

[3]朱江.牢记习近平总书记谆谆教导努力建设高水平应用型国门大学[J].创造,2023,31(08):40-43.

教授，研究方向：企业绩效管理、财务数据分析、分析按惯例。

作者简介：

谢霖煜（1987-），女，汉族，云南昆明人，硕士，副

混合式教学在大学生心理健康教学中的应用

南田玉 程敏 迪丽娜尔·买斯木

新疆科技学院

DOI:10.12238/er.v8i1.5775

摘要: “三位一体”混合式教学结合了传统面授教学和网络技术的优势,使大学生在心理健康课程中能够获得更加丰富和多样的学习体验。通过在线平台和资源,学生可以自主学习心理健康知识,参与在线讨论,提前预习和复习课程内容,从而在课堂上更加深入地理解知识。线下课堂则通过教师面对面的讲解、讨论和心理体验活动,加深学生对知识的理解和应用,提升他们的心理健康技能。课后通过实践和作业,让学生掌握如何应用所学知识解决实际问题。这种实践与应用的机会将有助于学生将理论知识转化为实际能力,提升他们的心理健康素养。

关键词: 心理健康; 大学生; 混合式教学

中图分类号: G64 **文献标识码:** A

The Application of Integrated Teaching in the Mental Health Teaching of College Students

Tianyu Nan, Min Cheng, Maisimu Dilinaer

Xinjiang University of Science and Technology

Abstract: "Trinity" integrated teaching combines the advantages of traditional face-to-face teaching and network technology, so that college students can get more rich and diverse learning experience in mental health courses. Through online platforms and resources, students can independently learn mental health knowledge themselves, participate in online discussions, preview and review course content in advance, so as to have a deeper understanding of knowledge in class. In offline classes, students' understanding and application of knowledge and their mental health skills are deepened through their mental health skills. After class, through practice and homework, the students can master how to apply the knowledge they have learned to solve practical problems. This opportunity for practice and application helps students to transform theoretical knowledge into practical abilities and improve their mental health literacy.

Keywords: Mental health; College students; Integrated teaching

前言

2011年,教育部办公厅印发《普通高等学校学生心理健康教育基本建设标准(试行)》的通知,文件提到高校应充分发挥课堂教学在大学生心理健康教育工作中的主渠道作用,充分考虑学生的心理发展规律和特点,科学规范大学生心理健康教育课程的教学内容,切实改进教育教学方法[1]。党的二十大报告指出“要把保障人民健康放在优先发展的战略位置,完善人民健康促进政策”[2]。大学生作为强国建设的关键力量,其心理健康水平不仅影响着自身的健康发展,也关乎着社会的发展。加强和改进学生心理健康教育工作是认真贯彻落实习近平总书记关于加强学生心理健康教育工作的重要讲话重要指示批示精神的具体举措。探索大学生心理健康教育课程教学体系,如何更好地完成教学任务,提高教学效果,促进大学生心理健康发展的良性循环,有效地为社会培养出更多健康的高素质人才,具有理论意义和实践意义。

高等教育信息化的不断发展推动了教育教学模式的发展与革新,混合式教学方法融合了传统面对面教学与网络在线教学的优势,既保留了教师在课堂中的主导作用,又充分发挥了学生在学习过程中的主体性和积极性。“三位一体”(课前、课中、课后)混合式教学模式强调教育的整体性、连续性和实践性,教学不应仅仅局限于课堂,而应贯穿学生的整个学习过程,包括课前预习、课中体验和课后实践。探析“三位一体”混合式教学模式在大学生心理健康教育中的应用,并提出有针对性的建议,可以为混合式教学模式下课堂教学的实施和过程提供案例,为混合式教学模式的理论逻辑提供实证支撑,同时也能更有效地发挥心理健康教育课程育人效果。

一、研究现状

(一) 混合式教学模式

2017年,教育部在《教育信息化工作要点》中指出,要“积极促进线上线下相结合的混合式学习模式普及”,混合

式教学模式将是今后教学模式发展的一个方向。这种教学模式重视学生的主体性和参与性，鼓励学生在实践中体验和感知，从而实现真正的教育目标。混合式教学模式是一种结合线上和线下学习环境，利用数字工具和传统教学方法来推动学习者发展和提升的教学模式。在这种模式下，教师可以通过在线平台发布学习资源、组织在线讨论和作业，教师与学生的可以在线直接互动、实时反馈，通过网络学习提供的更多的自主学习机会和资源，混合式教学模式既能使教师发挥引导、激励、监督教学的作用，又能体现学生的主动性、积极性和创造性。

（二）教学设计理念（BOPPPS）

BOPPPS 教学理念最早是由加拿大 Douglas Kerr 于 1978 年提出，包括六个教学环节：导入（Bridge-in）、学习目标（Objective）、前测（Pre-assessment）、参与式学习（Participatory learning）、后测（Post-assessment）和总结（Summary）^[1]。赵敬华和兰婷通过探究 BOPPPS 混合教学模式的课程思政建设路径发现，该模式可以显著提升课程思政的教学效果。李世锋和周杨玥在基于学习通和 BOPPPS 的混合式教学模式研究中，解决传统模式中存在的问题，提高学生学习的能动性和能效性。BOPPPS 教学模式注重教学过程中学生的参与度，这与线上线下混合式教学模式理念非常契合。

综上所述，随着时代的发展和技术的进步，传统教学模式已经不能完全满足学生的需求，线上线下混合式教学已经成为教育模式的主流，如何更好的发挥心理健康育人效果，探索出适合当前大学生心理健康教育课程的线上线下混合式教学模式还有待进一步研究。

二、具体措施

（一）转化教师角色

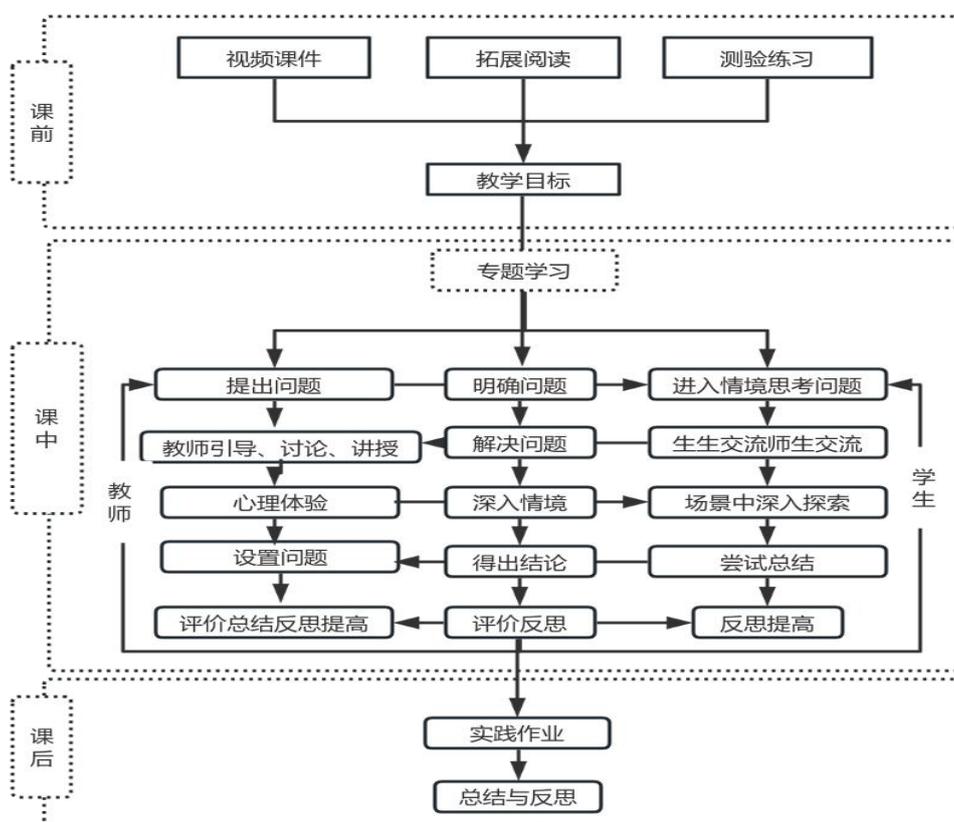
心理健康教师在大学心理健康教育课程体系中扮演着至关重要的角色。不仅需要具备专业的心理学知识和经验，还需要具备良好的教学能力和沟通技巧。同时，教师还需要不断更新自己的知识储备和教学技能，不断适应教育环境和学生需求的变化，为学生提供更好的教学。在新时代背景下，心理健康教师需要具备更多的知识和技能，需要掌握网络平台使用方法，获取或者制作网络资源的能力，能够在线上线下为学生提供及时有效的心理健康资源和辅导，同时，在课

堂教学中应转变教师角色，学生应当成为主体，具备自主参与、自我教育和自我成长的能力。学生应当积极参与到心理健康教育活动中，主动寻求帮助，敢于面对和解决自己的心理问题。充分发挥学生的主体地位，提升学生心理健康水平，以学生为中心，引导和鼓励参与课堂体验，表达感受和想法，可以通过加强心理健康教育课程建设，提供丰富的学习资源；鼓励学生参与心理健康活动，如心理剧、心理体验活动等方法，整合校内外课程资源，将学习内容拓展到学生的整体发展中。

（二）构建“三位一体”的混合式教学模式

在传统教学中，教师普遍采用教师 PowerPoint 授课模式，学生处于接受知识的被动状态，因此缺乏有效的参与和主动性，这种教学模式违背了教育心理学的基本规律，即学生无法理解新的知识，也没有时间去消化和吸收这些知识。学生在此教学模式中很难形成新的想法和提出深刻的问题以及将理论和实践结合起来。在大学生心理健康教育教学中要尊重学生的主体地位，注意调动学生学习的自觉性、积极性和主动性，使学生明白自己不仅是接受知识的主体，更是自身心理发展的主体，让学生在实践中提高心理素质、挖掘心理潜能、发展能力、完善人格。

运用 BOPPPS（导入、学习目标、前测、参与式学习、后测和总结）教学设计理念，依托线上教学平台（“雨课堂”、“超星星”），将教学分为课前、课中、课后三个阶段。课前教师根据教学大纲，发布学习任务，导入专题学习，根据教学内容和课前预习设计学习目标，发布练习题，学生自主完成线上学习，并完成课前预习测试。在课堂中，教师反馈课前预习情况，告知学生教学目标，然后根据学生在课前预习中存在的问题进行答疑解惑，其次，组织翻转课堂，让学生以小组为单位，以项目驱动为方法，学生通过 PPT 展示对教学专题问题的思考和探究，实现以学生为主体，产出为导向的教学目标。最后，教师根据学生理解和掌握重难点的情况，通过组织交流讨论、心理体验活动、案例分析等活动引导学生进行参与式学习，并拓展提高课堂效果。课后，教师通过布置实践活动、小组作业等，引导学生在活动和作业中，感悟课程讲授的理论，拓展学习空间，在实践中检验学习效果。最后，教师进行教学反思总结，学生对所学内容进行查漏补缺总结。（路径图见下图）



(三) 完善课程评价体系

混合式教学模式要求学习者具有较高的自主性和自律性，能够主动完成在线学习任务和参与在线讨论。因此，教师需要通过激励机制和学习策略引导学习者发挥自主性。秉承评价是手段而非目的的观念，对课程的形成性评价体系进行重新思考和设计，重点围绕如何对学生课内外主动学习行为进行及时、客观评价，让评价变成“动力”而非“阻力”，真正做到以评促学^[4]。通过课前预习测验，课中学习互动、参与课堂情况，课后实践作业三方面全过程考核评价。在课前通过线上预习引入测试题考查学生课前预习情况，便于教师掌握学生预习情况，适时调整教学内容；在课中采用课堂表现评价方式，结合线上学习平台（雨课堂）中弹幕、讨论、提问等功能和线下小组讨论、案例分享、心理体验活动等内容，考查学生课堂学习参与情况，调动学生上课的积极性；课后通过小组作业和实践活动考核学生对知识的理解和应用，比如通过拍摄心理情景剧，考查学生对心理问题的认识和对问题解决的理解。通过多样化的评估方式有助于提升学生的学习效果和心理健康水平。

三、结论

传统的大学生心理健康教育课程过于注重理论知识的灌输，而忽略了教学实践性和互动性的重要性。这会导致课程内容显得枯燥无味，难以引起学生的兴趣和共鸣，部分学

生可能对心理健康教育课程缺乏重视，认为这门课程不重要或者与自己的专业无关，从而缺乏学习动力，如何提升心理健康教育课堂的学习效果，提升学生的心理健康水平是我们需要解决的关键问题。通过采用“三位一体”混合式教学模式全方位的给学生提供学习资源，通过更加生动、有趣的教学方法，如贴合学生的案例分析、角色扮演、小组讨论、心理体验活动等，激发学生的学习兴趣和积极性，提高课堂学习效率。采用更加多样化的评估方式，如课堂表现、小组展示、实践活动等，来全面评价学生的学习成果。通过构建“三位一体”混合式教学模式帮助学生建立健康的心理状态，提高心理素质，培养健全的人格和良好的个性，学会情绪管理，建立良好的人际关系，积极应对压力等，促进学生的全面发展。

[参考文献]

- [1]郭昕.高校心理健康课堂教学有效性探析[J].教师教育论坛,2014,27(12):73-75.
- [2]以人民健康为中心奋力推进健康中国行动[J].健康中国观察,2024,(01):70-71.
- [3]王要令,胡继勇,汪潇,等.基于BOPPPS模型的“三段一体化”混合式教学模式设计与实践——以化工原理(一)课程为例[J].大学教育,2023,(15):54-57.
- [4]黄继平,卢玲,黄贤英.新工科背景下以“模糊角色、赋