

高职心理健康教育课程信息化教学改革探索

李冬梅

(广东交通职业技术学院, 广东 清远 511500)

摘要: 高职院校深化落实《关于加强学生心理健康管理工作的通知》, 明确将心理健康教育纳入课程体系, 增加生命教育、挫折教育相关内容, 发展适应本地区、本校特色的心理健康教育。结合特定年级段学生的心理特点与发展规律规划课程, 使用信息化、数字化与智慧化手段创新教学模式, 逐步提高教学效率与质量, 奠定大学生今后健康成长与全面发展的坚实基础。因此, 本文探讨高职心理健康教育课程信息化教学策略, 希望能够为一线教育者提供更多借鉴与参考。

关键词: 高职; 心理健康教育; 信息化; 教学改革

信息时代下, 先进理念与技术层出不穷, 深刻地改变着职业教育的精神面貌。高职心理健康教育课程作为培养学生优良心理韧性、健全人格品质的重要途径, 也面临信息化建设的新机遇和挑战。如何充分利用信息技术手段变革高职心理健康教育课程, 并有效提高教学效率和质量, 是摆在每一位教育者、管理者面前的难题。从心理健康教育的有效方法论论述到适合具体学校与学生类型的教学模式, 提出全新的心理健康教育信息化发展策略, 值得我们深入探索与实践。

一、高职心理健康教育课程问题分析

(一) 传统教育观念陈旧, 效率低、成效小

当前, 很多高职教育工作者对心理健康教育定义狭隘, 认为是教授相关的专业知识, 且必须通过体系化的内容讲给学生、让学生做。但也有部分教师认为这需要日常关怀、嘘寒问暖, 就可以避免。这也自然使得高职心理健康教育受到传统观念的桎梏, 特别在互联网大背景下对比反衬出效率低下、收效甚微。笔者认为, 传统教育观念、模式限制下的心理健康教育, 也不能真正触及学生的内心, 忽视他们的实际需求、个体差异和发展规律, 才是真正限制教育发展的。未来心理健康教育课程建设中, 应当革新教育理念、技术与方法, 有效提高心理健康教育质量以及对于学生心理素质的影响。

(二) 心理健康沟通平台不健全、反应速度慢

当前统计学生关于心理健康教育的问题, 都是以班级为单位收集纸质的表格。类似的调研、作业都是一样, 都很难让学生真正敞开心扉回答问题。而本身有着心理健康问题的学生, 大多都是回避人际交往、与人沟通的。显然, 缺乏心理健康沟通平台是高职院校心理健康教育发展的一大问题。另外, 即使高职大学生有心理健康问题, 也有意向通过心理健康课程纾解、疏导自己,

也没有后续的管理办法、转化策略, 更要求我们今后进行建设与完善。未来心理健康教育课程建设中, 应当积极构建完整、完善的心理健康沟通平台, 覆盖咨询、教学、一对一指导、评价作业等多个板块, 形成健全的心理健康沟通机制。

二、高职心理健康教育课程信息化教学改革策略

(一) 依托信息化教学改革整合优质资源

传统心理健康教育在时间、空间上都有很大的局限性, 学生由于与老师交流的热情不够高, 也很难反应出问题并在实际教与学中帮助改进。但如果利用互互联网、信息技术与智能平台, 或许能够卸下学生们的心防, 打破传统心理健康教育的种种局限, 既帮助学生解决问题、找到症结, 也实现心理健康教育课程的高质量建设与发展。也以此汇总网络上的优良资源、一手案例资料, 形成丰富、完整的高职心理健康教育课程资源体系, 满足学生心理上或个体的不同需求, 进行更多有效地心理与情感沟通。有了信息技术的支持, 高职心理健康教育课程教师更能够有的放矢地实施多类活动, 对班内的学生展开心理测评, 形成数据信息资源。具体包含每位学生的情绪状态、性格特点、自信心、成就感等, 后续教育教学也可以围绕此展开, 提供更多的借鉴参考。对于老师个人, 结合具体情况分析学生问题, 及时对学生心理方面的疏导, 也算是通过心理健康知识的传授, 帮助学生更好地学习与生活; 继续利用心理健康教育沟通平台与机制, 引导学生观看相关的短片、资料, 让学生填写心情日志、留言条, 让他们有好的心理出口、沟通的窗口, 实现心理自助。结合学生兴趣, 用好信息资源进行心理健康教育课程教学工作, 一方面促进学生心理健康发展, 另一方面完善课程建设并奠定未来发展的坚实基础。例如, 讲授从众心理这一课题, 播放相关的微视频、纪录片和案例材料, 让大家看后有一个很好的认识 and 了解, 知道这一心理效应。

这对于教师直接在课堂上读出概念,显然是要更好的,能够促进知识理解并留下深刻印象。在此基础上,老师还可以根据班内学生的情况进行总结,也收集一些从众心理生活现象,诸如选拔班干部时跟票、结组时拉拢小团体等,更深化大家的理解。类似的心理问题、心理效应也可以采取类似教学方式,形成优质的音视频教学资源,也达到丰富课堂教学内容的目的,最终促进教与学效率提高。

(二) 依托信息化教学改革建设线上平台

1. 从微信平台入手,教会学生们搜集心理健康知识、资料,当然最重要的是用该平台做好关于心理健康的记录、沟通工作。具体来说,教师要在入学之初就创建班级群聊,不定期分享一些微信公众号内有关心理健康的知识或素材。如果发现本班学生存在就业焦虑、继续教育问题,也可以引导青年大学习、制定计划并打卡等,锻炼并培养学生的心理韧性。

2. 互联网上有丰富学习资源,但对于高职大学生来说,很难分辨其专业性和可靠性。依托信息化教学改革,建立心理健康教育平台,为学生提供正确、有效的指导。具体来说,教师要做到信息筛选并规划学生的线上学习模块,以微课、慕课与公开课等心理健康教育课程,帮助学生实现线上、线下混合式学习。目前较为流行的就是雨课堂、超星学习通、各类作业 APP,当然还可以结合学校实际构建与挖掘更多,形成心理健康教育线上示范课,促进学生课内外探索实践。

3. 现代大学生一方面自律意识、能力较弱,另一方面受到外部环境的影响和诱惑极大,就容易导致学习积极性、主动性变差,更无论是他们日常生活中很难具体感知到的心理健康教育知识了。因此,构建相应的沟通、学习平台,确定线上学习要求,科学合理设计线上学习路径,密切跟踪记录学生“线上学习”情况并与期末考试成绩挂钩。具体可以在课前发布学习任务,要求学生提前预习线上课程,课堂上分享“收获”,再通过教师评价、学生互评等方式对分享情况打分,以让学生注意力迅速集中到课堂,专心听他人“分享”,实现线上线下教学有效衔接。当然,还要设计更多开放性、游戏化任务,让高职大学生乐于参与、乐于发自内心的分享对心理健康知识的感悟,达到情感交流与互动目的。课程结束后,心理健康教育课程教师还要鼓励学生自主从网络中收集信息资料,制作成学习报告、成果。学生自己探索的方式也让他们有更多选择的权利,在互联网平台的支持下懂得心与心的互动沟通、敞开心扉做积极的时代新人,也真正成为学习的主人。

(三) 依托信息化改革提高师生信息素养

对于心理健康教育课程教师要加强培训,转化他们的教育思想、教育观念。当然,对于其他专业课教师、辅导员等也是一样,要让他们认识到信息化教学改革的必要性,引导主动参与到信息化建设工作当中。而教师自身也要响应培训理念与号召,树立“以学生为中心”的教育理念,不断学习掌握网络新技术,不断进行教育创新,与时俱进,提高自身的专业素养和教学热情,保持与学生的沟通与了解。以此让心理健康教育课程走进学生内心、触动学生心灵,引领他们的心理成长和进步。必要时从外部引入有着心理健康教育课程信息化建设经验的专家、学者,来校进行指导与监督,从目前心理健康教育课程建设的各类问题中切入新技术应用,提高线上、线下以及日常教育活动水平。当然,还要对以上所有教师进行信息化教学方面的评价,既反馈教师教学问题、课堂组织情况,也给学生真诚、实际的建议,帮助学生树立信心。由此可见,加强师生信息素养能力培训与信息化建设工作同等重要,需要学校做进一步的规划和努力。

三、结束语

总的来说,高职院校心理健康教育课程信息建设不是一蹴而就的。融入信息资源意味着拓展教学内容,延伸到思想政治教育、生命价值观教育等方面,也形成丰富的教材、教学资源体系。同时,创新教学方法,构建微课模式、翻转课堂与混合式教学模式,逐步延伸到第二、第三课堂中去,将心理健康教育融入活动带给学生成长,推广更多新模式、新机制。以此做到因材施教、针对教学,从根本上提高大学生的心理健康素质,为其全面发展与求职就业保驾护航。

参考文献:

- [1] 詹晓燕,郭清. 中职心理健康教育课程信息化教学设计——以“排解职业压力有妙法”为例 [J]. 亚太教育, 2021(22): 65-66.
- [2] 焦隽. 信息化教学手段在大学生心理健康课程中的应用——以沙盘游戏体验为例 [J]. 兰州石化职业技术学院学报, 2020, 20(01): 45-47.
- [3] 刘钊乐,尹海兰. 基于“体验式”教学的高职院校大学生心理健康教育信息化课程设计——以“人际交往”单元为例 [J]. 教育教学论坛, 2019(32): 73-74.