

Application of Network Video Resources in the Psychological Health Class of Secondary Vocational Schools

Xiaohong Song, Yuming Chen

Dongguan Information Technology College, Dongguan Guangdong
Email: 422824002@qq.com

Received: Jun. 14th, 2019; accepted: Jun. 28th, 2019; published: Jul. 5th, 2019

Abstract

As the psychological problems of secondary vocational students become more and more prominent, the importance of psychological health education is increasingly valued by parents and educators. How to promote secondary vocational students' psychological health? How to educate effectively psychological adjustment skills to secondary vocational students is an issue that teachers of psychological health have been exploring. Today, with the rapid development of information technology, how do we integrate the internet technology into the teaching of psychological health, so that information technology can better serve teaching? Based on these thoughts, this article focuses on how to improve effectively the psychological health education in secondary vocational schools.

Keywords

Network Video Resource, Secondary Vocational Students, Psychological Health Education

网络视频资源在中职心理健康教育课上的运用

宋晓红, 陈瑜明

东莞市信息技术学校, 广东 东莞
Email: 422824002@qq.com

收稿日期: 2019年6月14日; 录用日期: 2019年6月28日; 发布日期: 2019年7月5日

摘 要

随着中职学生的心理问题越来越凸显, 心理健康教育的重要性也越来越受到家长和教育者重视。教师如

何上好心理健康教育课, 如何有效地把心理调适技巧传授给学生, 这是心理健康教育教师们一直在探索的问题。在信息技术高速发展的今天, 我们要如何把网络技术融入到心理健康学科教学中, 使信息技术手段更好地服务于教学? 本文正是在这个思考的基础上从网络视频资源的角度来谈谈在中职学校如何有效地上好心理健康教育课。

关键词

网络视频资源, 中职生, 心理健康教育

Copyright © 2019 by author(s) and Hans Publishers Inc.

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

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



Open Access

1. 引言

教育部 2004 年 7 月印发的《中等职业学校学生心理健康教育指导纲要》指出: “中等职业学校学生正处在身心发展的转折时期, 随着学习生活由普通教育向职业教育转变, 发展方向由升学为主向就业为主转变, 以及将直接面对社会和职业的选择, 面临职业竞争日趋激烈和就业压力日益加大的环境变化, 他们在自我意识、人际交往、求职择业以及成长、学习和生活等方面难免产生各种各样的心理困惑或问题。” 2008 年底, 教育部率先印发了《中等职业学校德育课心理健康教学大纲》, 正式把“心理健康”课程纳入中等职业学校德育课程改革的系列中。这一系列举措足以体现出心理健康课程的重要性。作为一线的心理健康教育教师, 对如何上好心理健康课, 如何使心理健康课切实有效是我们一直思考的问题。经过在中职多年的教学实践探索, 我们认识到网络视频资源在心理健康课程中的价值与意义, 构成了中职学校心理健康教育的独特资源, 而长期以来, 这一资源却一直处于被悬置、被忽略的状态, 本文尝试以此为切入点, 探讨网络视频资源在中职心理健康教育中所具备的独特价值。

2. 网络视频资源的特点和在心理健康课中的运用优势

(一) 网络视频资源的特点

视频资源具有图形、图像、动画、声音、文字等独特的功能, 能够给学生以强烈的视觉冲击[1]。王秀英在其硕士论文中提到“影视集艺术、科技知识为一体, 声文并茂, 视听兼顾, 具有极强的感染力”[2]。美国著名学者理查德·E.曼耶认为, 教育信息是指旨在促进学习的信息, 而呈现信息的方式有词语和画面两种, 同时人类也有两种信息加工系统——加工言语材料的系统和加工视觉材料的系统, 据此, 曼耶认为通过两种通道呈现信息效果会好于只使用一种通道, 因而, 以视频为代表的画面呈现信息方式在教学中是十分重要的[3]。李青和刘娜在 2016 的研究中也指出视频是学习者获取知识的最主要渠道, 其质量将直接影响学习者对课程的参与度和学习效果[4]。以上研究足以见得视频资源在教学中的优势。

相比较与基础教育与普通教育, 中职教育领域目前对图像时代的关注较少, 较少有研究探讨各类视频对中职教育教学实践的影响。

中职生大多已厌倦了学习, 有的甚至干脆已放弃了学习。厌学情绪时有流露, 具体表现在: 上课时学习不专心甚至不听, 做小动作看课外书、打瞌睡、聊天, 更有甚者在玩手机。中职学生严重的厌学状态和学习效果差, 一直是困扰一线中职教师的现实困境。因此, 在备课中教师要关注的首要问题是如何创设具有吸引力的教学环境, 来吸引学生的注意力。网络视频由于其生动、形象的特点, 能够打破沉闷、

枯燥的课堂, 使课堂变得有趣, 从而吸引学生的注意力, 网络视频也因此具备较强的实效性。网络视频资源包括的范围很广, 如电影、电视剧片段、短片、微电影、慕课、微动画、微课、新闻报道、心理剧等。网络视频资源在中职心理健康教育中的优势有以下几个方面:

(二) 网络视频资源在心理健康教育课中的运用优势

1) 网络视频资源能够扩充学生的信息获取方式。

根据心理学家的研究发现: 人类获取的信息中有 83%来自视觉, 11%来自听觉[5]。视频资源丰富的画面、文字和声音等视听信息, 不但提供了更多的学习内容, 而且形象和有效地帮助学生记忆、理解和思考。网络视频资源易于反复演示, 文字显示停留时间较长, 比教师单纯用语言表达更易使学生记忆、掌握, 有利于让学生接受知识。例如, 在《愤怒情绪的调控》一课中, 我引用了《踢猫效应》这个视频短片, 来说明愤怒情绪是可以传染的, 并且能连累他人。在学生的课堂感悟中, 我发现几乎所有学生都能够清晰地回忆出愤怒情绪的危害, 并且能用课上播出的视频进行分析。相比较于教师“一言堂”式的语言讲授, 以视频为媒介的课堂能够加深学生的对所学内容的理解。

2) 相比较于语言文字, 视频资源更能唤醒学生的情感体验, 进而更容易突破教学重难点。

心理健康教育不同于专业学科的学习, 它非常强调学生的心灵触动, 引发学生的情感共鸣, 关切学生的心理成长。网络视频的直观性能激发学生的情感, 能有效地渲染气氛, 进而唤起学生的情感体验。例如, 在《父爱母爱亲情进行时》这节课中, 我引用了韩红的《天亮了》视频, 学生边观看视频, 边思考父母对他们无私的付出。看完之后有的学生潸然泪下。相比较于语言文字, 视频资源能够较好地唤起学生自我的情感体验, 从而也能够较好地达成教学目标。

3. 视频资源在心理健康教学中的运用策略

1) 专题导入部分

生动形象的导入能够激发学生的学习兴趣, 从而为顺利授课提供了条件。比如在讲解《放飞生命的梦想》一课时, 我用了习近平主席的《我的梦, 中国梦》公益短片作为导入, 让学生了解到中国有中国梦, 作为学生也应该有梦想; 如讲解《架设师生爱心桥》时, 以汶川地震中谭千秋老师舍身救学生的新闻报道导入, 使得学生从思想上认识到在社会上有很多优秀的教师热爱自己的学生, 等等。通过网络视频导入既有先声夺人之效, 又能使学生明白授课专题是什么, 从而有效导入课堂主题的学习中。

2) 活动展开部分

这一部分是教学的主体部分, 是教学的具体实施, 也是课程成败的关键。为了让学生充分参与进来就要始终抓住学生的注意力, 与此同时还要注意带给学生强烈的情感体验。因而这个部分的完成就需要教师用心的进行设计。这一部分包括以下过程: 设置情境, 引导讨论 → 催化动力, 自我开放 → 沟通分享 → 引发领悟。心理健康课中运用较广的一种方法是小组讨论法。在引导讨论之前, 可以根据情境给学生呈现网络视频, 以引发学生的讨论和分享进而感悟提高。比如说在上《心理调适方法 ABC》一课时, 为了让学生更好的理解“B”的作用, 我给学生呈现了视频《赶考》。然后设计情境问题: 秀才听完了算命先生和旅店老板的释梦之后各有什么不同的情绪表现? 为什么他们会有不同的情绪表现? 事件(A)和情绪(C)之间有什么关系? 然后让学生分组讨论、分享, 教师再根据学生的讨论和教学目标进行小结。经过这样的流程之后, 教学目标和教学重难点一般就可迎刃而解。在教学实践中我发现本部分是视频运用最多的部分, 表 1 呈现了在教学中本部分运用的典型网络视频案例。

3) 反馈与升华部分

在结束部分, 教师要巩固并深化学生的情感体验, 强化课堂教学的成果。主要包括以下过程: 总结升华 → 建构提升 → 促成行动。在结尾部分好的视频资源能升华主题, 使学生心灵受到触动, 使学生

的感情得到抒发。比如在《父爱母爱亲情进行时》一课的结尾部分,我给学生播放了《感恩父母沙画版》,跟学生一起回顾从小到大父母为我们的付出,以此来强化授课的成果。当我看到有学生在看视频眼圈红的时候,我也感触很大。

Table 1. Typical video cases of the “expansion part of the activity” in psychological health class of secondary vocational schools

表 1. 中职心理健康课中“活动展开部分”运用的典型视频案例

专题	网络视频	网络视频的作用
身心健康促成长	青奥会王妍比赛两段视频片段	情绪表达要适度
天生我材必有用	《哈利的烦恼》	探析“我是谁”
放飞生命的梦想	《漂浮在水上的足球场》	追求梦想时遇到困难该怎么做?
阳光总在风雨后	董丽娜《别把梦想逼上绝路》	挫折是把双刃剑
敏感的性心理话题	《长大未成年人》片段	中职生性行为的危害
向快乐与幸福出发	《踢猫效应》	愤怒情绪是可以传染的
积极应对学习压力	《十字架的故事》	压力是普遍存在的,应学会应对

4. 网络视频资源选取的原则与建议

网络上的视频多而杂,如何真正的将网络视频的作用发挥到实处是我们一线心理健康教育教师在备课时需要认真思考的问题。否则视频选取不当会阻碍教学目标的实现,也就达不到预期的教学效果。鉴于此,在选取网络视频资源时,我有以下建议:

1) 视频的选取要难度适宜

针对于教育目标的设置,在教学中我们会选取相关的视频。有的尽管能与教学目标契合,但是晦涩难懂,这样的视频反而会引发学生的习得性无助感从而降低学习兴趣。因此,我们教师在备课时选取的网络视频应该与学生的心智发育相匹配,通俗易懂为佳。另外,不适合学生观看的视频不要播放给学生看,以免给他们造成负面影响。

2) 视频的选取应该注意时间的把握

一节课 40 分钟,如果网络视频占用时间太长的话,就会导致学生讨论和分享的时间缩短,教学效果就会大打折扣。通过教学实践,我的建议是将网络视频的时间控制在 8 分钟之内,这样的安排是比较恰当的,也能有事半功倍的效果。

3) 视频的选取应该能够引发学生的深入讨论

与知识逻辑主导的专业课学习不同,心理健康课程的关键在于学生在课堂上的感悟和体验。播放视频的最终目的是能够吸引学生参与课堂,参与到小组讨论中去,并且对所探讨的主题有所感悟、有所提升。因此选取课堂上的视频一定要具备代表性,能促使学生对教师提出的问题进行深入细致的讨论。这就给教师提出了一个要求:教师必须理解视频与课程内容之间的关系,才能够充分发挥视频独特的育人价值;教师只有拥有较深的立意,才能设计出难度适宜且有梯度的问题供学生进行思考和讨论。而这要求我们一线教师立足教育教学的实际,平时多学习多积累,在教学实践中不断总结经验,逐渐提升自己甄选视频、运用视频的眼光与能力。

5. 结论

总之, 视频作为一种信息技术的教学手段引入到心理健康教育中具有十分重要的意义, 它再现了真实的情境, 并创设出置身式、参与式的学习方式, 通过学生的观察、体验、讨论、反思达到心理健康教育的目的, 而这是单纯的语言文字讲授所不具备的优势。随着心理健康教育的日渐重要, 我们越来越多的专业人员参与到心理健康教育视频的创作、甄别和研究中, 充分发挥视频资源在学生心理健康教育中的独特优势, 从而提高学生心理健康教育的整体水平。

基金项目

广东省教育系统关工委“十三五”教育科研规划青年教师发展专项课题《心理弹性在中职生家庭教养方式与心理健康间的中介效应》, 编号: QNJSKT00764。

参考文献

- [1] 郝英英. 视频资源在对外汉语教学中的应用分析与探索[D]: [硕士学位论文]. 长春: 吉林大学, 2012: 1.
- [2] 王秀英. 影视资源在高中历史教学中的应用[D]: [硕士学位论文]. 长春: 东北师范大学, 2009: 3.
- [3] 理查德 E 曼耶. 多媒体学习[M]. 牛勇, 邱香, 译. 北京: 商务印书馆, 2006.
- [4] 李青, 刘娜. MOOC 中教学视频的设计及制作方法——基于 Cours-era 及 edX 平台课程的实证研究[J]. 现代教育技术, 2016(7): 64-70.
- [5] 田莹. 多媒体视频资源在语文教学中的应用[J]. 科技信息, 2011(7): 209-302.

知网检索的两种方式:

1. 打开知网首页: <http://cnki.net/>, 点击页面中“外文资源总库 CNKI SCHOLAR”, 跳转至: <http://scholar.cnki.net/new>, 搜索框内直接输入文章标题, 即可查询; 或点击“高级检索”, 下拉列表框选择: [ISSN], 输入期刊 ISSN: 2160-4398, 即可查询。
2. 通过知网首页 <http://cnki.net/> 顶部“旧版入口”进入知网旧版: <http://www.cnki.net/old/>, 左侧选择“国际文献总库”进入, 搜索框直接输入文章标题, 即可查询。

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: ve@hanspub.org