

# 新冠肺炎疫情期间大学生网络视频团体辅导过程-效果研究

张婕<sup>1</sup>, 刘宇<sup>2</sup>, 杨偲琪<sup>1</sup>, 荆磊<sup>3</sup>, 何丽琼<sup>4</sup>, 樊富珉<sup>5\*</sup>

1. 云南民族大学教育学院, 昆明 650500
2. 贵州师范大学心理学院, 贵阳 550025
3. 中国药科大学心理发展中心, 南京 210009
4. 北京大学教育学院, 北京 100871
5. 清华大学心理学系, 北京 100084

**摘要** 为探讨新型冠状病毒肺炎疫情期间网络视频团体辅导方式在大学生团体中的过程性效果和整体效果,采用网络视频团体辅导方法,对北京某大学39名学生共4个团体进行连续6周干预。采用自编团体成员心理状况问卷、单次团体效果评估问卷进行测量。研究结果表明,后测数据中团体成员对学习状态满意度和专项能力满意度显著高于前测数据,具有统计学差异;网络视频团体辅导对团体成员帮助程度与团体指导者工作恰当程度、团体成员希望自身进步程度和团体成员感受被支持程度等维度均呈高度相关,具有统计学意义。疫情期间网络视频团体辅导可行且有效。网络视频团体辅导的效果和团体发展的阶段、团体指导者的工作和团体成员的投入水平等有关。

**关键词** 网络团体辅导;新型冠状病毒疫情;团体过程-效果研究

网络心理咨询突破空间、资源的限制,为来访者增加选择的可能,提供更为便捷经济的心理咨询服务。Grohol最早定义网络心理咨询为基于互联网在来访者和专业人员之间实现同时或即时沟通,

进行有关心理咨询与治疗的信息互动过程<sup>[1]</sup>。1995年, Murphy 和 Mitchell 建立了首个心理咨询网站,开展网络心理咨询<sup>[2]</sup>。美国注册心理咨询师协会(National Board for Certified Counselor)和资格与教

收稿日期:2020-10-23;修回日期:2020-12-22

基金项目:教育部民族教育发展中心重点课题(ZXJD18003);云南省哲学社会科学教育科学规划项目(AFSZ19027)

作者简介:张婕,副教授,研究方向为心理健康与心理咨询,电子信箱:zhangjie01@tsinghua.org.cn;刘宇(共同第一作者),副教授,研究方向为临床与咨询心理学,电子信箱:yu-liu16@tsinghua.org.cn;樊富珉(通信作者),教授,研究方向为临床与咨询心理学,电子信箱:ffm@mail.tsinghua.edu.cn

引用格式:张婕,刘宇,杨偲琪,等.新冠肺炎疫情期间大学生网络视频团体辅导过程-效果研究[J].科技导报,2021,39(18):34-40;doi:10.3981/j.issn.1000-7857.2021.18.005

育中心(Center for Credentialing and Education)界定网络心理咨询包括电子邮件心理咨询、在线聊天室心理咨询和视频心理咨询多种形式<sup>[3]</sup>。国外针对多种形式的网络心理咨询研究<sup>[4-8]</sup>发现,网络心理咨询对个人成长、情绪困扰、创伤经历、家庭关系等均有较好的疗效。Lange等<sup>[9]</sup>研究表明,网络个别心理咨询能有效帮助来访者缓解焦虑、抑郁和睡眠问题。但正如Kozlowski等<sup>[10]</sup>指出的,由于在网络条件下创建团体辅导(后简称团辅)在设置上会受到许多干扰,对带领者要求较高,并对研究带来重大挑战。目前国内网络视频团辅的相关研究鲜有报道。

新型冠状病毒肺炎(新冠肺炎)疫情对人类健康产生严重威胁、对人类心理和行为产生深远影响。为阻断疫情向校园蔓延,确保师生生命安全和身体健康,中国教育部下发通知,2020春季学期延期开学,大学生居家学习开展线上教学。近期研究表明,大学生居家隔离期间有44.0%存在抑郁,42.2%存在焦虑,29.4%有压力感<sup>[11]</sup>。网络心理咨询成为疫情期间大学生心理辅导的首选方式。中国心理学会及下属分级机构和教育部下属各高校等机构广泛开展了网络心理咨询实务工作。但疫情期间网络心理咨询的相关文献更多停留在理论探讨、实践介绍和个案报告层面;尤其是疫情期间大学生网络视频团体辅导的研究暂为空白。本研究采用定量研究方法,以成员体验到的帮助程度和满意度为主要考察指标,探讨为期6次的大学生网络视频团体辅导过程性效果和整体效果。

## 1 研究对象与方法

### 1.1 网络视频团体辅导设置

由某高校公众号推送疫情期间网络视频团体辅导信息,针对本校学生群体招募团体成员。网络视频团体辅导干预目标分为不同的专题,包括人际关系、时间管理、求职心理建设、领导力提升。4位团体指导者具有4年以上的团体带领经验,均为国家二级心理咨询师,其中3位为中国心理学会注册心理师,来自3个不同省及直辖市,接受系统式治疗流派连续培训与团体辅导相关理论学习,与大学

生成员无双重关系;同时各组配备1名团体辅导助手,负责与组员联系沟通。不同专题团辅对大学生成员免费,由高校对团体指导者付费。团体辅导采用非结构性、封闭式、同质性、支持性网络团体,每周1次,每次1.5 h,共6周。团体指导者每周定期进行视频同辈督导2 h。

### 1.2 网络视频团体辅导设置伦理

本网络视频团辅遵守《中国心理学会临床与咨询心理学工作伦理守则》,符合临床心理注册系统《网络团体心理工作指南(试行)》要求。首先,对团体成员进行入组筛选,确认入组成员为具有相似困扰和需要、符合团体工作要求的个体;其次,团体辅导正式开始之前与成员签订团体须知,明确保密原则和保密例外,告知研究工作并取得知情同意;最后,技术上采用ZOOM平台,所有成员提前10 min调试网络,强调保持背景的安静、独立、私密与安全,保持视频交流等。

### 1.3 对象

网络视频团体辅导成员共39人,其中男生9人,女生30人;年龄为(21±3)岁,学段包括本科生、硕士研究生和博士研究生。成员所在地分布于16个省(区、市),包括北京市、安徽省、河北省、河南省、湖北省、福建省、广东省、甘肃省、黑龙江省、辽宁省、山东省、陕西省、山西省、四川省、新疆维吾尔自治区和云南省。其中人际关系小组10人,时间管理小组10人,求职心理建设小组10人,领导力提升小组9人;其中人际关系小组2名成员团辅中自然脱离。所有成员入组前进行评估,排除具有重性精神疾病与自杀风险的报名者。

### 1.4 工具

#### 1.4.1 自编团体成员心理状况自评问卷

团体成员心理状况自评问卷主要包括对疫情期间居家状态满意度、学习状态满意度、睡眠质量满意度、家人相处满意度、同伴支持满意度、专项能力满意度6个维度。其中专项能力满意度为每个团体干预的主题,具体为对自己的人际关系满意度、时间管理满意度、应对求职压力满意度、领导力满意度。采用10分制评分,分数越高表示满意度越高。本研究以6分及以上为满意,计算满意率。

### 1.4.2 单次团体效果评估问卷

问卷共 17 个自评题目,了解成员在团体辅导过程中的体验和感受<sup>[12]</sup>。主要采用李克特 5 级评分,1~5 分代表非常不同意到非常同意。除基本信息外,评估内容主要包括团体辅导对自身的帮助程度、团体辅导内容与成员目标的一致度、团体辅导中感受被支持的程度、团体辅导时间的充裕度、团体成员的投入度、团体成员希望自身进步的程度、团体指导者的处理恰当程度。

### 1.5 统计方法

采用 SPSS22.0 软件对团体辅导干预前后数据及差值进行配对样本非参数秩检验和  $\chi^2$  检验,对 6

次追踪问卷结果进相关分析。 $|r| \geq 0.5$  为高度相关, $0.5 > |r| \geq 0.3$  为中度相关, $0.3 > |r| \geq 0.1$  为低相关。

## 2 研究结果

### 2.1 网络视频团辅前后成员心理状况各因子自评满意度比较

统计分析表明,网络视频团体辅导后成员对学习状态的满意度和专项能力的满意度显著高于团体辅导前成员对学习状态的满意度和专项能力的满意度,具有统计学意义( $\chi^2=5.32, 14.23, P<0.05$ ) (表 1)。

表 1 团体辅导前后自评满意度的比较

类型	前测		后测		$\chi^2$	P
	满意人数	满意度/%	满意人数	满意度/%		
居家生活	17	50.00	21	61.76	0.95	0.329
学习状态	7	20.59	16	47.06	5.32	0.021
睡眠质量	19	55.88	25	73.53	2.32	0.128
家人相处	22	64.71	25	73.53	0.62	0.431
同伴支持	22	64.71	24	70.59	0.27	0.604
专项能力	5	14.71	20	58.82	14.23	0.000

### 2.2 各次网络视频团辅对团体成员帮助程度比较

数据统计表明,团体成员对每次网络视频团体辅导对自身的帮助程度评分,最高分为(4.45±0.62)分,最低分为(3.94±0.84)分,高于李克特 5 级评分的均值。通过多重比较可知,第 2 次网络视频团体辅导对团体成员的帮助程度显著低于第 3 次、第 5 次和第 6 次网络视频团体辅导对团体成员的帮助程度,差异具有统计学意义( $P<0.01$ );第 6 次网络视频团体辅导对团体成员的帮助程度显著高于第 2 次和第 4 次网络视频团体辅导对团体成员的帮助程度,差异具有统计学意义( $P<0.01$ ) (表 2)。

### 2.3 网络视频团辅对团体成员帮助程度与各因子相关分析

统计分析表明,网络视频团辅对团体成员帮助程度与团体辅导内容与目标一致度、团体成员感受被支持的程度、团体成员的投入程度、团体成员希望自身进步的程度和评价团体指导者工作的恰当

表 2 各次网络视频团体辅导对团体成员帮助程度的比较

团辅次数	帮助程度分数	F	LSD
	$\bar{x} \pm s$		
第 1 次	4.25±0.76	2.22**	2<3, 5, 6; 4<6
第 2 次	3.94±0.84		
第 3 次	4.38±0.66		
第 4 次	4.06±0.76		
第 5 次	4.32±0.77		
第 6 次	4.45±0.62		

注:\*\* $p<0.01$ 。

程度均呈高度相关,具有统计学意义( $P<0.01$ );其中网络视频团辅对团体成员帮助程度与团体成员评价团体指导者工作的恰当程度相关系数最高为 0.729。同时,网络视频团辅对团体成员帮助程度与成员感受团体辅导时间的充裕度呈中度相关,具有统计学意义( $P<0.01$ ) (表 3)。

表3 网络视频团体辅导对团体成员帮助程度与各因子的相关分析

团辅次数	内容与目标一致度	被支持的程度	时间的充裕度	成员的投入度	希望自身进步的程度	指导者工作恰当度
第1次	0.738**	0.717**	0.309	0.694**	0.685**	0.729**
第2次	0.643**	0.622**	0.236	0.465**	0.725**	0.726**
第3次	0.517**	0.566**	0.590**	0.468**	0.617**	0.804**
第4次	0.635**	0.605**	0.174	0.525**	0.646**	0.601**
第5次	0.774**	0.834**	0.522**	0.671**	0.814**	0.682**
第6次	0.818**	0.815**	0.137	0.772**	0.884**	0.838**
总体	0.692**	0.707**	0.334**	0.593**	0.715**	0.729**

注:\*\* $p < 0.01$ 。

### 3 讨论

本研究表明,经过网络视频团辅,大学生团体成员疫情期间的学习状态满意度显著提升。这与一项普通时期对中学生开展团体辅导的实验研究结果一致<sup>[13]</sup>。其原因首先源于网络视频团辅给予成员学习新的行为方式的可能。疫情期间在线学习方式要求大学生具有更强的自主学习能力。网络视频团辅中,大学生成员能相互学习整体规划方式、自我评价方式和抗干扰策略等。一项随机对照研究也表明,团体辅导能促进大学生的自主学习<sup>[14]</sup>。其次,源于网络视频团辅能提供良好的社会支持。疫情期间大学生居家隔离,不仅面临人际交往减少,而且可能存在和其他家庭成员长期近距离相处的困难。研究者发现,隔离会在个体和人际层面产生消极的心理影响,但社会支持等保护因素可以降低隔离的消极影响<sup>[15]</sup>。大学生感知到的社会支持对网络学习满意度有正向预测作用<sup>[16]</sup>。本研究中连续的、封闭式、同质性网络视频团辅为大学生团体成员提供了持续支持,促进了其学习满意度的提升。最后,网络视频团辅能有效帮助成员调节不良情绪。疫情不仅威胁民众的健康和内在的安全感,而且引发大学生学习生活方式的重大改变。疫情期间大学生对负性情绪的关注,影响其认知资源的分配和学习策略的使用。网络视频团辅提供了包容温暖的氛围、相互支持的空间、多元的认知等,促进了大学生团体成员情绪调节和学业改善。本研究结果显示,网络视频团辅使学生对专项能力的满意度在前后测显著提升,即网络视频团辅能有效改善大学生的人际关系和求职心理,提升其时间

管理和领导能力。

本研究显示,第2次网络视频团辅对成员的帮助程度显著低于第3次、第5次和第6次。原因如下:第一,与团体辅导的发展阶段有关。樊富珉将团体辅导阶段分为创始阶段、过渡阶段、成熟阶段和结束阶段。第2次团体辅导大多属于团体的创始阶段,需要促进团体成员的熟悉,关系的深入、建立信任感等。在团体的凝聚力和信任感还没有建立时,成员更容易感受到压力和不安。第二,与网络视频团辅的特点有关。网络视频团辅的平台大多设置有演讲者模式和画廊模式。基于人机工程原理,个体的最佳直接视野水平范围和垂直范围均为 $30^\circ$ 。视野内,仅在围绕注视点的一个很狭窄范围内,视觉信号是清晰的;随着与注视点偏离距离的增加,视觉信号的觉察效果逐渐减弱<sup>[17]</sup>。在社交过程中,交互对象的眼睛注视行为影响人类对环境的感知以及如何与他人进行交互<sup>[18]</sup>。网络视频团辅由于有效视区和注视点限制,团体成员之间获取信息受限,尤其缺乏成员间目光注视的彼此回应;建立关系更慢。第三,可能与非结构式团辅的特点有关。非结构式团体没有预先的团体方案,而是根据成员的需求、当下的互动、团体的发展等作为团体工作的焦点。面对非结构式团辅,成员更容易感受到不确定性。第2次团辅时团体成员可能处于适应的转折阶段,故感受到团辅对自身的帮助程度相较更低。

本研究发现,网络视频团辅对团体成员帮助程度与多个因子高度相关,相关系数最高的前3个因子为团体成员评价团体指导者工作的恰当程度、团体成员希望自身进步的程度和团体成员感受被支

持的程度。可能的原因是团体辅导效果的变量主要包括团体指导者、团体成员和团体凝聚力。Garfield<sup>[19]</sup>指出团体指导者对于促进团体发展有着重要作用。吴垠等<sup>[20-22]</sup>通过对2个非结构式团体11次活动的定性研究表明,指导者的干预意图、干预策略和干预技术有助于催化团体发展和协助团体成员改变。所以,网络视频团辅效果与团体指导者工作的恰当程度高度相关。同样,团体成员对团辅效果有着重要影响。对国内外心理咨询与治疗中会谈影响的研究进展综述表明<sup>[23]</sup>,来访者的人格特征、依恋模式、思维模式和应对方式以及来访者在会谈中的投入状况均对咨询效果具有一定的影响。团体成员希望自身进步的程度反映了其咨询动机,通过其在团辅中的投入水平作用于团辅效果。最后,团辅效果与团体成员感受被支持的程度高度相关。Braaten<sup>[24]</sup>认为团体凝聚力包括自我暴露和反馈、吸引和联结、倾听和共情、过程表现和目标达成、支持和关心。团体成员感受被支持的程度体现了团体的凝聚力状况。

此外,在团体结束后邀请团体成员对本次活动进行反馈,学生们提及较多的收获包括学习满意度的提升,人际沟通交流增加,感受到的孤独感减少,在团体活动中获得了积极的同伴支持,学习动机增强等方面的改善。具体而言,来自湖北的某成员表达“最近一段时间很压抑,几乎都没有什么(人际)交流。参加这个团辅,感觉一下回到学校,特别是团体里还有认识的同学,不再觉得自己像个孤岛”;一些成员在团辅结束后自发形成了起床打卡学习小组,从团体中找到了适合自己的时间管理方式。许多成员表示参与团辅后积极情绪明显增多,并将团辅中的收获迁移到应对日常生活之中,更愿意倾听与理解他人等。参与团辅的成员的反馈在一定程度上也佐证了定量研究的结论,支持网络团辅能够切实有效地服务大学生成员。

总体而言,本研究结果表明,网络视频团辅对团体成员是有帮助的,这与Richards等<sup>[25]</sup>的研究结果一致。网络视频团辅能形成团体凝聚力,启动核心疗效因素。团体指导者可以根据团体发展的阶段、成员的特点、团体的主题运用不同的干预技术,

催化团体氛围。同时,网络视频团辅的特点能促进成员间、成员与指导者之间产生吸引的关系和深层的联结。网络视频团辅可充分利用视频语音和文字并行功能,进行多线程交流,形成即时网状交流,提升团体凝聚力。本研究中尤其在团辅中后期,团体成员在视频语音交流时,其他成员围绕探索主题同时开展文字并行交流,氛围尤为热烈。此外,本研究中网络视频团辅的设置有利于团体凝聚力的产生。封闭式、同质性的支持性网络团体、遵循网络团辅的流程和原则、专业的团体指导者等为团体成员提供了基础的安全感。大学生团辅成员熟悉网络交流模式,很多成员在学校现实生活中均有交集等因素都促进个体的卷入、对团体的归属感等。

## 4 结论

针对疫情期间网络视频团体辅导从过程-效果维度开展量化研究,探索了连续的非结构式封闭式大学生网络视频团体辅导的效果及影响因素。网络视频团辅创造了共时性体验,消除了地域界限,拓展了心理咨询的运用。在新冠肺炎疫情的背景下,网络视频团辅更符合疫情防控需要,减少人群聚集,成为更可行的心理干预与疏导方法。

本研究表明,疫情期间大学生网络视频团体辅导可行且有效。同时本研究针对不同团辅阶段,对每次团体辅导的疗效评估做出了积极尝试。网络视频团体辅导的效果和发展的阶段、团体指导者的工作和团体成员的投入水平等有关。由于目前关于网络视频团体辅导的研究较为缺乏,本次团辅主要服务于疫情期间受困于各地的大学生,在研究设计上存在一些局限,例如采用较为简洁的自编问卷,仅从量化范式进行研究。未来的研究可以扩大样本量、拓展研究对象、设置合理的对照组来优化研究方法;结合质性研究方法进行深入访谈与质性分析。

感谢北京大学暖阳心旅大学生团体辅导项目组全体工作人员与团体成员;感谢赵丽珠、冯玉、吕丽、何琳的支持。

## 参考文献(References)

- [1] Grohol J. Best practices in e-counseling: Definition and scope of e-counseling[EB/OL]. (2011-08-01)[2020-09-04]. <http://psych-central.com/best/best3.htm>.
- [2] Mitchell D L, Murphy L J. Ethics, e-mail, and the counseling profession[J]. *Cogica: The Canadian Counselling Association's News Letter*, 2002, 34(2): 10-14.
- [3] 李成齐. 网络心理咨询研究综述[J]. *中国特殊教育*, 2007(5): 86-91.
- [4] Alleman J R. Online counseling: The Internet and mental health treatment[J]. *Psychotherapy Theory Research & Practice*, 2002, 39(2): 199-209.
- [5] Cohen G E, Kerr B A. Computer-mediated counseling: An empirical study of a new mental health treatment[J]. *Computers in Human Services*, 1998, 15(4): 13-26.
- [6] Botella C, Gallego M J, Garcia-Palacios A, et al. The acceptability of an internet-based self-help treatment for fear of public speaking[J]. *British Journal of Guidance & Counselling*, 2009, 37(3): 297-311.
- [7] Sheese B E, Brown E L, Graziano W G. Emotional expression in cyberspace: Searching for moderators of the Pennebaker disclosure effect via e-mail[J]. *Health Psychology Official Journal of the Division of Health Psychology American Psychological Association*, 2004, 23(5): 457-464.
- [8] Jedlicka D, Jennings G. Marital therapy on the internet[J]. *Journal of Technology in Counseling*, 2001, 2(1): 324-331.
- [9] Lange A, Ven J P Q R V D, Schrieken B A L, et al. Internet-mediated, protocol-driven treatment of psychological dysfunction[J]. *Journal of Telemedicine & Telecare*, 1999, 6(1): 15.
- [10] Kozlowski K A, Holmes C M. Experiences in online process groups: A qualitative study[J]. *Journal for Specialists in Group Work*, 2014, 39(4): 276-300.
- [11] 韩拓, 马维冬, 巩红, 等. 新冠肺炎疫情居家隔离期间大学生负性情绪及影响因素分析[J/OL]. *西安交通大学学报(医学版)*. [2020-08-28]. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/61.1399.R.20200426.0824.002.html>.
- [12] 樊富珉, 何瑾. 团体心理辅导[M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2010.
- [13] 汤舒俊. 基于学业自我效能感的团体辅导对高中生考试焦虑的干预实验[J]. *教育研究与实验*, 2018(2): 92-96.
- [14] 刘玓, 卢宁, 何建飞, 等. 团体辅导对网络成瘾大学生网络使用及学习管理的改善效果[J]. *中国心理卫生杂志*, 2013, 27(7): 496-501.
- [15] 张迪, 田雨馨, 伍新春. 突发公共卫生事件中的隔离: 心理反应与影响因素[J]. *华南师范大学学报(社会科学版)*, 2020(4): 31-41, 189.
- [16] 李莹莹, 张宏梅, 张海洲. 疫情期间大学生网络学习满意度模型建构与实证检验——基于上海市15所高校的调查[J]. *开放教育研究*, 2020, 26(4): 102-111.
- [17] 国家电力公司电力自动化研究院. 控制中心人机工程设计导则第2部分视野与视区划分: DLT/575.2-1999[S]. 北京: 中国电力出版社, 1999: 1239.
- [18] 于祎雯, 纪皓月, 王莉, 等. 眼睛注视线索对物体认知加工的影响及其机制[J/OL]. *生物化学与生物物理进展*, 2020, 47(11): 1145-1161[2020-09-03]. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/11.2161.Q.20200903.1344.002.html>.
- [19] Garfield S L. The therapist as a neglected variable in psychotherapy research[J]. *Clinical Psychology & Practice*, 2010, 4(1): 40-43.
- [20] 吴垠, 桑志芹, 刘好贤. 非结构式团体心理咨询过程中领导者干预技术的定性研究[J]. *中国心理卫生杂志*, 2018, 32(3): 239-244.
- [21] 吴垠, 刘好贤, 桑志芹. 非结构式团体心理咨询过程中领导者干预意图的定性研究[J]. *中国心理卫生杂志*, 2018, 32(4): 300-305.
- [22] 刘好贤, 桑志芹, 吴垠. 非结构式团体心理咨询过程中领导者干预策略的定性研究[J]. *中国心理卫生杂志*, 2018, 32(5): 395-400.
- [23] 杨家平, 刘玓, 张小远. 心理咨询与治疗中的会谈影响的研究进展[J]. *中国全科医学*, 2018, 21(19): 2389-2394.
- [24] Braaten B L J. Group cohesion: A new multidimensional model[J]. *Group*, 1991, 15(1): 39-55.
- [25] Richards D, Noemi V. Online counseling: A narrative and critical review of the literature[J]. *Journal of Clinical Psychology*, 2013, 69(9): 994-1011.

## The online video group coaching for university students during the COVID-19 epidemic

ZHANG Jie<sup>1</sup>, LIU Yu<sup>2</sup>, YANG Siqu<sup>1</sup>, JING Lei<sup>3</sup>, HE Liqiong<sup>4</sup>, FAN Fumin<sup>5\*</sup>

1. Department of Psychology, Yunnan Minzu University, Kunming 650500, China
2. School of Psychology, Guizhou Normal University, Guiyang 550025, China
3. Psychological Development Center, China Pharmaceutical University, Nanjing 210009, China
4. Graduate School of Education, Peking University, Beijing 100871, China
5. Department of Psychology, Tsinghua University, Beijing 100084, China

**Abstract** This paper examines the overall effect of the online video group coaching for university students during the pandemic of COVID-19. 39 students in a university located in Beijing in 4 online groups (6 sessions of the online group coaching) are selected for 6 weeks from March to May 2020. The evaluation instruments include an psychological status questionnaire and a questionnaire of individual group effect assessment. The comparison of the scores based on the psychological status questionnaire before and after the 6-week group coaching shows a significant increase in the satisfaction of the group members with respect to the learning status and the special ability after the coaching, highly associated with the degree of the help provided by the online video group coaching and the appropriateness of evaluating the work of the group's mentors, the degree of the progress that the group members wished to make, and the degree of the support that the group members feel. The results are statistically significant. The online video group coaching during the pandemic of COVID-19 is effective, associated to the group development, the work of group instructors and the level of group members.

**Keywords** online group counseling; COVID-19; group process-effects research ●



(责任编辑 徐丽娇)