

新媒体在大学生心理健康教育课程应用

王娜

(西安翻译学院 710105)

摘要: 大学生心理健康教育课程是一门专门培养大学生健康心理,塑造学生正确价值观的课程,通过对大学生健康心理的培养,有助于引导大学生掌握必要的心理知识,并运用所掌握的心理知识,解决自身学习与生活中所遇到的各类问题,促进大学生身心健康发展。新媒体时代的发展,为大学生心理健康教育课程的有效开展,提供了新的发展机遇,本文基于新媒体探究如何创新大学生心理健康教育课程的教学工作。

关键词: 大学生教育; 心理健康; 新媒体; 教学创新;

Application of new media in college students' mental health education course

Wang Na

(Xi'an Translation Institute 710105)

Abstract: College students' mental health education course is a specialized training of college students' health psychology, shaping students' correct values of the course, through the training of college students' health psychology, help guide college students to master the necessary psychological knowledge, and use the psychological knowledge to solve their own learning and life encountered various problems, promote the healthy development of college students. The development of the new media era provides a new development opportunity for the effective development of college students' mental health education courses. This paper explores how to innovate the teaching of college students' mental health education courses based on new media.

Key words: college student education; Mental health; New media; Teaching innovation;

引言:

当代大学生所面临的诱惑较多,无论是来自于社会的,还是来自于网络的,都会给大学生的身心发展造成不利的影响。近些年来,新闻媒体经常报道一些大学生遭遇网络诈骗、小微贷、自杀等恶性事件,反映出当代大学生因缺乏健康的、正确的心理知识,不懂得运用心理知识自我调节,处理自我与他人之间的关系,导致大学生在成长过程中,常常因心理问题而采取一些不理智、不正确的行为,既伤害了自己,又伤害了他人,因此在大学生心理教育方面,应采取更为有效的教学举措,以提高大学生心理健康教育的有效性,发挥出大学生心理健康教育在塑造大学生健康心理方面的积极作用。

一、新媒体下大学生心理健康教育课程教学的变化

1.1 学情的变化

在新媒体背景下,大学生的娱乐、社交发生了巨大的变化,大学生普遍通过新媒体平台开展娱乐、社交等活动,在新媒体平台中展示自我生活或学习。如当下热门的抖音短视频平台,抖音短视频平台以内容丰富、题材新颖的特点,而受到当代大学生的追捧与喜爱,据数据统计展示,抖音在校大学生用户数达2600万,占全部在校生的80%,可见大学生群体普遍使用抖音短视频。在大学生群体中,拍抖音、发抖音,甚至当网红成为当代大学生的追求。部分大学生模仿短视频中的一些行为,如宿舍舍友们集体拍合照、老师查岗摆趣味造型等,反映出大学生受新媒体影响,其人生追求、行为习惯、兴趣爱好等发生较大的变化。面对学情的变化,教师应当注意到在教学中,学生因受到新媒体的影响,学生的行为习惯呈现出新的特点,为使大学生心理健康教育更具有针对性,应分析大学生在新媒体下所呈现出的新变化,才能够提高教学活动中的有效性。

1.2 学生由被动接受转变为主动学习

新媒体的一大特点是信息量庞大,获取信息方式更加便捷,大学生在学习新知识时,不再被动的接受知识,而是根据自己的学习需要,主动获取自己所需要的知识,其学习的主体地位大大增强,既由被动学习转变为主动学习,在此情况下,在大学生心理健康教育工作中,大学生对该课程的学习,是根据其对心理知识的需要进行的,因而传统的讲授式、说教式的教学方法,已经不适应当代大学生教育了,需要创新教学方法。学生不再是被动的接受知识,其在学习活动中,表现出越来越强的主动性和参与性,并在其兴趣高涨时,能够很好的配合教师的教学活动,大幅度提升课堂教学效果。教师若要提高大学生心理健康教育课程的有效性,应注意在教学中,贴合学生对心理知识的实际需求进行,选择与大学生生活和学习息息相关的案例,进而有效的激发大学生参与课堂活动的积极性。

1.3 教学方法亟待创新

受到新媒体的影响,大学生心理健康教育课程的教学方法也在发生深刻变化,面对学情的变化,传统的教学方法,已经不应当代大学生的心理特点、学习特点,不能够有效调动大学生的学习兴趣,在一些高校中,许多大学生在大学生心理健康教育课堂中,玩手机、睡觉、看小说等现象屡屡发生,不仅反映大学生对大学生心理健康教育课程的不重视和兴趣低下,也反映出大学生心理健康教育课程的组织与管理的松散,以及大学生心理健康教育课程教学方法未能激发大学生的学习意识,只是依靠学分来约束大学生,并不能够真正的引导大学生学习心理知识。因此在新媒体背景下,大学生心理健康教育课程的有效进行,需要教师创新大学生心理健康教育课程的教学方法。

二、基于新媒体创新大学生心理健康教育课程教学的措施

2.1 转变思想意识提高大学生的重视程度

大学生心理健康教育工作对大学生的健康成长,以及大学生未

来就业和发展,具有重大的导向性作用,高校的领导应重视大学生心理健康教育课程的开设与教学工作,并给予大学生心理健康教育课程相应的支持,不仅要委派专职教师负责大学生心理健康教育课程的教学工作,更要根据新媒体下大学生心理特点,开设大学生心理健康教育课程实践基地,为大学生心理健康教育课程中实践活动的开展创造条件,推动大学生心理健康教育课程教学活动多样化。其次高校要采取有效手段,提高大学生对大学生心理健康教育课程的重视程度。在将大学生心理健康教育课程纳入期末考试成绩、学分的基础之上,进一步细化期末考试成绩的分数占比,即期末考试成绩占比为40%,大学生心理健康教育课堂中的大学生表现、实践活动成果、出勤率、教师评价等占比为60%,通过期末考试成绩分值占比的调整,约束大学生在大学生心理健康教育课堂中的行为。此外高校的辅导员要利用每周的班级会议,向大学生宣讲一些心理知识,运用心理知识解决大学生的一些实际问题,督促大学生积极参加大学生心理健康教育课程,并通过实际案例,引导大学生意识到大学生心理健康教育课程的重要性。

2.2 完善课堂管理制度

在大学生心理健康教育课程中,高校应通过完善大学生心理健康教育课程管理制度的方式,推动大学生心理健康教育课程向正规化、科学化的方向发展。高校大学生心理健康教育课程管理制度可分为两个方面,一方面是对教师的管理制度;另一方面为对大学生的管理制度。在教师管理制度中,则是对教师教学设计、教学活动、教学评价、教学行为等方面的规定,要求教师认真做好大学生心理健康教育课程的教学设计工作,并做到教学留痕;培养教师爱岗敬业、身正为范的意识,做大学生学习的榜样,以实际行动,影响和改变大学生的身心发展。通过对教师的有效管理和约束,促进大学生心理健康教育课程的有序、稳定进行。在学生管理制度方面,则是对学生的学习意识、学习行为、考勤等进行规定,约束大学生在课堂之中的学习行为,使大学生的在课堂之中能够认真学习、积极参与,形成对大学生课堂学习强有力的督促,转变大学生的思想认知。

2.3 精心设计教学活动

教师在大学生心理健康教育课程的教学设计活动中,应基于学情的变化,精心设计大学生心理健康教育课程的教学活动,所设计的教学活动贴近大学生的实际情况,从而提高大学生心理健康教育课程教学活动的有效性。教师在开展大学生心理健康教育课程教学设计时,要注意从大学生的心理特点与行为特点出发,当代大学生在表现出共性的同时,也有很强的个性,起心理特点可表现为自我意识突出、情感激烈复杂、意志力增强、性格基本形成等,教师在设计教学活动时,要考虑到大学生的心理特点会使大学生在课堂之中有何表现,会对教师所设计的教学活动作出何种反应,如在设计“相亲相爱一家人”主题活动时,教师应考虑到有一部分大学生的自我意识较为突出,表现出冷漠、不合群、不喜欢集体活动等态度或行为,然后在所设计的教学活动中,应针对这部分自我意识较为突出的大学生,设计一些让其他大学生主动与他们接触的活动,让其他大学生带动自我意识突出的大学生参与到教学活动中,既能够营造热烈的学习氛围,又能够达到全员参与的目的,达到“相亲相爱一家人”主题活动的教学目的。此外在设计教学活动时,教师应结合课堂教学实际情况,对所设计的教学活动进行反思,通过反思实现对大学生心理健康教育课程教学活动的优化设计,达到提高教学设计有效性和针对性的效果。

2.4 运用新媒体平台辅助教学工作

新媒体平台主要是指微信公众号、抖音短视频、快手短视频等,本文以较为热门的微信公众号、抖音短视频、今日头条为例,分析如何运用新媒体平台辅助教学工作。首先教师要准确把握新媒体与大学生心理健康教育课程教学之间的关系,大学生心理健康教育课程的课堂教学是主阵地,是大学生接受心理教育的主要场所,其主体地位不可动摇;新媒体平台只是辅助教学手段,并不能作为教学的主体,可运用新媒体平台辅助课堂教学,以拓展大学生的知识面,调动大学生参与大学生心理健康教育课程的积极性。教师可运用抖音短视频辅助大学生心理健康教育课程的开展,抖音短视频的内容较多,且随着抖音短视频直播功能的完善,抖音短视频可实现在线教学功能,能够打破传统课堂对教学场所、时间方面的限制,从而大大拓展了大学生心理健康教育课程教学空间。教师使用抖音短视频,主要是通过抖音短视频发布关于大学生心理健康教育课程的短视频,并通过班级群将短视频的链接推送给学生,让学生利用自己的时间,观看与心理教育有关的短视频。需要注意的是,教师所制作的短视频,应当具有趣味性和知识性,知识性是主要的,是教育内容的具体化;趣味性是维系大学生学习兴起的纽带,抖音短视频作为大学生使用频率很高的一种新媒体平台,教师所发布的短视频,要能够有效吸引大学生的注意力,才能够实现对大学生的教育目的。在使用抖音短视频直播方面,直播授课这一新颖的教学方式,无疑会极大的刺激学生的感官,教师变成了“主播”,学生变成了“观众”,通过屏幕参与大学生心理健康教育课程,无疑会带给大学生极强的体验,使大学生更有兴趣参与到其中。但教师需要控制好线上直播授课,加强对大学生的提问或互动,确保大学生全程参与到线上直播之中,否则则难以起到有效授课的效果。为此,教师可在线上直播中,主要是讲解一些心理学的基本知识,注重对学生基础知识方面的教育;然后在课堂之中,则以实践活动的方式,配合大学生的线上理论知识学习,让学生运用所学习的理论知识,解决其所遇到的实际问题,进而有效的提高线上与线下教学的整合性。

2.5 提高教师的教学技能

新媒体时代的到来,对教师教学技能提出新要求,许多教师面对新媒体平台时,虽能体验新媒体平台,但是却难以利用新媒体平台开展教学活动,为此高校应组织教师进行新媒体平台方面的培训,如组织教师使用“剪映”制作短视频,学会剪辑与配音;培养教师使用PS修改图片与色彩的技能;运营抖音号的技能等,通过上述培训,让教师的教学技能更加丰富而强大。

结语:

在大学生心理健康教育课程的教学活动中,为提高大学生心理健康教育课程的有效性,需要教师积极运用新媒体平台开展教学活动,转变教学观念,精心设计教学活动,不断提高大学生心理健康教育课程教学有效性,使大学生掌握更多的心理知识,为大学生的健康成长奠定基础。

参考文献:

- [1]李宝燕[1],唐赛赛[1].大学生心理健康教育[J].智富时代,2019,(002):P.221-221.
- [2]试从积极心理学视角探索大学生心理健康教育[J].教育研究,2020,3(4):67-68.
- [3]张澜,张浩,赵航.高校大学生心理健康教育与管理方法及路径研究[J].兰州教育学院学报,2019,35(03):159-160+171.
- [4]王星,荆忠国,万舟,等.新媒体环境下大学生心理健康教育分析[J].中国报业,2019,(006):86-87.