

建构主义视角下大学生混合式“心育”模式实效探究

刘亚琨

西南财经大学 四川 成都 611130

【摘要】：研究基于建构主义“学生观”“学习观”构建“教师主导”“学生自主”的混合式教学模式，应用于大学生心理健康教育课程。研究发现该教学实践，达到了心理健康教育教学资源更丰富、课程兴趣更浓厚、学习效果更显著的教育改革成效，为未来心育发展提供新思路。

【关键词】：建构主义理论；混合式教学模式；心理健康教育；大学生

Research on the effectiveness of the mixed "psychological education" model of college students from the perspective of constructivism

Yakun Liu

Southwestern University of Finance and Economics Sichuan Chengdu 611130

Abstract: Based on the constructivist "student view" and "learning view", this research constructs a "teacher-led" and "student-autonomous" blended teaching model, which is applied to college students' mental health education curriculum. The study found that this teaching practice has achieved the educational reform effect of richer mental health education teaching resources, stronger course interest, and more significant learning effect, providing new ideas for the future development of mental health education.

Keywords: Constructivism theory; Blended teaching mode; Mental health education; College students

心理健康教育是提高大学生心理素质、促进大学生人格健全、身心和谐发展的教育，是高等院校人才培养体系的重要组成部分，也是高校思想政治教育工作的重要内容。教育部《高等学校学生心理健康教育指导纲要》中强调“创新心理健康教育教学手段，有效改进教学方法，通过线下线上、案例教学、体验活动、行为训练、心理情景剧等多种形式，激发大学生学习兴趣，提高课堂教学效果，不断提升教学质量”^[1]。近年来，随着信息技术高速发展，在国家教育信息化政策的推动下，在线教学平台的建设如雨后春笋般出现，如超星学习通、对分易、腾讯课堂等。尤其在2020年新冠肺炎疫情的催化下，在线教育的全面推广使用给面临冲击的传统教育提供了新的契机与发展，这也为“后疫情时代”开展混合式教学提供了重要的实践经验。然而，开展混合式教学的教学质量及学习效率把控仍有待研讨。因此，本文以“建构主义教学理论”^[2]为指导，以《大学生心理健康教育课程》为例，探讨高等教育院校混合式教学模式在心理健康教育课程的有效教学路径及方法。

1 文献综述

1.1 建构主义理论

最早提出建构主义(Constructivism)观点的是瑞士心理学家皮亚杰(J.Piaget)，他认为学习是建构内在心理表征的过程，学习者并不是把知识从外界搬到记忆中，而是以原有的经验为基础，通过与外界的相互作用来建构新的理解^[3]。建构主义学生观生动地提出“学生不是空着脑袋进教室的”。基于此，教师在构思设计教学程序，组织开展教学活动的过程中，应该充分尊重学生的主体地位、尊重学生原有的知识经验，关注学习

环境的设计，运用更为丰富的课程资源(如教材、案例、微课等)，大力激发学生的能动性，充分发挥学生的主动性、积极性，减少教师的支配和控制，引导学生自发在对知识体系更丰富的认识和理解，为构建更有深度、更具广度的新知体系构建更好的内外资源基础。

1.2 混合式教学模式

混合式教学模式(Blending Learning)就是把传统学习方式的优势和数字化学习的优势结合，既发挥教师的主导作用，又体现学生的主体作用的一种教学模式。混合式教学模式具有“以生为本”“适用性”“启发性”“整体性”“高效性”五个原则。在混合式教学模式下，教师的主要教学内容从“传道”转向“解惑”，相较于传统教学中对既定的教学目标在课堂中进行讲解外，更多的是合理地评估学生的发展特征及需要，有机地发挥线上教学及线下教学的优势互补作用，利用课堂时间，对主要知识的修正、重要知识的强化、相关知识的延展，提高课堂的利用率，以达到恰如其分地使用技术来达成学习目标。

1.3 建构主义理论视角下混合式教学模式

建构主义理论关注学习者已有经验对形成知识体系具有重要影响的学生观与混合式教学模式中尊重学生主体地位，发挥其学习能动性以促进知识获得的观念，具有方向性的高度一致。建构性的学习环境，能够为学习者提供充足的学习资源及工具，用以丰富个人认知，建立新的理解。这种环境遵循“情景”“建构”“合作”“交流”原则，即在学习情境中，通过充分的交流与合作，形成个体对情境的经验以及对情境解释的

结果。混合式教学模式下,学生通过自主运用线上教学资源学习基本知识,线下与教师、同学交流探讨,修正、加深、扩宽知识,从而形成某一主题下个人知识体系的建立、个人经验的丰富。因此可以看出,从建构主义理论与混合式教学模式在具体实践层面也相辅相成,相得益彰。

2 大学生心理健康教育课程混合式教学模式构建

大学生心理健康教育课程混合式教学模式按照“准备阶段”、“实施阶段”、“评价阶段”,围绕“线上+线下”教学,建设建构性学习环境,充分发挥学生主体作用,以达成大学生心育理论、技能、价值观教育目标。

2.1 准备阶段

按照建构主义理论知识观中“真正的理解只能是由学习者自身基于自己的经验背景而建构起来的,取决于特定情况下的学习活动过程”的观点,在准备阶段,教师整体研判学生学情,包括学生的学段、学生发展重点、学生已有学习基础等。在大学生心理健康教育课程中,教学对象一般是本科一年级学生,年龄多数分布集中于17-19岁,是处于“延缓偿付期”的成年早期个体。因此在该阶段,个体的自我发展、情绪控制、人际交往、亲密关系、学习适应、危机应对等6个方面就成为了高等教育环节中心理健康教育的重点。基于此,本课程实验使用超星学习通平台,设置6个专题的网络教学板块,设置6个相关主题讨论,构建6个专题的线下教学活动,整体覆盖教学周期12周。

2.2 实施阶段

建构主义理论关于师生关系、师生角色定位的观点中提出,学生需要采取一种新的学习风格、新的认识加工策略,形成自己是知识与理解的建构者的心理模式,教师在这个过程中应注意把握结合学生“最近发展区”。因此在实施环节,教师将通过线上线下教学联动,共同构成具有建构性的学习环境,促进学生心理健康教育知识与技能学习。

线上教学环节包含章节学习、章节测试、话题讨论三个部分,学生通过章节学习、章节测试两个部分,实现知识目标的达成,学习基本的心理健康相关概念及理论,并通过测试检验学生理论学习成效。话题讨论围绕线上学习主题,设置开放式问答、材料讨论等,充分激活学生对于某一话题下的感性经验探讨及发散性思考。

线下教学环节作为线上教学环节的承接、补充、延伸,包含参与式教学及体验式教学两种方式,注重对心理技能、个人体验及小组实践的教育引导。以情绪管理章节为例,可能会通过情绪的唤起体验,引导学生描述自己的生理唤起表现、心理感受变化等,进一步通过“蝴蝶拍”“理情疗法实践”等方式,使学生切身感受情绪平复、情绪调节等技能。小组实践是基于相关的心理主题,学生采用情景剧排演、微电影摄制、主题调

研等实践形式,以组为单位,开展多样化心理健康教育应用及宣传的方式。

“线上+线下”的混合式教学模式,能够在数字化系统上实现资源共享,进程自主,充分满足了学生个体化学习需求的同时,也提升了学生自主学习、时间管理的能力;课堂中的体验式、参与式学习体验,能够使更加深入地融入课堂,提高参与度的同时,能够增强程序性记忆、情境性记忆对知识形成的推动作用,进一步在实践的基础上提升学生知识迁移水平。

2.3 评价阶段

考核是确认学习效果,保障教学质量的关键环节,混合式教学模式学生的学习安排更自主、更灵活,设置合理的考核尤其重要,通过考核杠杆撬动学生学习自主性的同时,平衡学习质量。

本课程实践采用“日常考核结合期末考核”的方式开展学期质量考察,其中日常考核中“线上学习”采取“章节学习完成度、章节考核正确率、章节温习频次数”三维考核。通过学习平台按比例形成“线上学习”成绩,其中三者占比分别是章节学习完成度占比50%,注重学习基础性;章节考核正确率占比30%,注重学习有效性;章节温习频次数占比20%,注重学习自主性。日常考核中“线下学习”采取“个人作业、小组实践”联合考核。通过阅读心理健康通识读物后撰写读后感、温习回顾教材后绘制思维导图等延伸、加深个人学习广度、深度;通过各类社会实践拓宽学习成果转化、应用的路径。其中,个人作业占比60%,小组实践占比40%,综合形成“线下学习”考核成绩。

3 大学生心理健康教育课程混合式教学实践结果

3.1 实践方式

西南地区某高校,以1学期16周为周期,随机选取两个班级,A班人数47人(其中男生13人),B班人数51人(其中男生20人),其中A班采取单双周“线上+线下”的教学模式,B班采取传统教学模式。

3.2 数据分析

采用EXCEL 2016进行描述统计,SPSS 22.0进行差异性分析。

3.3 分析结果

3.3.1 课程整体满意度

课程整体满意度采取5点评分法,1-5由低至高分别是“非常不满意—非常满意”,混合式教学模式满意度平均分 4.18 ± 1.14 ,传统式教学模式满意度平均分 4.15 ± 1.13 。

3.3.2 课程维度

课程维度采取5点评分法,1-5由低至高分别是“非常不

满意—非常满意”，包含资源丰富、课程兴趣、学习效果三个维度，具体结果见表1。由表1可知，混合式教学模式与传统教学模式在资源丰富、课程兴趣、学习效果均存在差异：资源丰富（ $t=2.10$, $p=0.04<0.05$ ）与学习效果（ $t=2.81$, $p=0.007<0.01$ ），混合式教学模式优于传统教学模式，且差异显著；课程兴趣方面，混合式教学模式与传统教学模式差异存在边缘性显著（ $t=1.83$, $p=0.07$ ）。

3.3.3 课程成绩

课程成绩按照百分制核算，其中平时考核总占比60%，期末测试总占比40%，A班平均分为 85.11 ± 5.42 分，B班平均分为 81.89 ± 5.06 分。

4 大学生心理健康教育课程混合式教学实效分析

4.1 混合式教学模式教学资源更丰富

大学生心理健康教育课程是一门以大学生心理健康发展，人格健全培养为目标的通识类课程，较英语、数学等通识类课程，具有更强的应用性；较专业课程具有更强的普适性。且该课程对理论教学的深度、难度较其他课程较低，但对其应用性有更高要求。因此，面对复杂、发展性强的大学成长阶段，该课程教学内容丰富性很大程度影响了课程的教学效果。基于建构主义理论设置的混合式教学，能够通过打破时空局限、环境壁垒，使学生能够自主选取对应主题下的学习素材开展学习，使其学习自由度增高。且线上线下教学的目标指向差异化，也使得该课程的理论学习、技能学习，知识体系建构、社会实践转化，有了更广阔的空间，从而提升整体的教学质量。

4.2 混合式教学模式课程兴趣更浓厚

基于建构主义理论设计的混合式教学模式关注学习环境的建构性，采取“线上”自主学习，“线下”联合学习的方式，有效地形成了依托数字化、教师主导、学生自主、形式多样的新型课堂。且纯粹的线上学习，会降低学生交流互动的可能性，缺少协作交流的环境；而纯粹的线下教学，存在形成以“讲授”

“演绎”为主的传统式教学模式的可能性。而基于建构主义理论的混合式教学模式，一方面能够灵活运用线上教学资源共享的优势，促进学生自主完成必要学习内容，而考核杠杆又能促进学生在灵活自主的环境下，增强积极性；另一方面能够充分利用线下教学朋辈氛围，通过参与式、体验式教学模式，提供师生、生生互动平台，实现不同教学形式的优势互补，不同教学模式的联动发展，在保障心理健康教育教学质量的前提下，为学生营造融入集体、发展自我的良好心育环境，增强学生对心理健康课程的兴趣及自主。

4.3 混合式教学模式学习效果更显著

传统教学模式的三维目标，即知识与能力、过程与方法、情感态度及价值观目标，在实现层面存在一定的困难，一方面源于心理健康教育课程的体系较为复杂，涉及自我、情绪、人际、危机等多板块内容；另一方面源于学生的学习投入程度可能较其他课程较低。而基于建构主义理论的混合式教学模式对教学目标进行了分割，但同时也打破了壁垒，一方面将基础性知识的学习用以驱动学生的自主性、积极性，将延展性知识的学习用以提升学生的参与性、体验性和兴趣；另一方面真正意义上验证了“学生不是空着脑袋进课堂”的观点，使得学生能够在个人成长感性经验、自主学习基础知识的前提下，充分投入课堂，形成更灵活、更扎实的知识与技能体系。

5 结论

基于建构主义理论设计的大学生心理健康教育课程混合式教学模式，能够充分实现“教师主导”“学生主体”的教学形态，在形式多样、资源丰富的教学环境下实现心理健康教育知识的传授、心理健康技能的习得、心理体验的丰富，改变了传统的“教学”关系，更好地在数字化时代，实现了高等学校心理健康教育的高质量发展。在未来发展中，可以尝试在不同的教学理论指导下，形成更多元的教学形式，促进混合式教学模式多充分发展，为心理健康教育的完善提供新思路。

参考文献：

- [1] 中共教育部党组.高等学校学生心理健康教育指导纲要[EB/OL].(2018-07-06).
- [2] 何克抗.建构主义的教学模式、教学方法与教学设计[J].北京师范大学学报:社会科学版,1997(5):8.
- [3] 张大均.教育心理学[M].北京:人民教育出版社,2004.