

“互联网+”背景下高职院校大学生心理健康教育信息化课程建设探索

芮雪,吴虹雨,马长红

(锡林郭勒职业学院,内蒙古 锡林浩特 026000)

摘要:高职大学生心理健康教育信息化课程建设是“互联网+”教育时代的需要和高职学生素养特点的需要。对课程的设计与开发进行分析,并以一次课为例分别从课前、课中和课后对教学实施进行说明。该课程建设可以取得学生学习效果得到提升、教师综合素质得到发展、教学活动更为有效、课程改革初具特色等效果。同时,后续还需优化教师团队,提升教师的信息化教学水平;合理设计课程,线上线下有效融合;细化评价标准,实现教学成效可追踪。

关键词:信息化课程;心理健康教育;线上线下融合;课程建设

中图分类号:G712

文献标志码:A

文章编号:2096-8531(2021)10-0048-03

随着社会经济快速发展,我国对高素质技能型人才的需求越来越强烈。2019年高职院校开始扩招,学生人数不断增加。大学生心理健康水平对其职业价值观有显著影响^[1],因此他们的心理健康情况逐渐为人们所关注。通过前期调研发现,锡林郭勒职业学院心理健康教育课程主要存在课程内容针对性不强、目标不明确、教学方法和考核标准单一、课时少、学生参与积极性不高等问题。因此,如何开展心理健康教育课程改革是一个迫切需要解决的问题。中共中央、国务院关于《加快推进教育现代化实施方案(2018—2022年)》提出:“促进信息技术与教育教学深度融合,支持学校充分利用信息技术开展人才培养模式和教学方法改革。”目前,高职教育信息化建设发展进入信息化教学深入推进阶段^[2]。因此,高职学生心理健康教育课程的信息化改革势在必行。

一、信息化课程建设的重要性

(一)“互联网+”教育时代的需要

《国家职业教育改革实施方案》指出:“应‘互联网+职业教育’发展需求,要运用现代信息技术改进教学方式方法,推进虚拟工厂等网络学习空间建设和普遍应用。”尤其在积极应对新冠肺炎疫情给教育教学带来的影响时,学校对于学生心理健康教育更加重视。对于高职院校大学生心理健康教育课程,应落实“停课不停学”要求,及时调整教学策略、组织形式和资源提供等,推动创新、完善线上线下混合式教学方式,更好地适应“互联网+”时代的教育环境。

(二)高职学生素养特点的需要

学生在信息化环境下生活和学习,自我意识强,有较大的个性发展和创新思维培养空间。相关研究者对高职大一新生的信息素养调查结果显示:他们信息意识比较强,对于网络的认识逐渐趋于理性化,对于利用网络软件进行信息交流比较在行,并且对于利用网络查找资源也比较熟悉,绝大多数学生的网络参与意识非常强^[3]。可以看出他们喜欢多源头接受信息,多任务处理信息,利用网络资源实时沟通进行学习,对感兴趣的东西积极性较高。同时,也存在对枯燥的理论知识学习效率较低、易情绪化的问题。

二、信息化课程的设计与开发

(一)课程建设基础分析

《高等学校学生心理健康教育指导纲要》指出:“心理健康教育是提高大学生心理素质、促进其身心健康和谐发展的教育,是高校人才培养体系的重要组成部分,也是高校思想政治工作的重要内容。”“大学生心理健康教育”课程是我校的公共必修课,也是最早一批开发完成的一门校级精品课程。目前已积累了丰富的活动、教材、电子教案、案例、微课、视频等资源,这些为信息化课程建设提供了强大的保障。

课程组组建了一支中青年骨干教师相结合的教师队伍,充分发挥青年教师信息技术能力优势,以保证教学实践中信息化建设的技术支持。充分关注新时代学生的特点,运用现代信息技术,恰当整合课程资源,积极探索信息技术与教学

收稿日期:2020-11-20

基金项目:锡林郭勒职业学院2018年“大学生心理健康教育信息化课程建设”教改项目

作者简介:芮雪(1982—),女,内蒙古锡林浩特人,副教授,硕士,从事学校心理健康教育研究;通讯作者:吴虹雨。

的深度融合。

(二)课程教学目标设定

《普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求》提出本课程教学目标为:使学生明确心理健康的标准及意义,增强自我心理保健意识和心理危机预防意识,掌握并应用心理健康知识,培养自我认知能力、人际沟通能力、自我调节能力,切实提高心理素质,促进学生全面发展。

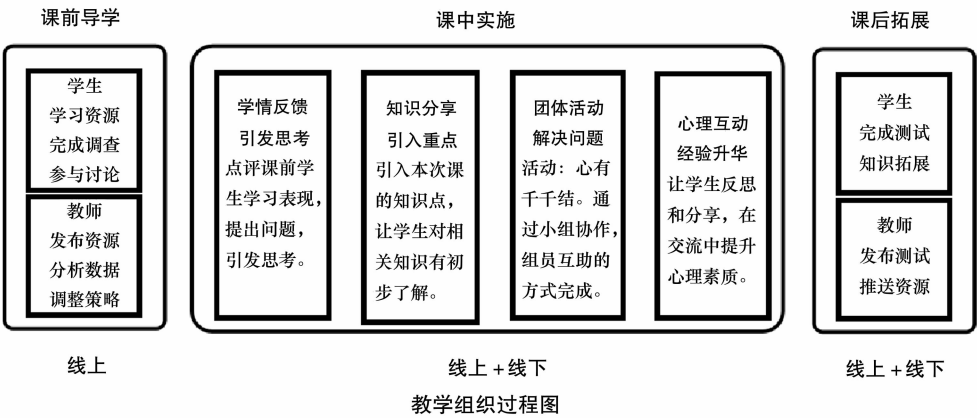
本课程教学目标分为知识目标、技能目标和素养目标。知识目标是使学生明确心理健康的标准及意义,了解大学阶段人的心理发展特征及异常表现,掌握自我调适的基本知识。能力目标是让学生掌握自我探索技能、心理调适及心理发展技能。如学习发展技能、环境适应技能、压力管理技能、沟通技能、问题解决技能、自我管理技能、人际交往技能等。素养目标是使学生形成正确的人生观、价值观和世界观,尊重生命、热爱生活。有心理健康发展的自主意识,正确认识自己、接纳自己,在遇到心理问题时能够进行自我调适或寻求帮助,积极探索适合自己并适应社会的生活状态。

(三)课程教学内容设计

课程共设置9个单元,共计32个学时,分别针对大学生心理成长中的9个重要课题。具体单元设计见下表。

教学内容设计

学习单元	内容	学时
单元一 心理健康概述	心理健康相关知识	4 学时
单元二 发现自我,实现自我	自我意识	4 学时
单元三 学会学习,决胜未来	学习心理	2 学时
单元四 认识情绪,管理自我	情绪管理	4 学时
单元五 学会交往,享受友情	人际交往	4 学时
单元六 学会相爱,把握“性”福	恋爱心理	4 学时
单元七 适应社会,珍爱生命	适应、生命教育	4 学时
单元八 抗压抗挫,越战越勇	压力管理	2 学时
单元九 网络人生,虚幻真实	网络心理	4 学时



解掌握。利用团体活动的方式,引导学生在亲身体验中学习,同时灵活运用心理学知识,更好地接纳自我和他人,进而营造良好心境。师生互动分享时,适时融入“职业道德”“社会主义核心价值观”等思政元素对接岗位提升教学实效性。

(三)课后拓展

课后通过搭建师生、生生交流平台,帮助学生敞开心扉,

三、信息化课程的教学实施

课程依托智慧职教丰富的教学资源,运用大量案例、图片、音频、视频、游戏、问卷、多媒体课件等数字资源,增强学习趣味性和选择性。同时,增加小组讨论、互动游戏、团体心理辅导等互动活动,调动学生学习积极性,突出教学重点,化解教学难点,从而达成教学目标。综合使用信息化手段,开展头脑风暴、讨论、小组 PK、在线抢答等活动,帮助学生进行合作学习、体验式学习。信息化资源使得教学获得了跨时空的延伸,学习有效拓展到了课堂之外,延伸到了学生的实际生活中。线上教学资源的学习进度和参与程度列入考核评价,保证线上学习的监督和评价。教学实施由课前、课中、课后三部分组成。以第五单元人际交往中认识交往的1学时内容为例,具体实施见下图。

(一)课前导学

课前布置任务,通过发布调查问卷、视频案例、学习资料等,将课堂教学内容预先推送给学生,督促学生自主学习。资料的推送需结合有组织的自主学习指导。发布资源的同时,明确任务要求,可以是讨论、分组整理、投票以及情境表演等,总之需要确保学生有效利用课前资源,实现对学情的初步了解和学生的有效自主学习。例如,在人际交往单元中,课前通过云课堂推送《人际关系诊断量表》和《人际关系调查问卷》,了解学生的人际交往状况。学生自主学习相关内容后,将问题发送到云课堂讨论区,教师以此来调整教学策略。

(二)课中实施

通过课前回顾,检验学生自学效果,查漏补缺,同时拓展学生思维,引发学生兴趣,引入人际关系、人际交往等具体内容。采用学生中心教学策略,通过案例引入、案例分析,让学生理解知识,感受经验。团体活动“心有千千结”调动全体学生参与,活动后的分享,使学生对于相关内容得以深入理

塑造自我。本节课后,教师推送阅读材料《成长链接——距离也是一种美》、案例分析和知识点测试,让学生完成。教师在云课堂开通讨论话题,让学生分享本次课的感受,并在课后评价区对自己和教师的表现进行评分。教师根据学生的回复发现其感兴趣的话题,可以对后续课程的内容进行调整,从而实现线上、线下融通。

四、信息化课程的建设效果

(一)学生学习效果得到增强

1. 自我认知得到提升

通过本课程的学习,学生增强了心理健康发展的自主意识。在了解自身心理特点和性格特征的同时,能够对自己的身体条件、心理状况、行为能力等进行客观评价。正确认识自己、接纳自己,在遇到心理问题时能够及时进行自我调适或寻求帮助,能够积极探索适合自己并适应社会的生活状态。

2. 课堂参与度较高

信息环境下学习的空间是开放的和博大的,有效利用信息资源,利于学生素质的培养和知识能力的提高。学生可以快速搜集相关信息和资料,即时与同学交流看法,取长补短。信息化手段的使用,使得学生可以快速发布自己的想法,同时了解他人的观点,并第一时间获得教师的反馈,轻松而有效的课堂互动,有力提升了课堂参与度。

3. 解决问题能力提高

课程在专题选择时,紧紧围绕学生中常见的心理困扰,授课中将重点落实在学生问题解决能力的提升上。因此,通过课程学习,大部分学生可以在遭遇到心理困扰时,进行适当自我调适,并懂得及时寻求帮助。

(二)教师综合素质得到提升

1. 职业素养提高

信息化手段能创设逼真的教学环境,动静结合的教学图像、生动活泼的教学气氛,能够充分调动学生自主学习的积极性。信息化手段的使用,在服务教师的专业成长、教育观念转化、专业知识更新、信息技术掌握等方面起到了重要的促进作用。

2. 教学能力提升

信息化手段的使用,使师生之间在教学中以一种交互的方式呈现信息,学生不只是单纯的接受,同时也在表达。信息化课堂的有效控制,看似轻松,实则有效锻炼了教师的资源辨识能力和有效调动管理学生的能力。

(三)教学活动更为有效

1. 促进各教学环节有效衔接

借助信息化平台,各教学环节有效衔接。课前预习成为课堂教学的有力助攻。课前推送的调查问卷、案例分析材料、讨论话题,都使得学生在课前对教学内容主动关注。不仅有助于学生了解自我,增加知识经验,还为课中学习做好铺垫。课后环节在此基础上进行有效延伸和拓展。

2. 促进教学方法有效落实

借助信息化手段,使情境教学法得以更好地实现,教学案例的形象化、生动化、生活化,充分调动了学生的学习积极性,激发了学生的学习热情。

(四)课程改革初具特色

1. 课程思政融入教学过程

在培养心理素养的基础上,适时融入思政元素,帮助学生形成正确的人生观、价值观和世界观。增强了学生敬畏法律、敬畏生命、热爱职业的意识,使学生的职业素养得以进一步提升。

2. 打破时空限制,充分利用线上线下教学资源

丰富的线上教学资源让学生的学习不受时空禁锢,而教学平台的全程使用,让整个学习过程实现了进度可追踪、策略调整及时和评价多元化。

3. 师生合作,教学相长

本课程通过体验式教学,运用团体训练、互动游戏、视频、在线游戏等教学活动,激发学生学习积极性,师生共同参与,协商解决问题,消除了传统教学“说教灌输”的痛点,在互动中师生共同成长。

五、信息化课程建设的反思

(一)优化教师团队,提升教师的信息化教学水平

教师信息应用能力提升有助于营造良好的信息化学习氛围。信息化手段实现了以学生为主体的教学模式,在大幅提高学生学习积极性的同时,对教师的职业素养和教学能力提出了更高的要求。教师信息化教学能力包括进行信息化教学设计、资源开发与应用、课程教学组织实施与评价等^[4]。教师应有主动参与信息化教学的意识,加强自我学习,积极主动地更新教学理念、教学内容和教学方法,将自身所具备的信息知识和技能与专业教学能力进行深度整合。根据不同专业的学生特点,不断提升师生网络素养,开展有效的信息化教学实践。对信息技术接受与应用的敏感性要更强、更迫切,信息化教学能力要求也即为当今职业院校教师基本教学能力要求^[5]。

(二)合理设计课程,线上线下有效融合

信息化课程建设是“互联网+教育教学”的改革创新。高职学生心理健康教育不仅限于课堂,要面向未来、面向特色、面向以互联网为核心的新技术,更新教育教学理念,将心理健康知识宣传、心理健康教育活动、心理咨询等做到线上线下有效融合。同时,应按照发挥全员育人、全程育人、全方位育人的“三全育人”要求,创新心理健康教育模式。

(三)细化评价标准,实现教学成效可追踪

为了保持良好的教学效果,根据课堂实施效果,形成教学诊改机制,及时调整后续教学策略。教学诊改贯穿课前、课中、课后每个环节,坚持自我诊改和外部诊改相结合,细化评价标准,追踪问题源头,将问题进行分类,分析问题产生的原因,提出改进措施,做到及时诊断和改进,同时跟进改进效果,实现教学成效可追踪。

参考文献:

- [1]郑一鸣,高传霞,井西学.大学生心理资本与职业价值观的关系[J].中国健康心理学杂志,2018(5):717—720.
- [2]周玉芬.高职院校教育信息化建设与发展历程[J].教育信息技术,2017(12):13—16.
- [3]付荣华.高职大一新生信息素养现状调查与分析——以乌鲁木齐职业大学为例[J].乌鲁木齐职业大学学报,2018(1):85—88.
- [4]王建,姚水洪,等.高职教师职业教育教学能力构成与提升途径[J].职业教育研究,2017(5):45—47.
- [5]隆平.职业院校教师信息化教学能力培养研究[J].职业教育研究,2018(6):65—69.

(责任编辑:侯秀梅)