

感悟式游戏教学提升中学生人际信任水平的实验研究

洪显利*, 杨怡

重庆师范大学教育科学学院应用心理学重点实验室 重庆

【摘要】 人际信任是青少年成长和心理发展的基础和背景。现有研究中针对中学生人际信任方面的研究很少；且现状调查研究多，干预研究少，将感悟式游戏应用于人际信任培养、提升方面的研究更少。本研究旨在实验方式探索感悟式游戏教学对中学学生人际信任水平的影响，进一步丰富人际信任的相关研究，为中小学心理健康教育提供参考。对重庆市两江中学校初一年级两个班采用“单因素实验组对照组前测后测设计”，对实验组进行为期 11 周的感悟式游戏教学，对对照组不进行任何实验处理，以探究感悟式游戏教学对中学生人际信任水平是否有显著的提升效果。研究得出如下结论：（1）感悟式游戏教学能显著提升中学生人际信任整体及各维度水平。（2）感悟式游戏教学在提升中学生在人际信任的社会成员、社会组织、同伴行为、国际社会方面的领悟的效果尤为显著。

【关键词】 人际信任；感悟式游戏教学；中学生

【基金项目】 重庆市社会科学规划社会组织项目“当代身体哲学取向的中小学心理健康教育实现路径研究”（编号：2021SZ14）

【收稿日期】 2023 年 2 月 7 日 **【出刊日期】** 2023 年 3 月 22 日 **【DOI】** 10.12208/j.ssr.20230003

An experimental study on improving the interpersonal trust level of middle school students by perceptive game teaching

Xianli Hong*, Yi Yang

Key Laboratory of Applied Psychology, College of Education Science, Chongqing Normal University, Shapingba University Town, Chongqing

【Abstract】 Interpersonal trust is the basis and background of adolescent growth and psychological development. There are few researches on interpersonal trust of middle school students. In addition, there are more investigation studies, less intervention studies, and fewer studies on the application of perceptive games in the cultivation and promotion of interpersonal trust. This study aims to explore the influence of perceptive game teaching on the interpersonal trust level of middle school students in an experimental way, further enrich the research on interpersonal trust, and provide reference for mental health education in primary and secondary schools. Two classes in Grade one of Chongqing Liangjiang Middle School adopted the "pre-test and post-test design of the single factor experimental group control group". The experimental group was given 11 weeks of perception-style game teaching, while the control group was not given any experimental treatment, so as to explore whether perception-style game teaching has a significant improvement effect on the interpersonal trust level of middle school students. The research draws the following conclusions: (1) Perceptive game teaching can significantly improve the overall level and all dimensions of middle school students' interpersonal trust. (2) Perceptive game teaching is particularly effective in improving students' understanding of social members, social organizations, peer behaviors and international society in interpersonal trust.

*通讯作者：洪显利（1976-）女，硕士，副教授，主要从事发展与教育心理、游戏治疗、音乐治疗、戏剧治疗、艺术疗法方面的教学与研究。

【Keywords】 Interpersonal trust; Perceptive game teaching; Middle school student

1 问题提出

人际信任是青少年成长和心理发展的基础和背景。陈剑梅^[1]认为如果青少年在成长过程中经历人际信任危机, 这将直接导致他们患上焦虑、抑郁和安全感缺乏等情绪障碍, 危及青少年心理健康, 并进一步影响青少年的心理发展。多项研究证明人际信任是影响个体各种人际关系的重要因素, 也是个体社会适应的重要标志^{[2][3][4]}。中学生人际信任的研究也表明: 提高中学生的人际信任, 可以促进学生与学生之间的沟通, 有利于他们之间的相互协作, 增强班级凝聚力, 提高学习效率。根据过往研究综合来看中学生人际信任具有影响因素繁杂、建立困难、容易受破坏的特点, 而人际信任对于人的心理健康、人格建构是必不可少的内容、特质, 有重要促进作用^{[5][6][7]}, 了解中学生的人际信任状况, 为中学生提供系统的健康心理培养和心理健康辅导, 是亟需加强研究的重大问题。

研究者对不同群体的人际信任现状进行了研究。调查结果显示初中生与高中生的人际信任水平总体良好^{[9][10]}。刘拽花^[11]等人研究显示大学生的人际信任水平偏低。郑艳^[12]研究显示实习护生的人际信任度较高, 而人际信任度较高的护生工作压力较小。杨昭宁^[13]等人对聋生研究结论显示, 人际信任在安全感对心理健康的焦虑忧郁的影响中起部分中介的作用, 也表明聋生安全感可以通过影响对他人信任水平的高低, 进而间接影响他们的心理健康水平。郭静^[14]研究显示中职生人际信任总体处于中等信任水平。任蓉蓉^[15]等人探讨过农村教师人际信任、教学效能感与主观幸福感的状况及其三者之间的关系。研究表明农村教师的人际信任水平良好。念玉成^[16]对刑释解教人员研究结论显示自尊和社交焦虑影响人际信任。夏颖^[17]等人对医生群体研究表明医生的人际信任水平良好。综上所述, 不同群体人际信任水平不一, 且针对中学生人际信任方面的研究很少; 且现状调查研究多, 干预研究少, 将感悟式游戏应用于人际信任培养、提升方面的研究更少。因此, 本研究实验方式探索感悟式游戏教学对中学学生人际信任水平的影响, 进一步丰富人际信任的相关研究, 为中小学心理健康教育提供参考。

2 研究方法

2.1 实验设计

(1) 实验设计及变量控制

表 1 实验因子及变量控制

| 实验分组 | 实验因子 | 主要控制变量 |
|------|-----------|--|
| 实验组 | 实施感悟式游戏教学 | (1) 测验时间与要求相同 |
| 对照组 | 不接受任何实验处理 | (2) 两个组起点一致, 通过问卷前测达到在“人际信任量表”总均分和各维度无显著差异 |

(2) 实验设计模型

本实验研究采用“固定组前测后测设计”。自变量为教学方式, 分为感悟式游戏教学和不接受任何实验处理两个水平, 因变量为中学生人际信任水平。具体见表:

表 2 实验设计模型

| Z | 前测 | 实验过程 | 后测 |
|-----|----------------|------|----------------|
| 实验组 | O ₁ | X | O ₂ |
| 对照组 | O ₃ | - | O ₄ |

2.2 研究材料

(1) 研究工具

本研究采用 Rotter 编制^[8]的人际信任量表 (Interpersonal Trust Scale, ITS), 该量表共 25 个条目, 可以用来预测对他人的行为承诺或陈述可靠性的估计。量表分半信度为 0.76, 重测信度为 0.68, 可信度较高。有研究采用探索性因子分析方法, 对问卷进行 KMO 和球形 (Bartlett) 检验。KMO 值为 0.778, $p < 0.05$, 说明效度良好, 可进行因子分析。因子分析结果析出 6 个因子, 分别命名为对社会成员信任、对社会的信任、警惕性、对父母师长的信任、对同伴行为的信任和对国际社会的信任, 6 个因子对人际信任的累积解释度达到 46.35%。量表用于测查受试者对他人的行为、承诺或 (口头和书面) 陈述之可靠性的估计, 其内容涉及各种处境下的人际信任, 涉及不同社会角色 (包括父母、推销员、审判员、一般人群、政治人物以及新闻媒介)。该量表总共有 25 个题目, 采用 5 级评分, 其中项目 1, 2, 3, 4, 5, 7, 9, 10, 11, 13, 15, 19, 24

等采用反向记分, 其他题目正序计分。被试得分越高, 人际信任水平越高。

(2) 感悟式游戏方案设计

本研究参照《游戏治疗》、《儿童游戏治疗活

动设计》、《游戏治疗》等游戏设计理论和依据体验式游戏原则来编制方案, 考虑初中生的认知、行为、情绪情感的发展特点, 在每堂课中安排“热身活动、主题活动、结束活动”三大板块。

表3 游戏方案设计简表

| 阶段 | 阶段目标 | 目标 | 主题 |
|------|-------------------------------|-----------------------------------|------------|
| 初始阶段 | 活跃气氛, 建立关系 | 成员间相互熟悉, 建立信任的关系。 | 相聚是缘 |
| | | 学生能互相接纳、表现自我, 促进团体关系。 | 我们抱成团 |
| | | 学生能参与运动, 促进同伴间沟通 | 建立对社会成员信任 |
| 中间阶段 | 主题游戏, 从各维度入手, 形成积极体验, 提升人际信任。 | 学生认识到自己的身边还有帮助自己的朋友, 互相接纳、促进团体关系。 | 热带雨林很强大 |
| | | 学生分享生活中的社会组织, 并学会信任 | 我是组织一部分 |
| | | 学生会正确识别信任, 能够积极应对 | 觉察信任, 时刻警醒 |
| | | 重新认识父母, 加深对父母的信任 | 我们在一起 |
| | | 重新认识师长, 加深对师长的信任 | 站在巨人的肩膀上 |
| 结束阶段 | 结束游戏, 告别关系。 | 参与运动, 促进同伴间沟通。 | 手牵手一起走 |
| | | 认识并加深学生对国际社会的信任。 | 我是世界的一部分 |
| 结束阶段 | 结束游戏, 告别关系。 | 促进整体安全感, 心怀感恩——告别关系 | 未来可期 |

2.3 被试选择

在重庆市两江中学校初一年级 11 个班中随机选取两个班, 一共 78 人, 实验组与对照组各 39 人, 两个组被试人数分布不存在显著差异。被试构成如下:

表4 被试构成表 (单位: 人)

| 组别 | 性别 | | 小计 | 合计 |
|-----|----|----|----|----|
| | 男 | 女 | | |
| 实验组 | 18 | 21 | 39 | 78 |
| 对照组 | 18 | 21 | 39 | |

2.4 实验程序

本实验自 2018 年 9 月中旬开始, 至 2019 年 1 月结束, 为期四个月。实验程序如下:

(1) 前测

对初步选定的被试采用《人际信任量表》进行施测, 据此确定匹配的实验组、对照组, 并经统计分析, 实验组与对照组无显著差异。

(2) 实验培育

对实验组按照设计好的感悟式游戏教学步骤进行, 训练步骤如下: ①热身活动: 通过设计的小游

戏, 让学生积极参与到课堂游戏活动中, 提高学生积极性并为后续游戏活动进行铺垫; ②发展活动: 本环节为每节课设计的核心环节, 通过与本堂课主题所对应的游戏方式, 让学生在团队游戏过程中感悟游戏主题, 以达到教学目的; ③结束活动: 对本节课课程主题的总结, 回顾与升华部分。

对照组采用常规课堂讲授进行教学, 两个班级的教学内容和教授时间保持一致。

(3) 后测

在两组课程结束后, 采用《人际信任量表》再次对实验组和对照组的人际信任水平进行施测, 并将所得的数据进行汇总分析。

2.5 统计方法

本研究对收集到的数据采用 SPSS 16.0 进行统计分析, 统计方法包括独立样本 t 检验, 相关样本 t 检验。

3 研究结果

3.1 前测结果

由表 6 可知, 对照组和实验组两组被试在人际信任各维度及总体水平上均不存在显著差异 ($p>0.05$), 说明两组被试起点一致, 属于同质被

试, 可以进行实验比较。

3.2 后测结果

由表 7 可知, 在实验后, 实验组无论是人际信任总均分还是各维度得分均大于对照组, 且在总均分以及社会成员、社会组织、同伴行为, 国际社会几个维度上呈现极显著差异 ($p<0.001$); 在父母师长维度上也呈现非常显著的差异 ($p<0.01$)。这说明, 相对于传统教学, 感悟式游戏教学能够显著提升中学生的人际信任水平。

3.3 前后测差异检验

由表 8 可知, 在经历了传统教学之后, 被试在人际交往总均分以及各分维度得分上并未有太多变

化, 在总均分以及各个维度的前后测得分上未呈现任何显著差异 ($p>0.05$)。由此可见, 传统教学模式并不能对学生人际信任产生改善作用。

从表 9 可以发现, 接受感悟式游戏教学后, 被试群体在人际信任各个维度以及总均分得分上均有提高, 其中, 人际信任总均分以及社会成员、社会组织、同伴行为, 国际社会维度上呈现极显著差异 ($p<0.001$), 在父母师长维度存在非常显著的差异 ($p<0.01$), 警惕性维度同样呈现显著差异 ($p<0.05$)。由此可见, 感悟式游戏教学能够有效提高被试的人际信任水平。

表 6 实验前对照组和实验组在人际信任总均分及各维度上差异 ($M\pm SD$)

| 量表维度 | 对照组 | 实验组 | t | p |
|---------|-----------|-----------|--------|-------|
| 社会成员 | 2.87±0.68 | 2.73±0.74 | -0.840 | 0.403 |
| 社会组织 | 2.69±0.64 | 2.61±0.50 | -0.669 | 0.505 |
| 警惕性 | 3.23±0.75 | 3.15±0.83 | -0.477 | 0.635 |
| 父母师长 | 2.82±0.71 | 2.81±0.70 | -0.054 | 0.957 |
| 同伴行为 | 3.10±0.59 | 3.07±0.60 | -0.238 | 0.812 |
| 国际社会 | 2.74±0.57 | 2.78±0.55 | 0.365 | 0.716 |
| 人际信任总均分 | 2.85±0.34 | 2.82±0.36 | -0.441 | 0.661 |

注: * $p<0.05$ ** $p<0.01$ *** $p<0.001$, 下同。

表 7 实验后对照组和实验组在人际信任总均分及各维度上的差异 ($M\pm SD$)

| 量表维度 $p<0.01$ | 对照组 | 实验组 | t | p |
|---------------|-----------|-----------|----------|-------|
| 社会成员 | 2.78±0.78 | 3.42±0.60 | 4.055*** | 0.000 |
| 社会组织 | 2.77±0.69 | 3.34±0.61 | 3.866*** | 0.000 |
| 警惕性 | 3.19±0.85 | 3.54±0.74 | 1.941 | 0.056 |
| 父母师长 | 2.88±0.76 | 3.33±0.70 | 2.746** | 0.008 |
| 同伴行为 | 2.99±0.69 | 3.53±0.50 | 3.999*** | 0.000 |
| 国际社会 | 2.66±0.67 | 3.19±0.56 | 3.866*** | 0.000 |
| 人际信任总均分 | 2.84±0.45 | 3.37±0.29 | 6.126*** | 0.000 |

表 8 对照组人际信任前后测差异 ($M\pm SD$)

| 量表维度 | 前测 | 后测 | t | p |
|---------|-----------|-----------|--------|-------|
| 社会成员 | 2.87±0.68 | 2.78±0.78 | 0.624 | 0.536 |
| 社会组织 | 2.69±0.64 | 2.77±0.69 | -0.727 | 0.472 |
| 警惕性 | 3.23±0.75 | 3.19±0.85 | 0.268 | 0.791 |
| 父母师长 | 2.82±0.71 | 2.88±0.76 | -0.437 | 0.664 |
| 同伴行为 | 3.10±0.59 | 2.99±0.69 | 0.937 | 0.355 |
| 国际社会 | 2.74±0.57 | 2.66±0.67 | 0.842 | 0.405 |
| 人际信任总均分 | 2.85±0.34 | 2.84±0.45 | 0.259 | 0.797 |

表9 实验组人际信任前后测差异 ($M \pm SD$)

| 量表维度 | 前测 | 后测 | t | p |
|------|-----------|------------|------------|-------|
| 社会成员 | 2.73±0.74 | 3.42 ±0.60 | -6.955*** | 0.000 |
| 社会组织 | 2.61±0.50 | 3.34±0.61 | -7.017*** | 0.000 |
| 警惕性 | 3.15±0.83 | 3.54±0.74 | -2.414* | 0.021 |
| 父母师长 | 2.81±0.70 | 3.33±0.70 | -3.654** | 0.001 |
| 同伴行为 | 3.07±0.60 | 3.53±0.50 | -5.282*** | 0.000 |
| 国际社会 | 2.78±0.55 | 3.19±0.56 | -3.900*** | 0.000 |
| 人际信任 | 2.82±0.36 | 3.37±0.29 | -27.824*** | 0.000 |

4 分析与讨论

综合表7、表8、表9的数据,可以看出在接受了传统模式的教学活动后,初中生的的人际信任水平并未出现显著改善。可见,传统教学的课堂教授并不能够作为提高初中生人际信任水平的手段,这可能是由于传统课堂讲授的方式较为单一,学生被动接受理论知识的灌输,缺乏灵活性与自主性,也难以让学生感同身受去体验信任感。与之相对,在实验组经受了感悟式游戏教学之后,人际信任水平出现了非常显著的提高,对于这样的情况,推测其可能的原因如下:

4.1 感悟式游戏教学符合中学生的特点,学生参与度高

感悟式游戏教学汲取了教育心理学、发展心理学、游戏治疗、艺术治疗等多种相关理论的优点,并将其有效融入到感悟式游戏教学中去。在教育心理学中,布鲁纳强调学习的实质是主动形成认知结构。人本主义主张设身处地为学生着想,教师充分理解尊重学生,创造自由宽松的学习气氛。建构主义强调学习的主动建构性、社会的互动性和情境性,帮助学生建构当前所学知识的意义。斯金纳强调程序教学,遵循小步子原则,感悟式游戏教学正是以这些理论为根据,根据学生当前水平,设计符合学生发展特点的游,同时融入表达性艺术治疗中的音乐、绘画、依据等艺术媒介。

4.2 感悟式游戏教学让中学生获得更多关注

蒋玉红^[18]的研究发现忽视在人际信任发展过程中起着重要作用。感悟式游戏教学过程中,老师和每一位学生都一同参与到游戏中,在这些游戏中,每一位同学都有机会像其他人展示自己的机会,让每一位学生得到老师和其他同学的关注。

4.3 感悟式游戏教学改善学生自尊,从而影响

学生人际信任水平

有研究发现自尊作为自我发展的核心部分,对青少年的自我和谐发展起着重要作用^[19]。在感悟式游戏教学第三次课中融入了能够培养学生自尊的游戏“独特的我”、“我是超级大明星”,该游戏通过同学寻找自己的独特之处,并用自己的口吻讲出来,其他同学扮演忠实粉丝给予鼓励,获得自我展示和赢得其他同学尊重的机会,体验被欣赏的感觉,以此为契机培养良好的自尊,锻炼心理素质,为提升人际信任水平打下了良好的基础。

4.4 感悟式游戏教学方式独特,加深了学生对教学内容的理解

国外研究者经过多年研究发现,人际信任的形成及发展过程中,起关键作用的是内部和外部的“保护性因素”,这些因素包括个体积极的自我评价、行为情绪的管理能力、家庭、社会的支持、希望等^[20]。在感悟式游戏教学的第七次课程中,要求同学们回忆自己在遇到困难时在陪伴、支持和鼓励自己的力量,并为这些力量分区涂色命名,最后分组在组内分享这些支持力量,并选择支持力量进行情景剧的演绎。但在传统教学中,则缺少这样一些环节,更多的是理论的讲解。因此,感悟式游戏教学通过回忆、绘画、分享和情景演绎的方式让学生对家庭支持部分的内容领悟更深刻。

4.5 同伴群体的影响

中学生在感悟式游戏教学过程中的分享展示等本身是不够积极主动的,虽然在班级中高人际信任水平中学生积极主动分享展示的带动下,随着教学次数的增加,也渐渐愿意对自己的想法进行分享,愿意在游戏中去展示自己,但是在人际信任水平方面仍有一定的提升,也是因为在同伴群体的影响下,中学生的人际信任水平有了更大的积极的改变。

4.6 感悟式游戏教学具有独特优势

感悟式游戏教学是在团体情境下进行的一种教学方式, 利用团体动力使团体成员产生交互作用, 在团体相对安全的氛围里, 个体的情绪、行为及态度都可以被辨别出来并加以讨论, 可使个体学会对负性情绪和不适当的行为进行仔细观察, 学会表达及应对事件的方法, 并扩展到日常生活中去。

5 小结

通过以上分析讨论, 得出以下结论:

感悟式游戏教学能显著提升中学生人际信任整体及各维度水平。

总的来说, 本研究给予我们很多启示, 中学生人际信任水平整体现状欠佳, 尤其还有部分学生水平过低, 需要重点关注。本研究感悟式游戏教学对中学生人际信任水平提升尚处于初步探索阶段, 但仍然取得了一定效果。这就提示我们需要随时专注学生的人际信任水平, 进一步完善感悟式游戏教学在改进学生人际信任水平方面的运用。同时完善感悟式游戏教学体系, 为改善学生心理健康状况做出贡献。

但本研究同样存在一些问题, 譬如: 样本量较小对实验结果有所影响, 实验者的能力也有待提高。干扰变量的控制方面也有问题, 如每周教学的时间需要提前与班主任协商, 有时会因与学校活动冲突而顺延等。

参考文献

- [1] 陈剑梅. 人际信任危机对青少年心理发展的影响、原因及干预[J]. 河南师范大学学报(哲学社会科学版), 2011, 38(6):249-251.
- [2] 孔繁昌, 周宗奎. 青年人际信任发展的影响因素研究述评[J]. 社会心理科学, 2008(Z1):44-49.
- [3] 王秀希, 王雪, 李清华. 中学生家庭暴力人际信任与心理健康问题的关系[J]. 中国学校卫生, 2014, 35(9): 1401-1403.
- [4] 龚文进, 陆绮君, 黄时华. 青少年人际信任的构成及其发展特点[J]. 中国学校卫生, 2015, 36(10):1496-1499.
- [5] 池丽萍. 父母与青少年的信任水平及代际传递[J]. 心理发展与教育, 2013, 29(5):491-499.
- [6] 郑信军, 何佳娉. 诱发道德情绪对大学生人际信任的影响[J]. 中国临床心理学杂志, 2011, 19(4):508-511.
- [7] 卢光莉, 陈超然. 大学生人际信任状况的研究[J]. 新乡师范高等专科学校学报, 2004, 18(2):117-119.
- [8] Rotter JB. A New Scale for the Measurement of Interpersonal Trust[J]. Journal of Personality, 1967 (35): 651-665.
- [9] 罗国宾, 冉光娅, 史梦薇, 王典仙. 初中生人际信任、情绪智力的现状及关系研究[J]. 中小学心理健康教育, 2017 (31): 12-15.
- [10] 郭年新, 刘珏, 麻超. 高中生人际信任对利他行为的影响: 自尊、宽恕他人的多重中介作用[J]. 中国卫生事业管理, 2018, 35(1):70-73+80.
- [11] 刘拽花, 江欣悦, 房晓妍, 徐钟庚. 大学生人际信任与应对方式对社交回避的影响[J]. 中国健康心理学杂志, 2017, 25(11):1699-1704.
- [12] 郑艳, 宋颖坤, 闫谧. 实习护生工作压力与自尊及人际信任的相关性研究[J]. 中国医药指南, 2017, 15(6):290-291.
- [13] 杨昭宁, 杨静, 谭旭运. 聋生安全感、人际信任与心理健康的关系研究[J]. 中国特殊教育, 2012(9):18-23.
- [14] 郭静. 中职生人际信任现状及其团体辅导干预研究[D]. 河北师范大学, 2017.
- [15] 任蓉蓉, 龙文祥. 农村教师人际信任、教学效能感与主观幸福感[J]. 中国健康心理学杂志, 2013, 21(3):371-374.
- [16] 念玉成. 刑释解教人员自尊和人际信任、社交焦虑的关系[J]. 法制与社会, 2018(5):154-155.
- [17] 夏颖, 冀永娟, 贺莉娜, 匡桂芳, 沈春梅. 医生工作压力与人际信任及应对方式的相关研究[J]. 职业与健康, 2016, 32(5): 584-587+591.
- [18] 蒋玉红. 安徽省某农村地区留守儿童人际信任及其影响因素分析[D]. 合肥: 安徽医科大学, 2013.
- [19] 王筱枚. 提升中学生人际信任的班级管理策略[J]. 边疆经济与文化, 2010(9):158-159.
- [20] 郭彦霞. 团队心理辅导对医学院大学生心理韧性的干预[J]. 中国健康心理学志, 2016, 24(6):901-903.

版权声明: ©2023 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。
<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS