



线上线下有机结合的“大学生心理健康教育” 课程教学改革

龚素璁, 张祖品, 岑俊静, 许丽芬, 张孝凤

(浙江理工大学学生工作部, 杭州 310018)

摘要: 在信息技术高度发达的今天,“大学生心理健康教育”课程依托现代信息技术开展教学的广度、深度有待挖掘,课程教学线上与线下结合有待加强。对“大学生心理健康教育”课程授课教师应用信息技术开展教学的情况、学生应用网络有效开展泛在学习的情况进行调查,分析“大学生心理健康教育”课程教学线上线下结合存在的问题。采用“互联网+”构建课堂互动教学模式和自主学习新模式,提出实现线上、线下有效对接的路径;增强和提升授课教师对加强传统课堂教学与信息技术高度融合的意识 and 能力;搭建师生交流网络平台,延伸课堂教学;优化网络学习资源,吸引学生主动开展线上学习。

关键词: 大学生心理健康教育;课堂教学;信息技术;网络学习

中图分类号: G641

文献标志码: A

文章编号: 1673-3851(2019)08-0430-06

Teaching reform of "College Students' Mental Health Education" course in the combination of online and offline

GONG Suli, ZHANG Zuping, CEN Junjing, XU Lifan, ZHANG Xiaofeng

(Department of Student Affairs, Zhejiang Sci-Tech University, Hangzhou 310018, China)

Abstract: With rapid development of information technology, the breadth and depth of "College Students' Mental Health Education" course teaching by relying on modern information technology must be explored to improve, and the combination of online and offline needs to be strengthened. By investigating the teaching situation of "College Students' Mental Health Education" with information technology and students' extensive learning with network, the existing problems in the combination of online and offline "College Students' Mental Health Education" course teaching were analyzed. The "Internet+" was used to construct classroom interactive teaching mode and a new mode of autonomous learning. The effective path of online and offline combination was proposed, namely, to enhance the teachers' awareness and ability of integrating traditional classroom education with information technology; to build a network communication platform for teachers and students and extend classroom teaching; to optimize network learning resources and attract students to actively carry out online study.

Key words: College Students' Mental Health Education; classroom teaching; information technology; network learning

收稿日期: 2018-10-28 网络出版日期: 2019-02-28

基金项目: 浙江省高等教育课堂教学改革研究项目(kg2015109)

作者简介: 龚素璁(1970-),女,浙江兰溪人,教授,主要从事大学生思想政治教育、心理健康教育方面的研究。

培育理性平和的健康心态,是高校育人的重要内容,但近年来大学生心理问题凸显,寝室人际关系紧张,就业、学业压力增大,失恋伤人自伤等心理问题事件屡有发生。2016年习近平总书记在高校思想政治工作会议上强调,培育理性平和的健康心态,是高校育人的重要方面,要加强人文关怀和心理疏导,不断提升心理健康素质^[1]。开设“大学生心理健康教育”课程是促进大学生心理健康发展的有效方式之一。加强课程教学研究,有效提升课堂教学效果,充分发挥“大学生心理健康教育”课堂教学在大学生心理健康教育的主渠道作用,有着重要的现实意义。近十多年来,中国学者对大学生心理健康教育进行了广泛的研究,针对这门课程的研究也逐年增加,内容主要涉及课程目标、课程内容、课堂教学手段、教学模式、课程评价体系等方面^[2-9]。随着移动互联网和信息技术在教育领域的应用与发展,学者将心理健康教育课程改革研究关注点转向了网络^[10],对慕课、翻转课堂、微课、移动APP、网络平台在该课程教学中的应用开展了研究^[11-15]。但相对来说,对传统的课堂教学研究多,对“大学生心理健康教育”实施“互联网+”的课程教学研究相对较少,课堂教学依托网络资源线上线下结合的网络化教学模式、课外网络学习与课堂学习有机结合的学习模式研究更少。

中国互联网络信息中心(CNNIC)发布的第42次《中国互联网络发展状况统计报告》显示,截至2018年6月,中国在线教育用户规模达1.72亿,较2017年末增加1668万人,增长率为10.70%。^[16]线上线下教育相融合是未来教育的发展趋势。面对在信息技术环境下成长起来的新一代学习者,高校教师需要顺应数字化时代潮流和数字化革命趋势,转变观念,将传统课堂教学模式同信息技术高度融合。探寻“互联网+”的课程教学新模式,包括课堂互动教学模式、学生网络化泛在课外自主学习新模式,实现“大学生心理健康教育”课堂教学与课外网络学习,即线上与线下教学的有效对接,将是提高这一课程教学质量的必然要求,也将是该课程教师的必修课。笔者所在课题组通过调研与分析当前“大学生心理健康教育”课程中授课教师应用现代教育技术尤其是信息技术开展教学的情况、学生应用网络有效开展泛在化学习的情况,消化吸收境内外高校先进的课堂教学理论、网络学习平台建设与实践经验,提出课程网络学习与课堂学习有效对接的方法和路径,从理论和实践两个层面来探索增强课程教学的

科学性、实效性,增强课程的吸引力、感染力的有效方法。

一、“大学生心理健康教育”课堂教学与网络学习线上线下结合的现状

“大学生心理健康教育”课程作为一门开设时间不长、但学生涉及面广泛的课程,笔者所在学校对其给予了高度重视,积极开展教学研究,开发网络教学资源,鼓励教师使用现代教育技术开展教学。依托学校4A网络平台,该课程网络平台得到较好的开发和使用。但在教学实践中,也发现该课程教学存在有待改进的地方,比如,课堂教学依托现代教育信息技术开展教学的广度、深度有待挖掘,课程课堂教学如何依托网络进行课外延伸有待进一步推进。为深入了解“大学生心理健康教育”课程课堂教学与网络学习的线上线下结合情况,课题组对2016级两个班级选课学生,就授课教师应用现代教育技术(主要是应用信息技术)开展教学的情况、学生应用网络有效开展学习的情况进行了问卷调查和访谈,分析教师教学和学生学习中存在的问题及其成因。课题组共发放调查问卷106份,收回有效问卷106份。从调查情况来看,“大学生心理健康教育”课程授课教师应用现代教育技术开展教学、学生开展课程网络学习主要存在以下问题:

(一)学生借助网络平台等媒介进行自主学习的主动性、积极性有待提高

随着知识数字化的飞速发展,学生获取知识的渠道更加多样化,传统的课堂教学这一知识传递方式受到挑战,师生互动、课堂网络互动的知识传递方式已成趋势,教师的角色需要由知识传授者、课程教学组织者向学生的学习伙伴转变。但是仍有“大学生心理健康教育”部分授课教师在教学过程中采用“灌输式”教学模式,网络学习与课堂教学结合度不高,学生还无法有效借助网络平台等媒介学习心理健康知识。从调查结果来看,对于“您会利用网络进行相关心理课程学习吗?”这一问题,学生回答“经常”的仅占1.88%,回答“偶尔”的占62.27%,回答“从不”的占35.85%。

造成此类现象的原因,一方面是有的教师未给学生搭建网络学习平台,或者未对学生网络学习给予引导和指导,或者未把“上网学习”列入课程考核计划,对学生“上网学习”没有明确要求,且有些网络平台本身就缺失“上网监控记录”功能,对学生网络学习他律不足;另一方面是学生在网络自主学习的

积极性不足,缺乏借助网络平台等媒介有效开展自主学习的意识,自律不够,还未养成网络学习习惯。课题组选取了两个调查班级,其中一个班级授课教师对学生网络学习几乎没有要求,未提供相应的网络学习平台,而另一个班级教师给学生提供了学校“大学生心理健康教育”^{4A} 网络平台学习路径以及网上精品课程的网站链接,两个班级的学生使用网络学习情况由此显示出差异。

(二)教师应用网络资源、网络平台开展教学的针对性、实效性有待加强

当前,虽然广大教师在开展教学时基本能够应用信息技术手段,但大部分还只是简单应用,没有充分发挥信息技术的作用和影响,没有从根本上改变填鸭式的课堂教学模式。其主要原因是在于任课教师的信息化素养还不够高,数字资源的开发利用能力不强,信息化教学创新水平不足。从课题组访谈和调查情况看,以下三个方面主要影响了“大学生心理健康教育”网络教学资源的有效利用、网络平台辅助教学功能的充分发挥。一是部分教师不太适应新的课程改革,转变传统的教学观念和方法较慢,在课程教学中不主动甚至拒绝使用网络平台等网络资源。二是部分教师还没有将课程资源真正转化为优质的教学资源和学习资源,课堂教学无法有效利用网络资源。三是学校对教师使用信息技术开展教学的要求还处于松散型阶段,以奖励为主要手段鼓励教师建设网络课程,教师对学生开展网络学习亦没有刚性要求。由此可见,当前“大学生心理健康教育”课程教师自身建设面临着一项迫切的任务:转变观念,提升教师自身应用现代信息技术的能力,主动把网络技术应用用于课程教学实践中,在课堂教学和学生课外学习中都充分利用网络技术、网络资源以实现有效教学。

(三)课程网络学习渠道有待开拓,网络平台资源有待优化

根据教育部课程平台资源建设标准和要求,网络教学平台必须提供相应的基本资源、拓展资源、特色资源和实践资源,满足资源开放和学生共享的要求。笔者所在学校虽然建立了“大学生心理健康教育”课程学习网络平台,但存在网络资源建设不足、开放性低、个性化差、更新率低等问题。从访谈和调查情况看,使用学校^{4A} 网络平台的30位学生中,对于问题“平时使用学校^{4A} 网络平台的主要用途”,所有学生都选择了“完成作业”,83.30%的同学选择“看视频资料”,40.00%的学生选择“看PPT”,

13.30%的学生选择“和教师沟通”。接受访谈的学生指出,网络平台的资源内容还不够轻松、不够贴近生活,平台提供给学生使用的方式应该更新颖,需要多开发能够引发学生对心理健康产生兴趣的应用。学生认为网络学习渠道单一,平台资源不够丰富,内容有些枯燥,与实际联系不够,加之学生的学习自觉性普遍较差,由此造成了学生不爱上网学习,使用网络平台进行学习的面窄、频率低的局面。

二、“大学生心理健康教育”线上线下教学有机结合的路径

(一)强化授课教师团队信息素养提升,构建网络教学基础

当前,包括笔者所在高校在内的普通高校“大学生心理健康教育”课程师资队伍普遍以兼职教师为主、专职教师为辅,即在师资队伍中大多数人员为辅导员^[2],或者从辅导员成长起来的党务工作者、行政管理人员。而该师资队伍不稳定,人员流动性相对其它课程来说更大,加之部分教师承担了党务、行政工作,本身工作任务繁重,对他们进行继续教育和培训的难度大,教师参加与课程有关的培训、外出学习进修机会相对较少。因此,该课程归属部门需要充分考虑这一特殊情况,依托现代化的教育技术,以团队的形式对师资队伍进行建设。

就笔者所在学校而言,“大学生心理健康教育”课程归属部门是学生处,2位专职心理辅导教师专门负责课程建设,其他授课教师基本为兼职教师。面对专职教师少、兼职教师流动性大的实际问题,一方面,学校选派授课教师参加大学生心理健康教育专门培训,鼓励教师参加心理咨询师资格考试,提升教师队伍素质;另一方面,考虑到该课程内容与大学生学习、生活、社会活动以及年龄层密切相关,授课教师既需要具备心理健康教育专业知识,又需要切实了解当下大学生的成长成才规律,教学必须紧扣现实,学校通过团队形式开展师资队伍建设,全面提升每个授课班级教师团队的专业水平和应用信息技术开展授课的能力。其一,学校对全体授课教师应用现代信息技术授课的能力进行培训;组建微课制作团队,由两位专职教师负责建设微课,并将微课上传到“易班”平台供授课教师观摩、学生学习,教师之间通过微课程相互学习,提高教学技能。其二,年轻辅导员和年长的教师组合授课,将年轻教师接受新事物及时、使用现代教育技术能力强的优势与老教师教学富有经验、人生阅历丰富的优势有机结合、合

理分工,老教师主要设计课程课堂教学内容和网络学习内容,年轻教师主要负责网络课程建设、指导学生使用4A网络平台、“易班”学习平台。由此,“大学生心理健康教育”课程教师团队的信息化教学能力、利用现代教育技术开展网络教学的水平得到提升,教师能够主动适应信息技术等新技术变革,主动构建“互联网+”的互动式教学模式,为实现该课程网络学习与课堂学习线上线下有机结合打下基础。

(二)构建新型“互联网+”的学习模式,有效延伸课堂教学

伴随着信息技术的飞速发展,泛在学习(U-Learning,无缝学习、普适学习、无处不在的学习)^[17]——学习者在任何时间、任何地点、任何方式都可以获取所需的学习信息和学习支持等已成为趋势。也正由于此,大学生群体获取知识的渠道变得异常丰富,需要教师构建新型“互联网+”的学习模式——网络泛在自主学习模式,引导学生从课堂“被动学习”向课堂与课后网络相结合的“主动学习”转变。要实现学生网络自主学习,实现课程课堂学习与网络学习的有效对接,需要创建一个由学习者、学习内容和学习服务等构建的一个随时随地的学习环境——泛在学习环境^[18]。课题组重视网络泛在学习环境的建设,坚持以学生为中心,重构师生关系,对学生课程网络学习进行有效干预,架构好课堂教学和网络平台学习的桥梁,让学生真正“学会学习”,让互联网成为知识的“增幅器”,实现“智慧学习”。

首先,充分发挥微信这一新型社交平台的作用,搭建师生交流平台。微信群作为多人聊天交流的一个平台,可以通过网络快速发送语音短信、视频、图片和文字,已成为人们普遍使用的交流平台。鉴于此,基于泛在学习理论,课题组授课教师着力构建网络泛在学习环境。在“大学生心理健康教育”开课之初,教学班级(2017级海洋资源专业班级)就建立了“海资心理”课程微信群,教师根据授课内容,在微信群陆续推荐与课堂教学内容相关的网络学习渠道和网络学习资料。例如,课题组授课教师发现,2017级海洋资源专业新生进校不久,绝大部分学生计划继续深造——考研或申请出国,但他们对硕士毕业之后是否继续读博比较困惑,针对此情况,授课教师选取了和课程教学中“大学生涯规划”相关的网络帖子“我为什么鼓励你读博士”推送到微信群,供学生借鉴。又如,授课教师在微信群中推荐名言警句辅

助教学。如在讲到“挫折应对”这一章前,教师将“尽管失败和挫折等待着人们,一次次地夺走青春的容颜,但却给人生的前景增添了一份尊严,这是任何顺利的成功都不能做到的。——梭罗”等有关失败与成功的关系、挫折应对等方面的名言警句推介到微信群中。

其次,做好网络精品课程的推介。网络环境下,新知识源源不断地产生,大学生群体面临着信息化学习环境的挑战,需要授课教师对其选择网络学习资源进行有效指导,学会网络化的知识管理。网络上已存在有关“大学生心理健康教育”课程的一系列视频公开课、慕课和微课等心理课程,课题组对网上海量信息进行遴选,向学生推荐网络精品课程,引导学生有效开展泛在网络自主学习。课题组教师通过对网络课程的观摩,推荐示范性课程给学生,让学生利用课外碎片化的时间先学先修,或者开展课后的复习巩固。如课题组教师以“心理学”为主题词检索,对“爱课程网”(http://www.icourses.cn/home/)进行检索,搜索到52项视频公开课,通过观摩,选取清华大学樊富珉教授、东北大学张平教授讲授的心理健康教育视频公开课推荐给学生;对2018级选课学生,教师在“爱课程网”的基础上推荐“学堂在线”(http://www.xuetangx.com/)中南大学叶湘虹副教授的视频公开课。从访谈来看,学生对于教师推介网络精品课程普遍反映良好,认为其对心理健康知识学习有促进作用。

再次,课题组教师基于网络泛在化学习理论、成效为本教育理论,着力构建以“网络学习先行”自主学习为基础的互动式课堂教学模式,促动学生有效开展网络学习。一方面,对学生明确“上网学习”的要求。针对当代大学生学习自觉性普遍较差、不爱上网学习、网络课程点击率低的实际情况,课题组教师把“上网学习”列入教学计划,并作为课程考核依据之一,明确“上网学习”的要求;精心设计路径,督促、引导学生“积极上网”,如对学生“上网学习”进行跟踪、监控、记录,并将之与课程考核评价挂钩。另一方面,积极引导学生使用网络学习平台,有效与课堂教学对接。如,课题组教师让学生对网络课程先修先学,尝试让学生上讲台分享知识。具体做法是,提前三周通知学生自由组成4~6人的小组,选择“爱是自我成长的过程——大学生恋爱与性心理”与“让心灵自由飞翔——压力管理与挫折应对”两章中的任意一节进行备课,包括制作PPT,选择一位组员进行课堂讲授,授课时长15分钟;每组抽取一位

组员担任评委组成评委会,对所有学生小组的授课情况进行随堂评分,分数作为该课程平时成绩之一。在备课过程中,学生既借鉴学校 4A 网络平台中的课件、“爱课程网”等网站的视频公开课,又寻找了其它参考资料进行准备,由此对这一章节进行了充分的学习。由学生担任评委,学生在课堂上基本能做到专心听讲。在课堂讲授过程中,其他同学积极配合,课堂氛围相当活跃。课后,学生们认为借助网络学习进行自主备课是一种能激发他们学习主体性、积极性的好形式。网络学习及学生备课授课,赋予了学生自由选择的权利,改变学生学习的被动性与强迫性,让学生自主学习,从“不教不懂”向“无师自通”转变,让其真正成为学习的主人。

(三)优化课程网络平台资源,吸引学生自主开展线上学习

随着教育信息技术的迅猛发展,课程网络平台日益成为“大学生心理健康教育”重要的教学辅助资源和学生学习的重要途径。从文献资料及课题组的学经验、学生访谈情况来看,网络平台至少有四方面作用:一是学习可以拓宽教学渠道,使教学不受时空限制,学生可实现远程自主学习;二是可以以丰富的网络资源满足学生多方面的需求,增强课程内容吸引力,提高学生学习效果;三是可以促进教师教学观念和方法的转变,不断探索课堂与网络平台结合的教学新模式;四是有利于学生自主学习能力的提升,个性的培养和发展。因而,积极建设“大学生心理健康教育”网络平台并有效运用到课程教学中,是实现线上线下教学的有效对接的基础。

课题组以充分发挥网络平台的四大作用为目标,基于两方面考虑优化平台:一方面丰富“大学生心理健康教育”网络平台教学资源,增强平台课程网络学习的实效性——网络心理健康教育形式和内容要符合传统心理健康教育的目标;另一方面,“大学生心理健康教育”课程网络平台的形式和内容要对学生具有很强的吸引力,需要进一步完善网络学习平台,吸引学生作为教学的参与主体,接受并主动参与网络平台学习。由此,课题组以学校的 4A 网络平台为依托,结合课程特点、网络学习行为特征和学生的需求,在 4A 网络平台重点开发了课程资源、讨论交流、作业管理等功能。为了培养学生通过网络平台自主学习的习惯和能力,解决“大学生心理健康教育”课堂教学时间紧、任务重的矛盾,使学生能够将课堂教学的部分任务通过 4A 网络平台自主学习完成,实现网络平台课堂教学时空的延伸功能,将集

体备课的课件、或教师个人课件上传到“课程资源”区;为了增加平台的吸引力、教学内容的时代感,授课教师对课件及时更新。同时,课题组教师根据课堂教学和课后学生交流情况,设计大学生普遍关心的问题,上传到“内容讨论区”,并提醒学生参与讨论。如,对 2017 级海洋资源班级学生,授课教师在 4A 网络平台上传了与课堂教学、与大学生活相关的“情绪”“人际交往”和“挫折应对”等讨论话题。2018 年 9 月,笔者所在学校的“大学生心理健康教育”课程启用“易班”平台。这一平台基于 4A 网络建设的经验,增加了习题模块、网络考试模块,其中习题随机生成,学生可以反复练习,习题内容与课程考试内容相关联,有效促进了学生的课外学习,增强了学生对基础知识的掌握。

三、结 语

本文通过对“大学生心理健康教育”课程教师课堂教学依托网络资源、线上线下结合开展教学情况,以及学生课外网络学习与课堂学习有机结合情况进行调研,分析存在的问题及其成因。以网络泛在化学习理论、成效为本教育理论等为理论基础,以“互联网+”课堂互动教学模式、“互联网+”网络泛在化自主学习新模式的构建为目标,提出推进“大学生心理健康教育”线上线下教学有机结合的有效路径:提升授课团队信息素养,促进教师团队有效利用现代教育技术开展教学,将“灌输式”教学模式向“互动式”教学模式转变;搭建课程师生交流网络平台,创建网络泛在自主学习环境,有效延伸课堂教学;建设网络化的学习资源,优化课程网络平台资源,引导学生从课堂“被动学习”向课堂与课后网络学习相结合的“主动学习”转变。

通过教学实践,课题组在创新课堂教学互动模式、课外学生网络自主学习模式上获得了第一手的课堂教学改革与实践经验。根据 2017 级海洋资源班的教学改革实践情况来看,学生对课程的认可度提高,对教师的教学评价成绩比往届学生高,更重要的是通过线上线下教学结合,能切实解决大学生的心理困惑,既帮助大学生提高了心理素质,又帮助他们培养了积极进取的人生态度,引导其保持健康向上的心理状态。由此可见,本文提出的经验和观点值得推广。限于时间因素,在教改实践中对于研究点之一的网络平台建设研究还存在不足,今后课题组将对此作进一步的研究与实践。

参考文献:

- [1] 习近平总书记在全国高校思想政治工作会议上的重要讲话[N].人民日报,2016-12-09(01).
- [2] 薛春艳.大学生心理健康教育课程建设特点及其反思[J].学校党建与思想教育,2015(4):66-67.
- [3] 于成文,史立伟,王艳.体验式教学在大学生心理健康教育课程中的探索与应用[J].思想理论教育导刊,2018(5):136-138.
- [4] 于丽玲,张斌.从医学生的心理需求现状探析大学生心理健康教育课程教学模式[J].卫生职业教育,2018,36(2):40-41.
- [5] 李艳鸽.基于积极心理学的大学生心理健康教育课程改革研究[J].校园心理,2018,16(2):157-158.
- [6] 邓志平.心理行为训练对大学生心理健康教育课程的影响[J].教育观察,2018,7(5):15-17.
- [7] 张建兴.团体心理辅导在高校大学生心理健康教育课程中应用[J].教育现代化,2018(11):105-107.
- [8] 刘军,陈璟明.基于实效性的大学生心理健康教育课程建设探究:以广东外语外贸大学为例[J].长春教育学院学报,2017,33(6):19-22.
- [9] 游英会,王志琳,郑爱明,等.大学生心理健康教育课程评价指标体系的构建[J].南京医科大学学报(社会科学版),2017(3):250-252.
- [10] 谭咏梅,张界平,蒋玄.基于易班的大学生心理健康教育课程改革思考[J].淮阴工学院学报,2018,27(4):83-86.
- [11] 冯淑丹,刘洋,张介平.“慕课”时代下体验式教学在地方医科大学大学生心理健康教育课程中的应用[J].科教文汇(上旬刊),2017(8):71-72.
- [12] 钱乐琼,曹石珠.MOOC·翻转·体验:大学生心理健康教育教学模式新探索[J].湘南学院学报,2017,38(6):106-109.
- [13] 孙慧.翻转课堂应用于大学生心理健康教育课程的可行性分析[J].黑龙江教育学院学报,2018,37(3):38-40.
- [14] 陆建兰.微课程视阈下大学生心理健康教育课程改革探析[J].广西社会科学,2017(12):207-209.
- [15] 徐玉兰.心理健康教育微课程 APP 建设策略探[J].思想理论教育,2017(1):91-95.
- [16] 中国互联网信息中心.第42次《中国互联网络发展状况统计报告》[EB/OL].(2018-08-20)[2018-11-20].
http://www.cnnic.cn/hlwfzyj/hlwxxzb/hlwtjbg/201808/t20180820_70488.htm.
- [17] Chen Y S, Kao T C, Sheu J P, et al. A mobile scaffolding - aid-based bird-watching learning system [C]// International Workshop on Wireless and Mobile Technologies in Education, 2002:15-22.
- [18] Yang S J H. Context aware ubiquitous learning environments for peer - to-peer collaborative learning [J]. Journal of Educational Technology & Society, 2006, 9(1):188-201.

(责任编辑:陈丽琼)