

学科交叉视域下高校大学生心理健康教育课程 “2 + 3” 教学模式探析

崔宇馨

扬州大学马克思主义学院, 江苏 扬州

收稿日期: 2023年8月10日; 录用日期: 2023年9月12日; 发布日期: 2023年9月22日

摘要

多学科交叉融合对高校大学生心理健康教育课程教学模式建设起着重要的作用, 不同学科领域的知识相互补充和支持, 为心理健康教育课程教学设计提供丰富的理论支撑。增强大学生心理健康教育的针对性和亲和力既是做好高校学生工作的理论指导, 也是做好高校大学生心理健康教育的一种有效实践方法。在理论层面上, 要始终坚持“自下而上”与“自上而下”的双层次教育理念, 从而准确把握针对性与亲和力的关系, 谋求二者的有机统一; 在实践层面上, 要系统推进“倾听、融合、灌输”的三维教育路径, 从而有力提升针对性与亲和力的实效, 实现二者的创新发展。

关键词

学科交叉, 大学生心理健康教育, 教学模式, 针对性, 亲和力

Analysis on the “2 + 3” Teaching Model of Psychological Health Education for College Students

Yuxin Cui

School of Marxism, Yangzhou University, Yangzhou Jiangsu

Received: Aug. 10th, 2023; accepted: Sep. 12th, 2023; published: Sep. 22nd, 2023

Abstract

The interdisciplinary integration plays an important role in the construction of teaching models for mental health education courses for college students. Knowledge from different disciplines

complements and supports each other, providing rich theoretical support for the teaching design of mental health education courses. Enhancing the pertinence and affinity of mental health education for college students is not only a theoretical guidance for doing well in college student work, but also an effective practical method for doing well in mental health education for college students. At the theoretical level, we must always adhere to the dual level education concept of “bottom-up” and “top-down”, in order to accurately grasp the relationship between pertinence and affinity, and seek the organic unity of the two; at the practical level, it is necessary to systematically promote the three-dimensional education path of “listening, integration, and indoctrination”, in order to effectively enhance the effectiveness and affinity of college students’ mental health education courses, and achieve innovative development of the two.

Keywords

Interdisciplinarity, Mental Health Education, The Models of Teaching, Pertinence, Affinity

Copyright © 2023 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

提高大学生心理健康教育的针对性和亲和力,将其融入以杜威为代表的现代教学论基础上衍生的“自下而上”教学模式和以夸美纽斯、赫尔巴特等人为代表的传统教学论基础上衍生的“自上而下”教学模式,是高校大学生心理健康教育课程教学改革的有效举措。每个大学生具有独特的文化背景、生活环境和个体差异性,他们面临的各种心理健康问题和挑战不尽相同,一个通用的心理健康教育课程可能无法满足不同学生的具体需求。增强针对性和亲和力的心理健康教育课程可以提供实际的支持和解决方案,它们可以教导学生如何识别和应对常见的心理健康问题,如压力管理、焦虑、情绪调节等。通过提供切实的工具、技巧和资源,学生可以更好地应对挑战、改善心理健康并促进个人成长。因此,在高校大学生心理健康教育课程中要正确处理以针对性为核心的“自下而上”教育和以亲和力为核心的“自上而下”教育之间的关系,从倾听学生、上下融合、有效灌输三个维度将双层次辩证统一于大学生心理健康教育课,使大学生心理健康教育课更好地落实“立德树人”这一根本任务,提高高校心理健康教育课程的教学质量和效果,更好地满足学生的需求。

2. 一基本: 学科交叉视域下高校心健课“2+3”教学模式的理论支撑

高校心理健康教育应创新教学体系,以多学科交叉融合理念为导向,探索全新教学模式(钞秋玲, 2023)。在高校心理健康课程教学中,通过学科交叉视域的应用,可以从马理论学科、心理学、社会学、教育学等学科角度,对大学生的心理健康问题进行多层面的分析和干预。这些理论提供了深入洞察视野和科学方法论指导,帮助教师设计和实施更有效性和实用性的课程内容和教学方法,促进大学生的心理健康成长和发展。

2.1. 马理论学科对高校心健课教学模式建设的理论借鉴

对于高校心理健康课程教学模式建设,马克思主义理论学科可以提供一些理论借鉴。马克思主义理论学科主要关注社会和人类发展的规律,提供了对社会问题的深入分析和解决的方法和途径。

马克思(马克思, 恩格斯, 2012a)认为, 人的本质是社会关系的总和, 社会关系是在生产过程中产生的, 是“以一定的方式进行生产活动的一定的个人, 发生一定的社会关系和政治关系。”马克思主义人学理论关注人的本质、人的自由和人的全面发展, 为高校大学生心理健康教育提供了有益的指导和启示, 有利于促进高校心理健康课程教学模式的建设。

其一, 人的本质观。马克思主义人学理论认为人是社会实践的主体, 个体的自由和发展是人的本质。在高校心理健康课程教学中, 教师可以运用人的本质观, 强调学生的主体性和自主性, 鼓励他们积极参与课程学习, 主动探索心理健康的问题和解决方案。这有助于激发学生的学习热情和自我发展的动力。其二, 人的自由观。马克思主义人学理论认为人的自由是人类发展的关键。在高校心理健康课程教学中, 可以借鉴人的自由观, 营造尊重学生自主性和选择权的教学环境。通过提供多样化的学习机会和资源, 鼓励学生自由地选择适合自己的学习内容和方式, 促进他们的自我发展和心理健康成长。其三, 人的全面发展观。马克思主义人学理论强调人的全面发展, 包括物质、精神和社会等多个层面。“人的全面发展教育包括思想道德素质教育、科学文化素质教育、心理健康素质教育、审美艺术素质教育、劳动技能素质教育等。”(彭彪, 王晓玲, 2023)在高校心理健康课程教学中, 可以借鉴人的全面发展观, 关注学生的全面成长和发展。教师可以通过提供多元化的学习内容和方式, 培养学生的多方面能力和素养, 包括认知、情感、社交等方面, 促进他们的整体心理健康。其四, 社会变革的视角。马克思主义人学理论认为社会变革对个体和社会的发展有重要影响。在高校心理健康课程教学中, 可以运用社会变革的视角, 关注社会变革对心理健康的挑战和机遇。教师可以帮助学生理解和应对社会变革对心理健康的影响, 培养他们的社会变革意识和应对能力, 以适应和引领社会的发展和变化。

马克思主义理论学科可以为高校心理健康课程教学模式建设提供理论借鉴, 辅助于分析社会问题、关注个体与社会的关系、促进全面发展和应对社会变革等方面。这些借鉴可以丰富教学模式的内涵, 使其更加符合实际需求, 更好地推动高校大学生心理健康教育的发展。

2.2. 教育心理学对高校心健课教学模式建设的理论支持

教育心理学本身作为交叉学科, 融合了教育学和心理学知识体系, 其涵盖的诸多理论可用于设计和改进高校心理健康课程的教学模式。教师可以根据这些理论原则, 结合具体的教学需求和学生特点, 设计出有效的教学策略, 促进学生的心理健康知识和技能的全面发展。

其一, 构建主体性学习。构建主体性学习是指将学生置于学习的主导地位, 注重学生的主动参与和自主学习。根据教育心理学的理论, 学生在学习过程中应该成为知识的主体, 通过实践和互动来构建自己的心理健康知识和技能。因此, 在高校心理健康课程教学中, 教师应该提供学习资源和学习环境, 激发学生的学习兴趣和积极性, 让他们参与到课堂互动、小组合作、案例讨论等活动中, 主动构建知识和技能; 其二, 认知理论。认知理论强调个体的认知过程对于学习和思考的影响。在高校心理健康课程教学中, 教师可以运用认知理论的原理, 帮助学生理解和应用心理健康的相关概念、理论和技巧。例如, 教师可以鼓励学生通过问题解决、概念映射、思维导图等认知策略, 加深对心理健康知识的理解和记忆, 并将其应用到实际情境中; 其三, 情绪调节理论。情绪调节理论关注情绪对学习和认知过程的影响。在高校心理健康课程教学中, 教师可以教授学生情绪调节的技巧和策略, 帮助他们认识并管理自己的情绪, 提高情商和心理抗压能力。同时, 教师还可以运用积极心理学的原理, 提供促进积极情绪和心理健康的教学环境和活动, 激发学生的学习热情和乐观态度(张大均, 2015)。

综上所述, 无论是马克思主义理论学科还是教育心理学, 其中蕴含的诸如人学理论、主体构建理论等都着重关注人本身, 侧重于对象的主体性和积极性建设, 而这与高校心健课教学的目标存在相通之处。高校大学生心理健康教育课程“2+3”教学模式旨在通过跨学科合作, 整合各学科资源, 将多学科理论

融会贯通于高校大学生心理健康教育课程的教学设计，某种程度上可以倒逼高校心健课教学提质增效，不断提高大学生心理健康教育课程的针对性和亲和力，为高校学生提供更加优良的心理健康教育资源。

3. 双层次：“自下而上”和“自上而下”

大学生心理健康教育课要从理论层面，把握好以针对性为核心的“自下而上”和以亲和力为核心的“自上而下”两者的有机统一。在“自下而上”中坚持学生的主体性原则，富有针对性地围绕学生、关照学生、服务学生；在“自上而下”中坚持教师的主导性原则，富有亲和力地保证理论的说服力、吸引力、感染力；实现“上下相倾”的哲学境界。

3.1. 针对性：“自下而上”坚持以学生为中心

“无下则无上”，上好大学生心理健康教育课还须回归本源，“自下而上”坚持以学生为中心。教育是以人为中心的活动，离开了人，抛却了教育对象，也就丧失了教育的根基，教育活动也就失去了其存在的意义。马克思主义人学理论为高校开展大学生心理健康教育课提供了重要理论依据和基础，它主要包括人的存在论、人的本质论和人的发展论等基本内容。因而，增强大学生心理健康教育课的针对性，要从这三个方面把握好教育对象的根本，也就是要把握好关于“人”的逻辑起点。

第一，关注“现实的人”是增强大学生心理健康教育课针对性的伊始。马克思在关于人的存在论中指出人与自然、社会的矛盾，揭示了人是作为自然、社会和精神存在共存的现实存在。换言之，“现实的人”并非简单地只是“有生命的个人的存在”，大学生心理健康教育课的实施过程不是对学生动物性的驯化过程，反之，学生个人及其社会活动所形成的生活世界是大学生心理健康教育课得以产生和开展的基础，在这一点上，大学生心理健康教育课教师需要端正认知，不可颠倒本末。因而，能否全面系统地剖析学生的社会生活关系以及由此构成的现实活动是大学生心理健康教育课能否增强其针对性的开端。

第二，把握人的本质是增强大学生心理健康教育课针对性的核心。马克思、恩格斯在《德意志意识形态》中揭示了人的需要是人的本质的内在规定性。人的需求是人们发生、参与和创造各种社会实践活动的动因，那么，在大学生心理健康教育课的教学过程中，针对学生希望汲取怎样的心理知识、怎样汲取心理知识以及如何析出影响心理健康因素中的“杂质”、“渣滓”等关切问题，是有效增强大学生心理健康教育课针对性的切入点。

第三，致力人的发展是增强大学生心理健康教育课针对性的归宿。马克思认为人的全面发展应包括人的劳动能力、社会关系和自由个性的全面发展。而教育减少了人在社会化、与他人的相互联系中的摩擦和不必要的损耗，成为促进人的自由全面发展、满足社会发展要求的必要条件。因此，大学生心理健康教育课成为满足学生成长发展需要、优化社会关系，最终更好地从事社会实践活动的重要一环，也就自然而然地要求大学生心理健康教育课有针对性、自下而上地、从一而终地朝着这一目标落实。

3.2. 亲和力：“自上而下”坚持以教师为主导

同理，“无上则无下”，以心理健康教育者为主体、以大学生心理健康教育课为轴心的高校心理健康教育本质上是以心理科学理论为核心内容的一种灌输和教化，正如列宁(列宁, 1995)指出“工人本来也不可能有什么社会主义民主的意识，这种意识只能从外面灌输进去”一样，大学生本来也不可能有什么心理学的意识，这种意识更多地是在高校场域中以大学生心理健康教育课的形式经由教师“自上而下”灌输而来的。2018年中共教育部党组印发《高等学校学生心理健康教育指导纲要》，纲要强调要充分发挥心理健康教育教师、心理咨询师、辅导员、班主任等育人主体的主导作用(中共教育部党组, 2018)。因而，那些借着提升大学生心理健康教育课趣味性、发挥学生主动性为由头以简单的PPT展示汇报为课程内容的做法，

并不会得到学生的青睐，更不会增强大学生心理健康教育课的亲和力。相反，教师在理论传授中主导地位缺失容易造成教学流于形式而无实效。

因此，在使学生将这种灌输由被动接受转变为主动接受进而由自觉学习转变为自主学习时，大学生心理健康教育课教师需要根据自身职业的特殊性来提升个人的人格魅力和课堂的吸引力、亲和力(吴红耘, 皮连生, 2020)。

第一，从工作对象的特殊性，做好“人”的教育。大学生心理健康教育课面对的是有思想、有情感的、活生生的“现实的人”，大学阶段是青年学生人生的“拔节孕穗期”，是其生理、心理急剧变化的时期，也是其世界观、人生观和价值观形成的关键时期。要给学生心灵埋下真善美的种子，首要的是教师要拥有一颗真善美的心，要正衣冠、正人格，有人格，才有吸引力。

第二，从工作过程的特殊性，做好精神互动工作。施教与受教的过程，本身就是教师与学生之间进行精神交流互动的过程，这一过程要通过启之以需、晓之以理、动之以情三个环节，最终达到共享、共情、共鸣的目标。

第三，从工作手段的特殊性，做好教学的艺术。大学生心理健康教育课的效果不仅取决于教师理论的彻底性，也取决于教师言行的魅力，要善于借助有形教具实现直接的、感官的吸引，更要通过无形教具实现间接的、精神的感染。

3.3. 双层次的辩证关系

“上下相亲谓之仁”，要深刻把握大学生心理健康教育课“自下而上”与“自上而下”的辩证统一关系，达到教与学的和谐发展。“自下而上”既是针对性的具体表现，也更好地发挥亲和力；“自上而下”既是亲和力的贯彻落实，也更好地体现针对性；两者是互相增益、互相补充、相辅相成的关系。高校大学生心理健康教育课的亲和力和针对性具有内在的关联性，即亲和力是以针对性为基础的，而针对性以亲和力为目的。大学生心理健康教育课要坚持在改进中加强，就必须在“自下而上”的深入学生中增强针对性，就必须在“自上而下”的理论灌输中彰显亲和力。

4. 三维度：“倾听、融合、灌输”

大学生心理健康教育课要从实践层面，系统推进倾听、融合、灌输的三维度实践路径。“倾听”是增强针对性的前提条件，在“倾听”中围绕学生的所需、所惑、所喜进行教学；“融合”是统一大学生心理健康教育课针对性和亲和力的关键环节，在“融合”中有效对接学生具体问题和一般理论，实现大学生心理健康教育课教学从具体到一般再到具体的螺旋式上升发展；“灌输”是增强亲和力的具体落实，在“灌输”中把大学生心理健康教育课讲准、讲透、讲活。

4.1. 倾听：围绕学生所需、所惑、所喜

“盲人骑瞎马、夜半临深渊”，没有明确的指向性即针对性，大学生心理健康教育课就有迷失方向、落后于时代的危险。大学生心理健康教育课教学针对性就是要从学生实际出发，想学生之所想、解学生之所惑。而要获取学生所需、所惑、所喜的一手资料最直接、有效的方式是通过调查研究的方法，对量化的数据进行定性研究。

第一，以求真务实的品质了解学生所需，展现大学生心理健康教育课的科学性。通过大量的调查问卷广泛收集学生的课程期待、反馈和建议，结合大学生身心发展规律，科学合理安排的大学生心理健康教育课程的内容和考核形式。

第二，以实事求是的品质化解学生所惑，展现大学生心理健康教育课的实践性。抓住青年学生群体求知欲强、好奇心盛、新鲜感强而学理性、批判性不突出的特征，透视大学生关心的热点、难点、焦点

问题,例如关于大学生普遍关注的家庭、婚恋、就业等问题。打造类似共青团中央在2020年国家网络安全宣传周活动中开展的“明辨”讲坛这样的特色品牌,从多个主题入手,回应社会热点、突破心理难点、关注学生焦点。

第三,以与时俱进的品质运用学生所喜,展现大学生心理健康教育课的发展性。因事而化,将学生感兴趣的、喜爱的时事、新鲜事化用为大学生心理健康教育课的教学内容;因时而进,利用新媒体搭建大学生心理健康咨询平台,赋予心理学科知识新的生命力,使理论知识在保持正统性和专业性的同时又不乏趣味性;因势而新,以时代为指引,在时代大环境、总趋势中,创新大学生心理健康教育课体系,发挥心理学领域的“桥头堡”作用。总之,要在围绕学生所需、所惑、所喜中彰显大学生心理健康教育课的科学性、实践性和发展性,从而增强其针对性。

4.2. 融合:具体与一般的辩证艺术

“自下而上”倾听与“自上而下”灌输的融合过程是一个从具体到一般再到具体的螺旋式发展过程,是将学生所需、所惑、所喜等具体材料深入分析与一般性的心理健康问题相契合进行再加工的创造过程。“上下”融合是否自然、是否恰当、是否合理,要在设计大学生心理健康教育课教学的过程中坚持以下几条原则。

第一,坚持实践性原则。将理论知识与实践结合,注重培养学生实际应用心理健康知识的能力。通过案例分析、角色扮演、模拟训练等方式,让学生在真实或近似真实的情境中实践和运用所学的技巧和策略,提高他们解决实际心理问题的能力。

第二,坚持长期性原则。心理健康是一个持续的学习和成长过程,大学生心理健康教育应该是持续的、渗透于整个学生生涯的教育工作。通过课堂教学、辅导服务、活动和社区建设等手段,建立持久的心理健康教育体系,为学生提供长期的支持和指导。

第三,坚持内容不变形。增强大学生心理健康教育课的针对性并不意味着将学生的欲求不加辨别、不加分析地一股脑全盘照收入教学内容,增强大学生心理健康教育课的亲和力也不意味着简单粗暴地“讲段子”、“看片子”、“走场子”。没有含金量的大学生心理健康教育课只会“雁过无痕、叶落无声”,收效甚微。

第四,坚持形式不走样。目前,大学生心理健康教育课教师在改革创新大学生心理健康教育课程上做了许多贡献,在增强针对性与亲和力上也积累了丰富的经验。但是在教学实际中,一方面,大学生心理健康教育课出现了“走过场”、“装样子”、“课堂作秀”等形式主义的现象;另一方面,教师容易陷入“理想化”的自我设定,以为采用学生受欢迎的线上教学形式会提高教育效果,而实际上又出现“刷课”的乱象,使大学生心理健康教育课实效大打折扣。因此,如何有效融合教学形式的问题有待进一步思考。

4.3. 灌输:把大学生心理健康教育课讲准、讲透、讲活

在立足针对性、坚持以学生为中心,掌握“上下相倾”的融合辩证艺术基础上,使理论灌输有精度、准度、态度,从“仰视”、“俯视”、“平视”等不同的视角看待学生,才能准确、系统、有效地发现、分析、解决问题。

第一,在了解学生所需的基础上,把握教育的精度,把大学生心理健康教育课讲准,以“仰视”的目光将学生“放大”,才能准确发现问题。不仅要看到学生共性的、显性的问题;也要准确捕捉学生个性的、隐性的问题,将其纳入教学研究范围,及时“扼杀在摇篮中”,防止其扩大化。而这种敏锐的洞察力,恰恰需要教师走下讲台,在与学生的日常交往和攀谈中融入学生、走近学生,正所谓“寻常处见

功力，细微处见真章”，以此把握教育的精度，引起学生的共鸣，方能提升大学生心理健康教育课的渗透力。

第二，在化解学生所惑的实践中，占据理论的高度，把大学生心理健康教育课讲透，以“俯视”的目光将学生“缩小”，才能系统分析问题。马克思(马克思, 恩格斯, 2012b)曾指出：“理论只要说服人，就能掌握群众；而理论只要彻底，就能说服人。”这要求教师要有坚实的理论基础和渊博的文化知识，熟知心理学知识，将心理健康教育与其他学科和领域相结合，知其然知其所以然，才能对学生提出的难点、疑点、热点问题达到一针见血，直击学生心灵深处，使其如醍醐灌顶、豁然开朗的效果，帮助学生全面理解心理健康问题的背景和影响因素。

第三，在运用学生所喜的教学中，秉持开放的态度，把大学生心理健康教育课讲活，以“平视”的目光将学生“拉近”，才能有效解决问题。走近学生群体中流行的场域、视域、话域，将其引入教师自己掌控的领域，是讲活大学生心理健康教育课的关键。只有这样才能调动学生、活跃课堂，使心理教育课程“既营养健康又新鲜美味”，学生愿意听、喜欢听，避免“剃头挑子一头热”的尴尬境遇，破除“老师抬头，学生抬头；老师低头，学生玩手机”的教学困境。

5. 结论

在当今快节奏和高竞争的大学生活中，大学生面临着日益增加和复杂化的心理健康问题。传统的课堂教学模式往往无法满足学生的多样化需求，而且缺乏个性化的指导和实践机会。高校大学生心理健康教育课程教学模式改革的重要性不言而喻。通过“2+3”课程教学模式探析和应用不仅有利于满足学生的个体需求、提高学习效果和促进综合素养的培养，也有助于为学生提供更有意义和实际性的学习体验，帮助他们增强心理健康素养，应对挑战，并在大学生涯中实现个人全面健康成长。

参考文献

- 钞秋玲(2023). 高校心理健康教育中“大思政”与“大心理”课程相融合模式探索. *中国高等教育*, (10), 38-41.
- 列宁(1995). *列宁选集*(第一卷, p. 317). 人民出版社.
- 马克思, 恩格斯(2012a). *马克思恩格斯选集*(第一卷, p. 151). 人民出版社.
- 马克思, 恩格斯(2012b). *马克思恩格斯选集*(第一卷, pp. 9-10). 人民出版社.
- 彭彪, 王晓玲(2023). 课程思政视域下高校心理健康教育课程教学改革. *中学政治教学参考*, (12), 21-23.
- 吴红耘, 皮连生(主编)(2020). *学与教的心理学*. 华东师范大学出版社.
- 张大均(2015). *教育心理学*(第三版). 人民教育出版社.
- 中共教育部党组(2018). *中共教育部党组关于印发《高等学校学生心理健康教育指导纲要》的通知*. http://www.moe.gov.cn/srcsite/A12/moe_1407/s3020/201807/t20180713_342992.html