

基于学生需求视阈下大学生心理健康教育课程教学策略

颜于蓝

湛江科技学院, 中国·广东 湛江 524000

【摘要】随着当前社会的快速发展, 人们的生活方式发生了极大的转变, 生活节奏也日益加快, 这些都对人们的情绪造成了诸多困扰, 从而导致心理健康问题频发。各高校作为开展心理健康教育的主阵地和主渠道, 若仍然沿用以往侧重于理论知识的传统教学模式显然已经无法满足当前大学生对于心理健康教育的实际需求。如何全面了解当前大学生的实际学习需求, 从学生角度出发, 对高校心理健康教育课程的教学开展改革与创新探究, 已经成为当前我国高校教育教学主要的研究课堂之一。

【关键词】学生需求; 大学生; 心理健康教育; 教学策略

Teaching Strategies of College Students' Mental Health Education Course Based on the Perspective of Students' Needs

Yan Yulan

Zhanjiang Institute of Science and Technology, Zhanjiang, Guangdong 524000

[Abstract] With the rapid development of the current society, people's lifestyles have undergone great changes, and the pace of life is also accelerating, which has caused many troubles to people's emotions, resulting in frequent occurrence of mental health problems. As the main positions and channels for mental health education, colleges and universities, if they still use the traditional teaching mode that focuses on theoretical knowledge, obviously cannot meet the actual needs of current college students for mental health education. How to fully understand the actual learning needs of current college students, from the perspective of students, to carry out reform and innovation in the teaching of college mental health education courses has become one of the main research classrooms in college education and teaching in my country.

[Key words] Student needs; College students; Mental health education; Teaching strategies

1 大学生心理健康教育课程教学生本视域的价值

对于处于新时代背景下的高校大学生, 在对其进行学科知识教育的过程中, 学校不仅要关注学生的成长速度, 还需要对其成长质量给予关注, 关注学生的心理健康就是其中重要的一点。同时心理健康课程作为高校实施心理教育的主阵地, 也是促进学生心理健康的重要方式之一。当时从目前各高校心理健康教育的课程设置内容以及教学成效来看, 不论是课程目标、教学内容、教学模式等都过于注重突出教师的中心地位和教学主导地位, 这样的教学往往会忽视了学生实际的内心需求, 也对学生的创新有所抑制。对于新时期大学生, 学校和教师只关心学生的成长速度, 对学生的课堂学习的主动参与性以及成长质量缺乏应有的关注, 势必存在着相应的弊端。而基于学生需求视域下开展心理健康教育, 并采用恰当的教学手段, 能够让学生们的学习兴趣和热情得以充分激发, 积极主动的参与到教学实践的活动当中, 在大学期间更好的了解和掌握相应的心理健康知识, 并能够灵活运用, 勇于创新, 对自身的健康成长起到积极的指导和帮助作用, 从而促使学生的综合素质得以有效提升。而这也正是我国高校开展心理健康教育创新改革的根本目的, 这样才能对高校心理健康教育事业的持续稳定发展起到有效的推动作用。

2 基于学生需求视阈下大学生心理健康教育课程教学问题

我国各高校开展心理健康教育起步较晚, 大多都是从上世纪八十年代才刚刚开始。而众所周知, 开展心理健康教育, 不仅能够对大学生的全面健康发展起到有效的促进作用, 同时也是学校开展德育工作的重要途径。教育领域培养学生的最终目标就是让学生得到德、智、体、美、劳全面发展, 这其中显然也包含了学生心理健康方面的培养。目前大多数高校都已经将心理健康教育纳入选修课程, 甚至越来越多的高校将心理健康教育设置成必修专业, 但是从实际情况来看, 在课程内容的设置以及教

学成效上还存在不少问题, 再加上高校学生心理健康负面事件频发, 因此高校心理健康教育改革创新就变得愈发迫切和重要。如何优化改良课程教学, 提高心理健康教育的教学效果, 值得教育工作者深思。在教学改革的过程中, 教师应根据学生的心理实际状况, 采用科学有效的教学模式, 充分调动学生的学习兴趣 and 参与性, 通过创新教学, 为大学生们的健康成长提供准确的指导和帮助。以下是当前教学中存在的主要问题:

2.1 教学理念落后

互联网时代的到来, 让当代大学生的生活环境以及学习习惯都有着极大的影响。而学生网络的使用习惯和规范性, 也是导致目前心理问题频发的重要因素之一。不论是高校思政教学, 还是专业课教学, 大部分都增加了现代化的信息技术教学手段, 但当前高校心理健康教育的整体教学理念普遍落后, 仍然还是沿用这以往传统的教学模式, 因此很难让心理健康教学发挥出应有的作用。而当代大学生越来越习惯通过网络渠道来解决心理问题, 很多大学生都会在隐私性较强的独立网络空间中, 排解自身心理方面的不良情绪, 甚至在网络社交平台上寻求心理安慰。因此高校心理健康教师应积极转变教学理念, 并适当引入现代化信息技术来开展教学活动, 从而让教学效果得到不断提升。

2.2 课程设置不合理

根据对国内高校心理健康教育课程的开设情况的调查发现, 不少高校并未做出准确的教学定位。课程内容的设置方面, 大多都是从心理学相关知识方面来开展教学, 并未涉及到较多心理健康方面的教学, 同时心理健康课堂在不少高校都属于选修科目, 另外, 教师在教学过程中长期受传统教学理念的影响, 对于学生的教学参与度以及教学所得并未引起足够的重视, 课程设置也缺乏规范性。由于教学过程中并未突出学生的课堂主体地位, 导致很多学生对心理健康教育课程缺乏兴趣和重视, 因此

学习效果也差强人意。这就导致心理健康教育课程在高校综合教育体系中的地位因此弱化,从而也对学生该门课程专业知识的学习造成了直接影响。

各高校在构建心理健康教育课程体系的过程中,应始终遵循科学性、发展性、针对性和时效性的教育培养原则,深入了解当前大学生学习和生活中所面临的实际心理问题,避免教学内容过于理论化和泛泛而谈。通常高校在对心理健康教育课堂的设置撒花姑娘,对大一新生的课程设置时长较短,教师在备课过程中不得不将很多有价值的专业内容压缩,简化授课内容,这显然是不利于学生对该门课程学习积极性的培养。

2.3 教学方法需要优化

从目前心理健康教育的课堂教学情况来看,大部分高校的授课形式仍然是沿用传统教学模式,也就是教师在讲台上讲,学生坐在下面听,教学模式和教学手段都过于单一、乏味。而心理健康教育是实践性很强的一门综合体验性课程,教师应突出学生的课堂主体地位,尊重其在学习过程中的体验、感受和操作,不断优化教学方法,增加多样性的授课模式,才能进一步提高教学效果。

2.4 师资队伍有待提升

虽然很多高校已经将心理健康教育纳入到公共必修课程当中,但要想达到国家教育部对该门课程的教学要求,满足当前大学生学习的实际需求,尚可谓任重道远。国内各高校普遍存在专业心理教育工作人员短缺的问题。其实在教学实践当中,可以合理启用辅导员来开展相应的课程教学,辅导员在心理健康教育教学方面,具有一定的优势。首先,辅导员在与学生沟通交流方面具有一定的优势;其次,在日常工作中,高校辅导员积累了大量关于学生心理方面的案例,在教学中具有实践优势;最后,高校辅导员通常都是24小时在线工作,这对于开展心理健康教育具有时间优势。

3 基于学生需求视阈下大学生心理健康教育课程教学策略

在新的时代背景下,基于学生需求视阈下大学生心理健康教育课程教学策略可以围绕以微课建立翻转课堂、以课堂互动加强沟通、以体验开展实践活动和基于学情开展个性化评价等四个方面具体实践。

3.1 以微课建立翻转课堂

随着互联网等现代信息技术的快速发展以及国内外交流的日益提升,高校在开展心理健康教育时若只是单纯依赖课堂教学,是不能达到理想的育人效果的。高校要想为社会输出具有高素质、高质量的优秀人才,就必须充分发挥现象课堂教育的功能,并在此基础上开展课程改革创新。对此,不少高校通过课程改革,让心理健康教育得到了一定的发展,通过开设微课教学,帮助学生有效解决生活和学习过程中遇到的一些心理问题,并提高学生传统知识学习和德育教育的重视程度。并结合当代大学生所处环境和自身特点,开展线上线下结合教学,通过设置独特的微课教学,来弥补传统课堂教学对学生开展心理帮扶的局限性。

3.2 以课堂互动加强沟通

高校在开展课程实践教学的过程中,给予学生应有的尊重,教师应教会学生如何倾听,从而与其产生共情,在课程教学设计环节中,需要引导学生主动参与,而非整个授课过程都是由教师来进行讲述。任课教师应注意观察学生的情绪、心理变化和体验感受,为他们创建一种多维、开放、安全、互动的体验环境;通过课堂情景模拟教学,来丰富课堂内容,营造良好的授课氛围,从而达到理想的教学效果。教师通过课堂环节的合理设计,让学生学会共同感受、共同分享和体验,不仅可以增加学生的学习经验,还能够为学生提供更多与其他同学相互交流的机会。学生在教学活动中,不仅可以表达各自的意见和看法,还可以从其他同学的分享中获得不同的感受,再加上教师

的专业点评,能够帮助学生挖掘出不同的认知感受。

3.3 以体验开展实践活动

在积极开展线上线下课堂教学的同时,心理健康教育的授课教师还应注意适当带领学生参与深层体验。参与学生在专业教师带领,根据特定的主题,将以往的授课方式改为团队成员相互间的互动交流,由专业教师发起这种探索模式,学生则作为探知主体参与活动,从而促使学生能够主动对心理健康知识进行探求,帮助其提高认知能力,从而为实际生活解惑。在深层体验中,任课教师要设置适合学生的体验内容,从学生心理发展的实际需求出发,帮助其认识自己和他人,并对自己的行为进行分析、对照和总结、反馈,帮助和引导学生逐渐建立起健全的人格,树立正确的三观。并根据不同的年级,转换角色和环境,设置出专业的体验课模式,从而达到教书育人的良好效果。

3.4 基于学情开展个性化评价

高校开展心理健康教育课程的教学目的在于,帮助学生了解心理健康知识,提高正确认知,培养学生以积极的心态来看待自我、他人以及周围的所有事物和环境。因此在对心理健康教育课程,对学生进行考核时,不可照搬其他学科课程的评价标准和方式,用哪个基于学情开展个性化评价。而学情涉及的内容很广,学生任何方面的情况都可能会对其学习造成定的影响。比如学生的兴趣点、知识结构、思维模式、认知态度,还有学生的个性、心理状况和生理状况以及发展情况等等,学习动机、学习方式、学习内容、学习时间等等。为了让考核结果更加客观、全面、科学性,教师应采用终结性评价和形成性评价相结合的方式,并在课程总成绩中,将形成性评价的比重适当增加。总结性评价可占总课程成绩的40%,课程通过制定情境作答或撰写学期自我成长报告等方式,要结合学生在本学期的学习情况以及自身情况来完成;形成性评价则侧重于学生的课堂参与度、出勤情况、日常作业成绩以及小组协同完成任务等四个方面,每项占比为15%,共计占比60%。

4 结语

综上所述,通过对当前高校心理健康教育课程的教学模式以及教学效果的深入了解发现,当代大学生的心理健康问题变得日益严重,心理健康教育的教学改革迫在眉睫,以往传统的教学模式显然已经不能满足的当前大学生的实际学习需求,课程教学模式创新势在必行。任课教师应在课堂教学中,充分激发学生的学习积极性,提高其动手实践能力,从源头上发现和了解当前学生存在的心理问题,并根据不同学生的具体情况给出相应的治疗方案。学生具备健康的心理后,才能更加努力地学习,认识到自身的不足,不断提高自身的综合素质,学校也才能为国家和社会培养出更多高素质的优秀人才。

参考文献:

- [1] 刘衍玲,潘彦谷,唐凌.基于心理素质培养的大学生心理健康教育课程体系建构[J].西南大学学报(社会科学版),2014,40(03):93-97.
- [2] 李艳玲,史文芬.大学生心理健康教育课程开展课程思政教育的探索与实践[J].黑河学刊,2018(05):144-145.
- [3] 王斐.积极心理学视野下大学生心理健康教育课程改革探析[J].吉林工程技术师范学院学报,2018,34(06):8-10.
- [4] 雷永汉,刘佳.个人社会化理论融入大学生心理健康教育课程建设探索[J].黑龙江教育(高教研究与评估),2020(12):32-34.
- [5] 张引凤.以爱为核心的大学生心理健康教育课程内容体系构建[J].教育理论与实践,2020,40(09):48-50.
- [6] 张博.大学生“心理健康教育”课程教学与评价体系的思考——基于积极心理学视域[J].科教文汇(中旬刊),2021(01):166-169+188.
- [7] 刘奇志.人文关怀与心理健康教育探析——以积极心理学视野下贫困大学生为例[J].教育教学论坛,2021(43):180-183.