

“对分+PBL”教学模式在 高职心理健康教育课程中的应用探析*

杨晶晶

(武汉软件工程职业学院 湖北武汉 430205)

摘要:为提升心理健康教育课程教学质量,激发广大学生学习的积极性和自主性,培养学生的思维能力和创新能力,达成心理健康教育课堂的“助人自助”育人目标。结合当前高职心理健康教育课程教学普遍存在的问题,对教学内容、教学方式和考核方法进行改革和创新,构建了理论与实践一体化的“对分+PBL”全新课堂教学模式。

关键词:“对分+PBL”教学模式 高职心理健康 教育课程

中图分类号: G441 **文献标识码:** A

DOI: 10.12218/j.issn.2095-4743.2022.23.115

“培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人”是习近平总书记在2018年全国教育大会上的明确要求。培养学生的健全人格则是高等职业院校人才培养的重要目标之一。本文的研究着眼大学生心理健康教育课程改革,探讨新的教学模式中心理健康课程的创新与发展,提升课程教学质量,培养学生创新力、思维力,着力实现心理健康课程“助人自助”育人目标。

心理健康课程目前面临课程内容多、课时少、大班授课等问题,传统的教学模式无法照顾到每个学生问题的差异性,课程效果难以达到预期要求。“对分+PBL”教学模式可以从时空上充分挖掘并利用所有可利用的教学资源,从价值上充分满足学生个性化心理发展的需求,从行为上充分激发学生创新意识,提高思辨力和团队协作力。让学生在自我参与中提高学习的积极性和趣味性,实现心理健康知识的学习,进一步提高学生的综合心理素质^[1]。

一、“对分+PBL”教学模式的基本理念

1. 对分课题教学模式

对分课堂,又简称为PAD课堂,是由普林斯顿心理学博士、复旦大学心理学教授张学新老师于2013年率先提出的一种适合中国学生现实情况的课堂教学模式。主要包括讲授(Presentation)、内化吸收(Assimilation)、讨论(Discussion)三个环节。对分课堂起源于认知心理学,其核心理念是将课堂时间平均分配,教师讲授和学生讨论式交互学习在课堂时间上实行“对分”,一半课堂时间给老师讲授知识框架,另一半时间用于学生讨论交流,形成良性的交互式

学习。对分课堂的创新点是把教师讲授和学生讨论的时间错开,实施“隔堂讨论”,让学生在教师讲授后有一周时间自主学习,有足够的时间将感性材料信息加工成理性材料,达成个性化的内化吸收。对分课堂是中国本土的原创课堂教学新法,结合了讲授式课堂与讨论式课堂的集中优势,根据学生心理个性化需求进行一周的自主安排学习和内化吸收,有效地调动了学生的学习积极性,同时,在讨论交流中锻炼学生学习力和迁移力,帮助学生内化为自身的力量,培育优良品质。对分课堂自2014年春在复旦大学试行成功后,得到了国内外数百所学校的认可与推崇,这一教学模式引起了国内高校的广泛关注和积极探索^[2]。

2. PBL 教学模式

“以问题为中心”的教学模式(Problem-Based Learning),简称PBL。是美国神经病学专家霍华德于1969年在加拿大的麦克马斯特大学开始实行的一种新型的以学为主的教学模式。PBL主要以学生为中心,以问题为基础,通过精选问题、界定问题、解析问题、成果展示和总结反思等五个环节,培养学生分析和自主解决问题的能力。PBL教学模式与目前倡导的“以学生为中心”的教学理念是十分吻合的,强调让学生通过学习团队的互助合作和自主探究去发现问题,并且主动寻求解决问题的方法和途径。在解决问题的过程中引导学生把理论学习与实践运用相结合。PBL教学法目前已被多所高校广泛引入,并在不同教学领域中取得了相应经验和成果。

二、对分+PBL 教学模式在课程中的应用实践

2020年1月新冠疫情爆发对教育教学带来了很大的影

*项目基金:全国轻工职业教育教学指导委员会立项课题《信息化背景下高职院校心理健康课程“对分+PBL”教学模式研究》研究项目(QGHZW2020009)。

响。从小学到大学，教师们都开始摸索线上线下相结合、平台自学加直播教学的教学模式。也正是在这样的境况中，我校心理健康教育课程开始了“对分+PBL”的教学模式探索。

依托相关教学平台，采用对分课堂教学方法，将学生平台自学和教师线下教学相结合。课程设计以学生需求为中心，采取积极心理学的成长模式，注重启发性和实操性。课程内容不完全依照心理健康的逻辑框架，而是根据学生需求，紧紧围绕学生在课程学习和心理咨询过程中困惑最多的问题开展教学。大量使用学生身边的生活事例来说明相关的理论和概念，让学生在理解心理学的基本知识，掌握必要的心理学方法和技能的基础上，可以通过自我调节解决心理困扰，发挥自己的潜能优势。以学生为中心，突出体验性和感受性，做到知识、体验、训练相结合，注重培养学生实际应用能力。尊重学生的主体性，调动学生参与课堂的积极性。采用知识讲授、案例分析、情景模拟、讨论分享、角色扮演、心理测试、活动体验等多种教学方法，利用网络资源、影视资料、心理测评工具等教学手段，使教学贴近时代发展、贴近人才需求、贴近学生成长^[3]。

1. 教学准备

(1) 确定教学平台

根据线上教学要求，我们研究了对分课堂的教学优势以及实施线上教学的可行性，思考了实施大规模线上教学可能会出现的相关问题，对多个网络教学平台进行比较尝试，最终确定了以中国大学慕课平台为主，智慧职教、QQ课堂、腾讯课堂等教学平台为辅的教学平台，教学方式以在线直播课堂为主，辅以QQ社交平台和腾讯课堂，共同完成课程教学的组织实施工作。

(2) 创建线上资源

遭遇疫情突发，学生选课、线上班级设置、线上课程创建都需迅速推进。在这种情况下，我校对所有课程教师进行了线上教学平台操作培训，以腾讯视频会议的形式对授课教师展开中国大学慕课平台操作培训，教授老师们如果在平台中建立课程，如果构建线上班级，如何进行线上班级管理，如果上传教学资源，如何线上布置并批改作业……让所有任课教师都能在规定时间内高质量创建网上课程，并且能够有效实现线上班级管理。任课教师在中国大学慕课平台和QQ社交平台同时创建授课班级群，及时关注学生学习情况，确保教学效果。

(3) 组织集体备课

任课教师共同研讨、集体备课，针对课前、课中、课后

的教学内容进行设计。选用符合高职生特色的教材，拟定教学计划和课程大纲，撰写教案，制作课件。结合学生接受性高的音频视频及图片动画等教学素材，争取让课堂内容更灵活多元、丰富清晰、重点分明，提升学生的学习效率。教师在教学设计中体现教学目标和教学重点，为学生设计“亮考帮”作业，通过“亮考帮”作业中凸显的问题确定教学难点。

(4) 调整课程模式，丰富教学方法

增强课程的体验性。课程教师依据教学内容和重、难点创设问题情境。设计针对性强能够引起学生共鸣和思考的典型案例，引导学生在讨论、分享、团队合作中得到成长。针对教学内容特点，采用不同教学策略。对于态度价值观类的内容，采用BOPPPS教学，对于技能操作类的内容，采用五星教学。通过案例教学、榜样示范法、角色扮演法、心理测验法、小组讨论法、活动拓展法等多种教学方法，培育学生建立自尊自信、理性平和、积极向上形成的社会心态。教学过程由“课前网络自主学习、课堂体验活动内化、课后实践行为强化”三个环节组成，通过课前、课中、课后的教学内容设计，让学生达成“知、情、意”的融合。“知”是依托线上平台，学生课前自学，在讨论区发帖进行交流分享，实现朋辈互助学习和师生交互学习。“情”和“意”是通过精心创设的情境，让学生进行充分的情感体验，在情境活动中挖掘心理潜能，形成良好个性，促进人格品质的全面发展。“行”是在课后开展小组实践活动，把新的行为、结果、感悟上传云端，利用团队的力量进行持续、可视化的行为跟踪，将积极的心理模式强化为行为习惯，以增强自我效能感和社会责任感^[4]。

2. 教学实践

(1) 组建学习团队

教师组织学生建立学习团队，一般4-6人为一组，每组选出一名组长，团队成员公共设计团队名称、团队口号、队徽、队歌等团队信息，并上台进行团队介绍。在团队组建和团队介绍过程中体现出了各个团队特色。有团队载歌载舞，有团队使用吉他风琴等乐器，有团队用说唱。在团队建设过程中学生体验到了集体的凝聚力，这个课堂氛围活跃，充分调动了学生的创造性。在翻转课堂、心理情景剧拍摄和团体游戏环节中皆以团队形式参与^[5]。

(2) 以学定教，完成课前自主学习

课程教师在中国大学慕课教学平台和QQ群同时发布课程章节所对应的学习任务，含相关视频和教材、学习目标、学习方法、学习内容、学习要求。学生按照教师指令开展课

前自主学习,并在线提交“亮考帮”作业:将学习收获发在“亮闪闪展示区”,将关键知识点设置成考题发在“考考你挑战区”,将自己不懂的问题发在“帮帮我求助区”,朋辈相互解答低阶问题;完成对应的章节测试,通过测试方可提交作业,未通过的则需要重新学习。在课前的自主学习中,学生可在QQ群展开问答讨论等协作互动活动,教师依据学生完成情况和群讨论来确定教学方法和教学的重点难点。

(3) 对学生存疑的重难点开展有针对性的课堂讲授

通过中国大学慕课教学平台和腾讯课堂、QQ屏幕分享,以直播课的形式,教师从宏观层面上讲授教学内容的主要知识框架、重点和难点,告诉学生每次课程的学习目标、学习方法和主要学习内容。精讲留白是对分课堂核心部分。在课堂讲授中,教师需根据实际教学情况,增加或减少留白空间,根据学生个性化差异,将内化内容和讨论问题层次化,保护学生的学习自信心。由于是在线直播,授课教师可以根据学习内容和场景设置抢答和随机点名等环节,活跃课堂氛围,激发学生的学习激情。通过超星平台的讨论区和QQ群,授课教师可进行答疑解惑,了解任务进展,把握课堂走向,帮助学生内化吸收^[6]。

(4) 组织讨论思考,教师高阶答疑

教师通过了解学生课前平台自主学习效果,及“亮考帮”作业反馈,把握学生学习中的困惑和难题。线下课堂中对重点难点进行集中辅导和训练。在时间上把教学安排一分为四:第一部分为教师精讲留白,帮助学生明确学习目标及重难点,留出供学生探索的空间;第二部分为学生自学内化,观看MOOC并完成习题测验。第三部分为学生相互讨论、自主解惑。第四部分为教师答疑,教师归纳总结重难点,并根据学生“考考你”和“帮帮我”中共性存疑之处,组织情境案例讨论,开展启发式教学,进行高阶解答。

(5) 线上线下融合,全方位促进教学

通过QQ社交平台,教师在课下也可以为学生答疑解惑,了解和监督学生的学习情况,学生则在中国大学慕课平台上通过老师的指导轻松地进行自主学习。教师通过中国大学慕课平台数据分析可以更好地进行教学评估和教学反思总结,学生通过慕课平台可以更好地利用课余时间轻松自觉地进行学习,从而实现教与学的良性循环。

三、教学模式探索的成效和经验总结

1. 构建“主题引领、问题中心”的课程内容

主题选择以实现心理健康教育课程目标为导向,指向人

的健康发展;以问题为中心,以促进自我发展、达成自我激励为核心指向,实现助人自助的课程目标。

2. 采用“一体三翼,多维对分”的教学模式

以心理健康教育课堂为主体,课堂之外增加三翼护航,分别是学生工作处、心理健康教育中心、心晴天使团(学生社团);采用“隔堂对分”“课内对分”“课外对分”的多为对分形式。立体化的交流互动贯穿于教学全过程;

3. 实施“过程考核,三线评价”的教学考评方式

通过“亮考帮”作业考核、“职教云”网络考核、“项目化”小组考核弥补笔试考试无法反映心理健康教育课程应用性特点的弊端。形成全程评价、动态评价、多元评价的考核方式。

教学改革任重道远,今后在教学过程中,我们仍然需要继续加强对“对分+PBL”教学模式的研究。针对目前存在的问题和不足,提出有针对性的举措,让这种多元的教学模式更加贴合职业院校学生的认知特点。

参考文献

- [1]高德毅,宗爱东.课程思政:有效发挥课堂育人主渠道作用的必然选择[J].思想理论教育导刊,2017,(1):31-34.
- [2]张学新.对分课堂:大学课堂教学改革的新探索[J].复旦教育论坛,2014(5):05-10
- [3]张学新.对分课堂中国教育的新智慧[M].北京:科学出版社,2016.
- [4]黄晓蕾.基于对分课堂模式下的中学心理健康教育课程应用[D].华中师范大学,2016.
- [5]杨榆玲,钱源,杨芳,等.对分课堂教学模式在高校大课堂教学中的探索[J].基础医学教育,2018(9):754—755.
- [6]陈瑞丰,张学新.优化对分课堂讲授,提升学生学习自主性[J].教育教学论坛,2018(10):169—170.

作者简介

杨晶晶(1979—),女,籍贯:湖北随州,汉族,硕士,讲师,单位:武汉软件工程职业学院,主要从事大学生心理健康教育教学研究。