

# 大学生心理健康教育课程中翻转课堂教学模式的应用

栗鑫 张欢欢

(河南医学高等专科学校 河南 郑州 451191)

**[摘要]**大学生的心理健康是当前社会关注的热点,尤其是新冠疫情期间,全国很多高校对学生的心理健康测评结果显示,大学生呈现不同程度的抑郁、紧张、焦虑,甚至严重的心理危机。当前国内处于常态化疫情防控阶段,大学生的心理健康问题依然随时影响着学校教学秩序的稳定。有效的心理危机干预机制是大学生健康成长和校园和谐稳定的基础,大学生心理健康教育课程作为高校心理健康教育普及率最高、影响范围最广、教育效果最容易体现的主渠道,对大学生心理健康素养的提升起到了至关重要的作用。依据布鲁姆目标分类理论,结合“互联网+”时代背景下课堂翻转的已有实施路径,关注课堂准备、教学实施和教学反馈三过程,提出了“三过程+两预期+一建构”模型,力求通过此理论模型实现高质量的翻转课堂进而提高课堂实效性,助力学生发展与成长。基于此,本篇文章对大学生心理健康教育课程中翻转课堂教学模式的应用进行研究,以供参考。

**[关键词]**大学生;心理健康教育;翻转课堂;应用

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.05.118

## 引言

针对心理健康教育而言,即在出现内外部变化时,高校学生可以主动调整个人状态,尽量适应所发生的变化,降低由于外部环境改变而产生的心理压力,从而避免引发心理崩溃现象。但是高校大学生的心理素质令人堪忧,且问题越来越严重。当下大学生正处于扩大视野、学习知识、提高心理素质的关键期,然而为数较多的大学生出现了诸多问题,比如学业压力大、感情受挫、人际交往难度大等,由此造成心理发展偏离方向,甚至出现消极厌世的情况。针对该情形,若不落实一系列有效措施,势必对大学生产生严重影响,阻碍其个体发展。现阶段,我国高等院校大学生不仅具有鲜明的时代特征,也具有显著的国情特征。由此,高校应该结合特殊国情,全面开展特色鲜明的大学生心理健康教育,为高等教育发展指明新的方向。

## 一、翻转课堂的相关概述

### (一) 翻转课堂的特点

翻转课堂是相对于传统课堂教学模式提出的一种全新的教学模式,是近年来备受老师和学生喜爱的教育教学模式。它的核心是先学后教,学生课前通过学习教师的讲解视频进而完成浅表的知识记忆或是理解方面的知识,课堂上在教师的指导下完成高级认知问题的深层次学习,这种通过把直接讲解移除到课堂之外,从而把宝贵的、面对面的课堂时间用来进行丰富的、有意义的学习活动,最大化有效利用学生在课上进行深层次参与的学习时间。翻转课堂教学模式通过线上学习,学生可以自由的徜徉在知识的海洋里,随时随地进行学习、不受时间和地点的限制,在和谐的教学气氛中增强了教效果,达成有效学习的目的。

(二) 翻转课堂模式运用在大学生心理健康教育课程中的关键意义

1. 有益于大学生冲破学习的时间、空间局限。伴随新课改建设工作的逐步深入,翻转课堂模式应运而生,在大学生心理健康教育课堂实践中,加以运用这种新颖的授课模式,课程教师可以借助计算机信息化技术辅助教学,在这种环境下,大学生就可在课前预先观看课程教师上传的视频资料,扩展学生个人的思考分析范围,使学生筛选出难懂的问题,如此便可激起学生的求知欲望,使学生可以伴着问题在课堂上与同学之间或者向教师请教;在课后复习阶段,学生同样能够根据其个人难以消化的课程内容,有选择性的在网络学习平台上,查找教师上传的学习资源,而且学生还可以在学习平台上交流互动,扩展学生的学习范围,为学生创建出宽松的学习环境,促使学生感知到学习心理健康教育课程的益处,进而使大学生形成健康阳光的人格。

2. 有益于强化大学生的课程体验。从目前情况来看,大学生心理健康课程的开设目标,就是引领学生经过体验课程内容,形成感悟,并以此作为基础更正其个人错误的言行习惯,促使大学生得到良性发展。在心理健康教育课堂实践中,运用

翻转课堂模式,可以扩展学生的思考范围,使学生全身心的融入到课程环境之中,并由此强化其个人的情感体验,这对于学生今后的成长无疑会起到正面的影响。

## 二、大学生心理健康存在的问题

### (一) 学习适应能力弱

对比高中时期,大学课程进度快、学习内容难度大、学科间联系多元化、学习目标由原来的升学转变成成为职业生涯而未雨绸缪,这些特点就要求大学生们必须有自觉而高效的学习习惯和学习能力。长期紧张的高中学习生活使得部分大学生无法很好地快速适应大学的学习生活,缺乏自觉性,在学习上产生紧张、焦虑心理。

### (二) 人际交往困难

进入大学之后,面对复杂化的人际群体,很多大学生对师生、同伴和异性之间的人际关系不知道该怎样去正确处理,由于地域、文化背景、家庭环境、价值理念等各方面的差异,在社交上产生问题时,就很容易产生失落感。因此,一些消极情绪随之而生,使得部分大学生对人际关系产生怀疑,甚至自我封闭。

### (三) 自我认知有偏差

大学生们年轻、朝气蓬勃,对一切事物感到好奇,易于接受新鲜事物。但由于他们正确的三观尚未完全形成,所以在判断时会有偏颇;对待具体的事情,所持的观点也往往不理性。一是绝对化要求。他们会以自己的意愿为出发点,认为某事一定发生或一定不发生;二是过分概括化。夸大事情的危害性,导致个体陷入极端的不良情绪体验中。

### (四) 多重性

困扰大学生心理的因素可能会存在多重并发的特征,大学生心理问题呈现多样化、多元化的发展趋势,学生能否在当前阶段做好自身情绪的把控变得异常关键。大学生正处于成长的重要节点,虽然大学生经过初中、高中的学习已经形成一定的文化基础,但是由于其所处年龄段的特殊性,使大学生在此阶段容易出现较大的情绪波动。目前,对大部分大学生进行心理调查发现,大学生心理困扰具备多重并发的特征,大学生心理困扰的严重程度会随着时间逐渐增大。此外,大学生在心理困扰阶段存在价值取向迷茫、自我意识模糊、社会适应能力弱、人际关系不适应等情况,大学生会受到多个层面问题的影响,使其自身心理遭受沉重的压力。

## 三、大学生心理健康教育课程中翻转课堂教学模式的应用

### (一) 课前教学阶段——教学准备阶段

#### 1. 设计教学方案

教学方案是每次上课的授课方案,包括课前视频教学设计 and 课堂活动设计两部分,在这一过程中需要考虑教师和心理预期。比如,通过课前问卷调查的形式收集学生对于本节课授课内容的心理期待和知识储备,有助于授课教师备课充分且升自身胜任力,这将极大地增强学生满意度,提高师生关系

(下转第131页)

### 三、中国近代音乐史对当代青年的德育渗透

#### (一) 强化主流文化价值的引领作用

我国近代音乐的萌芽,主要就体现在十九世纪过后,群众当中基督教圣咏歌唱的影响力正在持续提升,并且基都教会所举办的一部分音乐活动,其大多都会选择在部分地区之中,比如音乐学校以及音乐会等,也正是由于基督教所产生的影响,使得近代的维新派以及洋务派代表人物逐步加大了对于音乐教育方面的监督管理力度。同时,我国最早的军乐队也是在西方军乐队的影下所衍生出来的,张之洞以及袁世凯手下的军队,其都设置了相应的军乐队,在这一时期中的军歌也得到了十分广泛的流传,对于提升士气以及壮大革命队伍等方面,都起到了至关重要的作用。而在当前的社会环境中,当代青年通过对于近代音乐的理解感悟,能够在其中获取到完全不同的享受以及体验,使其能够更好的理解近代音乐当中所存在的思想内涵,从而对那些经典高雅的艺术内容产生浓厚兴趣,积极主动的引导学生来接触那些传递积极思想理念的经典音乐,充分发挥出音乐所具备的德育作用<sup>[3]</sup>。

#### (二) 强化青年的道德体验

中国近代音乐史的发展,主要包括了以下几方面内容,首先为抗战、革命方面,其中产生了许多脍炙人口的解放音乐,并且随着战事的动态变化,也诞生出了一部分与当时文化背景相关的音乐作品,比如著名的《黄河大合唱》;其次则是当前社会对于音乐思想方面进行的研究以及取得的成就,比如《论中国古典歌剧》等,这也进一步代表着我国近代音乐史的发展具备着较为显著的时代特征以及民族特征,与国外的音乐史发展存在着本质上的差异。因此,在当代青年接触中国近代音乐史的发展进程中,由于每一个音乐作品自身都具备着较为显著

的独特性,这就需要深入探究其内部存在的精神内涵以及思想品质,确保能够为青年提供出主流的时代精神,在引发出青年情感共识的同时,为青年未来的学习发展奠定坚实基础<sup>[4]</sup>。

#### 结论

在我国近代音乐史的发展进程中,其内部蕴含着十分强烈的红色精神以及革命精神,甚至在当今的社会环境中,仍旧发挥着至关重要的作用。因此,这就需要加大对于中国近代音乐史的重视程度,并对其展开深入分析,挖掘出其中所具备的德育资源,以此来更好的感染当代青年,使其能够成为国家发展的栋梁之材。

#### 参考文献

[1] 李鑫.从宏观视野看中国近代音乐历史的发展——简评汪毓和的《中国近现代音乐史》[J].大观(论坛),2020(12):30-31.

[2] 冯长春.近代中国歌剧作品的整理与复排——以《秋子》为例[J].音乐文化研究,2020(01):50-61+3.

[3] 丁婕.浅谈中国近代音乐历史分期的特殊性及其复杂性[J].参花(下),2018(05):133.

[4] 赵建民.简述中国音乐史学的近代转型[J].艺术评鉴,2017(23):20-22.

#### 作者简介:

张丽娟,女,汉族,籍贯:芜湖生于:1986-6,职称:助教,本科毕业。研究方向:音乐学。

#### 基金项目:

课题名称:课程思政背景下中国音乐史课程德育渗透路径的研究

课题编号:2020kcszyjxm181

(上接第127页)

质量。

#### 2. 课程视频

参照课程内容选用已有的教学案例,或者是课程视频,又或者是重新制作视频,提供给学生观看,用以扩充学生的思考范围,强化学生的感知能力,使学生可以学懂更多的知识内容。

#### (二) 课堂组织教学——知识内化阶段

##### 1. 课堂导入环节

鉴于课前学生自学视频材料,因此本环节主要是检查学生对于本节课的已有知识的储备情况。因此,以简单直接的提问唤起学生的记忆性知识即可,时间要短,建议利用“云班课”或是“学习通”平台上的“谈论答疑”“主题讨论”或者“测试”功能,提前设定问题,限时完成。

##### 2. 检测学习成果

在课上阶段,学生通过观看视频,提出相应的思考问题,引领学生将课程内容与平时生活相融合,为学生创建出宽松的学习情境。在课后阶段,检测学生对于课程内容的学懂程度,如此便能随时做出反馈。

#### (三) 总结提升环节

教师需要对整个线上线下的教学活动进行总结、归纳和提升,以帮助学生掌握教学重点,对教学内容有一个框架性和系统性的认识。这部分可以是教师或学生口述式,也可是教师或学生绘制思维导图,还可以是分享感悟式等。

#### (四) 课程总结

在课后阶段,学生完成课后练习以后,经过问卷或者网络平台反馈课程内容的掌握情况,在这种情况下,课程教师就可以参照学生的反馈意见,做出相应的思考,调整和优化课程内容,助力于课程质量的提升。

#### 结束语

总之,我们应该充分做到,把高校心理健康教育由闭合化转向兼容化、由“专业化”转向知行合一化,由知识

讲授转向行为养成,由事后心理危机干预转向事前心理素质养成。最终将“翻转”理念随时融入到大学生心理健康教育全过程中,不断改进大学生心理健康教育的内容、形式、教学方法与教学效果,更好地践行教育的宗旨,实现为国育人、为共产主义事业育人的目标。

#### 参考文献

[1] 王明粤.大学生心理健康教育翻转课堂教学模式实践——评《学校心理健康教育课程设计与教法》[J].社会科学家,2019(02):171.

[2] 钟真群.大学生心理健康教育课程中翻转课堂教学模式的应用[J].广西教育,2019(31):154-155.

[3] 王小琳,陈敬云.翻转课堂教学模式在“大学生心理健康教育”课程中的应用探索[J].国际公关,2019(07):105.

[4] 李柯柯.“对分课堂”教学模式在大学生心理健康教育课程中的应用[J].北京工业职业技术学院学报,2018,17(04):92-95.

[5] 章少哨.翻转课堂教学模式在“大学生心理健康教育”课程中的应用探索[J].安徽文学(下半月),2018(10):153-155+162.

[6] 来金晶.翻转课堂教学模式在《大学生心理健康教育》课程中的构建[J].高考,2018(26):4.

[7] 卿再花,吴彩虹.《大学生心理健康教育》课程翻转课堂教学模式探析[J].兴义民族师范学院学报,2018(04):89-91+124.

[8] 李晓莉.“对分课堂”教学模式在大学生心理健康教育课程中的应用研究[J].现代职业教育,2018(05):100.

#### 作者简介:

栗鑫(1981-),女,河南唐河人,硕士,副教授,主要从事心理学教学和大学生心理健康教育的研究。

基金项目:河南省高等学校青年骨干教师培养计划;河南省卫健委联合共建项目(LHGJ20190726)