

高职院校积极心理品质课程评价体系的构建

梁利苹

(重庆城市管理职业学院, 重庆 401331)

[摘要] 随着经济全球化程度的不断加深和市场竞争体制的日臻完善, 各国加大了对人才培养与教育的重视程度。人才的技术是硬实力, 内在的心理素质就是软实力。基于此, 本文以提高高职院校大学生内在心理素质为目标, 通过研究高职院校积极心理品质课程指标体系, 总结当前已有学者的研究成果, 对当前高职院校的心理课程评价体系的现状展开调查, 并针对存在的问题提出措施, 以期能够为高职院校构建完备的心理课程教学评价体系提供有益的思考和借鉴, 为高职人才软实力提升提供有效手段。

[关键词] 高职院校; 积极心理品质课程; 评价体系; 构建

中图分类号: G712

文献标识码: A

文章编号: YNZ214-(2023)03-0067-05

一、前言

人才的培养除加强专业技术硬实力的提升外, 还包括自身心理素质的软实力培养, 而软实力的提升主要以大学生积极心理品质的培养为目标, 如沟通技巧、领导力与团队协作、解决问题的能力、灵活性与弹性等积极心理品质的培养。积极心理品质的培养帮助大学生完善自身人格体系, 也为大学生群体应对环境压力, 提高抗挫折提供了良好的心理基础^[1]。本文研究的理论视角从传统的基于消极心理学理论的心理健康教育课程模式, 转向基于积极心理学理论的积极心理品质课程, 本文的研究目标主要是促进提升高职大学生积极心理品质, 从而拓展高职大学生内在的积极面, 让高职大学生内心充满力量感, 进而促进高职大学生有信心投入到未来的社会主义建设中去^[2]。

二、课程评价现状

(一) 重视结果性评价, 忽略过程性评价

高职院校积极心理品质课程是在积极心理学理论下^[3], 根据高职院校学生的心理特点和市场需求, 通过案例讨论、角色扮演、行为训练等方式来充分挖掘学生的心理潜能, 进而提升学生的职业心理素质。当前, 高职院校心理课程评价多采取线下结果

性评价, 即通过期末考试的测试结果来评价心理健康课程的教与学效果。从整体上来看, 这种评价方式过于强调结果评价, 而忽略了整个教学过程所能取得的阶段性成果^[4], 存在三个方面的弊端。

第一, 影响教师培养学生心理品质的积极性。该考核方式过于关注教学的结果, 即重视理论知识的掌握, 忽略了学生在课堂中个人心理品质的提升实践。考核的指挥棒影响教师在教学过程中培养学生积极心理品质的。

第二, 降低学生学习的成就感。这种课程评价方式忽视了学生在课程学习过程中的心理成长与收获, 采用结果作为评价标准并不能真正反映学生课程学习的心理成长程度, 使学生对课堂中锻炼和培养自身积极心理品质的重视程度降低。

第三, 背离了高职大学生职业心理素质软实力培养的目标。这种课程评价方式只通过期末知识考核, 并不能评价心理素质软实力培养情况。对高职院校“积极心理品质”课程来说, 学生在学习过程中所表现出来的积极心理品质是需要被看到和保留住的, 学习过程中呈现的积极性、乐群性、助人等积极品质只有在过程性评价中才能得到考核。

(二) 重视教师评价, 忽略学生评价

收稿日期: 2023-05-25

基金项目: 重庆市教育科学“十四五”规划2021年度重点无经费课题(编号: 2021-GX-171)

作者简介: 梁利苹(1983—), 女, 汉族, 四川苍溪人, 重庆城市管理职业学院讲师, 硕士, 研究方向为学校心理健康教育。

传统的教学关系往往是以教师作为教学活动的主体,而学生则是被动接受理论知识传输的客体^[5]。然而新型教育理念要求将学生作为开展教学活动的主体,应当以调动学生的主观能动性、锻炼学生的逻辑思维能力等作为主要的教学目标。相应地,在开展课程评价中,不仅要关注教师的评价,而且应当重视学生评价。

(三) 评价方法重视量化,忽略质性

量化评价就是将原本抽象且复杂的教学活动通过数学模型的方式进行信息处理,将其转化为数学的形式,并将此作为衡量评价对象的指标。这种评价方法具备较为明显的优势,可以通过使用心理量表实现大规模的测试,从而获得较为丰富且全面的数据库信息,这将为开展高职积极心理品质课程评价提供数据优势。然而高职大学生心理素质的提升、某项积极心理品质从潜藏在心底到通过课程学习与训练可以顺畅地表达出来,这些时候数据就显得不那么灵敏。因此这种评价方式也存在一些弊端,在一定程度上会忽视评价对象个体的参与意见。

三、评价体系指标构建理论思考

(一) 确立全新的积极心理品质课程教学目标

在当前所处的智能化、科技化全面发展的大数据时代背景之下,新型心理教育理念在随时代发展而逐渐更新,与之相对应地教学目标也应当作出与时俱进的改变。原有的心理教学理念认为,高职院校开设心理健康教育课程的目标在于帮助部分解决自身所面临的心理困扰问题,所服务的对象仅仅是少部分人。而积极心理品质课程是以全部学生作为教学活动开展的对象,是积极心理学取向的个人心理品质提升课程。积极心理品质课程培养大学生积极向上的心态,健全完善的人格,这是每一位高职大学生在未来的事业、家庭、生活中都必需的心理素养。通过积极心理品质课程的教学可以使高职大学生在平凡的生活中活出幸福感。积极心理学通过大量的研究发现,人类普遍存在许多共性的积极心理品质,可以面对和处理当前生活中的任何困难和问题;高职大学生群体当前出现的迷茫、空虚、无聊、情绪低落等心理问题,与自身积极心理品质被掩盖有关,挖掘和提升个体的积极力量,就能真正防止心理问题的出现,从而达到心理健康教育的目的。

(二) 确立基于具身认知理论的学生评价主体地位

积极心理品质课程的对象是学生,本课程的教学目标是通过开展课程学习和训练,从而显著提升学生的积极心理品质。具身认知理论是近年来发展起来的一种新的人类知识学习理论。该理论认为,认知的发生和发展是在由身体、心理和环境组成的认知系统的自组织中产生和出现的。身体在积极心理品质课程中承担着重要作用,通过不断强化学生课程中的身体感受、情绪感受,从而帮助学生心智成长。基于具身认知理论的学生评价将课堂中的身体感受、课堂中的情绪感受、自评课堂参与情况、他评老师课堂参与情况、课程氛围满意度、课程内容满意度纳入课程评价指标中,这些指标的纳入更生动地展示了课程教学效果,为积极心理品质课程持续的改进提供了依据。

(三) 评价体系要体现动态的发展过程

高职院校积极心理品质课程的任务是挖掘学生心理潜能,促进学生心智化成长,构建科学完善的高职院校积极心理素质课程评价体系,促进教学活动的发展。教师在教的过程中,应当结合新型教育理念与时代发展的需求对自身的教学模式及时作出优化与调整,比如教师可以通过互联网动态记录学生的阶段性表现作出详细统计,具体内容见表1。同样地,学生也应当借助互联网技术来记录自己阶段性的心理感受与成长,发现自己更多的闪光点与不足之处,并及时进行修正与完善,从而更好地提升自己的综合素质水平。

四、积极心理品质课程评价指标体系的建构

(一) 积极心理品质课程评价体系内容

积极心理品质课程评价指标体系应当结合学校发展实际予以构建,并能根据教学需求灵活进行动态调整与更新。积极心理品质课程并不仅是向学生传递心理学的理论和知识,还需要让学生通过活动来身体力行获得内心的感悟。因此,高职院校积极心理品质课程的教学评价须以学生为主体评价对象,再结合教师和教学两个辅助内容。具体的评价指标体系见表2。

(二) 高职院校积极心理品质评价指标体系的内容解读

1. 对积极心理品质课程学生的评价

课程以学生的心理需求为出发点,学生的参与和个人成长是评估本课程的重要基础。受具身认知理论影响,本门课程评价从传统的只关注认知目标

表1 高职院校积极心理品质课程课堂设计及练习作业分享

章节	教学目标	课程内容	课后作业
第一单元 班级凝聚力	建设积极和谐的组织,营造积极友好的班级氛围,为后续班级活动	暖身:姓名动作之舞;行动体验:随机分组、小组规则讨论、小组动作之舞展示;理论讲解:了解积极心理学下的心理健康理念课堂教学效果评价问卷填写	积极团体的期望及建议
第二单元 积极自我	了解自己,悦纳自己	暖身:优点轰炸 理论讲解:久哈里之窗 行动体验:我的自画像、他人眼中的我	积极自我介绍,制作一段视频,主要介绍自己的优点并列举事例证明自己确实拥有这些优点
第三单元 积极情绪管理	觉察自己的情绪,了解自己情绪背后的需要,学习情绪管理方法	暖身:此时此刻我的心情怎么样;行动体验:情绪呈现(雕塑、演出),情绪探索(社会计量、自由书写、角色交换、演出),同理心训练(目光交流、角色交换)	连续一周记录每天发生的三件好事及成因。这些好事可以是日常生活中的小事,比如读到自己心仪的一本书、吃到一道自己颇为喜爱的菜、听到来自亲友分享的好消息、在公交车上有人为你让座等
第四单元 积极沟通	了解自己的人际交往能力和模式,学习人际交往方法,提高自身人际交往能力	暖身:人际沟通模式雕塑 理论讲解:萨提亚人际沟通理论;行动:体验:人际交往能力测验、人际沟通情境探索(社会计量、现场模拟困难情境、个人心理剧、角色扮演、角色交换、演出、镜观、角色训练等);分享:自己的人际困难和改善方法	谁是你在这个班级里最早认识的人,他(她)有哪些优点是你们共同拥有的,他(她)哪些优点是你没有的,请列举事例具体阐述。谁是你在这个班级里最想认识的人(一定不是你们宿舍的人,你们没有说过话),你认为他(她)拥有哪些优点?在这个班级里,谁身上有你是想要拥有的特点
第五单元 亲密关系	了解两性差异,学习经营亲密关系,提高维系亲密关系的能力	暖身:爱的手势语;行动体验:渴望的爱情故事(扮演、独白)、爱的语言(角色扮演、角色交换);理论讲解:爱情原型与爱情观;分享:我的爱情观	恋爱情景剧拍摄。以小组为单位,选择一段恋爱关系进行拍摄,并结合爱情三元理论分析,这一段爱情关系的成分并给出未来发展的建议
第六单元 积极生命	树立发展的生命观,寻找幸福人生与意义	暖身:生命列车欣赏 行动体验:我的生命线(冥想、画线、分享、角色交换、演出);理论讲解:幸福密码;分享:自己的生命意义所在	视频作业:我的十年,梳理过去十年的生命成长故事,分析自己的生命成长历程,总结自己应对生命议题时的应对模式

转变为关注认知、情感等多方面的目标,本门课程评价中不仅要分别评价学生在认知、行为、情感三方面的收获和感受,还将关注学生在数据量表中的个人成长情况。

(1) 学生参与

认知改变方面,高职院校积极心理品质课程首要任务就是改变高职大学生头脑中的思维方式。对大多数人来说,遇到事情常常会做消极思考,这是上万年人类进化的结果,消极思考帮助人类做出应对接下来危险情况的准备,这样的消极惯性思维会让大学生想要“躺平”或不断内耗。过去二十年,积极心理学领域的研究发现,积极情绪多的人往往会拥有健康的身体、良好的人际关系、较高的工作效率。其观测指标点主要包括以下几点:是否去除

与积极心理不一致的不合理信念;掌握了多少调节自身情绪的技巧;是否能罗列出属于自己的积极心理品质等。

情感体验方面,积极心理品质课程的主要目的是让学生通过活动获得精神成长、内心理解和收获,使学生的学习超越认知,深入情感。在积极心理的课堂学习中,考察内容较为全面,比如学生是否能够获得前所未有的心灵感悟,能否对自己过去的经历或故事产生新的视角和认识,能否在教师预设的情境中获得不同于以往的情感体验等。其观测指标点主要包括以下几点:学生是否从教师创设的教学情境中获得强烈的情感体验等。

行动经验方面,积极心理品质课程是以心理剧为理论指导,在教学过程中重视身心融入,倡导在

表2 积极心理品质课程评价体系指标

一级指标 (分值比例)	二级指标 (分值)	关注点	得分
教师 (30%)	积极心理素养 (20分)	教师积极心理品质情况	
		教案设计	
	教学能力 (40分)	活动组织	
		学习指导	
		理念	
	教学态度 (40分)	共情	
关注			
教学实施 (30%)	教学目标 (20分)	准确性	
		侧重性	
		适用性	
		达成度	
	教学方法 (20分)	专业程度	
	教学过程 (20分)	课程导入	
		课程执行	
	教学材料 (20分)	匹配度	
		条理性	
		新颖性	
课堂氛围 (20分)	课程满意度		
学生 (40%)	学生参与 (60分)	认知改变	
		情感参与	
		行为参与	
	个人成长 (40分)	生活满意度	
		积极情绪	
		消极情绪	
总体幸福感			

行动中表达、修补、整合内在的心理课题；在教学情境设置中鼓励多维互动，让学生在每次心理课中都有机会与自己内在的某个部分相遇，让学生真正成为课堂的主体。其指标观测点主要包括以下几点：参与人数，有多少学生积极参与到行动式体验活动中；参与度，学生多大程度上积极投入到班级活动中；是否获得新的行为或解决问题的办法等。

(2) 个人成长

学生参与部分的评价主要采用质性研究，主要

以档案袋法和课堂观察记录为主，缺乏数据支撑；学生个人成长是积极心理品质课程评价效果的体现，主要以心理测试量表来体现，主要评估的是通过积极心理品质课程的学习，学生积极情绪增加情况，消极情绪减少情况，总体幸福感变化情况。其观测点主要采用《大学生情绪管理问卷》《主观幸福感量表》来评估生活满意度、总体幸福感、积极情绪、消极情绪四个维度在积极心理品质课程的干预前后的对比分析。

(三) 对积极心理品质课程教学过程的指标解读

1. 教学目标

积极心理品质课程的主要目标是挖掘个人潜能，提高积极心理素质。在素质教育层面，需要考查教师是否将适应和发展作为其主要目标，活动目标的制订是否基于学生发展的年龄特征和心理需求；在技能教育层面，考查教师是否准确掌握了教学目标。其观测指标包括：实际教学是否以积极适应、积极自我、积极情绪、积极人际关系、建设性恋爱关系等积极课程内容^[6]；是否准确清晰地关注积极心理品质是否在教学中有侧重性地培养某一方面的积极心理品质综合考虑学生实际和专业特点，制订培养目标、教学目标的设置是否能够达成。

2. 教学方法

积极心理品质课程不同于传统的心理健康课程，该课程是“做中学，做中悟”为主的行动体验式课堂，在课堂教学中创新性使用心理测量、心理剧、沙盘、团体辅导专业技术，提高学生对积极心理品质课程的兴趣与参与度。其观测指标主要包括以下几点：是否使用专业技术方法提高学生积极心理品质课程的兴趣与参与度，选用的教学方法与教学需求是否匹配。

3. 课堂过程

课堂是整个课程教学评价中最直观的部分，课堂活动的流畅性反映了教师的教学设计与课堂内容、目标和教学方法的匹配度。积极心理品质的课堂主要包括热身活动、主题呈现、总结升华三个重要目标，热身活动是否紧扣教学目标，是否吸引学生兴趣，能否达到暖化课堂的目的；从热身活动过渡到主题呈现是否顺畅、自然；学生的注意力和情感是否顺利吸引到新的教学环节。其观测指标主要包括以下几点：热身活动是否达到打破课堂僵硬氛围、引发学生对本次主题的关注的效果；课堂教学

过程是否存在活动设计与主题不匹配。

4. 教学材料

教学材料是紧贴教学目标,是课堂教学活动的重要补充。当前,教学材料分为纸质材料和电子材料,纸质材料以教材和教具为主,电子材料包括各种教学视频、音频、典型案例等;这些材料的选择与学生在课堂中的学习主动性是息息相关的。其观察指标点主要包括以下几点:教学内容和材料是否科学,是否有利于教学目标的实现;教学内容是否符合学生的年龄特点,是否容易被学生接受和理解;教学内容的组织是否有层次、有深度。

5. 课堂氛围

积极心理品质课程要帮助学生心灵成长,必须创设自由、民主、有安全感的课堂氛围。学生在民主自由的课堂中,探索自己的内心困惑不会担心被批评、指责,也不用担心自己的隐私被泄露,课堂是安全、相对无拘束的,学生拥有发言权和一定的决定权,且自身的隐私是被尊重的。良好的课堂氛围会在很大程度上提高学生的学习主动性。其观察指标主要包含以下几点:教师能否融入学生中;学生能否可以自由发表自己的想法;教师与学生之间的关系是否融洽等。

(四)对高职院校积极心理品质课堂教学中教师的评价

1. 教师积极心理素养

教师是课堂的设计者,也是主导者。教师时常保持乐观、开朗的心境,在教学工作中能够以饱满的精神状态开展教学活动;同时,学生通过与老师的课堂互动,能够逐渐形成良好的心态,从而以积极的态度对待学习,与同学交往。其观测指标点主要包括以下几点:教师自身积极心理品质情况;心理健康状态、自身心理状态调节方法。

2. 教学能力

心理健康教师的教学能力是高职院校积极心理品质课堂成功与否的关键^[7]。一位具有积极心理品质课程胜任力的教师应当全面考虑到课程、学科、学生的三方面发展目标,设计激发学生主体建构的学习活动,促使学生主动探索内在困惑,缓解内在心理矛盾,问题行为得到改善,良好行为开始养成。对于不同类型的学生在课堂活动中的难点和迷思,积极进行引导,已达到内在的平衡。其观测点主要包括以下几点:是否对学生现有心理状态进行分析,

是否预测学生所处人生阶段所处的压力和困惑;是否设计有针对性的积极心理品质培养方案;活动组织是否顺畅,是否在课堂中发现学生的困惑有针对性地进行学习指导。

3. 教学态度

积极心理品质课程的教学态度包括教学理念和教师对学生的关注、共情两方面。教学理念直接关系到教师在课堂中的言谈举止,积极心理品质课程的教学理念要求教师无条件关注学生,给予学生关心与支持,让学生内在的积极力量更多地涌现出来。在该理念的支持下,教师在课堂中运用动作、语言、声音、表情等方式给予学生关注,并共情他们的困惑或不易,鼓励他们勇敢面对自己内在真实的声音,做更好的自己。其观察点主要包括以下几点:是否放弃传统的权威角色,与学生平等相处,是否对学生的消极行为和积极行为一视同仁,不偏袒一种行为等。

五、高职院校积极心理品质课程评价注意事项

高职生与普通大学生不同,如何让他们在平凡的生活中活出幸福感,是高职院校开设积极心理品质课程的发展目标。传统心理健康课程以关注心理问题的解决为目标,并不能实现这一积极适应生活的教学目标。高职院校积极心理品质课程以帮助高职大学生挖掘自己内在的心理力量、培养积极心理品质为目标,不是向外发展,而是向内生长。为达到这样的教学目标,并向其他院校推广,重视该课程的教学评价非常必要。

参考文献:

- [1] 刘宝,张颖博,苏华.基于积极心理学理念的高校心理健康课程教学策略[J].西部素质教育,2020(22):71-72.
- [2] 裴丽颖,周颖萍,王立花.高职大学生积极心理品质培养的探索研究[J].济南职业学院学报,2019(2):82-84.
- [3] 陈燕妮.高职艺术院校培育学生积极心理品质的策略研究[J].成才之路,2019(16):10-11.
- [4] 胜献利.高职院校英语课程评价体系的构建[J].濮阳职业技术学院学报,2018(6):102-104.
- [5] 宋岭,张华.论教学的内涵与外延——从现实活动出发[J].现代大学教育,2020(2):16-23.
- [6] 张寅.幸福有方法:积极教育课程开发与实践[J].职教通讯,2020(4):94-100.
- [7] 于志英.高职院校学生积极心理品质培育路径研究[J].黄冈职业技术学院学报,2019(4):51-53.

责任编辑:武晓平