

作家 天地

09

2024

总第695期



目录

CONTENTS

• 实力文本

01 现代文学作品中语言艺术的创新与传承 / 李文华

04 借助想象理解,感受作者创作心情 / 唐永芳

• 古典文学

07 《庄子》所涉“有用”“无用”的动植物形象研究 /

李玉琳

10 咏西安诗词曲赋英译中的文化意象传递 /

卫思雨 何柯欣

13 洛阳诗词对提升洛阳城市旅游文化氛围的途径研究 /

牛伟娜

16 小学高年级语文古诗文中生命教育资源的挖掘 /

王晨溪

• 文苑纵横

20 彼得·汉德克作品在中国的研究综述 (1980—2024) /

耿晨 李青

25 大思格局下心理健康课程实践教学的模式与路径 /

李琳

29 易地搬迁子女小学低龄段学生心理健康教育的实施

途径 / 高英杰 王莉莉

33 新农人视域下农业高职学生文化自信提升研究 /

孟 闯 李玉秀 朱 佳

37 人工智能赋能高校教学评价模式构建研究 / 王锦丽

41 基于 OBE 理念的“前厅与客房运行管理”

课程设计 / 马 聃

45 情境教学法在高中语文教学中的应用 / 张爽爽

48 小学语文个性化作业设计与实施研究 / 魏 健

51 小学语文教学中如何渗透优秀传统文化 / 孙春艳

54 核心素养导向下小学语文作业设计优化策略初探 /

柯曾金

• 外国文学

57 罗曼·加里小说中的“自然法则” / 曹蓓芳

61 身体与心灵的双重旅行 / 李 爽

64 以《包法利夫人》和《棉被》为例比较东西方文

自然主义的叙事异同 / 宝兰英

• 语言研究

67 从叠文古字新义看汉字符号的重新分析 / 魏笑阳

70 数智赋能视域下的高职英语单元教学设计 /

李艳萍

大思政格局下 心理健康课程实践教学的模式与路径

李琳

(湖北师范大学 湖北 黄石 435000)

【摘要】在“大思政”教育战略下，心理健康课程是体现思政教育映射点的一门重要课程。本文针对当前心理健康课程实践教学环节现状及存在的问题，以湖北师范大学《心理健康》课程模式为例，提出注重系统谋划、搭建心理健康实践平台、重视师资队伍的培训管理、挖掘实践教学中的思政元素、开设有针对性的教学模块可行性路径，旨在提升心理健康课程实践教学的科学性和规范性。

【关键词】心理健康课程 实践教学 模式 路径

学生健康成长事关祖国和民族未来，事关全面贯彻党的教育方针，是落实立德树人根本任务的重要保证，是高校育人的重要方面，要培养学生自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态，必须把心理健康教育摆在重要位置。在国家“大思政”教育战略下，心理健康教育作为高校思政教育的重要组成部分，心理健康课程是高校心理健康教育工作的重要途径，又是体现思政教育映射点的重要课程，科学规范实施心理健康课程实践教学环节，也是推动心理健康课程建设的重要方面。

一、心理健康课程实践教学现状

近年来，对高校心理健康教育实践教学的研究逐渐增多，从2009年开始，以体验式、心理情景剧、团体技术等从某个角度进行探讨的文章较多。从2018年开始，心理健康课程思政教学研究思考的较多。主要研究内容有以下三个层面。

(1) 体验式实践教学与心理健康教育。体验是实践教学的重要内涵，构建以体验为基础的课堂实践、课外实践、自我实践“三大模块”实践教学体系，在大学生心理健康教育课程中实施多样化的体验式实践教学方法，可以有效提升心理健康课程教学效果，提高大学生的心理健康水平。^[1]通过体验，以学生喜欢的方式如心理测评、个体咨询、Freetalk、团体心理辅导、各类大赛等激发学生的兴趣，解决学生的心理困扰，提高学生的心理素质。^[2]

(2) “基础+模块”综合实践教学。采取理论与实践一体化，教、学、做相结合的教学策略和灵活多样的教学方式，每个训练项目都以任务为导向，从“活动”开始，让学生在“活动”中学习和体验，在训练中掌握促进自我成长和发展的心理技能。^[3]

(3) 心理健康课程思政。结合课程思政育人理念，挖掘思想政治教育元素，从明确心理健康教育目标、丰富教学方法、队伍建设等方面提出大学生心理健康教育策略。^[4]

(4) 国外实践活动中的心理健康元素。美国的“服务性学习”以合作的形式，在团体中进行个人的相关任务，让学生逐步学会应对人际交往中的冲突、隔阂，加强人际沟通和组织协调能力。英国的“社会与心情学习”，丰富学生对自我的体验和感知，高度激发自我意识，厘清问题，增强对问题的元认知能力。日本的“综合学习时间”充分调动学生的乐观性和主体性，培育科学素养和问题意识，在此基础上有学者提出了“共享—体验—合作”的SET理念（赵丹，2016）。

然而，对于心理健康教育实践教学的研究仍然有欠缺，如学校层面平台载体系统性设计不够充分，导致实践主题和内容的联结性、层次性、创新性不足，影响了心理健康教育对学生心理健康素养提升的有效性；对社会层面的心理健康教育缺乏了解，与学校培养方向不相符；学生心理健康意识淡薄，践行价值观功利性强，心

理健康素养良莠不齐等学生个人层面的问题。

二、心理健康课程实践教学存在的问题

(1) 系统谋划不够, 与学生互动不足。大部分高校以5月、10月心理健康教育月活动为依托, 开展心理健康知识讲堂、心理趣味运动会、团体心理辅导、心理情景剧等实践活动, 以学生自愿参加为主, 人员零散, 缺乏一定的专业针对性、系统谋划性, 缺少师生间互动, 效果不佳。

(2) 教学载体、内容单一, 影响力不足。很多高校的心理健康课程实践教学主要是针对校内学生的活动开展的, 在德育、智育、体育、美育、劳育等方面充分发挥其促进心理健康的作用, 缺乏有特色、有吸引力的实践教学平台, 需要进一步开辟让学生更感兴趣的实践教学平台。

(3) 专业指导力量薄弱, 学生积极性不高。心理健康教师大部分由高校心理健康教育专职教师和辅导员担任, 专职教师的人手有限, 辅导员的专业性不强, 导致专业指导学生实践教学的深度不够。

三、《心理健康》课程——以湖北师范大学为例

(1) 课程设置。这门课程名为《心理健康》, 12周, 总学时32节, 其中课堂授课24节, 课外实践8节。是学校本科必修课程之一。本课程旨在促进学生掌握心理健康知识, 更好地应用心理健康知识, 提高学生的自我认知能力、人际沟通能力、自我调节能力, 增强自我保健意识和心理危机预防意识, 通过知识传授、心理体验

与行为训练紧密结合起来, 促进学生全面发展。2013—2018年, 该课程主要以课堂教学为主, 采用一体化的授课方式。2019年, 增加体验式活动设计板块, 教学团队编印《大学生心理健康教育活动记录手册》, 引导学生积极投入到提升自我心理健康水平的校园心理健康教育活动中来。

(2) 课程设计。

(3) 课程教案——以第四章人格发展为例。

四、心理健康课程实践教学模式的可行性路径

(1) 注重系统谋划, 提高心理健康课重视度。心理健康课程是大学生思想政治教育的一项重要内容, 无论对学生个人还是社会, 都具有十分重要的意义。一是要明确心理健康课程的目标, 能够更有针对性的设计课程。二是要整合课程内容, 与学校其他课程进行整合, 将心理健康的内容涵盖到各个方面。三是要建立评估机制, 除了日常作业、期末考试, 还可以通过观察学生的行为变化、定期调查等方式, 评估心理健康课程的实际效果。

(2) 搭建心理健康实践平台, 提供实践教学保证。明确实践教学的目标, 始终与整体教学目标保持一致非常关键。整合实践教学资源, 包括专业教师、教材、教学设备等, 确保教师具备心理健康教育的专业知识和经验, 符合实践教学目标的教材内容和能适应教学需要的教学设备。搭建实践教学平台, 校内与校外相结合, 课堂与课外相结合, 不同学科间相结合, 从多方面入手, 确保实践教学的高质量和有效性。

表1

课程内容 (共十个章节)	主要教学方法	教学重点	融合思政教育	实践教学
心理健康绪论	案例法、讲授法	大学生心理健康的标准与维护。	健康中国行动	心理中心体验
心理困惑及异常心理	案例法、讲授法	大学生心理咨询的定位和功能; 心理咨询的误区; 大学生常见心理问题及识别技巧。	心理健康素养	心理健康调查
自我意识	讲授法、演示法	如何提高自我意识; 大学生完善自我的途径和方法。	公民意识	主题班会
人格发展	心理测验法	人格的含义; 大学生常见的人格障碍及调适。	道德、积极人格、理想信念	撰写个人成长报告
情绪管理	互动教学法	大学生情绪的特点及常见的情绪困扰。	社会主义核心价值观	班级分享
学习适应	讲授法	各个学习理论的著名实验; 从实验中得出的理论结论; 理论运用于实践。	学习强国 APP	制定学习计划
人际交往	体验法、讨论法	大学生人际交往的技巧。	四个自信	朋辈辅导活动
压力管理与挫折应对	案例法、体验法	掌握压力管理和挫折应对的有效方法。	优秀传统文化	社区团体活动
恋爱与性心理	案例法、视频法	大学生常见的恋爱心理问题及调适方法; 如何有效、真诚的拒绝对方。	革命爱情	微课录制
生命教育与心理危机应对	案例法、讲授法	有效预防大学生心理危机。	中国梦	心理情景剧

表 2

教学目标 与要求	教学目标: 1. 掌握塑造大学生健康人格的方法。 2. 熟悉当下大学生人格特点及常见人格缺陷的表现。 3. 了解气质类型: 人格发展的影响因素。 教学要求: 1. 要求学生了解自己的气质类型, 学会做自己气质的主人, 树立自信。 2. 要求学生反观自身存在的人格缺陷及其对自己的影响, 学会在现实生活完善自己的人格。
教学重点 与难点	教学重点: 塑造健康人格的方法。 教学难点: 发现自己的人格缺陷。
教学方法 与手段	教学方法: 1. 启发式教学: 我们如何去评价一个人? 是什么决定了一个人的命运? 是运气、努力还是人格? 为什么不同的人在不同的境遇其反应却不同? 2. 讲授法: 概要介绍人格、气质、性格的定义。 3. 讨论法: 通过同学之间的相互讨论总结如何更好的悦纳自己, 树立自信。 4. 案例式: 通过实际案例分析人格的缺陷。 5. 自学法: 对于一些较浅显易懂的内容通过自学, 既节省时间又提高了学生的自学能力。 教学手段: 1. 课堂教学借助多媒体电化教学, 形象展示授课内容。 3. 通过心理测验、讨论和互动的方式了解健康人格的塑造。
教学内容	引言: 复习上节课自我意识的主要内容, 进而引出人格的定义。1. 通常如何对一个人进行评价? 2. 为什么在同样的环境和社会条件下, 有些人成功, 有些人却一事无成? 3. 为什么有些人总会犯同样的错误? 4. 是什么使你与众不同? 这些都与人格有关。 第四章 大学生人格发展与心理健康 第一节 认识人格 一、人格的定义 “人格”(Personality)源自拉丁语“面具”(persona), 是个体在遗传素质的基础上, 通过与后天环境的相互作用而形成的相对稳定的和独特的心理行为模式。 人格是由不同成分构成的一个综合系统, 不同成分从不同的侧面反映个体的差异。人格结构系统包括气质、性格、动机、认知、自我调控等成分。其中气质与性格是人格结构的主要方面。 二、气质 1. 气质 (temperament); 2. 气质的特点; 3. 气质的体液学说: 小测验: 气质测量; 气质类型及其行为特征; 大学生气质类型特点; 气质与智力; 气质与职业选择; 气质与人际交往。 课堂练习: 1. 想象有这样一种情景: 有四个分别属于不同气质类型的人去剧院看戏时都迟到了。他们会有怎样的行为反应呢? 2. 某班学生准备举行一场辩论会, 现有以下工作准备分配: 公关、宣传、接待、联络、选手签到、资料准备, 如何分工? 三、性格 社会道德层面含义。 性格表现了人们对现实和周围世界的态度, 并表现在他的行为举止中。 性格表现了一个人的品德, 受人的价值观、人生观、世界观的影响。如: 有的人大公无私, 有的人自私自利。 性格是在后天的社会环境中逐渐形成的, 是人的最核心的人格差异。有好坏之分, 能最直接反映一个人的道德风貌。 性格有好坏之分, 不良性格可以矫正。 四、人格的特征 1. 整体性; 2. 稳定性; 3. 独特性; 4. 社会性; 5. 功能性。 积极的人格特质 第二节 人格发展与健康人格 一、人格发展的影响因素 1. 遗传因素: 基因变异、先天缺陷等, 生理因素 2. 环境因素: 家庭 (教养方式)、社会文化、学校 3. 早期童年经验 二、健康人格 健康人格测试 第三节 大学生人格特点与心理健康

表2 续表

教学 内容	一、大学生人格特点 能正确认知自我。智能结构健全而合理。对社会环境的适应能力较强,不断地进行社会化活动,具有和谐的人际关系。富有事业心,具有一定创造性和竞争意识。情感饱满适度。具有强烈的道德责任感,表现出诚实正直,谦虚谨慎,热忱勇敢等高尚品格。具有乐观向上的生活态度,对未来充满信心和希望,具有远大而稳定的奋斗目标。社会适应良好。 二、大学生人格缺陷 1.人格缺陷 (personality defect): 是一种人格发展的不良倾向,介于正常人格和人格障碍之间的一种人格状态。 2.大学生人格缺陷常常表现为自卑、怯懦、懒惰、被动、鲁莽、孤僻、冷漠、悲观、依赖、拖延、敏感、多疑、急躁、自我中心或对人敌视、暴躁冲动、破坏等等。 第四节 大学生健康人格的塑造 一、常用方法 认识自我、自我悦纳、培养自我调控能力、保持良好的心境、增强应对挫折的承受力、积极参与社会实践,培养良好习惯、扩大社会交往,建立良好的人际关系、在业余爱好活动中培养健全的人格。 重塑自我意向法。 理想信念教育。 常见人格缺陷的调适 自卑:嫉妒;多疑;拖拉。 结束: 实践作业:撰写个人成长报告 课程成效:每位大学生争做自己人格的主人,发现自己人格的缺陷,学会完善人格。培养积极人格特质。
----------	---

(3) 重视师资队伍的培训管理,确保实践教学的专业性。优秀的师资队伍是保障教学质量和提升学生学习效果的关键因素之一。学校应该加强对师资队伍的培训管理,包括定期组织专业培训、教学技能提升、教学方法创新等方面的活动,以提高教师的专业素养和教学能力。

(4) 注意挖掘实践教学中的思政元素,培育高素质时代新人。挖掘实践教学中的思政元素对于高质量培养时代新人具有重要意义。通过实践教学,学生可以更深入地了解社会现实,增强对国家和人民的责任感,形成积极向上的社会态度。思政元素融入到实践教学中,可以帮助学生在实践中加深对理论知识的理解,做到知行合一,融会贯通。全面提高学生的思想道德素质、科学文化素质和身心健康素质,培养与时代要求相适应的高素质人才。

(5) 结合不同专业学生的多样性,开设有针对性的教学模块。在现今日益多元化的学术环境中,结合不同专业学生的多样性,开设具有针对性的教学模块显得尤为重要。这种教学模式不仅有助于满足学生的个性化需求,提升他们的学习兴趣和动力,还能够更好地培养他们的专业技能和跨学科思维能力。在有针对性地实施教学模块时,灵活多样的教学方式 and 教学手段是必要的。这包括利用现代科技手段如在线课程、虚拟实验室等进行远程教学,以及采用小组讨论、案例分析等互动式教学方式激发学生的学习兴趣和积极性。同时,教师还

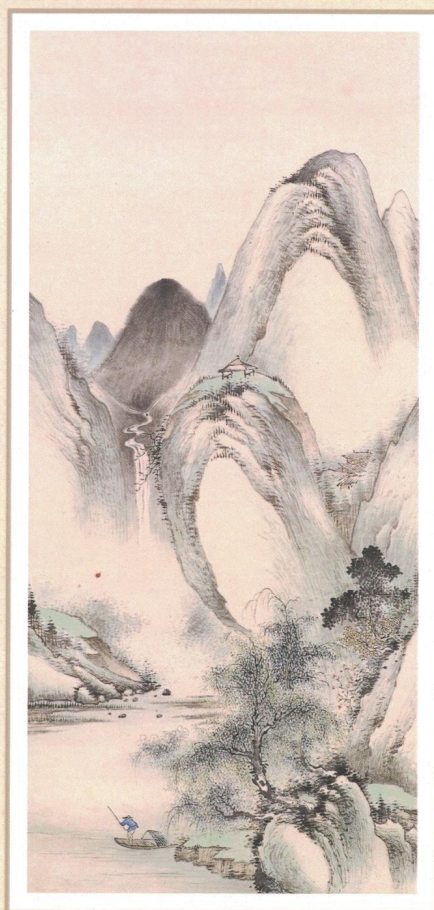
应注重培养学生的自主学习能力和团队协作精神,以帮助他们更好地适应未来的职业发展。

参考文献:

- [1] 薛春艳. 大学生心理健康教育体验式实践教学探赜[J]. 学校党建与思想教育, 2020(5).
- [2] 王贺. 应用型本科院校《大学生心理健康教育》实践教学的研究[J]. 佳木斯职业学院学报, 2018(9).
- [3] 孙锋, 路晓英. 基于“基础+模块”综合实践教学模式的高职院校心理健康教育课程改革探索[J]. 内江科技, 2018(10).
- [4] 梁圆圆, 周惠玉. 课程思政视角下大学生心理健康教育[J]. 教育教学论坛, 2021(11).
- [5] 雷儒全. 新编大学生心理健康教育[M]. 北京: 高等教育出版社, 2019.

基金项目: 本文系湖北师范大学2023年度校级教育教学改革研究项目: 大思政格局下大学生心理健康课程实践教学模式与路径研究(项目编号: 2023026); 2023年度湖北省教育厅哲学社会科学项目: 心连心, 共成长——“一二三四”朋辈互助模式在高校心理育人工作中的实践探索(项目编号: 23Z281)。

作者简介: 李琳, 女, 湖北师范大学学工部心理中心专职教师, 讲师。



春林烟雨 60cm×145cm

国际标准连续出版物号: ISSN 1003-8760
国内统一连续出版物号: CN 34-1027/I

