

## Integrated and Guided Consulting Mode: Consulting Different Weariness of Senior High School Student

Li Li<sup>1</sup>, Chunbin Zhang<sup>2</sup>

<sup>1</sup>School of Education Science, Jiamusi University, Jiamusi

<sup>2</sup>International Education College, Jiamusi University, Jiamusi

Email: [103243914@qq.com](mailto:103243914@qq.com), [zcb19721972@aliyun.com](mailto:zcb19721972@aliyun.com)

Received: Sep. 29<sup>th</sup>, 2013; revised: Oct. 15<sup>th</sup>, 2013; accepted: Oct. 21<sup>st</sup>, 2013

Copyright © 2014 Li Li, Chunbin Zhang. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. In accordance of the Creative Commons Attribution License all Copyrights © 2014 are reserved for Hans and the owner of the intellectual property Li Li, Chunbin Zhang. All Copyright © 2014 are guarded by law and by Hans as a guardian.

**Abstract:** Integrated and Guided Counseling Mode includes factors collection, category judgment, resource integration, way to integrate and guide for development etc. Weariness of Senior high school students has three characteristics: universality, complexity and intractability. Basic assumption is that weariness exists differently in the degree, individual, cause and expression. Weariness problem is divided into three kinds: emotional, cognitive, behavioral, and six types: emotional type, unable type, helpless type, incompetent type, will type and burnout type. “Integrated and Guided Consulting Mode” is built on different weariness issues on the basis of trend about different theories and methods. As multiple methods, “Integrated and Guided Consulting Mode” is effective for different weariness and is sequential on concrete measures. “Integrated and Guided Consulting Mode” provides specific path, multiple skills and values guide for Weariness.

**Keywords:** Weariness; Integrated and Guided Consulting Mode; Classification

## 整合引导咨询：高中生厌学的分类辅导模式

李 莉<sup>1</sup>, 张春斌<sup>2</sup>

<sup>1</sup>佳木斯大学教育科学学院, 佳木斯

<sup>2</sup>佳木斯大学留学生教育学院, 佳木斯

Email: [103243914@qq.com](mailto:103243914@qq.com), [zcb19721972@aliyun.com](mailto:zcb19721972@aliyun.com)

收稿日期: 2013年9月29日; 修回日期: 2013年10月15日; 录用日期: 2013年10月21日

**摘 要:** 整合引导咨询模式是一种包含因素收集 - 分类判断 - 资源整合 - 方式整合 - 引导发展等路径在内的解决厌学问题的分类辅导咨询模式。在面对高中生厌学问题存在着普遍性、复杂性、顽固性特征, 其基本假设是: 厌学问题存在着程度差异、个体差异、根源差异、表现性差异。厌学问题可分为三维(情绪、认知、行为)六类型: 情绪型、无力型、无助型、无能型、意志型、倦怠型厌学问题。“整合引导咨询模式”建立在对厌学问题进行分类解析的基础之上, 以心理咨询的理论与方法的整合趋势为依据, 以顺序性引导方式的整合为具体措施差异化地从根本上解决厌学问题的有效咨询模式。同样“整合引导咨询模式”也进一步提供了对厌学问题解决的具体路径、多样化的技巧与方法及价值观引导的方向。

**关键词:** 厌学; 整合引导咨询模式; 分类

## 1. 引言

厌学问题已成为影响学生学业成绩、个体发展乃至影响一代人团体实力的重要学习问题甚至是社会问题。对厌学问题的关注由来已久，研究者们首先是对厌学现象进行调查(朱爱所等, 1994)，了解厌学问题的分布情况、严重程度。尽管不同调查使用的工具并不完全一致，但结果并不乐观，厌学问题的检出率从10%~35%不等(申自力, 2012)，这些概率显示出厌学问题存在的普遍性。其次研究者更为深入地探讨厌学产生的原因，从个体因素(邢强, 陈丹丹, 2012)、家庭因素(胡定荣, 2012)、学校因素(朱小麟, 2009)到社会因素(石雷山等, 2011)的分析，以期揭示厌学的根源，力求从学习策略(金刚玉, 2012)、课堂教学(王后雄, 孙建明, 2013; 王轩, 2012)、情绪(刘君栓, 夏晓翠, 2012)、心理品质(高志华, 2012)等方面解决厌学问题。然而愈是如此，我们愈是能够体会，厌学问题的解决由于其根源复杂，影响因素众多，单纯靠某一环节的改善是难以从根本上解决厌学问题，因而本文从高中生厌学问题解决的现实困境入手，分析对高中生厌学进行分类辅导的必要性与紧迫性，进而提出“整合引导咨询模式”以全方位地、分类指导地解决高中生的厌学问题。

## 2. 高中生厌学问题解决的现实困境

### 2.1. 厌学问题的普遍性

无论是小学生(吴汉荣, 1998)、初中生(焦璨, 2009)、高中生(罗滨等, 2012)、大学生(王小新, 苗晶磊, 2012)、研究生(陈飞虎等, 2013)、职业学校的学生(朱小麟, 2009)都存在着不同程度的厌学问题，可见厌学具有年龄上的普遍性；同样，在不同的地域，包括大城市(罗滨等, 2012; 孟四清, 2009)、中等城市(倪士光等, 2009)、乡村(张耀庭等, 2012)的学生都有比例不低的厌学问题存在着，学生的厌学问题，厌学率介于21.43%~53.49%之间(傅安球, 2002; 杨平, 2004)，最高可超过50%(申自力, 2012)，厌学问题存在跨区域的普遍性。由此可见，厌学现象不再是简单的个体问题而是相对较为严重的群体性问题。

### 2.2. 高中生厌学问题的复杂性

影响厌学的因素众多，概括起来可分为内部因素

与外部因素。影响厌学的内部因素包括：自我评价(王小新, 苗晶磊, 2012)、自我效能感(王小新, 苗晶磊, 2012)、学习态度(王志毅, 2012)、学习兴趣(申自力, 2012)、身体健康、智能水平、人格特征(邢强, 陈丹丹, 2009)、学习策略(金刚玉, 2012)、学习动机(蒋京川, 刘华山, 2005)、元认知水平(唐卫海, 孙秀宇, 2006)、学习习惯(田澜, 2010)、自我调节学习(张林 周国韬, 2003)能力等。影响厌学的外部因素包括学校因素、家庭因素、社会因素(张耀庭等, 2012)。其中学校因素中包含学校吸引力、学业压力(周阳敏, 2013)、师生关系、班级集体效能感、授课模式、课程设置(王后雄, 孙建明, 2013)等；家庭因素包含教养方式(李敏, 甘怡群, 2011)、亲子关系、家庭气氛、生活观念等；社会因素包含有同学关系、性别、年龄、社会风气等。厌学问题的影响因素极为复杂。

厌学问题的具体表现或结果同样也具有复杂性。直接就表现在学习的结果上，如学习效率降低、学习成绩下降(邢强, 陈丹丹, 2010)等；间接的表现主要有认知上，如对学习的厌烦、认为学习无用等；情感上的情绪低落、暴躁等；行为上则表现对学习的放弃(王小新, 苗晶磊, 2012; 王志毅, 2012; 李慧, 利爱娟, 2012)等，如此多的表现状态给如何判断和解决厌学问题提供了相当的难度。

### 2.3. 高中生厌学问题的顽固性

高中生的厌学问题的产生必然要经历一个过程，从厌学存在的普遍性可以得出一个这样的推论，也许有些高中生的厌学状态早已在小学阶段就已经产生了。同样，由导致厌学的原因中存在着家庭因素也可推导出，厌学现象极有可能在家庭教育阶段(入学前)就已经开始出现了。因此对于高中生的厌学问题，必然要考虑这样的问题：厌学问题已经陪伴学生多久了？厌学问题存在的时间对厌学的表现存在着不同的影响。产生或经历时间愈长，对于厌学问题的改善愈是困难。而且厌学问题一旦产生，往往伴随着情绪、情感、行为与认知上的改变，当三种厌学现象同时出现，厌学就呈现表现深度上的差异，程度越是深入，问题必然越是顽固。

## 3. 高中生厌学类型与分类辅导的必要性

### 3.1. 高中生厌学的类型学分析

由以上对厌学原因分析，我们认为存在不同的厌

学类型，根据原因与表现的差异，我们将厌学问题包括情绪型、认知型、行为型厌学三大类，并可细分为以下几种类别。

1) 情绪型厌学：即厌学产生的根本原因和表达状态皆表现为情绪表现。根据巴甫洛夫的条件反射原理与桑代克联结的学习理论可以得出情绪型厌学产生的过程，即由反复联结而产生，具体见图1。

2) 无力型厌学(认知型)：指缺乏学习目标或对学习意义和价值的认识，因而学习过程缺乏持续性的动力，对学习过程本身不感兴趣。

3) 无能型厌学(认知型)：指个体认定自我学习能力不足而放弃或厌弃学习，往往指学习策略、技巧和方法的缺乏导致。

4) 无助型厌学(行为型)：由于学习过程或结果反复的失败、惩罚(来自自我或他人)而造成的对学习的消极、听之任之的状态，是对学习的无望和无可奈何的行为。

5) 意志型厌学(行为型)：往往表现为学习难以坚持，缺乏恒久性(樊琪，程佳莉，2008)，难以自我控制，个体往往在认知层面清晰学习目的，但却不能使学习持续地进行，充满惰性。有的研究也称之为学习惰性。

6) 倦怠型厌学(情绪 + 认知 + 行为)：由学习过程的循环增强效应而产生，具体表现为情绪衰竭、态度讥诮、低个人成就感(王志毅，2012)等复合性的厌学现象。

### 3.2. 高中生厌学的分类辅导咨询的必要性

厌学问题的解决存在多种方式，如课堂教学的改革(王轩，2012)、提高自我评价或自尊水平(王小新，苗晶磊，2012；吴水燕，2010)、元认知训练(唐卫海，孙

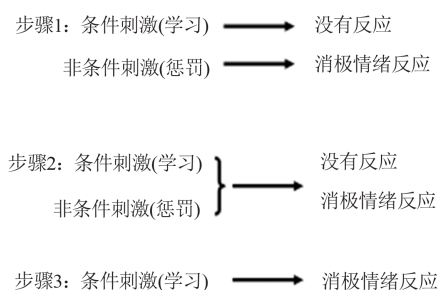


Figure 1. The procedure of emotional weariness  
图1. 情绪性厌学产生步骤

秀宇，2006)等外部干预手段。金艺峰(2005)等人提出家庭治疗与药物治疗整合的心理治疗方式来解决厌学问题。另外穆慧(2007)等人则采用作业疗法来诊治，孙月霞(2008)等人采用森田疗法，董昆仑(2011)的认知行为疗法，这些解决方式或重视影响因素，或重视治疗手段，相比而言缺乏对厌学的综合性分析。由高中生厌学的类型可知，不同的学生由于导致厌学的原因不同，因而表现出不同的厌学特征。为能够差异性解决厌学问题，根据厌学程度的不同，咨询的重点也应有所不同，或以认知改变为主导、或以情绪调节为主导、或以行为调整为主导，或根据严重程度不同采取三者统一的方式来完成，并有一定的顺序性，这就是“整合引导咨询模式”对厌学问题的分类性指导的必要性。

## 4. 整合支持咨询模式的理论基础

### 4.1. 整合引导咨询模式的内涵

所谓整合引导咨询模式，其中整合是指在咨询过程中全面地关注认知、情感与行为的具体表现，既不忽略某一特征，也不强化某一特征，并梳理厌学特征内在顺序；所谓引导既是指咨询的基本方针，也是咨询的基本方式，高中生作为发展中的个体，有着无限的发展前景，因而高中生出现的任何问题都可认为是暂时性、发展中的问题，因而在咨询过程中给予正向的、支持性的引导是厌学解决的关键。因而整合引导咨询模式是一种顺序性、针对性、多元的、整合性的咨询模式。

### 4.2. 整合引导咨询模式的理论基础

心理咨询作为运用心理学的方法，对心理适应方面出现问题并企求解决问题的求询者提供心理援助的过程，百余年的发展历史在多种理论的支持下已产生了相当多的心理咨询模式与技巧。心理学经历了从某一学派的一支独秀到整合性地运用多种理论，已经成为被普遍认同的一种发展趋势(艾伦，2005)。整合式心理咨询的特点在于以开放性的态度通过不同方式来将不同的理论和技术加以整合。整合不是折衷也不是混合，理论上的整合不仅仅是技术上的整合，而是一种概念或理论上的创造。其目的在于产生能够将两个或更多理论的精华加以综合。理论上的整合远比单一的理论要更为有效(艾伦，2005)。因此“整合引

导咨询模式”在咨询的方法与形态上将更有指导性、心理教育性、简短性、高效性并且更加注重技术层面的问题解决。

### 5. 整合引导咨询模式的操作路径

整合引导咨询模式关注咨询的出发点，与来访者(学生)明晰咨询目标，处理好学生过去、现在和将来的关系，识别来访者的感受，并探索这种感受，与来访者(学生)共同明确咨询中的思维与行为维度。以此为出发点，设计“整合引导咨询模式”的操作路径，具体见图2。

#### 5.1. 对厌学问题的分类判断

整合引导咨询的第一步是对高中生厌学现象的整合性分析，即对高中生厌学的所有现象进行分析，

厌学现象的获得可以通过学生自述并进行记录，若学生自述不清晰，则使用半访谈的方式，运用已设计好的问题进行询问，如

“学习的时候，你最真切的感受是什么？”

“学习对你意味着什么？”

“将按你喜欢的程度对以下事情进行排序：运动、和同学游戏、上网、看电视、聊天、课堂学习、阅读、讨论……”

“谁对你的学习成绩最为在意，为什么？”……

其后整理所有记录，并按照已规定的编号进行三类分级式编码，包括情绪、认知、行为三类，按照现象呈现状态分五个等级，如情绪从消极到积极，采用五级评分制，再按照对厌学产生的影响程度进行九级评分，最后计算总分，完成厌学类型学分析，具体评分方式见表1。

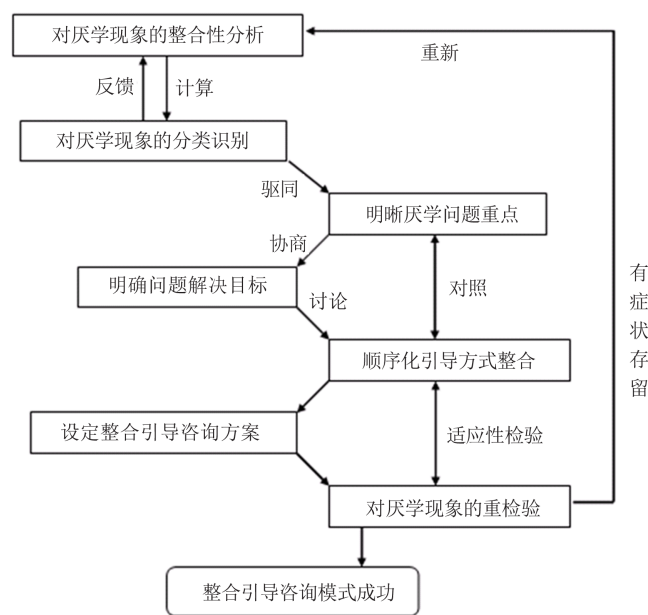


Figure 2. The route of Integrated and Guided Consulting Mode  
图2. 整合引导咨询模式的路径

Table 1. Compute different weariness  
表1. 厌学类型分析计算表

现象	分类	等级(1~5)	影响程度(1~9)从无影响 - 极大的影响
我连续听课的最长时间是十分钟	行为		
每次作业的时候我都很不耐烦的	情绪		
我认为学习的用处其实不大	认知		
我感觉我不是学习的那块料	行为		
.....	.....	.....	.....
总计			

**Table 2. The counseling approach of Integrated and Guided Consulting Mode**  
**表 2. 整合引导咨询模式辅导方式列表**

厌学类别	厌学类型	整合引导咨询模式	具体方式
情绪型	情绪型厌学	以情绪调节为主	分散技术、转移技术、ABC、去联结技术等
	无力型厌学	以认知调节为主	功利性剖析、生涯规划技术、认知调节技术、角色互换技术等
认知型	无能型厌学	以学习策略辅导为主	计划策略、听课策略、复习策略、元认知策略、记忆策略、认知链等
	无助型厌学	以行为调整为主	任务分解技术、自强化技术等
行为型	意志型厌学	以行为训练为主	自我监控技术、意志分配技术、损耗抵消技术、自增强技术等
	倦怠型厌学	整合引导咨询	顺序化引导方式的整合

根据得分情况标注厌学的类型。明确咨询的重要目标。

### 5.2. 整合引导咨询模式的引导方式整合

在辨别厌学类型后，明确咨询的重点，与学生共同协商整合引导咨询模式所使用的具体技术，并列出现相应的调整计划，具体内容见表 2。

需要注意的是，在具体使用整合引导咨询模式时，无论哪一种技术的使用，都要强调对学生正向的引导，这种引导恰恰是经常引发争议的价值观问题，心理咨询过程中是否应有明确的价值观引导还在讨论之中(艾伦, 2005)，而我们则认为对于厌学问题的解决，正能量的注入，带有人本主义与存在主义色彩的价值观念引导是厌学问题解决的关键与指针，只有这种发展性的观点才能让学生彻底摆脱厌学难解的阴霾。

## 6. 总结

整合引导咨询模式是一种包含有因素收集 - 分类判断 - 资源整合 - 方式整合 - 引导发展等路径在内的解决厌学问题的分类辅导咨询模式。以对厌学问题进行分类，创造性地解决了厌学的复杂性难以分析其产生根源的问题。而且对厌学问题进行分类，既厘清了单纯型(认知、情感、行为)与复杂性(认知 + 情感 + 行为)厌学问题表现上差异，也明确了高中生厌学产生的时间顺序，进而通过高中生厌学的具体表现，通过厌学现象编码表与分析计算表可分类出更为具体的厌学类型(情绪型、无力型、无助型、无能型、意志型、倦怠型)，定位咨询的重点与目标，根据“整合引导咨询模式”的路径选择多元化的引导方式，以正向引导和发展性的眼光从根本上解决高中生的厌学

问题。当然，“整合引导咨询模式”尚需在厌学问题的类型学上，引导方式上作进一步的完善。

## 项目基金

本文系黑龙江省教育科学规划重点课题“建设‘道德学校’，奠基创新人才的校本化实践研究”(批准号：JJB1211064)研究成果之一。

## 参考文献 (References)

- 艾伦, E. 艾维, 玛丽·布莱福德·艾维(2005). 心理咨询的技巧和策略——意向性会谈和咨询. 117.
- 陈飞虎, 黄胜, 邹立君(2013). 职业技术教育学硕士生学习倦怠的成因与对策. *职教论坛*, 9 期, 32.
- 董昆仑, 王冠军(2011). 认知行为疗法治疗厌学中学生心理障碍的效果. *齐鲁医学杂志*, 4 期, 322-324.
- 樊琪, 程佳莉(2008). 学习惰性研究综述. *心理科学*, 6 期, 1458-1460.
- 傅安球(2002). 中学生厌学心理及其干预与学习效率的相关研究. *心理科学*, 1 期, 22-23.
- 高志华(2012). 初中生自恋倾向向成就目标对学习倦怠的影响. *中国学校卫生*, 7 期, 23.
- 胡定荣(2010). 影响薄弱校初中生学业成绩的主因素分析. *教育理论与实践: 中小学教育教学版*, 10 期, 39-41.
- 蒋京川, 刘华山(2005). 中生成就目标定向与学习策略——学业成绩的关系研究. *心理发展与教育*, 2 期, 56-61.
- 焦璨(2009). 澳门初中生厌学心理分析. *上海教育科研*, 9 期, 44-45.
- 金刚玉, 高金金, 陈毅文(2012). 学习策略、自我效能感在不同情境下对成绩的影响. *浙江大学学报(理学版)*, 2 期, 23.
- 金艺峰(2005). 厌学学生的整合心理治疗. *中国临床康复*, 4 期, 179.
- 李慧, 利爱娟(2012). 大学生学习倦怠情况调查研究. *内蒙古社会科学*, 6 期, 152-156.
- 李敏, 甘怡群(2011). 高中生学业倦怠倾向与父母教养方式的关系分析. *中国学校卫生*, 1 期, 36-37.
- 刘君栓, 夏晓翠(2012). 英语专业大学生厌学情绪的成因及对策. *中国成人教育*, 2 期, 61.
- 罗滨, 陈颖, 李亦菲(2012). 高中中等生学习心理品质现状调查分析——以北京市为例. *中国教育学报*, 2 期, 9.
- 孟四清(2009). 天津市中小学生学习状况的调查. *天津市教科院学报*, 3 期, 46-49.

- 穆慧, 韩翠萍, 韩凯吉(2007). 作业疗法治疗厌学中学生心理障碍效果分析. *精神医学杂志*, 5期, 315-316.
- 倪士光, 伍新春, 张步先(2009). 威海大学生学业倦怠及其影响因素分析. *中国学校卫生*, 2期, 167-168.
- 申自力(2012). 我国中小学生厌学研究现状与进展. *中国学校卫生*, 10期, 1278-1280.
- 石雷山, 高峰强, 沈永江(2011). 班集体效能对初中生学业自我效能与学习倦怠的调节作用. *心理发展与教育*, 3期, 289-296.
- 孙月霞, 刘翠美, 张秀(2008). 森田疗法对厌学中学生心理健康及自尊水平的影响. *护理学杂志*, 8期, 60-61.
- 唐卫海, 孙秀宇(2006). 学习策略的元认知训练对学习成绩的影响. *天津师范大学学报(社会科学版)*, 1期, 74-79.
- 田澜(2010). 小学生学习习惯问卷的编制. *心理学探*, 5期, 89-94.
- 王后雄, 孙建明(2013). 中学化学过度教学:问题,成因及对策. *教育理论与实践:中小学教育教学版*, 1期, 62-64.
- 王小新, 苗晶磊(2012). 大学生学业自我效能感,自尊与学习倦怠关系研究. *东北师大学报(哲学社会科学版)*, 1期, 45.
- 王轩(2012). 中学课堂教学时间分配的数学模型. *教育导刊*, 3期, 32.
- 王志毅(2012). 高中生学习倦怠研究. *教学与管理(理论版)*, 5期, 41.
- 吴汉荣(1998). 儿童学习困难和厌学情绪影响因素的探讨. *中国公共卫生*, 12.
- 吴水燕(2010). 大学生自尊对师生关系与学习倦怠的中介作用. *中国学校卫生*, 8期, 939-941.
- 邢强, 陈丹丹(2010). 中小学生学习倦怠研究:现状与展望. *教育导刊*, 9期, 25-29.
- 邢强, 陈丹丹(2012). 中学生大五人格与学习倦怠的关系研究. *教育导刊*, 9期, 10.
- 杨平(2004). 中小学学生厌学的原因与对策. *教育实践与研究*, 7期, 15-16.
- 张林, 周国韬(2003). 自我调节学习理论的研究综述. *心理科学*, 5期, 870-873.
- 张耀庭, 马金焕, 韩业伟(2012). 论农村中学生厌学的成因及其对策. *现代教育科学(普教研究)*, 3期, 27.
- 朱爱所, 张彩芬, 史秀琴(1994). 初中学生厌学情况的调查报告. *山西大学学报(哲学社会科学版)*, 2期, 29.
- 朱小麟(2009). 高职大学生学习倦怠的现状及其归因分析. *中国成人教育*, 24期, 70-71.
- 周阳敏(2013). 本科生厌学调查与竞争性选择机制研究——基于消费者主权理论的解释. *河南社会科学*, 1期, 73-78.