌握的重要技能之一,而其教学培训模式尚存在课程内容体系不够合理、自主实践性不足、技能教学能力考核欠缺等问题。本研究以模块式技能培训(modules of employable skills, MES)为理论基础,构建了团体心理训练核心的课程教学内容和技能模块,并按照 BOPPPS 教学模式开展“体验导入—理论及研讨—实践教学及督导—效果评估和总结”的教学实践探索,取得较好的教学效果,学员在理论的针对性运用、方案设计和实操技能上都取得了客观进步,主观自我满意度评价高。根据教学实践中存在的问题,将在模块优化、教学实施手段创新、能力考核标准细化和加强与医学教育整体融合上进一步完善,以更好地适应高校心理工作的发展需求。

【关键词】 团体心理训练; MES; BOPPPS; 教学模式; 能力考核

【中图分类号】 R-05

基金项目:陆军军医大学“苗圃人才”项目(2019505)

DOI: 10.3760/cma.j.cn116021-20231009-01693

Exploration and practice of group psychological training teaching and competency assessment model based on MES and BOPPPS

Zhang Xiaolin¹, Wang Jia², He Ying³, Zhang Jingxuan², Yang Guoyu²

¹Teaching Evaluation Center, Army Medical University, Chongqing 400038, China; ²Department of Medical Psychology, Army Medical University, Chongqing 400038, China; ³Department of Medical Psychology, The Second Affiliated Hospital of Army Medical University, Chongqing 400038, China

Corresponding author: Zhang Jingxuan, Email: 1035099671@qq.com

【Abstract】 In recent years, group psychological training has become one of the most important skills that must be mastered by psychological workers in colleges and universities. However, there are problems with its teaching models, such as unreasonable course content, insufficient autonomous practice, and the lack of teaching competency assessment. Based on the theory of modules of employable skills (MES), we have constructed the core modules of group psychological training on teaching course content and skills, and in accordance with the BOPPPS teaching model, we have achieved satisfying teaching effects though the teaching practice of "bridge-in-theory and discussion-teaching practice and supervision-effectiveness assessment and summarization", in which the trainees have made objective progress in theory application, scheme design, and skill practice, with a high degree of subjective self-satisfaction. According to the problems found in the teaching practice, we will further improve the model by optimizing the modules, innovating teaching implementation methods, refining competency assessment standards, and strengthen the overall integration with medical education in order to better meet the needs of the development of psychological service in colleges and universities.

【Key words】 Group psychological training; MES; BOPPPS; Teaching model; Competency assessment

Fund program: "Nursery Talents" Project of Army Military Medical University (2019505)

DOI: 10.3760/cma.j.cn116021-20231009-01693

团体心理训练是利用团体心理辅导、团体心理咨询的基本形式,并结合心理素质训练技术而发展出的一种心理训练方法。与团体心理咨询相比,团体心理训练主要针对没有明显心理问题的健康群体,而与团体心理辅导相比,团体心理训练更加关注心理素质和团体凝聚力的提升^[1]。因此,团体心理训练主要用于心理健康问题的预防和教育,关注心理学方法在公共卫生和教育领域应用。其主要通过团队动力和人际互动,促进团体成员自我体验、观察、觉察和领悟,提升心理健康水平和心理素质,达到提高人际和谐度和团队凝聚力目标^[1],实现心理问题的预防。近年来,团体心理训练方法在高等院校个体、组织心理健康维护和促进上发挥着越来越重要的作用^[2-4],成为高校心理工作人员必须掌握的重要技能和形成的重要专业能力。而如何对高校心理工作人员开展团体心理训练技能教学,如何通过能力考核检验其对技能掌握的程度和水平,是形成团体心理训练专业能力的重要前提。

1 团体心理训练教学及能力考核的研究及实践现状

目前,针对各高校心理老师或辅导员的心理健康服务技能培训班很多,为培养高校心理工作者的团体心理训练方法技能,取得了较好的效果。如邓彩艳^[5]利用体验式的教学法对团体心理训练技能教学进行改革,不仅使学员较好地掌握了团体心理训练的技能,也促进了学员心理健康水平提升。邓敏等^[6]依托应用心理专业学员的专业技能教学课程进行改革,设计了较为完整的教学体系,通过理论教学、课内演练、课外实践的结合,涵盖理论、方案设计、组织实施和评估各个方面,促进学员将陈述性知识转化为程序性知识,促进团体心理训练技能的掌握和提升。从国内高校的实践来看,目前多数实践以体验式教学为主,主要通过学员参与活动体验,结合理论讲授学习团体心理训练技能。部分团体心理训练实务技能培训班探索采用理论、体验、督导和实操结合的方式开展教学,成为目前发展的重要方向,能够帮助学员在全流程的技能教学设计中,全方位地掌握团体心理训练理论、方案设计和组织实施的各项技能。

然而,当前的团体心理训练技能培训模式仍然存在较为突出的矛盾问题。第一,课程内容体系不够合理,已存在的课程设计主要侧重于团体心理训练主题本身的体验或侧重于单纯的操作技能培训,没有将二者有机结合,主题不集中,针对性不强。第二,课程自主实践性不足,之前的课程实施以理

论讲授居多,穿插部分实践体验也以教员导入式带教为主,学员自己动手自主实践少,尤其是从理论到方案设计再到组织实施的全方位实践少,主动独立参与性低,得不到充分的训练。第三,技能教学能力考核欠缺,之前的教学效果前、后测评价手段缺乏,没有对学员的技能掌握程度进行量化考核和有效总结,难以确保效果评价的客观性。因此,有必要进一步探索更加符合高校学员和心理工作者需求的团体心理训练教学模式,提升培训效果。

模块式技能培训(modules of employable skills, MES)具有高度模块化特点^[7],能够为团体心理训练课程内容体系的合理化设计提供理论支撑;而BOPPPS[导入(bridge-in),目标(objective),前测(pre-assessment),参与式学习(participatory learning),后测(post-assessment),总结(summary)]教学模式学员参与度高,具有前、后测等完整的能力教学评价环节^[8],可以为团体心理训练技能培训自主实践性提升和能力考核模式的完善提供理论基础。MES和BOPPPS同时用于团体心理训练技能教学,能够将技能操作培训和团体心理训练主题有机结合在整体的教学方法模式中,发挥二者各自的优势。因此,在团体心理训练教学中,结合科学研究、院校教育和实践经验,构建紧贴高校学员和心理工作者需求的不同主题的“团体心理训练方案设计及督导”和“团体心理训练组织实施及督导”的核心课程模块,并开展“体验导入—理论及研讨—实践教学及督导—效果评估和总结”的教学实践探索。

2 团体心理训练教学及能力考核的理论基础

2.1 MES教学模式

MES教学模式是模块化教学的代表,主要以技能培训为核心,20世纪70年代由国际劳工组织研究开发,用于实际工作岗位技能培训^[7]。从其开发背景可以看出,MES是一种非常适用于继续教育或岗位培训教育的教学方法,符合团体心理训练的教学性质和目标。MES将多个功能目的类似的教学活动或者教学单元组装为一个具有统一目标的教学模块,而一门课程则由数个不同功能和目标的模块构成^[7]。模块内容和实施方法事先进行周密设计,强调示范、操作、讨论,以及教学实施过程中的质量控制和教学后的效果评估。将知识、技能和态度三者高度融合,从而能够让人在高度学习动机驱动下学到切实可用的内容。

2.2 BOPPPS教学模式

BOPPPS由6个英文单词或短语缩写而来,代表

教学的 6 个阶段,分别是导入(bridge-in)、目标(objective)、前测(pre-assessment)、参与式学习(participatory learning)、后测(post-assessment)和总结(summary)^[8]。“导入”阶段主要是激发兴趣;“目标”阶段是明确学习目标;“前测”阶段主要通过一定的方法手段了解相关知识技能的掌握和了解程度,以帮助教师及时调整教学实施策略;“参与式学习”阶段是核心环节,包含教学的主要核心模块,以互动性、参与性、小组合作方式的学习为代表;“后测”主要是了解学习效果,考查是否达到学习目标;“总结”主要在于回顾反思教学过程的问题,为进一步改进作支撑^[8]。

3 团体心理训练核心模块构建

3.1 构建依据

MES 教学模式在团体心理训练中应用,主要体现在内容模块和技能模块 2 个层次的划分。内容模块以高校学员心理发展的特点和心理问题预防为基础,综合应用发展心理学理论、团体动力理论、人际沟通理论、社会学习理论等设计“适应”和“发展”2 个部分的教学;技能模块以团体心理训练要求掌握的方案设计和组织实施两大技能为依据,设计“团体心理训练方案设计及督导”和“团体心理训练组织实施及督导”两大模块。总体上,要求心理工作者掌握“适应”和“发展”两大主题的团体心理训练方案设计方法和组织实施技能。

3.2 构建方式

3.2.1 内容模块

根据发展心理学理论^[9],高校学员正处于成年早期的“延缓偿付期”,他们有比较充分的时间在高等院校学习中提前对即将进入的工作环境进行预先的适应,并依据自己的兴趣和需求进行职业发展的计划和思考。其中,高校是半社会化的一个环境,对于高校环境的适应是适应工作环境的前提。根据张大均^[10]的大学生社会适应相关理论,高校学员的社会适应行为主要体现在社会交往和职业发展等方面。在此基础上,根据高校学员进入大学的一般适应过程,又增加了环境适应的方面,从而将“适应”主题细化为“环境适应”“人际适应”和“集体适应”3 个模块。其中,“环境适应”主要解决一般的自然社会环境适应问题;“人际适应”主要解决人际沟通中存在的问题;“集体适应”主要是帮助高校学员在学习期间提前适应社会高度分工合作的职业模式。而根据社会适应相关理论提出的社会自我、社会责任心、社会价值观、社会情感等不同方面^[8],

结合大学生就业后常见的职业发展相关心理问题,将“发展”主题分为“自我认识”“情绪调节”“团队动力”“压力管理”“树立自信”5 个模块,要求心理工作者掌握相关内容的方案设计及组织实施方法技能。在具体的主题训练内容中,依据团体动力理论、人际沟通理论、社会学习理论,设计从开始阶段(开场、团体动力要求与原则、热身)、中间阶段(主体活动、分享)到结束阶段(总结、提炼升华、作业巩固)的方案框架^[1]。

3.2.2 技能模块

根据目前研究和实践现状,团体心理训练需要掌握的主要核心技能是方案设计技能和组织实施技能^[5-6]。在“团体心理训练方案设计及督导”模块中,结合理论及研讨阶段所掌握的知识和实际案例,在“适应”和“发展”2 个主题上以小组为单位进行合作、互动、研讨,并开展自主方案设计的实践,加深对相关知识的理解和掌握,注重培养实际工作中对知识的应用转化能力。教师在此过程中开展解惑答疑,并给出明确可操作的修改意见。在“团体心理训练组织实施及督导”模块中,依据前期理论和修改后的方案,进行“适应”和“发展”2 个主题的自主实训,同样以小组为单位开展,扮演主训者、助手和成员等不同角色,注重培养实际动手能力、问题解决能力和随机应变能力。教师全过程详细观察、记录,并对组织实施过程进行点评督导,给出改进建议。

4 团体心理训练教学及能力考核实践

团体心理训练教学及能力考核实践依据 BOPPPS 教学模式进行阶段整合,根据团体心理训练本身的教学特点和目标,将“导入—目标—前测—参与式学习—后测—总结”6 个阶段整合为“体验导入—理论及研讨—实践教学及督导—效果评估和总结”。其中“目标”“前测”阶段整合于“理论及研讨”中;“后测”“总结”整合于“效果评估和总结”中。其余阶段则按顺序一一对应设计,其中“参与式学习”是核心阶段,该阶段以 MES 教学模式开展模块化的参与式教学实践,如此将 MES 和 BOPPPS 整合,形成了团体心理训练内容主题和技能操作培训的有机结合。

4.1 实践探索

4.1.1 体验导入

“导入”阶段,教员选择典型的团体心理训练案例组织学员开展实践体验。该阶段主要目标是引起学员对教学内容的学习兴趣和进一步探索的欲望,感受团体心理训练的效果和魅力,体会作为成

员得到的提升和收获。同时,该阶段还能够通过团体心理训练本身的作用,在学员中进行“破冰”,破除人际坚冰,建立学习团队或小组,为后续的研讨教学,合作式实践教学奠定基础。

4.1.2 理论及研讨

该阶段主要包括“目标”和“前测”阶段。教员从理论层面阐述学习目标,在了解团体心理训练的概念、特点、功能、分类等基本知识基础上,掌握团体心理训练方案的作用、基本结构、设计方法和注意事项,掌握团体心理训练组织实施环节、分享技巧、注意事项。教学以问题引导和案例牵引的方法开展,并以课堂研讨互动的方式考察学员对相关技能的掌握程度,为后续实践教学及督导的教学设计提供支撑。

4.1.3 实践教学及督导

实践教学及督导主要包括“参与式学习”阶段,学员依据前期分组进行分工合作,开展团体心理训练“方案设计”和“组织实施”模块的自主实践。

“方案设计”模块教学主要形式为“汇报方案+教师督导”。①课前根据课程内容,提前设计好团体心理训练方案;②课堂上,分组从“选题意义”“心理学理论支撑”“活动流程(对象、方法及步骤)”“预期效果”4个方面进行方案汇报;③教师从“有无明确结构”“目标是否明确统一”“活动安排是否有逻辑性”“理论支撑是否合理”“分享要点设置是否合适”“方案细节是否考虑周全”6个方面进行督导,引导讨论,点评并提出改进建议。

“组织实施”模块教学主要形式为“自主实训+教师督导”。①课前依据修改完善的方案,准备活动器材和场地;②课堂上,分组进行不同模块主题的训练实践,每名心理工作者轮流扮演主训者、助手和成员的角色;③教师从“主训和助手分工协作”“活动主体环节组织”“分享环节实施”“问题和突发情况处理”“整体时间和节奏把控”“团体氛围效果”6个方面进行督导,引导讨论,点评并提出改进建议。

4.1.4 效果评估和总结

该阶段主要包括“后测”和“总结”2个阶段。

“后测”为整个课程的能力考核阶段。团体心理训练考核方式摒弃了传统的书面纸笔测验,改为实践能力考核,分为“方案设计”和“组织实施”2个部分。“方案设计”能力考核主要从5个方面进行,共分为12个要点(表1)。“组织实施”能力考核主要从3个方面进行,共分为12个要点(表2)。

表1 团体心理训练方案设计能力考核要点

内容	要点
主题,目标和内容	1. 主题明确 2. 目标具体 3. 内容充实
理论和理念	1. 理论掌握好 2. 设计理念先进
逻辑性	1. 内容紧扣主题 2. 逻辑性强
结构,层次和条理	1. 结构合理 2. 层次清楚 3. 条理清晰
形式和操作性	1. 形式新颖 2. 联系实际,操作性强

表2 团体心理训练组织实施能力考核要点

内容	要点
活动实施	1. 内容熟练,方法熟练,富有激情 2. 组织能力强,语言表达清晰明了 3. 引导得当,解释合理、通俗易懂 4. 沟通、协调能力好,举止自然大方 5. 合理使用各种方法,时间分配得当 6. 善于启发,互动良好
训练效果	1. 辅导氛围活跃、融洽,成员参与性强 2. 互动灵活,富有趣味性 3. 培养认识自我和心理调节等多方面能力
控场能力	1. 现场掌控力强 2. 辅导严谨,言行得体,素养良好 3. 随机应变、灵活处理能力强

在“总结”阶段,首先,教师引导再次在督导环节和能力考核环节的基础上,总结尚存在的问题和不足,对后续的改进措施进行研讨。其次,参与学习的心理工作者对教学设计和组织实施进行评价。再次,共同对后续教学模式和具体方法改善进行研讨,为更加深入的团体心理训练教学方法改革奠定基础。

4.2 成效和问题

依据MES和BOPPPS教学进行教学和能力考核模式改革后,团体心理训练课程教学和技能培训体系得到进一步完善,并在多个临床心理咨询技能综合培训项目和团体心理训练专题培训项目上开展了实践应用,并在卫生防疫、健康教育、护理学、特殊环境医学等医学培训项目中进行了模块式推广,取得了较好的培训效果和满意度评价。通过对学员的后期访谈发现,多数学员在理论的针对性运用、方案设计和实操技能上都取得了客观进步,主观自我满意度评价也很高。如,大部分学员都提到“此前的训练缺乏理论支撑,也缺乏科学方法。通过此次培训,我知道了心理训练的相关原理与理论依据,掌握了心理训练的方案设计、组织实施以及

与之有关的技术和方法……”“通过占总学时多半的实训课,我更加深入地体会到这些心理工作方法的具体过程以及操作流程,自身组织心理训练的方法与技术有了很大的提高……”等方面的收获和提升。还有的学员提到方案设计的实践和实操技能的实践具有很高的“沉浸性”和“体验性”,“步步推进”式的教学具有很强的针对性和指导性。还有的学员对考核模式提出了好评,指出“通过设计督导和实践督导考核,切实掌握了团体心理训练的全部技能……”。这些都表明此教学和能力考核模式取得了实际的成效。

同时,在教学模式的实践过程中,通过自我反思以及学员意见反馈,发现仍存在问题需要解决。一是团体心理训练内容模块设置不够丰富,包括“正念”“心理弹性”“音乐”“治疗”“危机干预”等较为特殊主题的内容未设计到技能模块中。二是对方案设计、研讨过程本身的督导和指导不够,目前仅针对学员设计完成的方案进行督导,而没有在学员设计方案的过程中给予全程性的指导。三是能力考核的标准有待进一步细化和改进,目前能力考核标准各方面的要点描述存在不准确或模糊之处,需改进表述方式,且缺乏对得分和扣分标准的详细说明,需要进一步制定。四是融入医学教育程度可以进一步加强,目前仅在个别公共卫生和护理学培训项目中进行了模块式推广,未在相应医学学科中形成较为稳定的教学模块,需要进一步融合。

5 改进措施

第一,在模块设置上,教学内容模块需要进一步优化。目前团体心理训练内容模块设置主要包含“适应”和“发展”2个主题8个模块。根据当前团体心理训练领域的发展和高校心理工作的新需求,还需探索进一步增加“特需”和“职业发展”主题相关内容。其中“特需”主题可以纳入“心理弹性”“正念”“沙盘”“音乐”等不同模块,而“职业发展”则可以探索纳入“团队凝聚力塑造”“应激适应”“团体决策”“创伤处理”等模块,突出高校学员今后就业的特点和需求。

第二,在教学实施手段上,加强分组研讨和合作比重,从而进一步增强参与度。同时,利用网络教学平台开展线上线下混合式教学改革试验,将方案设计自主实践环节纳入线上教学,增加教师参与方案设计指导的时间,增强交流效果。探索线上团体心理训练组织实施,在“自我认识”“应激适应”“音乐”“沙盘”“团体决策”等较为特殊的模块尝试

使用线上方式开展团体心理训练,并考察效果。

第三,进一步细化能力考核标准,增加主训者、助手自我评价和团体心理训练成员评价2个项目,细化评价要点。探索构建组织实施过程评价体系,以团体心理训练人际互动沟通模式、沟通内容为主要评价来源,采用社会网络分析和文本处理及分析方法,创新过程评价模式。以此来构建完整的能力考核评价标准体系。

第四,加强与医学教育整体融合程度,进一步探索以完整模块形式融入卫生防疫、健康教育、护理学、特殊环境医学、康复医学、运动医学等多领域学科的专业技能培训中,形成稳定的培训体系,扩大团体心理训练在健康促进中的作用效果。

利益冲突 所有作者声明无利益冲突

作者贡献声明 张晓琳:论文撰写、资料整理分析、教学考核指导及实践和论文修改;王佳、贺英:参与教学实践、资料整理分析和论文修改;张晶轩:论文框架构建、改进措施部分撰写、理论指导、承担主要教学实践和论文批判性修改;杨国愉:理论指导、教学实践指导和论文批判性修改

参考文献

- [1] 杨国愉. 军人团体心理训练[M]. 重庆: 西南师范大学出版社, 2016.
- [2] 张蜀. 团体心理训练对大学生情绪控制能力的影响[J]. 心理学进展, 2017, 7(3): 403-410.
- [3] Armoso A, Gonzalo A. Experiential group psychotherapy training with undergraduate students in Spain [J]. International Journal of Group Psychotherapy, 2022, 72(4): 358-396. DOI: 10.1080/00207284.2022.2126844.
- [4] Liu H, Soh KG, Samsudin S, et al. Effects of exercise and psychological interventions on smartphone addiction among university students: a systematic review [J]. Frontiers in Psychology, 2022, 13: 1021285. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.1021285.
- [5] 邓彩艳. 体验式教学法在《团体心理辅导》教学改革中的应用研究[J]. 人才资源开发, 2015, 8: 204-205.
- [6] 邓敏, 刘振会, 樊洁, 等. 团体心理辅导技能在应用心理学专业技能中的教学设计和实施策略[J]. 课程教育研究: 学法教法研究, 2017, 23: 34-36.
- [7] Astha U. Skill Development initiative-modular employable skills scheme: Feedback from the field [EB/OL]. (2013-01-08) [2023-10-11]. https://www.ilo.org/newdelhi/whatwedo/publications/WCMS_332262/lang-en/index.htm.
- [8] 周文, 李俊, 包卫东, 等. 国内BOPPPS模型研究的知识图谱分析[J]. 高等教育研究学报, 2019, 42(3): 44-52, 66. DOI: 10.3969/j.issn.1672-8874.2019.03.007.
- [9] 林崇德. 发展心理学(第三版)[M]. 北京: 人民教育出版社, 2018.
- [10] 张大均. 大学生社会适应的心理学研究刍议[J]. 西南大学学报(社会科学版), 2014, 40(6): 79-85. DOI: 10.13718/j.cnki.xdsk.2014.06.012.

(收稿日期: 2023-10-09)

(本文编辑: 唐宗顺)