

# 基于大学生心理特征的高校心理教育课程教学改革研究

郑小冬

武汉文理学院

**[摘要]**随着学生心理问题的日益严重和心理教育的日益重要,提高学生心理素质已成为教师、学生和社会的一项重要实践活动。正如教育部部长所指出的,大多数高等教育机构初步建立了一支由专业心理教师组成的心理学团队,大学生心理教育开始逐步走上科学化、制度化、规范化、专业化的发展道路。这些教育机构和学校已将学生的心理教育纳入学校的德育体系,并建立了具体的工作场所,包括心理培训、心理咨询等,加强学生心理教育的积极指导。本文基于相关内容提出了一系列科学的工作原理,确立相对完善的途径,提出加强大学生心理教育的思路和方法。

**[关键词]**大学生;心理特征;高校心理教育;课程教学改革

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.11.643

## 一、课程教学改革的重要性

课程是心理教育的主要手段或渠道。通过课程调查,学生可以系统地学习和掌握心理健康知识和必要的心理健康技能,并在课堂上进行互动。在课堂教学中,要加强对话与沟通,加强心理体验,解决心理困惑和矛盾,释放心理潜能,培养心理素质。有效的课程教学和课程管理是课程建设的前提和基础,加强高校心理教育课程建设,对促进高校学生心理健康的成长和发展具有直接而深远的影响。这门以综合课程管理为核心,以建立大学心理学课程管理体系为目标的综合性、系统性课程,在一定程度上促进了大学心理学课程各方面的发展,提高课程的有效性和整体价值。课程改革研究应包括校内外教师使用的实践教学和课程管理方法,以及与专业人士的密切专业合作,这也将有助于扩大教育管理团队。共同努力,加强课程设置,鼓励在一流大学扩大心理教育。心理教育是高校为适应社会发展和学生成长的需要而开设的一门新课程,课程数量的增加和管理水平的提高,将进一步优化和整合学校的教学资源,推动大学课程朝着科学化、规范化和有针对性的方向发展。本文根据实践和理论发展的需要,对大学心理学课程改革进行研究,以期形成大学心理学课程管理的理论体系,丰富大学心理学课程的理论基础,促进课程的发展。

## 二、当代大学生心理特征

目前,社会因素、学校、家庭等因素相互影响,形成了00后学生的基本心理特征,如个性、心理信任、创新能力和正常的社交活力。

### (一) 个性独立又依赖家庭

改革开放以来,中国经济取得了显著增长,00后学生的物质利益一直是家庭关注的焦点。在这种情况下,20世纪00年代的学生有强烈的独立意识,更容易受到他人(家长和教师)的干扰。00后的大多数学生不太关心自己的日常生活,对自己的生活没有很好的把握,解决问题的机会也较少。进入大学后,学校生活处于集中管理之下,所有学生事务由学生自己决定,00后的许多学生表现出了一些担忧。

### (二) 心理自信又承受不了挫折

00后的大多数人都充满热情、开放、热情、勇气和自信,他们愿意表达自己的感受。然而,由于社会经验有限,

其心理影响相对不稳定。在学业成绩和各种社会活动的压力下,他们不知道如何应对,表现出一些困惑、学习动机低和学习状况差。一些学生了解网络和游戏,通过网络寄托情感,但这并不能保证正常的心理状态。

### (三) 创新能力强而动手能力差

随着信息技术的飞速发展,00后学生在互联网上获得了大量的信息,这使得他们更容易接受新事物,并在一定程度上激发了00后的创新意识。由于教育资源的不平等和教育体制的问题,00后主要集中在理论学习和考试上。他们的生活和经济经历阻碍了他们的创新,他们通常有新想法,但不知道如何实施,因此会导致创新能力强但动手能力差的情况出现。

### (四) 网络生存为常态

学生们随着互联网的发展而成长。互联网是信息、交流、沟通和娱乐不可或缺的工具。互联网对年轻人而言是“双刃剑”,一方面,互联网极大地促进了信息的获取、交流和沟通。另一方面,00年代以后,学生了解国内外最新技术,为创新活动创造条件,由于网络信息的复杂性和模糊性,00年代以后的大学生对自己的心理认识还不够全面,理性分析各种信息的能力还不成熟,容易受到负面影响的影响。

## 三、课程教学改革的价值取向

价值取向是设定价值标准的方式。管理工具收集有关主体和客体、主体和社会需求的信息,采取有效的方法和行动,形成主体和客体之间的客观关系,最终满足需求的理论知识。从本体论的角度,我们称之为指导价值取向;从价值的角度来看,价值的方向就是发展的方向。无论是哪个角度,其核心在于谁是价值主体,如何理解价值主体的需求、目标和理想。因此,学习过程管理的方向决定了学习过程管理的风格。不难理解,大学心理学课程的每一项管理政策和措施都是有针对性的,我们必须做出正确的选择。

### (一) 以学生发展为本

人是治理的核心,在治理中无疑应该处于领先地位。心理学课程旨在培养人们的心理健康,我们必须把育人作为教育的基础,给予人们应有的关注和尊重,充分开发人们的智力潜能。在心理教育课程管理过程中,只有善治、民本、科学理性才能有效地帮助学生实现自我超越。

## （二）充分利用校本资源

当前，大学生心理教育是新时期学习改革的重点和难点之一。笔者认为，这是一种新的教学形式，而学习教学资源是其中的难点之一，与其他学科不同，它没有固定的教材。事实上，高校的心理教育课程非常不同。就教学资源而言，可分为学校资源和附加学习资源。学校资源是学校内部提供的资源，尤其是与教学密切相关的各种活动，如校舍、设备、环境、文化环境和人力资源等。此外，学校心理学课程是多层次、立体的。教师是课程中的重要内容，学校资源是教学资源，学校环境是促进学生健康成长和发展的一种教学资源。所有可开发的物质和精神资源都是教育资源，如学校图书馆、实验室和设备、学校视听资料等，是更广泛的学校资源系统的一部分，高等学校心理教育项目负责人应当按照高等学校心理教育项目总体规划查找和使用资源。

## （三）推行创新性课程

与其他课程一样，高等教育心理学课程的实施遵循三个指导原则：承诺、相互适应和创新导向。心理教育刚刚起步，高校教育能力薄弱。心理训练计划的实施过程被认为是其认真实施的过程，经过多年的实践活动，具有一定心理基础的高校已经形成了一致的立场，强调了课程使用者和学校地位之间的关系，并提出了改变课程目标、内容和建议。根据学校或班级的实际情况制定组织方法和形式，它包括两个方面：使课程适应学生的实际情况和特点；课程的任何变化实际上都可以根据具体情况进行调整。在某些情况下，心理教育从一开始就以充满活力的心理教师为基础，他们来自非常有创造力的大学，通过不断开发心理培训课程，学习新的元素和形式，从事创新工作。学习课程管理帮助教师创造新的心理技能，这是一个学习资源。有了这些资源，教师和学生都在不断地变化、发展和成长。值得注意的是，教材在课程知识的形成、课程改革的设想、研究方法以及对教师角色的理解等方面存在较大差异，反映了高等教育的不同教育水平，以及教师对这些课程的发展和认识水平。

作为心理教育计划的核心，理想的指导应该是创造性的。心理教育既是一门专业课，又是一门实践课。学生应掌握一定的心理健康知识和技能，但更重要的是提高心理健康和心理援助水平，以恢复或加深对人的感情，这些深刻的心理变化与个人经历密不可分。因此，开设此类课程的做法既不明确也不实际，需要教师、学生和管理者的共同努力。在当前形势下，我们必须避免真正的机械化指导，注重课程实施的相互协调，努力创造最终导致课程创新实施的因素。在实施心理课程时，应注意两种消极倾向，即反对“纯粹实用主义”和“课程统一”。

## （四）以“课程集约化”为导向

现代课程结构问题是一个系统性问题，解决它的关键在于精细化改革，“效率”是指在组织内部分配资源以实现最优配置。从管理的角度来看，这是一种强化思维，是一种结

构和功能统一的思维，是一种低产高效的思维方式。在大学管理层内部，强化计划的实施应包括通过有限的课程扩展心理学知识。优化课程整体结构，实现内容、规模和连贯性的最佳组合，它显著提高了课程的有效性，彻底改变完成课程的方式。由于其目的和功能，高校心理健康教育可以形成多种知识体系和课程，包括必修课、选修课等，这些课程之间的内部和外部关系构成了一个复杂的系统问题。因此，课程管理必须保持相关性，实施课程改革，充分保证课程结构与功能的有机统一。

## 四、高校心理教育课程评价的管理

课程评价采用科学的方法和工具，按照一定的标准和原则，对整个课程体系的设计、实施和价值进行评价。高校心理规划课程科学合理，能够满足社会和学生需求，具有实用价值。实施过程正确，课程实施有效，功能得到充分发挥，这是课程评价的必要条件。心理健康课程的评价管理有助于更好地理解、设计和实施课程，促进整体课程结构的发展。与其他课程一样，心理教育的效果主要体现在学生身上。课程结束后，学生将主要通过具体考试学习所学知识和技能。但心理学课程是一门特殊的课程，它不同于心理能力课程。学生的心理健康是他们评估的基础，其中一部分需要用心理健康来衡量。因此，心理学课程具有评价特征。

## 五、结束语

随着国民经济的快速发展，工业、建筑、教育、卫生等领域都发生了重大变化，大学生是进入社会并面临各种困难的人，大学开设的心理学课程可以帮助学生树立正确的人生观和价值观。有效的课程改革和管理可以提高教学质量和效率，学生是学习的重要组成部分，在教学过程中，教师不仅要向学生传授文化知识，还要培养学生的心理健康。大学心理学课程对学生的成长至关重要，高校应重视心理学课程的管理与实施，加强课程管理的实践应用和理论分析，合理开发教学资源，有效实施心理学专业课程。

## 参考文献：

- [1] 孙伟元. 基于大学生心理特征的高校心理教育课程改革研究[J]. 2020.
- [2] 姜杨, 张炼, 陈雷. 新时期大学生心理健康教育工作模式的创新与构建[J]. 管理观察. 2017, (32). 111-113.
- [3] 龚勋, 易敏. 积极心理学视野下大学生心理健康教育课程改革探析——评《大学生心理健康教育》[J]. 科技管理研究, 2021, 41(16): 1.
- [4] 刘旭莹. 高校大学生心理适应与心理健康教育课程改革研究——评《大学生心理健康教育》[J]. 人民长江, 2020, v. 51; No. 673(12): 230-230.

作者简介：郑小冬，1982年4月生，女，汉族，河北唐山，硕士研究生，讲师，应用心理学方向，武汉文理学院。