

大学生心理健康课程多元考核的教学模式

张楠楠

广州商学院 广东广州 511363

摘要: 多元考核教学是指在传统教学模式基础上,把考核方式分为校园心理剧展示、课外实践活动以及平时表现的教学体系。多元考核教学模式围绕课堂教学,开展各种类型和主题的实践活动,并把实践活动纳入到期末考试中。

关键词: 心理健康;多元考核;教学模式

2021年教育部办公厅印发《关于加强学生心理健康管理工作的通知》(以下简称“《通知》”),《通知》明确,要加强心理健康课程建设,高校要面向本专科生开设心理健康公共必修课,原则上设置2个学分(32—36学时)。

目前开设了心理健康教育公共必修课的高校,课程多数是在以往选修课的基础上发展而来的,班级学生人数较多,课程内容偏向知识普及,教学方法以传统教学为主。多元考核教学是指在传统教学模式基础上,把考核方式分为校园心理剧展示、课外实践活动以及平时表现的多元考核教学模式。

一、大学生心理健康课程的现实问题

1. 教学内容和方法局限

目前的心理健康教育课程班级人数在100人左右的居多,大班教学从形式上局限了教学内容,传统课堂的内容以理论知识为主,学生被动接受知识,课堂缺乏互动,互动以传统的问答方式开展的较多,这使得课堂互动的对象少,学生参与率低,教师无法及时了解学生的掌握情况,经典的理论知识对于非心理学专业的学生来说枯燥而无用,很难跟自身的成长和发展联结起来,因而会出现在心理课上写别科作业、互相聊天、玩手机,甚至睡觉的现象,班级学生人数多,教师对于课堂纪律的管理也比较漠视,只有少数对心理学感兴趣的同学才能真正的深入其中。

随着心理健康教育的发展,很多高校对教学内容和教学方法进行了改革和创新,比如小范围把团辅活动运用到课堂教学中,针对某些专题,学生可以有一些互动体验。课堂不再是教师的一言堂,学生就自己的所学所思也有了表达的机会,但是体验还是局限在课堂上,并不能把知识转化为能力,运用于日常生活和学习中。

2. 课程考核方式固化

大学生心理健康教育课的考核方法有撰写《自我成长分析报告》、开闭卷考试、撰写课程论文等形式,其中撰写论文、试卷考试是最为常见的考核方式。这些常见的考核方式在学科教学中是比较适用的,考核和教学目标能够一致。但心理健康教育课不同于学科教育,教学目标的达成不是传统考核方式可以达成的,心理健康教育不仅关注学生对于心理健康知识的掌握,更为重要的教学目标是提高大学生的心理健康素养,传统考核方式可以评价心理知识的掌握程度,但很难评价心理健康素养。

二、多元考核模式的探索及实践

高校心理健康教育应以学生需求为主导,建立以课堂为主,讲座、沙龙、游园会、团体辅导等活动为辅的多元考核教学模式。教师根据教学大纲讲授心理学知识以外,还可以按需开展主题活动,比如在校内组织开展相关主题的游园会,让学生通过体验项目,增强心理感受,通过团体辅导,通过团体动力的支持帮助学生成长。学生学期初发放《大学生心理健康教育》实践活动登记卡,统计学生的心理类实践活动的数量和质量并纳入期末考试,这种以课堂为主,讲座、沙龙、游园会、团体辅导等多元考核教学模式,可以满足不同学生的需求,促进学生个人成长。在多元考核教学模式下,对课程的教学内容、教学方法和课程考核进行了以下探索和实践。

1. 充分调研,精心设计

设计教学内容时,要遵循学生的心理发展特点。除了课上讲授大纲规定的大学生心理健康教育各个专题的理论知识外,在学期开学之初,就运用有趣的方式给学生分组,帮助他们快速认识同组以及别组的同学,让同学们在活动中

快速适应新集体,减少因适应不良造成的心理困惑。在学习压力管理主题时,可以让学生体验绘画疗法,沉浸式的绘画和小组内的分享让学生们充分表达自己当下的压力感受,并得到小组成员的积极回应,让他们获得了被支持感。除了在课上开展活动外,针对学生们的需求,还会定期开展各种专题的团体辅导。课程内容的设计基于充分的调研,在学期初、学期中和学期末对学生进行各种方式的需求调研,比如学期初的问卷法了解学生的心理需求,在期中会召开学生期中座谈会,让学生代表充分表达对心理健康教育课的感受、意见和建议,目前有哪些需要解决的心理困惑,学期末通过评教等方式反馈教学效果。

心理健康教育课程不仅要讲授心理健康方面的知识,通过心理活动的开展让学生进行心理体验和行为训练很重要。

角色扮演。日常教学中鼓励学生用角色扮演的形式呈现案例,让学生分享感受,教师进行总结。角色扮演不仅可以吸引学生参与课堂,营造生动的教学氛围,还能让学生对案例主角的心理状态有更深入的理解,从而通过换位思考,引导学生从新视角想到解决问题的新方法。角色扮演的运用还可以让学生提前练习,为期末心理剧的考核打下好的基础。

绘画体验。学生对沙盘和绘画心理治疗兴趣比较浓厚,绘画体验不受环境条件的制约,比较适合在课堂开展,在讲授压力应对专题时,引导学生做“雨中人”绘画,并做小组分享和总结发言,帮助学生用一种比较有趣的方式了解当下的压力状态并做进一步的自我探索,比常规的讲授要更有趣和深入。

游戏体验。在讲授一些设置简单的经典实验时,让学生参与其中做被试,往往比直接讲授要有更强的带动性,比如讲到“伤痕实验”时,教师设置实验场景,让学生进行情境再现,可以让学生有更深刻的理解。

善用媒介。随着网络教学的发展,教学媒介越来越受到重视。教师可根据教学内容的性质,把一些易懂易学的知识放在线上学习,比如超星学习通线上课程的开设,对于重难点知识,放在课堂教学中重点讲授,可以充分利用课堂时间,让学生在课堂上有足够的的时间和机会去体验和分享,教师能够对学生给予反馈和指导。教师在选择线上学习作为课堂教学的补充时,需要意识到线上课程的一些局限,如本校心理健康教师可以一起开发适合本校学生的线上心理健康课程,让有不同需求的学生可以自行选择对自己有帮助的

课程。如何控制学生线上的学习质量是教师需要考虑的一个重要问题,可以通过设置关于线上课程的问题或作业来达到监控学生线上学习的目的。

2. 全程把握,改革考核方式

心理健康课不仅要考查学生对心理知识的掌握程度,更应考查学生心理心理健康素养的提高。因此,需要改革传统的考核方式,从“一卷定考”向多元考核模式转变。课程总成绩由过程性成绩和终结性成绩组成。过程性成绩的重点是考查学生考勤记录、课堂表现、平时作业和课外实践活动等反映学生学习过程方面的情况,占总成绩的50%。终结性考核即期末考试,以校园心理剧的形式开展,占总成绩的50%。过程性成绩包括出勤情况15%、课堂表现与作业完成15%还有课外实践20%。

为了提高课堂效率,考勤可以使用教学软件来进行。学生课堂表现包括学生在课堂上发言、参与互动的数量和质量等方式来考查。为了提高学生参与课堂的积极性,以分组形式开展课堂活动时,鼓励小组成员代表本小组做总结发言,对于课堂表现良好的小组,全部小组成员都会得到相应的加分,这不仅鼓励小组内部积极开展活动,进行分享,还增加了团队的凝聚力,营造出比较活跃的课堂气氛。作业包括大作业和小作业,小作业可以随堂开展,比如就课堂所学的收获做一些表达,或就某个活动的开展提出意见和建议。大作业是自我成长分析报告的撰写,让学生回顾自己的心理成长轨迹,分析重要的人和事对自己成长的影响,以过去、现在作为时间点,描述、分析自己的变化,根据学过的心理知识,分析自己的性格特征及性格特征的形成过程受哪些因素影响等,以及心理课的学习对自我成长的帮助,引导学生从自我变化中获取成长经验,这部分的重点在于教师反馈对学生的影响,很多学生普遍反映很期待心理老师对自己的自我成长分析报告的评语和建议,在审阅学生的自我成长分析报告时可以深度了解一个学生的成长历程,这较好地弥补了大班教学对学生了解不深的弊端,有时也会发现需要及时干预的学生,协同其他部门做好危机干预,使心理健康教育课程发挥主阵地作用,对于心理健康教育有着不可替代的意义,是教书更是育人。

课外实践活动的成绩用《大学生心理健康教育》实践活动登记卡记录,学生在第一学年第二学期期末考试前将实践活动登记卡上交到任课老师,由任课老师根据课外实践活

动完成情况进行成绩评定。如学生参加不足 3 次, 学生平时成绩中的实践考核得分扣分 50%, 任课老师可根据学生参与次数、完成质量酌情加分, 但得分不得高于平时成绩上限。

期末考核为实践操作, 学生分组进行心理剧编排与展示, 重在考查学生对课堂知识的理解和应用能力。心理剧作品可采用音乐剧、话剧、哑剧、小品等多种艺术表演形式, 诠释心理健康问题, 传播心理健康知识。期末考核要求心理问题表现清晰, 解决方法生动实用有效; 剧情发展合理, 生动活泼; 表达感情准确, 演出富有感染力; 内容积极健康向上, 遵守国家法律法规。

心理剧的编排在课上提前做技术培训, 并做前期的演练, 学生可以根据自己的爱好选择不同的主题进行创作, 心理剧的内容要求反映在环境适应、人际交往、学习生活、恋爱情感、择业就业等方面存在的心理困惑、矛盾和冲突, 并有合理的解决问题的方法。内容流畅、有情节感、富于戏剧化。创作的过程会是很好的感知和领悟体验, 小组合作的模式提高了小组成员的团队协作能力。考试形式是提交心理剧剧本以及录制好的心理剧视频, 根据班级人数调整视频时长, 最后一次课程组织学生集体观看收集的视频并打分。心理剧比赛作为较成熟的活动形式广为运用, 但只是部分比较积极参与活动的学生有机会参与。在大学生心理健康教育必修课中加入校园心理剧表演, 作为考核方式, 增加了心理剧运用的覆盖面, 让更多学生从中受益。

参考文献

- [1] 左玉婷. 大学生心理健康课程大班分层的教学模式[J]. 教书育人(高教论坛), 2020(4).
- [2] 王艳红, 郑兆领. “大学生心理健康”课程考核改革与创新的研究—以仰恩大学教学实践为例[J]. 河北工程大学学报(社会科学版), 2016(3).
- [3] 薛松. 大学生心理健康教育课程的教学改革[J]. 高教学刊, 2017(20).
- [4] 赖运成. 大学生心理健康教育课程教学存在的主要问题与改革路向——基于近五年文献的分析与思考[J]. 湖北第二师范学院学报, 2015(7).
- [5] 徐伟. 高校心理健康教育与混合式教学的契合与实践[J]. 现代教育科学, 2019(1).
- [6] 马永亮, 王军. 大学生心理健康教育课程建设研究[J]. 安徽工业大学学报, 2013(5).
- [7] 吕澜, 王育英. 心理剧的体验式教学在心理健康课中的应用[J]. 杭州电子科技大学学报(社会科学版), 2016, 12(3).
- [8] 杨燕, 刘帅. 基于心理剧模式的幸福课堂探究[J]. 天津大学学报(社会科学版), 2016, 18(3).
- [9] 王明粤. 校园心理剧在大学生心理健康教育必修课中的应用——某应用型高校近五年的教学改革探索[J]. 广东技术师范学院学报, 2018(8).

作者简介:

张楠楠, 女, 1987-, 汉族, 河北邯郸人, 硕士, 助教, 研究方向: 心理健康教育。