

大学生心理健康教育课程满意度调查及改进研究

李茹梦, 冯海英

西华师范大学, 教育学院, 四川 南充

收稿日期: 2022年4月13日; 录用日期: 2022年5月4日; 发布日期: 2022年5月11日

摘要

为了解大学生对学校开设的心理健康教育课程满意度, 通过随机抽样法对西华师范大学180名21级大一新生进行问卷调查, 调查重点为学校心理健康教育课程开展现状, 主要包括学生对这门课程的总体认知和情感、教师教学水平、教学内容、教学方式、教学设施、教学效果、教学考核方式等方面的情况。调查结果表明: 不同性别样本对于对这门课的认知情感、教学设施、教学内容、教学效果、教学考核方式共5项不会表现出显著性差异($p > 0.05$), 但性别对于教师教学水平和教学方式表现出显著性差异, 男生在两者的满意度上高于女生。结论: 超过一半的学生对这门课程的总体评价为满意, 但在教师教学水平、教学内容和方式等方面还有待加强。

关键词

大学生, 心理健康教育, 课程满意度

Investigation and Improvement Research on College Students' Satisfaction with Mental Health Education Courses

Rumeng Li, Haiying Feng

School of Education, China West Normal University, Nanchong Sichuan

Received: Apr. 13th, 2022; accepted: May 4th, 2022; published: May 11th, 2022

Abstract

In order to understand college students' satisfaction with the mental health education courses offered by the school, a questionnaire survey was conducted on 180 freshmen of grade 21 in West

China Normal University by random sampling. The survey focused on the current situation of the school's mental health education courses, mainly including students' overall cognition and emotion of the course, teachers' teaching level, teaching content, teaching methods, teaching facilities, teaching effect, teaching assessment methods and other aspects. The survey results show that there is no significant difference in the cognitive emotion, teaching facilities, teaching content, teaching effect and teaching assessment methods of this course between different gender samples ($p > 0.05$), but there are significant differences in teachers' teaching level and teaching methods, and boys are significantly higher than girls. Conclusion: More than half of the students are satisfied with the overall evaluation of this course, but the teachers' teaching level, teaching content and methods need to be strengthened.

Keywords

College Students, Mental Health Education, Curriculum Satisfaction

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

教育部(2018)印发的《高等学校学生心理健康教育指导纲要》(以下简称《纲要》)明确指出,高校要根据学生身心发展规律和心理健康教育规律,科学开展心理健康教育工作,坚持心理健康教育工作面向全体学生开展,对每个学生心理健康发展负责,培养学生自主自助维护心理健康的意识和能力。加强心理健康知识的普及和传播,充分挖掘学生心理潜能,培养积极心理品质,促进学生身心和谐发展。陈开江(2014)指出,我国大部分高等院校都开设了大学生心理健康教育课程,但其教育教学效果不是很理想。本次调查旨在通过问卷法对我校大一新生心理健康教育课程开展情况进行调查,调查重点为学校心理健康教育课程开展现状,主要包括学生对这门课程的总体认知和情感、教师教学水平、教学内容、教学方式、教学设施、教学效果、教学考核方式等方面的情况,并对调查结果进行频数分析和差异分析,在此基础上提出改进建议。

2. 研究方法

2.1. 研究对象

选取我校 180 名大一新生为研究对象,发放问卷 180 份,回收有效问卷 177 份。其中,男生 25 名,女生 152 名;16 岁 3 人,17 岁 10 人,18 岁 100 人,19 岁 47 人,20 岁 17 人;外国语专业 52 人,教育技术专业 37 人,数学类专业 43 人,新闻专业 45 人。

2.2. 研究工具

本研究采用自编问卷《大学生心理健康教育课程教学情况调查问卷》,问卷共 22 道题,分为认知情感、教学设施、教师教学水平、教学内容、教学方式、教学效果、教学考核方式七个维度。问卷分为单选和多选。单选中 1、4 题除外,其他均采用 5 点计分;分数越高说明学生对心理健康教育课程满意度越高。

2.3. 数据处理与分析

对收集到的数据进行有效性判断和录入,采用 SPSS 25.0 对数据进行描述性以及差异性检验。

3. 研究结果

3.1. 总体状况分析

从表 1 可知: 从专业分布来看, 样本大部分为“外国语”, 共有 52.0 个, 占比为 29.38%, 其次是新闻专业 45 人, 占比 25.42%, 数学类占比 24.29%, 教育技术占比 20.90%。性别分布来看, 样本大部分为“女”, 共有 152.0 个, 占比为 85.88%, 男生为 25 人, 占比 14.12%。从年龄分布上, 大部分样本为“18 岁”, 比例是 56.50%, 其次是 19 岁为 47 人, 占比 26.55%, 20 岁的占比 9.6%, 17 岁的占比 5.65%, 16 岁的占比最少, 为 1.69%。

Table 1. Frequency analysis results

表 1. 频数分析结果

名称	选项	频数	百分比(%)	累积百分比(%)
专业	外国语	52	29.38	29.38
	教育技术	37	20.90	50.28
	数学类	43	24.29	74.58
	新闻	45	25.42	100.00
性别	男	25	14.12	14.12
	女	152	85.88	100.00
年龄	16 岁	3	1.69	1.69
	17 岁	10	5.65	7.34
	18 岁	100	56.50	63.84
	19 岁	47	26.55	90.40
	20 岁	17	9.60	100.00
合计		177	100.0	100.0

3.2. 差异分析

从表 2 可知, 利用独立样本 t 检验去研究性别对于对这门课的认知情感、教学设施、教师教学水平、教学内容、教学方式、教学效果、教学考核方式共 7 项的差异性, 从上表可以看出: 不同性别样本对于对这门课的认知情感、教学设施、教学内容、教学效果、教学考核方式共 5 项不会表现出显著性差异($p > 0.05$)。

Table 2. T-test analysis results

表 2. t 检验分析结果

	性别(平均值 \pm 标准差)		t	p
	男(n = 25)	女(n = 152)		
对这门课的认知情感	1.11 \pm 0.14	1.10 \pm 0.12	0.537	0.592
教学设施	1.44 \pm 0.31	1.38 \pm 0.28	0.936	0.351
教师教学水平	4.91 \pm 0.28	4.70 \pm 0.56	2.865	0.006**

Continued

教学内容	1.56 ± 0.19	1.51 ± 0.19	1.148	0.253
教学方式	1.42 ± 0.20	1.32 ± 0.22	2.226	0.027*
教学效果	4.72 ± 0.40	4.61 ± 0.51	1.048	0.296
教学考核方式	0.74 ± 0.13	0.76 ± 0.15	-0.480	0.632

* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$ 。

性别对于教师教学水平呈现出 0.01 水平显著性($t = 2.865$, $p = 0.006$), 具体对比差异可知, 男的平均值(4.91), 会明显高于女的平均值(4.70)。

性别对于教学方式呈现出 0.05 水平显著性($t = 2.226$, $p = 0.027$), 具体对比差异可知, 男的平均值(1.42), 会明显高于女的平均值(1.32)。

从表 3 可以看出: 不同专业样本对于对这门课的认知情感、教学设施、教师教学水平、教学内容、教学方式、教学效果、教学考核方式均不会表现出显著性差异($p > 0.05$)。

Table 3. Analysis of variance results of different majors

表 3. 不同专业方差分析结果

	专业(平均值 ± 标准差)				F	p
	外国语(n = 52)	教育技术(n = 37)	数学类(n = 43)	新闻(n = 45)		
对这门课的认知情感	1.11 ± 0.13	1.08 ± 0.14	1.13 ± 0.10	1.08 ± 0.13	1.488	0.219
教学设施	1.35 ± 0.32	1.44 ± 0.18	1.44 ± 0.28	1.35 ± 0.30	1.636	0.183
教师教学水平	4.63 ± 0.76	4.74 ± 0.50	4.84 ± 0.31	4.72 ± 0.40	1.229	0.301
教学内容	1.52 ± 0.19	1.51 ± 0.19	1.54 ± 0.17	1.51 ± 0.22	0.199	0.897
教学方式	1.37 ± 0.24	1.29 ± 0.19	1.36 ± 0.21	1.29 ± 0.22	1.896	0.132
教学效果	4.67 ± 0.59	4.60 ± 0.47	4.60 ± 0.47	4.60 ± 0.45	0.245	0.865
教学考核方式	0.76 ± 0.16	0.76 ± 0.15	0.73 ± 0.15	0.77 ± 0.14	0.582	0.627

* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$ 。

从表 4 可以看出: 不同年龄样本对于对这门课的认知情感、教学设施、教师教学水平、教学内容、教学方式、教学效果、教学考核方式均不会表现出显著性差异($p > 0.05$)。

Table 4. Analysis of variance for age

表 4. 年龄方差分析结果

	年龄(平均值 ± 标准差)					F	p
	16 岁(n = 3)	17 岁(n = 10)	18 岁(n = 100)	19 岁(n = 47)	20 岁(n = 17)		
对这门课的认知情感	1.11 ± 0.11	1.18 ± 0.06	1.10 ± 0.13	1.09 ± 0.11	1.03 ± 0.17	2.275	0.063
教学设施	1.27 ± 0.12	1.30 ± 0.29	1.40 ± 0.30	1.40 ± 0.27	1.39 ± 0.26	0.440	0.780
教师教学水平	4.78 ± 0.38	4.67 ± 0.42	4.72 ± 0.57	4.77 ± 0.48	4.69 ± 0.57	0.151	0.962
教学内容	1.58 ± 0.14	1.54 ± 0.19	1.51 ± 0.20	1.55 ± 0.16	1.46 ± 0.26	0.902	0.464

Continued

教学方式	1.11 ± 0.19	1.28 ± 0.19	1.32 ± 0.22	1.37 ± 0.22	1.32 ± 0.19	1.334	0.259
教学效果	4.58 ± 0.38	4.60 ± 0.44	4.64 ± 0.52	4.61 ± 0.47	4.54 ± 0.57	0.167	0.955
教学考核方式	0.71 ± 0.26	0.79 ± 0.13	0.75 ± 0.15	0.78 ± 0.16	0.71 ± 0.12	0.860	0.489

* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$ 。

4. 讨论

从数据总体分布情况来看, 样本大部分为“女”, 共有 152.0 个, 占比为 85.88%, 男生为 25 人, 占比 14.12%。由于师范学校女生较多, 不能较好的保证样本男女比例的均衡性。

从差异性分析来看, 利用独立样本 t 检验去研究性别的差异性, 不同性别样本对于对这门课的认知情感、教学设施、教学内容、教学效果、教学考核方式共 5 项不会表现出显著性差异($p > 0.05$)。但性别对于教师教学水平和教学方式表现出显著性差异。具体表现为性别对于教师教学水平呈现出 0.01 水平显著性($t = 2.865, p = 0.006$), 具体对比差异可知, 男的平均值(4.91), 会明显高于女的平均值(4.70); 性别对于教学方式呈现出 0.05 水平显著性($t = 2.226, p = 0.027$), 具体对比差异可知, 男的平均值(1.42), 会明显高于女的平均值(1.32)。数据显示, 性别对于教师教学水平和教学方式表现出显著性差异, 男生在两者的满意度上高于女生, 可能是因为男生对于不同的教师教学水平和教学方式有更多的兴趣偏向, 感兴趣的就会投入更多的注意力, 不感兴趣的就投入较少注意力, 而女生相较于男生则较少受到教师教学水平和教学方式的影响。

而不同专业样本和不同年龄样本对于对这门课的认知情感、教学设施、教师教学水平、教学内容、教学方式、教学效果、教学考核方式均不会表现出显著性差异($p > 0.05$)。可能的原因有: 自编问卷信效度不高; 此次调查只研究了大一新生, 新生刚进校, 可能还没习惯大学上课方式, 所以不会表现出显著差异。

5. 改进建议

5.1. 加强大学生心理健康教育

绝大部分学生认为有必要开设《大学生心理健康教育课程》, 并且对《大学生心理健康教育课程》感兴趣, 认为这门课程是心理素质教育课, 大部分学生认为这门课程的作用是培养良好的心理品质和提升解决心理问题的技能, 超过一半的学生对这门课程的总体评价为满意, 说明心理健康教育课程开展的总体效果是显著的。《纲要》指出心理健康教育是提高大学生心理素质、促进其身心健康和谐发展的教育, 是高校人才培养体系的重要组成部分, 也是高校思想政治工作的重要内容。由此可见, 加强对大学生的心理健康教育, 对促进学生的全面发展具有重大意义。

5.2. 提升心理教师教学能力

问卷调查显示, 80.2% 的学生对教师课堂时间利用满意; 77.9% 的学生对教师专业知识和技能水平满意; 75.7% 的学生对教师教学的准备为满意; 70% 的学生对课堂的教学气氛满意; 68.3% 的学生对教师与学生课堂互动满意。调查结果显示学生对教师课堂时间利用的满意程度最高, 其次是教师专业知识和技能水平、教师教学准备、课堂教学气氛和师生课堂互动, 说明教师在心理健康教育课程开展中还需改进, 努力提高专业能力, 为教学活动做充分准备, 改善教学气氛, 加强课堂师生互动。朱海娟(2010)指出, 在师生的互动合作中, 教师重在引导和启发, 学生积极参与体验并尽可能升华为心灵感悟。倪海

珍(2010)指出, 心理健康教育需要师生之间相互进行心灵沟通, 让学生在内心体验中接受教育和启迪, 并进而实现心灵感悟。因此, 心理教师应在课下深入学生实际的生活, 了解学生的兴趣爱好和实际需要, 积极与学生进行沟通, 了解学生的心理状况, 才能正确把握学生的内心需求。了解学生, 走进学生内心引导学生, 才是提升教师心理健康教育能力的有效途径。

5.3. 满足大学生心理健康教育的需求

调查显示, 64.4%的学生对教学内容的总体评价为满意; 68.9%的学生对教学内容贴近生活实际的程度为满意; 74%的学生对教师在心理调适方法技能的传授上表示满意; 66.7%的学生对课程传授的心理健康知识表示满意; 在所有章节中最受喜欢的内容是人际关系和情绪调节, 其次是自我意识、恋爱心理和挫折心理, 最后是学习心理和职业生涯规划。门瑞雪, 李菲, 范志光(2012)指出, 在教学内容的选择上应尽量体现学以致用, 解决学生实际问题的原则。心理课的教学内容应尽量关注学生的实际问题, 结合学生的生活学习对学生出现的心理问题进行深入分析, 时刻关注和把握当代大学生随时可能出现的新问题。心理课的教学内容应促进大学生身心健康发展, 从而满足大学生的心理健康教育的需求。

5.4. 多元化教学方式

调查显示, 75.1%的学生对教师采取的教学方式表示满意, 学生喜欢的教学方法是影音视频、案例分析、情景模拟, 不太喜欢的教学方法是课堂讲授和分组讨论。即使是学生喜欢的心理课, 大部分学生也是被动的听听课, 并没有对课堂上所学内容进行理解和反思, 最后学生只是学到了一点心理知识的皮毛, 不能实际的解决自己所面临的心理困惑。教师应根据课堂教学主题和教学内容选择相应的教学方式, 通过学生喜欢的影音视频、案例分析、情景模拟、心理情景剧表演和游戏活动等教学方式开发学生们上心理课的内心体验, 从而充分调动学生的上课积极性和学习积极性, 加深学生对所学心理知识的认同, 进一步引导学生把所学的心理知识应用于实际的生活实践, 解决他们所实际遇到的心理问题或心理困惑, 发挥心理健康教育知识的应有效力。

5.5. 改善教学设施

问卷调查显示, 仅有 50.8%的学生对教学设施满意, 学生认为应具备的教学设施有多媒体、拓展基地、团体拓展室和网络在线课堂。《高等学校学生心理健康教育指导纲要》明确指出各高校应落实心理健康教育专项工作经费, 配备必要的办公场地和设备。《纲要》指出, 有条件的高校, 要建立相对独立的心理健康教育与咨询机构和院(系)二级心理辅导站, 要建设校内外心理健康教育素质拓展基地。目前, 我校心理健康教育课程主要以课堂教学或者慕课形式开展, 授课形式单一, 部分学生对此感到不满。因此, 我校应加强心理健康教育课程体系建设, 实现心理健康教育授课形式多样化。

5.6. 加强心理健康教育服务体系

调查显示, 仅有 62.7%的学生对《大学生心理健康教育课程》的教学效果表示满意。俞国良, 董妍(2018)指出, 开展心理健康教育, 除发挥课堂的主渠道作用外, 要充分利用互联网的优势, 逐步推进心理健康教育工作的信息化, 构建能够与时俱进的心理健康教育服务体系。心理课的教学效果是受多方面原因影响的, 比如课堂教学内容的实时更新程度, 对学生学习生活中实际问题的关注, 以及教师的教学方式, 师生在课堂上的互动等都對心理健康教育课堂的教学效果有影响。有的教师在上心理课时以讲授法为主, 并且讲授内容也以心理学理论知识展开, 内容生涩且难以理解, 因此学生不愿意参与到教学活动中, 这样不仅不能解决学生的心理问题和困扰, 还容易让学生对心理健康教育失去兴趣, 降低学习积极性。因此, 学校应加强心理健康教育的服务体系, 结合学校大学生心理咨询中心, 定时开展各项心理健康教育

活动, 比如开展心理咨询与辅导活动、大型心理素质拓展活动, 同类型心理问题团辅活动等, 满足学生的实际需求, 才能切实提升心理健康教育课堂的教学效果。

5.7. 灵活制定期末考核方式

问卷调查显示, 仅 60.5% 的学生对课程的考核方式表示满意, 学生最喜欢的考核方式是开卷考试, 其次是心理量表测试, 自评与他评, 课堂表现与期末考试结合, 提交论文等。不难发现, 在学校开展心理健康教育课是为了培养学生良好的心理品质, 教会学生解决心理问题的技能, 帮助学生更好地认识自己, 更好地适应社会和融入社会, 达到身心和谐且全面发展的目的。当代大学生专业课学习任务繁重, 且期末考试门类众多, 学生自然是不喜欢再多一门考试的。再者, 心理健康教育作为心理素质教育课, 并不需要期末考试这样的书面形式来实现心理健康教育目的。因此, 学校应改进心理健康课的考核方式, 根据学生的实际情况和需要, 灵活制定期末考核方式, 减轻学生的负担, 促进学生身心健康发展。

6. 结论

大部分学生认为有必要开设课程, 且对心理健康教育感兴趣, 超过 85% 的学生认识到心理健康教育课程的作用是培养良好的心理品质和提升解决心理问题的技能, 超过一半的学生对这门课程的总体评价为满意, 但在教师教学水平、教学内容、教学方式等方面还有待加强。学校应更加注重心理教师的培养, 定时并积极组织开展师资队伍培训, 有效提高心理教师的实际教学水平, 完善心理健康教育体系和心理健康教育课所需的设备设施。结合高等学校学生心理健康教育指导纲要, 学校还应加强心理健康知识的宣传和普及, 定期开展关于心理健康知识的公益讲座, 培养学生积极的心理品质, 促进学生身心和谐全面发展。积极完善大学生心理咨询中心咨询服务体系, 切实提高当代大学生的心理健康水平。

致 谢

非常感谢大学生心理咨询中心的全力支持与配合, 感谢导师冯海英教授在写作上的指导, 感谢同学冯清青帮忙整理原始数据, 感谢同学颜华在数据分析中提供的方法指导, 未来将不忘初心, 继续前行。

参考文献

- 陈开江(2014). 重庆市民办高等院校新生心理健康教育课程教学现状调研与对策研究. *校园心理*, 12(5), 316-319.
- 教育部(2018). 教育部党组印发《高等学校学生心理健康教育指导纲要》. *中国德育*, (16), 5.
- 门瑞雪, 李菲, 范志光(2012). 大学生心理健康教育课程建设与改革路径探析. *吉林省教育学院学报(中旬)*, (3), 37-38.
- 倪海珍(2010). 大学生心理健康教育体验式教学的实践探索. *酒城教育*, (2), 6-9.
- 俞国良, 董妍(2018). 大学生心理健康教育工作的展望: 调研证据. *中国人民大学教育学报*, (2), 78-88.
- 朱海娟(2010). 体验式教学在大学生心理健康课中的应用. *中国高等医学教育*, (12), 24-25.