

## The Teaching Reform of Counseling Psychology based on Constructivism Learning Theory

Guo Siyin\* Tang Haibo

*School of Marxism, Central South University, Changsha*

**Abstract:** At present, China is in urgent need of applied high-quality talents in psychology, so it is particularly important to reform the teaching of consulting psychology. Constructivism is the teaching theory of western educational psychology, which holds that learning is a process of learners' active construction of meaning and emphasizes the initiative, sociality and situation of learning. From the perspective of constructivist learning theory, this paper explores the reform of the teaching concept, teaching content, teaching methods and assessment methods of consulting psychology. It can be seen that the constructivist learning theory has reference significance for the teaching reform of consulting psychology and the training of applied psychology talents in China.

**Key words:** Counseling psychology; Teaching reform; Constructivism; Colleges and universities;

Received: 2020-12-13; Accepted: 2020-12-18; Published: 2020-12-31

---

## 基于建构主义学习理论的咨询心理学课程教学改革

郭思吟\* 唐海波

中南大学马克思主义学院, 长沙

邮箱: 745817697@qq.com

**摘 要:** 当前中国急需心理学专业应用型的高素质人才, 改革咨询心理学学科教学显得尤为关键。建构

主义是西方教育心理学的教学理论,认为学习是学习者主动建构意义的过程,强调学习的主动性、社会性和情境性。本文从建构主义学习理论的视角出发,探索咨询心理学教学理念、教学内容、教学方法以及考核方式的改革。可以看出,建构主义学习理论对当前我国咨询心理学教学改革和心理学应用型人才的培养具有借鉴意义。

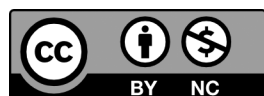
**关键词:** 咨询心理学; 教学改革; 建构主义; 高校

收稿日期: 2020-12-13; 录用日期: 2020-12-18; 发表日期: 2020-12-31

Copyright © 2020 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



随着我国社会变革的加剧,心理学人才的社会需求日益增加。作为培养心理学人才摇篮的咨询心理学专业,如何培养创新型咨询心理学人才、全面提高学生的综合实践能力已成为亟需解决的问题。建构主义是当代学习理论的革命,建构主义学习理论和认识论,即关于人是如何学习的和知识的本质的观点,是影响教学设计与教学实践发展走势的重要力量<sup>[1]</sup>。当前我国有关建构主义学习理论的研究很多,且许多学者基于建构主义学习理论积极探索教学改革。以建构主义理论为基础的教学改革研究在如火如荼开展的同时,许多应用型学科教学也受到了建构主义理论的影响。这些研究推动了我国教学改革的发展,但目前为止,基于建构主义理论的心理学学科教学改革研究很少,而将建构主义理论运用到咨询心理学教学改革的研究十分有限。

咨询心理学作为一门注重实践的应用型学科,与建构主义理论有其内在联系和契合点。因此,借鉴建构主义理论来推进咨询心理学教学改革尤为关键。本研究以培养应用型咨询心理学人才为目标,以建构主义教学理论为依据,探索与研究咨询心理学课程的实践教学模式,通过优化教学模式、创新实践教学,激发学生学习兴趣、发挥学生主体作用、全面提升学生综合素质。

## 1 建构主义学习理论与咨询心理学概述

### 1.1 建构主义学习理论核心观点

建构主义强调学习不是被动地接受外界信息,而是让学习者处于一定的情景之中,运用已掌握的知识经验学会主动地加工和处理外来信息。建构主义认为学习者在获取知识的过程中,不是直接复制客观事物,而是将学习者原有的认知结构作为中介,实现知识的内在生成。且强调学习不是简单地把知识塞入学习者的头脑中,而是推动学习者能够真正掌握认识问题、分析问题、思考问题的能力,将知识转变为自己的“学问”“见解”与“思想”。

## 1.2 咨询心理学课程

咨询心理学是一门强调实践性的应用型学科,是研究心理咨询的理论、咨询过程和咨询方法和技巧的学科。咨询心理学课程的教学目标定位于培养具有较为丰富的心理学专业知识,具备心理咨询与辅导和人事测评实际操作能力,能够灵活运用心理咨询方法和技术的应用型高级专门人才。其对学生是否能够灵活地运用理论知识、创造性地解决问题以及能否有效地帮助他人的要求很高。

## 1.3 建构主义学习理论与咨询心理学教学的契合点

建构主义适用于咨询心理学课程的教学。咨询心理学是一门应用性极强的课程,要求学习者能够充分运用心理咨询的理论知识,为他人提供有效的心理咨询服务。心理咨询是帮助他人的适应和促进他人的一种专业性助人活动,课程强调的是学习者掌握为其他有需要的人提供心理帮助的服务能力,促使他人澄清对生活的态度与看法,增强其解决问题和克服困难的能力。这就需要学习者对咨询理论的深刻理解和灵活运用,拥有高超的实际操作能力。此外,咨询心理学是一门注重实践以及强调创造性的应用性课程,其重点在于培养学生具有创造性地解决问题的能力,要做到创造性地解决问题并能以适合特定当事人的方式进行交流,要求学生能够对多种能力加以灵活运用。而建构主义关注的是学生的主体性、个人体验、个人感受以及意义内化,强调学生对知识的主动探索、主动发现和对所学知识意义的主动建构,认为学生是信息加工的主体、知识意义的主动构建者。因此,运用建构主义学习理论为高校咨询心理学教学改革提供了非常好的方向与视角,将建构主义学习理论运用于咨询心理学课程的教学过程中,有助于课程教学目标的顺利实现。

# 2 建构主义学习理论运用于高校咨询心理学的路径探析

## 2.1 教学理念的改革

建构主义学习理论提倡主体性原则,所谓主体性原则指的是在教学的过程中,教师与学生都能够充分发挥自主性、能动性、创造性作用。不仅强调教师在教学过程中的创造性,重视教师对学生的启发以及支持,而且重视学生的主体性地位,注重学生能够积极主动地学习。传统的教学理念更偏重教师在课堂教学中发挥主体性作用,往往容易把学生当做接收知识的容器,让学生被动地接收信息。不同于传统教学理念,建构主义认为教师与学生是互为主体的关系,是一种主体间的交往关系,具体表现为一种“主体间性”,也就意味着在教学的过程中,教师作为主体不是以学生作为客体为前提条件的,教师既是主体,学生同样发挥着主体的作用。此外,建构主义的教学不是简单地处理知识和传递知识,区别于传统教学过分偏重教授知识给学生,建构主义致力于培养和训练学生的综合素质和实践能力。在学习的过程中,学生不仅能从中有效地获取知识,最重要的是能够基于已有的认知经验,学会积极主动地建构知识,实现问题场域的适应从而促进广泛的迁移发生。因此,咨询心理学教学必须将改革教学理念放在首位,通过改变传统的教学理念来促使学生创造性地学习。咨询心理学教学不应是强硬地灌输知识给学生,而是给予学生更多思考与创造的空间。让学生自主地发现与提出问题,鼓励学生从已有的知识经验中探索

出解决问题的路径,并形成自己对问题的理解。

## 2.2 教学内容的改革

建构主义学习理论认为知识不是对客观世界最准确的表达,不是最终的答案,知识是动态的、发展的,并不存在一种绝对客观的知识表征形式,相反,它会随着人类的进步和人们认识的深入,而被不断地变革、升华和改写,出现新的解释和假设<sup>[2]</sup>。一方面,咨询心理学课程要重视教学内容的动态性与发展性。在教学过程中,除了认识国内外咨询心理学专业的发展现状,还要关注心理学咨询领域的发展动态,要了解专业最新的发展趋势和研究成果。教学内容要注重与时俱进,将前沿的研究成果及时补充到教学中,帮助学生学习与了解专业最新的发展动态与成果,在完善教学内容的过程中丰富学生的科学素养。另一方面,要根据社会需求实时地补充和更换教学内容。随着社会的不断发展,人们的实际需要也在不断地改变,所以教学内容要及时捕捉社会需求,将社会热点话题与教学内容相结合。教学内容中融入社会热点话题,有利于提高教学过程的真实性与生动性,还有利于提升学生将理论知识运用到实际的能力。因此,教师在讲解专业知识的过程中可以适当引入社会热点话题,将其作为案例展开教学,或者以一些典型的社会热点作为教学内容开展课堂专题讲座,让学生在课堂上充分地思考与讨论,引导学生将专业知识与现实生活紧密联系,启发学生反思与总结。

## 2.3 教学方法的改革

情景是建构主义的关键词之一,即强调学习要在特定的情境中展开。建构主义认为,情景总是各种各样的,不同的情景体现出不同的特点,给学习者呈现出不一样的样态,而抽象的概念和规则难以适应千变万化的情景,难以让学生在情景中灵活运用所学知识。因此,建构主义主张学习活动要有具体的、“真实”的情景。因为在特定的情景中,个人可以感受到独特的个性化体验,这有利于个人的意义建构。为学生提供一定的情景,可以促使学生联系认知经验并有效地整合已有的知识,进而实现创造性地解决问题。因此,在咨询心理学教学过程中,要采取多种的教学方式,尝试利用不同的教学方法为学生提供具体的情景。基于此,咨询心理学课程教学方法可从以下几个方面进行补充。

### 2.3.1 角色扮演法

角色扮演教学方法的特点是创造虚拟且具体的情境,该方法根据教学的目标,创设出与实际情境相似的任务情景,让学生在模拟的任务情境中感受、体验与分享,实现对具体问题的深刻透析。角色扮演要求学生们亲自创建特定的情景,并主动选择和扮演某一种角色。在扮演角色的过程中,学生需要积极地学习和探讨在具体的场景中所扮演角色的内心感受和心理变化,并尝试剖析心理真实感受产生的原因。通过身临其境的体味和感受,学生能够更好的认识自己与理解他人,同时,有利于提升学生的共情能力和沟通能力。

### 2.3.2 团体辅导法

团体辅导法是心理咨询的一种重要方法,特点是拥有相同心理问题的一类人在咨询师的帮助下解决心理问题,共同获得进步与成长。在咨询心理学的教学过程中可以适当引入团体辅导方法,让学生在合作交流中学习心理咨询的技巧。教师需要为学生创造一种融洽、信任、轻松的团体氛围,积极引导学

生共同体验、互相启发、协同合作。在具体的情景中,学生们可以在团体学习中探讨与主题相关的各种情绪情感和心理问题,能够实现及时地与他人分享交流,学会从不同的视角观点看问题。同时,教师也需要发挥积极引导的作用,除了启发大家多看、多听、多说、多感受,还要推动学生学习一些心理咨询的技巧,帮助学生掌握处理心理问题的解决方法。

### 2.3.3 咨询实战法

咨询实战法注重为学生提供各种咨询活动的机会。随着理论学习的进一步深入,应开展真实实践演练的教学活动,为学生提供接触真实案例的机会,让学生在实践活动不断提升实践能力。实践教学的过程就是为学生提供真实具体情景的过程,有助于推动学生在一定的情景下探索不同问题的解决方式。因此,为了保证教学质量进而实现教育效果,创新实践教学方法显得尤为关键。如可以安排学生担任学校心理咨询室的助手,协助咨询师完成心理咨询,这有利于学生了解心理咨询的具体步骤,学习和掌握心理咨询的技巧。还可以积极组织学生在学校和学院搭建的校内外心理健康实践基地开展实践教学活动。在教师和咨询师的督导下,让学生尝试和学习接待个案,实现将理论应用到实践,提高学生综合运用理论知识和创造性解决问题的能力。

## 2.4 考核方式的改革

建构主义认为考核方式应遵循过程性和参与性评价原则。过程性评价指的是要在教学过程中对学生进行考核与评价,强调考核与评价的即时性和情景性。参与性原则体现的是评价主体的多元化,强调学生参与到评价过程中,实现学生的自我评估,致力于让学生在学的过程中不断进行反思与总结,提高其对知识的掌握程度,并能在自我评价过程中改善学习的方法,实现学习的深层次建构。基于建构主义的学习理论,要循序渐进地完善咨询心理学教学评价方式。

一方面,应转变教学考核与评价的目的性,区别传统考核侧重评判学习结果的优劣程度,考核的目的是为了提升教学效果,提高学生的综合素质能力,以及提升学生心理咨询的能力。因此,考核不能只注重结果,而要致力于为学生提供评估与反思的评价方式,让学生在具体的情景中提高自我认知能力,进而促使学生及时调整学习目标与策略。另一方面,应采取多元化的考核方式。当前咨询心理学的教学评价方式比较单一,主要采取期末笔试的考核方式,这种考核方式不利于学生掌握心理咨询的方法,阻碍了学生提升应用的能力。采取多样化的实践教学考核方式对提升教学效果起着重要的作用,因此,咨询心理学课程要积极拓展考核方式。基于心理学是一门应用性强的学科,考核应致力于构建完善的实践教学评价体系,在考核过程中注重学生的实践能力和应用能力。在应用心理咨询技能的实践过程中,教师应关注学生在实践过程中的表现,将学生的态度、技巧、能力等作为考核的内容,最后再结合其他方面对学生作出综合评价。

## 3 建构主义理论运用于高校咨询心理学的价值探析

### 3.1 有利于实现咨询心理学专业的教学目标

咨询心理学是一门强调实践性的应用型学科,对学生灵活地运用理论知识能力以及创造性地解决问



题的能力要求很高。咨询心理学专业培养的人才应该是能够为社会各个领域有需要的人提供专业的心理咨询与辅导帮助,能够为社会健康发展起推动作用。其教学目标不仅仅是培养掌握各种理论知识的人才,而是在学习专业的理论知识和科学的基本技巧的基础上,能够结合实际情况去进行心理咨询活动的人才。将建构主义的学习理论应用到咨询心理学教学培养中,对促成教学目标的实现起着不可忽视的作用,建构主义十分关注学生对知识的分析与建构,其认为学生理解与记忆知识是远远不够的,需要学生对已有知识做出分析,能够在一定的情境中加工与处理信息与知识。在该教学理念的启示下,咨询心理学教学应提升处于不同的情境下的学生在面对差异性的问题时能够科学有效地利用所学知识的能力。因此,在咨询心理学教学培养中借鉴建构主义学习理论有助于实现咨询心理学专业的教学目标,进而为社会提供咨询心理学专业的高素质人才。

### 3.2 有利于提高咨询心理学专业人才培养的质量

当前中国社会急需大量的心理学专业应用型人才,时代的发展也对咨询心理学人才培养提出了更高的要求。建构主义的学习理论有其重要的时代价值,在咨询心理学教学改革过程中结合建构主义的学习理论有助于提高教学质量。一方面,有利于加深学生对理论知识和专业技能的掌握程度。例如,合作学习是建构主义理论的核心价值之一,认为学习是通过学习共同体之间的合作互动完成的。学生们在开放性和互动性的情境下学习,通过参与群体活动来分享各自的知识与见解,相应地在学习共同体中学习其他人的见解,并主动学习去回应与反馈各种信息与知识。同样的,在咨询心理学教学课堂中加入大量的小组合作和交流学习是十分必要的。学生基于某一理论或者某一问题展开合作与探究学习,讨论与分享的过程就是不断深入学习和理解理论知识的过程。另一方面,建构主义运用到教学改革中有利于提高学生将理论运用于实际以及解决具体问题的能力。实践能力是“咨询心理学”专业人才所必备的基本技能,只有将理论应用于实际,才能满足当今社会的发展需求。通过完善“咨询心理学”专业实践教学体系和搭建和创新实践教学平台,为学生理解咨询心理学的实际运用奠定基础,能使学生在相对真实的情景下学习如何创造性地应用理论知识,从而提升学生理论与实际相结合的能力。

### 3.3 有利于提升学生的专业认同

提升学生的专业认同包括提升其专业价值认同和专业情感认同。专业价值认同指的是学生对所学专业的认识和态度以及对其学科专业目标的追求与向往。随着时代的发展变化,咨询心理学的应用范围与领域非常广泛,心理咨询已成为当今时代越来越重要的服务行业,发挥着不可估量的重要作用。在教学改革过程中,通过将咨询心理学的发展现状与最新研究成果引入课堂教学,以及紧密联系社会热点话题,有利于学生开阔学科视野,了解学科的发展趋势,更加全面详细地认识学科目标,进而推动学生能够真实地感受与理解咨询心理学的学科价值与意义。专业情感认同指的是学生在专业学习的过程中产生较好的学习体验,并给出良好的评价。例如,规范组织学生模拟或者真实体验心理咨询的具体步骤,让学生亲身感受与直接体验将理论知识运用到实际生活的全过程。学生面对各种各样的心理问题并尝试用所学专业专业知识去解决这些问题时,这个过程不仅会让学生认识到个人发挥着重要的价值,还会产生独特的体验感和幸福感,进而提升其专业情感认同。

## 4 结语

本研究立足高校咨询心理学学科建设现状及社会对咨询心理学专业人才实践能力的需求,充分借鉴了建构主义学习理论,积极探索了咨询心理学专业教学改革路径,为激发学生的创新潜能,提高学生的实践应用能力提供了理论与实践支持。

## 参考文献

- [1] 钟志贤. 建构主义学习理论与教学设计[J]. 电化教育研究, 2006, 27(5): 10.
- [2] 温彭年, 贾国英. 建构主义理论与教学改革——建构主义学习理论综述[J]. 教育理论与实践, 2002(5): 17-22.
- [3] 徐洁. 对建构主义的重新审视[J]. 高教探索, 2018(5): 40-43.
- [4] 于晓宇, 程淑英. 应用心理学本科生心理咨询技能提升的实践教学模式探索[J]. 教育现代化, 2017(22): 26-27+93.
- [5] 谢履羽. 高校应用心理学专业学校心理辅导课程教改实践: 基于建构主义的视角[J]. 心理月刊, 2020(12): 28-29.
- [6] 杨维东, 贾楠. 建构主义学习理论述评[J]. 理论导刊, 2011(5): 77-80.
- [7] 李鸣. 咨询心理学简介[J]. 中国心理卫生杂志, 1988(5): 3-5.
- [8] 张素玲. 关于高校实践教学创新若干问题的探讨——以应用心理学专业为例[J]. 教育探索, 2011(10): 53-55.
- [9] 鲍溢清, 韦洪涛. 论应用心理学专业实践教学体系的建构[J]. 继续教育研究, 2011(5): 134-136.
- [10] 吴思为, 刘世瑞, 唐芳贵. 基于创新人才培养的地方高校应用心理学专业实践教学模式改革研究[J]. 科教导刊(下旬刊), 2018(4): 62-63.
- [11] 谢念湘. 应用心理学专业实践教学特色探索——以“心理咨询与治疗”课程为例[J]. 黑龙江教育(高教研究与评估), 2017(4): 89-90.
- [12] 马万华. 建构主义教学观对大学教学改革的启示[J]. 高等教育研究, 1999(5): 58-61.

# “移空技术理论与应用”专栏·编者按

十八大以来，习近平主席在多个场合谈到中国传统文化，表达了自己对传统文化、传统思想价值体系的认同与尊崇。他明确指出：“我们要坚持道路自信、理论自信、制度自信，最根本的还有一个文化自信。”

自明以降，西学东来。至晚清，西方之学术随坚船利炮撞开久闭的国门，灌输于中土。又历百年，中华原本之文化精髓，反成小众。西方文明重于外在、强于精准、利于传播，然其思想深度，则有不逮。以中国传统文化为代表的东方文明则以修炼内在为先，“诚意”“正心”之后，方得“修、齐、治、平”。然而，我们的文化正因为过于深入，以至言语道断，仍不尽其意，能领悟多少，全凭每个个体的根气与悟性。故此难以传播，反成其殇。

心理学发展历时百余年。从最初研究“心理现象”，到后来弗洛伊德提出潜意识假说，再到荣格提出集体潜意识，是一个由外而内的探索过程。然而，这些内在的探索，实则是将东方思想用西方学术的术语进行了表达。并且这些表达，并未能触及东方思想的究竟。换言之，于“心”之根本，所涉及之深度尚有待发展。近些年，中国的心理学家们在根植于中国传统文化的心理治疗道路上做了大量探索，也取得了积极的成就。移空技术便是其一。

移空技术的提出者刘天君是北京中医药大学教授、博士生导师、主任医师，中德班一期学员，中国心理学会、中国心理卫生协会注册心理督导师；其深谙中医“治神”之理，又博览现代心理学各大流派，思想所涉之深度，非止心理，甚而见性。移空技术首发于2008年第五届世界心理治疗大会，2010年入选国家支撑计划课题“十种心理咨询与心理治疗技术的规范与示范研究”。这项技术根植于中国传统文化精髓，借现代科学标准化步骤予以表述，初步探索出一条属于中国文化、也更适合中国国民的心身治疗途径，以期既解决传统文化不立文字、口传心授、不易传承之殇，又解决西方学科形而不神、难涉本心、深度有限之弊。

移空技术于内取道家修行技术中“存想”与“入静”二法，于外则以现代科学的思路，将治疗过程分为十个标准化的操作步骤，既保留中国传统文化所能达到的心身境界，又让境界提升的过程具体可操作。故此项技术之前景可期大观。2020年6月，移空技术研究院成立，目前已建立科研、教学和督导三大体系，逐步将这项立足于中国传统文化精髓的心身治疗技术向学界乃至社会推广。

综上，我们在此为移空技术辟一专栏，但求共同为中华文化之璀璨添一束光芒。本专栏主要发表移空技术的案例以及相关的理论文章、科研报告；也欢迎同仁对已发表的案例及文章进行研讨，且酌情请资深专家点评；以期百花齐放、百家争鸣，群策群力促进移空技术发扬光大，立足中土，走向世界。