

“互联网 + 微课”在高职学生心理健康教育中的应用探究

文 | 李柯柯 周虹

摘要：在高职院校心理健康教育教学实践过程中，学生容易缺乏自主意识，对学习兴趣不浓，这不利于学生心理的健康成长。微课情景式教学可以满足心理健康教育的需求，丰富教学情境，创新教学空间，强化学生在心理健康教育中的主体地位。在互联网时代，应用微课教学，高职学生心理健康教育可以依托“爱德华兹 - 布朗托”教学模型对教学过程进行反思性的思考，通过反省教学过程来不断完善教学活动，以提高心理健康教育课程的教学质量。

关键词：微课教学；“爱德华兹 - 布朗托”教学反思模型

在高职学生心理健康教育教学过程中，由于学生认知的独特性，教师需要根据学生之间的差异性来制定和完善个人的学习计划，并根据教学情况随时反思和改进教学内容。因此，在高职学生心理健康教育过程中采用反思性教学模式是教育发展的新趋势，也是课程改革的新要求。而运用“爱德华兹 - 布朗托”教学反思模型进行教学，有助于提高心理健康教育的教学质量和效率，尤其是在“互联网 +”微课的心理健康教育课程中，更能凭借其直观性、灵活性、实时性、立体化的优势，为教师的教学反思提供新思路。

一、教学反思模型与理论

（一）理论依据

反思教学理论自 1987 年由舍恩引入教育领域，杜威等学者对其进行了深化研究，并提出了反思性思维的 6 个阶段和相应的教学过程 6 个阶段理论。在国内，对于反思性教学的概念存在不同观点。熊川武教授在其著作《反思性教学》中明确指出，教学反思是指教学主体通过行动研究方法不断探究和解决自身、教学目标和教学工具等方面的问题，将学会教学与学会学习结合起来，旨在提升教学实践的合理性，并以成为学者型教师为目标的过程^[1]。

（二）教学反思模型

近年来，学者们对反思性教学进行了深入研究，并提出了多种教学模型，包括“埃拜模型”“爱德华兹 - 布朗托”模型和“拉博斯凯”模型等。其中，“爱德华兹 - 布朗托”模型是一种被广泛应用的教学反思框架，基于学习理论和行动研究理论，旨在实现教学反思与学习的

一体化，并通过融合内外部信息解决实际问题，该模型构建了一个包含二维四象限的反思矩阵，涵盖了个人到集体、个人到社会的不同层面。具体而言，该模型中的四个象限分别为 A、B、C 和 D，其中，A 象限关注意明确目标和反思各种可能性；B 象限强调在实践中反思和改造；C 象限侧重于对实践经验的内化与反思；D 象限则关注将反思性教学从个体层面上升至集体层面，以引导后续行为。通过运用“爱德华兹 - 布朗托”模型，教师能够加强对教学实践的深度反思和内在转化，从而有效提升教学效果和质量。如表 1 所示。

表 1 “爱德华兹 - 布朗托”教学反思模型

A: 目的: “反思各种可能性”	B: 改造: “实践中的反思”
C: 内化: “对实践反思”	D: 规范: “对实践和各种可能性的反思”
行动研究螺旋形路径: 集体层面 → 个体层面 → 集体层面	

二、“互联网 +”微课教学的实证研究

微课是一种现代教学技术手段，主要以视频的形式记录教师围绕学科知识点、疑难问题、实验操作、教学环节等进行的教学活动及相关资源的讲解，其目的是支持在线学习或移动学习^[2]。

笔者是某高职院校的一名心理辅导员，在心理健康教育课程教学中尝试采用了微课教学技术，经历一段时间的微课教学后，发现学生虽然每节课都会按时观看视频，但学习的自主性并未得到明显改善，另外，在微课

基金项目：2022 年度江苏省高校哲学社会科学研究专题项目《心理资本视域下的大学生群体积极社会心态培育研究》（2022SJSZ0466）；无锡科技职业学院教改课题《微课在高职学生心理健康教育中的应用与设计》（JG2022104）。

李柯柯，女，江苏无锡，硕士，副教授，研究方向：高职学生思想政治教育、高职学生心理健康教育。

周虹，女，江苏金坛，硕士，副教授，研究方向：心理健康教育。

课堂上师生互动较少,难以进行针对性指导,不能保证教学的有效性。因此,相对于成熟规范的线下教学,在心理健康教育教学中应用“互联网+”微课教学还有待规范。

针对发现的这些问题,笔者联合学校教研室的部分老师对在心理健康教育课程中的运用“互联网+”微课的教学情况进行了系统地调查和研究,包括学校方面(课程设计、课程安排等)、任课教师方面(教学方法、教学手段等)和学生方面(认知、学习能力等)。具体研究思路为:

第一,明确成功教学需要设计清晰的教学目标和教学理念;

第二,设计合理的学习计划,丰富课程内容,充分利用教学资源;

运用合理的教学方法和手段,增加与学生的互动交流,使教学具有良好效果;

帮助学生提高对心理健康教育的重视度,正确认识心理健康教育课的重要性;

要求教师在教学中加强信息反馈,及时掌握学生心理动态,快速调整教学方法。

基于上述的研究思路并针对这门课程存在的问题,笔者依据“爱德华兹-布朗托”教学反思模型展开了一系列教学反思活动。具体反思路径如下:

(一) A 象限: 教学假设

教学假设一:假设在该校大学生群体中,对“互联网+”微课教学有着普遍而全面的认知,这种认知涵盖了微课的教学计划、课程内容以及呈现形式,并且学生对这种先进的教学方式持有正确的教育价值观和职业观。基于这种认知和态度,假设学生对于“互联网+”微课作为一种教学手段表现出愿意接受并热爱的态度。

教学假设二:假设在心理健康课程中的学生群体具备较高的学习兴趣和自主性,学生对心理健康课程抱有浓厚的兴趣,并自愿参与其中,期望在学习过程中提升自身心理健康技巧和能力。在教学设计上,笔者认为应该更加注重培养学生的实际应用能力,使学生能够将所学理论知识有效地应用于实际生活中,而不仅仅着重于提升教师的教学能力。^[3]

(二) B 象限: 教学改造

针对上述教学假设,笔者采取了一系列教学改造行动。首先,在学校内部组织教学研讨会,重新审视和调整教学计划以及教学内容。其次,邀请教学质量监督管理部门深入课堂,对课程教学过程进行科学评估,同时,积极征求学生意见,通过问卷调查反馈教学质量。最后,深入学习“互联网+”微课,以实现课程的规范化管理。这些举措旨在不断优化教学方式,提高教学质量,确保

学生在心理健康课程中获得更好的学习效果。^[3]

(三) C 象限: 教学反思

根据“爱德华兹-布朗托”教学反思模型,笔者对日常教学过程中所获得的教学假定进行反思。在教学反思中,使用了批判性调查表,广泛收集学生意见,并对其反馈和公开答复,同时,及时调整教学计划和教学内容,并对调整后的教学质量进行有效跟踪调查。

在大学生心理健康教育课程中运用“互联网+”微课时,笔者发现存在一些问题:教学内容与专业理论知识的联系不紧密,理论与实践之间存在缺口;对“互联网+”微课的投入资源缺乏科学、合理地评估;同时,在明确教师的教学要求并将其内化为实际教学行为方面还缺乏有效措施,需要进一步规范。这些发现为笔者提供了有价值的教学改进方向,以提高大学生心理健康教育课程的教学效果。

(四) D 象限: 教学规范

通过教学反思,笔者认为现行的教学规范在教师运用“互联网+”微课进行教学的过程中并未对师生形成实质性地约束,同时教师也因受限于时空而缺乏互动,无法及时了解学生的需求与反馈,从而影响了教学任务的正常实施。因此,在对心理健康教育实践和各种可能性进行反思的过程中,教师需要不断修订和完善教学规范,重视“互联网+”微课在课堂中的运用以及在课外学习中的作用,在规范教师的教学行为的同时,强调教师帮助学生认识和理解课程学习要求,自觉遵守教学规范。

通过应用“爱德华兹-布朗托”模型对学校的心理健康教育课程进行教学反思,发现将“互联网+”微课运用于教学改造活动产生了一定效果,同时,也揭示了一系列问题,主要表现在不能充分考虑学生的视角,以及学生在教学管理过程中缺乏主体地位。这些问题需要进一步解决,以提高心理健康教育课程的教学质量^[3]。

三、对策与建议

当今社会面临着许多复杂的变化,高职学生的心理健康教育也面临着许多新的问题和挑战。为了更好地应对这些挑战,心理健康教师需要努力实现自身的专业化发展。心理健康教师的专业化发展是一个长期的、逐步深化的过程,而教学反思是教师专业成长的关键环节。高校教师借助“爱德华兹-布朗托”教学反思模型,通过反思日常教学实践并吸收内外部信息,逐渐从“经验教学”转变为“专家教学”,这对于高职学生心理健康教育的发展具有重要作用。为了实现心理健康教师的专业化发展,可以从以下几个方面入手。

(一) 重视教育地位, 凸显教学意义

新《职业教育法》指出,“培养高素质技术技能人

才”是新时代职业教育的目标。时代在跃迁，社会在进步，从大环境来看，我国已经从“人口红利大国”跃迁为“高质量人口红利大国”，社会对用工需求的标准也逐渐提高，高职学生在走出校园后也将面临更加严苛的要求和考验，因此，提高高职学生心理素质的教育工作迫在眉睫。此外，大学生的道德认知发展已经达到后习俗水平，表现出对社会契约有更为深刻的理解，并处于树立崇高道德理想的关键阶段。在这一阶段，开展符合道德认知发展规律的心理健康教育，对于落实“立德树人”的根本任务和培育高职学生良好道德和高尚情操具有推动作用。

（二）设定教育目标，明确教学理念

通过心理干预和心理教育等方法，协助高职学生有效应对心理困难，培养其掌握解决心理问题的能力，从而提高心理积极性以及面对压力困难时的心理素质。其次，教学理念体现在运用“互联网+”微课进行线上教学的过程中，需要构建以学生为主体的心理健康教育教学模式，将师生互动作为教学主要内容，并利用多种多样的心理实践活动丰富课堂内容，在保证教学体系及知识体系构建完整的大前提下，提高学生的心理健康教育素养，提升学生应用心理健康教育的知识应对生活困难的实践能力^[3]。

（三）优化教学资源，重构教学内容

优化教育资源的目的是以构建保障教学资源体系，以确保学生在学习理论知识及进行实践活动的过程中能够获得充分而有力的技术支持。而在资源的优化过程中，可以从校园、社会和网络空间三个方面进行多维度的内容补充。首先，要重视并利用校园文化、校内网络、校园图书馆和校史馆等资源，丰富和拓展心理健康教育的教学内容。其次，应根据不同地区的实际情况，灵活运用社会资源，结合社会发展的特点，在教学设计中增加更多的社会实践和调查等活动，将实践结果融入课程中，使课程内容更加贴合实际、符合学情。最后，教师应从自身出发，不断优化教学课程内容，并利用网络技术增加课后答疑解惑的互动，进而丰富教学过程。

（四）完善模式构建，加强评价交流

利用“互联网+”微课进行线上教学应从学生的自主学习、探索、答疑解惑等角度出发。首先，要完善教学模式，鼓励学生在自主探究的过程中建立自我认知的

结构，以促进心理健康。在心理健康教育的教学实践中，需要从提升教学质量和答疑解惑等角度出发，加深学生对学习的理解。其次，要加强评价交流，可以通过多维教学评价，对于知识掌握程度和参与度等方面进行在线测试，探究并利用网络教育平台来提升综合性评价课程效果，这样可以完善课程模式构建，通过师生之间的互动交流提升学生在心理健康教育学习中的主动性，同时也可以及时了解学生在学习过程中的实际情况和后续反馈。

（五）组建专业团队，提高教学质量

高职学生心理健康教育微课应该突出学生的主体地位，根据学生的现实问题和实际需求设计教学视频内容，以调动学生学习兴趣，营造学习氛围。这是一个系统化的构建过程，需要组建全新教学团队，进行问卷调查、情况分析、课程主讲、课程助教、视频拍摄及剪辑、网络平台维护等工作。同时，通过学生对微课教学效果的反馈，有针对性地改进微课教学内容，增进师生之间的互动交流。另外，为了提高微课视频质量和预防心理疾病，需要充分发挥教学团队的优势，激励专业教师分工合作^[4]。

（六）完善并推广教学反思

在高职学生心理健康教育微课教学中应用该方法，不仅是为了提升教学质量，更是符合时代发展的必然需求。通过采用“爱德华兹-布朗托”教学反思模型，可以有效提高教师的心理健康教育水平，促进其教学技能和专业素养的全面发展。同时，这一模型的运用也具有普遍适用性，可以推广到其他科目的日常教学中，为其他教师提供有效的教学改进方法。这种教学反思模型的应用将在教育实践中取得显著的成效，为学生提供更优质的教学体验和学习效果，从而为学校和教育事业的发展作出积极贡献。

四、结束语

综上所述，在高职学生心理健康教育中微课教学的应用和反思能够较好地满足心理健康教育的教学需求，激发学生的学习动力和兴趣，开发学生潜能，赋予学生课堂主体性地位，帮助学生在成长过程掌握心理健康的相关知识，进而提高学生的心理健康水平。

作者单位：李柯柯 周虹 无锡科技职业学院

参 考 文 献

- [1] 熊川武. 反思性教学 [M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2000:101-104.
- [2] 胡铁生. “微课”: 区域教育信息资源发展的新趋势 [J]. 电化教育研究, 2011(10): 61-65.
- [3] 丁远, 吕承文. 高职教师专业化发展的教学反思模型分析 [J]. 中国职业技术教育, 2018(29):33-38.
- [4] 俞国良, 王浩. 新时代我国心理健康教育的发展方向及其路径 [J]. 中国教育科学 (中英文), 2022,5(1):23-31.