

基于学生需求的大学生心理健康教育课程 教学设计

——以爱情主题为例

黄大庆

北京联合大学师范学院, 北京

收稿日期: 2025年6月3日; 录用日期: 2025年7月4日; 发布日期: 2025年7月11日

摘要

大学生心理健康课程的教学效果直接影响着心理健康教育工作的效果和质量。课程教学内容只有做到既与外部环境影响的动态性相一致, 又能满足学生自身特点与需求, 才能真正促进学生健康成长。针对学生需求, 通过课前展开调查、课上互动答疑、课后评价反馈进行全过程的教学设计, 不仅能够充分发挥学生的主体性, 更能够针对性地解决学生实际困惑, 有效提升课程的教学实效。

关键词

大学生, 心理健康教育, 教学设计

Designing Mental Health Education Courses for College Students Based on Their Needs

—An Example Focusing on the Theme of Love

Daqing Huang

Teachers' College of Beijing Union University, Beijing

Received: Jun. 3rd, 2025; accepted: Jul. 4th, 2025; published: Jul. 11th, 2025

Abstract

The effectiveness of mental health education courses for college students significantly influences the overall quality and outcomes of such educational initiatives. To genuinely foster students' healthy development, it is essential that the teaching content aligns with the dynamic impacts of

external environments while addressing the specific characteristics and needs of students. By implementing a comprehensive teaching design that includes pre-class surveys, interactive Q&A sessions during class, and post-class evaluations and feedback, educators can not only enhance student engagement but also address their actual concerns in a targeted manner. This approach effectively improves the overall efficacy of mental health education courses.

Keywords

College Students, Mental Health Education, Teaching Design

Copyright © 2025 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

课程是学校育人的根本载体，大学生心理健康教育课程对于提升大学生心理素质水平起着至关重要的作用。教育部于2011年发布的《普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求》中明确提出，各高校应根据学生培养目标，结合本校实际情况，设计心理健康教育课程体系。教育部于2018年印发的《高等学校学生心理健康教育指导纲要》中要求：“规范发展心理健康教育与咨询服务，更好地适应和满足学生心理健康教育服务需求。”[1]有研究者指出从学生的学习需求出发组织教学可以促进学生主动学习，充分发挥学生的学习主动性[2]。然而，当前高校开设的大学生心理健康教育课程普遍存在较少利用大学生的现实实际心理需求的调查来开展课程教学，造成理论知识与学生的生活世界脱节，造成了知行难以合一，造成了学生内在学习动机的减弱。因此，大学生心理健康教育课程的教学工作必须要基于当下大学生现实生活的心理需求出发，课程改革的必经路径是回归生活、面对现实。

大学生心理健康教育课程的教学目标是培养学生健全人格和开发潜能，是要提高大学生应对现实环境问题的能力，从而实现大学生的健康全面发展。要实现这一教育目标，形成有效的课程教学，在实施教学过程中，务必要始终围绕大学生这一主体，务必要紧紧抓住大学生当下的心理需求与特点，务必要与他们所处的社会生活现实紧密结合。在课程教学设计中，若能针对学生的需求开展调研并给予满足，必将能调动学生的主观能动性，从而提升大学生心理健康教育课程的教学效果。本研究拟以大学生心理健康教育课程中所设置的爱情主题为例进行改革尝试，探索将大学生的内心需要与心理特点融合到课程教学设计过程中。

2. 基于学生需求的教学设计初衷

目前，我国高校普遍开设了大学生心理健康教育课程，此门课程是心理健康教育实施的主阵地，承担着促进大学生健康成长、加强和改进大学生思想政治教育的重要任务。大学生心理健康教育课程对普及心理健康知识，提升大学生心理健康水平起到了积极的作用。然而，随着社会知识和信息爆炸，学习内容与形式正在悄然发生转变。确保大学生心理健康教育课程教学从“教得好”向“学得好”转变，提高大学生心理健康教育课程教学的实效性，是一项非常重要且十分必要的教学研究与改革工作。

2.1. 心理健康教育课程教学的固化性

2011年国家出台心理健康教育课程基本要求后，大学生心理健康教育课程受到重视，从单列课程，

统编教材,师资队伍等方面都取得了一定的成效,但仍存在一些问题。教学模式多是以教师为主导,课程教学存在重知识传授、轻心理体验的现象,造成课堂教学互动少,学生参与度不高、体验式不足,难以激起学生兴趣。教学内容虽然逐渐走向标准化和专业化,但是学科教学性质明显,内容更新慢,缺乏针对性,课程内容的整合性不足,未充分考虑学生不同时期的个人需要,不能完全反映以学生为中心的教育理念。

总之,大学生心理健康教育课程普遍存在的学生参与度低、体验性不足、互动性较弱,教学形式较单调,无法满足学生需求等问题。出现这些问题的原因在于课程没有与时俱进,没有能够因材施教。机械地照搬与复制知识已经不能吸引开放与活跃的学生群体,不能满足社会发展的需要,不能适应教育改革的步伐。

2.2. 大学生群体特点与需求的动态性

目前,大学生心理健康教育课程的教学普遍是以内容为中心,围绕大学生成长过程中所遇到入学适应、情绪管理、恋爱困扰、职业规划等主题开展课程设计。这种心理健康教育教学设计思路是面向学生未来成长需求的心理发展历程的时间线展开。然而,大学生群体的心理特点与需求是一个复杂的不断变化的过程,具有多样性和变化性特征。不仅具有个性化因素,又受社会化因素的明显影响,是个人心理进入社会结构环境后所产生的。不同年代的大学生身上都有着鲜明的时代特征与个性特征。若教学内容不能适应不同环境下大学生群体的特点、不能跟上时代发展下大学生群体的心理需求,那么就难以唤醒大学生对心理健康问题的认知与自觉,就难以引发大学生对自身经历、动机、目标的指向和反思,就难以培养大学生树立合理的、正确的情感价值目标。

因此,大学生心理健康教育课程的教学内容需要与时代发展同步,需要符合当下学生特点,需要满足当下学生需求。大学生心理健康教育课程的教学内容只有做到既符合受外部环境影响的动态性特征,又符合学生自身特点与意愿,才能真正最大限度满足大学生的成长需求,从而实现大学生的健康全面发展。

3. 基于学生需求的教学设计的必要性

基于学生需求的大学生心理健康教育课程的教学设计的理念源于美国学者斯帕迪(W. G. Spady)为改善传统“知识导向”的教育模式而提出的 OBE (Outcome Based Education)教育理念。他将其定义为“基于结果的教育意味着明确关注和组织教育系统中的一切,始终围绕着所有学生在学习经历结束时能够成功完成的任务开展教学”[3]。该理念最先在工程教育领域提出,随着高等教育的不断发展,OBE 理念也逐渐扩展到其他课程领域。因此,该理念对大学生心理健康教育课程的教学设计上如何关注需要具有重要的启示意义。

3.1. 以需求为导向,便于实现教育目标,发挥心理育人价值

OBE 理念以成果产出为导向,也就意味着教育成果要与国家与社会的需要保持一致。大学生心理健康教育课程是心理育人的主渠道,是高校思想政治教育的重要组成部分,是高校落实立德树人根本任务的有效途径。因此,心理健康课程的设计必须紧紧围绕社会和国家发展对于人才的需求,必须紧密结合时代发展浪潮的趋势,才能真正实现立德树人的教育内涵。即社会、国家需要什么样的人才,学校就培养什么样的学生。同时,教育部多次印发各种心理健康建设的要求与纲要,为高校开展心理健康课程提供方向指引。严格落实教育方针与目标,积极发挥心理健康课程的教育属性,才能培养出心理素质强大、心理健康水平高的人才。总之,大学生心理健康课程需要不再拘泥于死板的教材内容设计教学目标,而

是从成果逆推课程目标并进行教学设计,这样才能有利于满足国家、社会的需要,促成教育目标的达成。

3.2. 以需求为导向,真正体现学生主体,激发学生积极性

大学生心理健康教育课程属于大学阶段的必修课程,是基于学生的全面发展、满足学生成长需求的课程。学生才是这门课程的学习和发展的主体,课程必须根据学生身心发展特点关注学生的个体差异和不同的学生需求。教学内容设计就需要直面学生的需要、学生的感受、解决学生的现实困惑。然而,在传统教学模式中,学生的主体地位并没有得到充分体现[4],致使学生积极性不足,更多是对书本内容的被动学习,学生的参与性不足、缺乏相应的选择权。只有基于学生需求所组织的教学才能够真正体现以学生为中心。在进行心理健康课程设计时,要关注学生的主体性及其需要,要给予学生更多的选择空间。在课程设计与实施过程,必须始终围绕学生这一主体,提升学生的参与度,激发学生的积极性,加强师生的互动性,从而促进学生身心的健康发展。与此同时,在教学设计中还必须关注到学生的差异性。一方面群体的差异性。包括社会发展所形成的不同年代学生群体的之间的差异性,同时代大学生群体内部的个性化差异;另一方面是阶段需要的差异性。学生在学习的不同阶段所面临的问题不一样,有着不同的需求差异。总之,紧紧围绕大学生主体,针对大学生自身需求进行教学设计,不仅有助于优化心理健康课程,更有利于大学生自我价值的实现。

4. 基于学生需求的的教学设计流程

基于学生需求的的教学设计,就是在国家对心理健康教育的方针指导下,围绕教学大纲所要求的教学内容,提前针对学生对爱情这一主题内容的具体需求和期待进行调查,并将两者有机结合,在通过课前、课上、课后做出互动反馈的设计方式。爱情选择教学设计流程样例见图1。

4.1. 课前调查需要,明确教学重点

根据教学大纲的要求设定调查内容。通常调查问卷分为两部分内容,一部分是开放性问题,包括最希望了解哪方面的爱情知识、提供一个自己认同的爱情案例、提供一个自己不认同的爱情案例,自己关于爱情的困惑是什么。另一部分是固定调查内容,包括人口学基本信息(年龄、性别、民族等),爱情状态、爱情行为及态度的调查内容。开放性问题主要是为了收集学生的需要、困惑、素材。针对学生需要与困惑的调查,有助于教师安排不同内容的具体教学比重;针对爱情案例的调查,方便为教学提供真实、贴近学生生活的素材。需要、困惑、素材所反映出的价值观,有助于教师在教学中如何侧重价值观的教育引导。固定内容是为了收集针对某一具体爱情问题的量化的数据,既便于在课堂上向学生展示并剖析群体的现状,也便于让学生了解个体的想法与行为与群体之间异同。

4.2. 课中互动答疑,满足学生期待

课前收集的问题与数据,在教学开展过程中,教师需要通过举例、答疑、分享、讨论等方式进行全面地反馈,以满足学生自身的期待,激起学生的兴趣。

一是利用案例设计互动情境活动。加强案例和谈论的教学方式有利于提高学生的学习积极性[5]。因此,像情景模拟法、角色扮演法、案例讨论法等教学方法被广泛应用,以激发学生的学习积极性、参与度。教师可以整合课前收集的案例故事,将其融入到情景模拟、角色扮演、案例讨论之中。由于案例来源于学生、贴近学生,学生更容易被具体的行为细节所触动、被细致的心理感受所影响,更容易引发他们在讨论和交流中分享自己的感受与观点。在学生分享的过程中,教师就可以结合所涉及的心理知识理论与帮助他们深入挖掘问题的本质。这不仅能够帮助学生解决实际问题,还能传播专业的心理学知识,做到心理育人的润物细无声。

二是利用调查数据反应真实的问题。数据有高度概括能力，一个关键数据有时可抵千言万语。课程讲授过程中如果仅是讲道理、谈感受，往往难以形成说服力。若能在这一过程中，适当穿插数据，可让道理更明晰、感受更明确。在教学过程中，使用针对当下学生的调查数据，不仅可以做到准确、与时俱进、客观真实地反映当下大学生群体的问题，更容易为大学生所信服。同时，教师可以将数据可视化，利用图表或图形的方式进行呈现、对比，方便学生了解问题的整体态势、发现数据间的联系，以便更加合理地理解自己与他人的行为。

三是设置集中反馈环节，解答具体困惑。学生的任何一个问题都应得到充分的重视。可以在课程开始前或课程结尾设置反馈环节，对收集的问题进行集中解答和回应。解答和回应问题的人可以是老师、也可以是学生，还可以请学生以父母、他人等不同的角色来回应问题。确保反馈的多主体、多视角，进而帮助学生从多种角度来审视自己的疑惑，理解他人的反应。通过学生之间的相互回应，不仅为学生提供了互动的机会，也让学生感受到了相互帮助的温暖。

4.3. 课后收集反馈，调整教学策略

课程结束后还要需要进行随堂的教学评价调查，收集学生对于课堂教学的反馈与评价，便于未来进一步调整教学方法与策略，提升课程的有效性。调查的具体内容包括最喜欢的教学环节、教学中尚未提及的话题、课前调查问卷需要修改的地方、改进教学的具体建议等。随堂的教学评价调查能够帮助教师了解课程组织的有效方式、帮助教师对教学内容进行查漏补缺，帮助教师改进与梳理调查问题，学生所提的课程建议还能帮助教师进一步调整与改进课程设计。

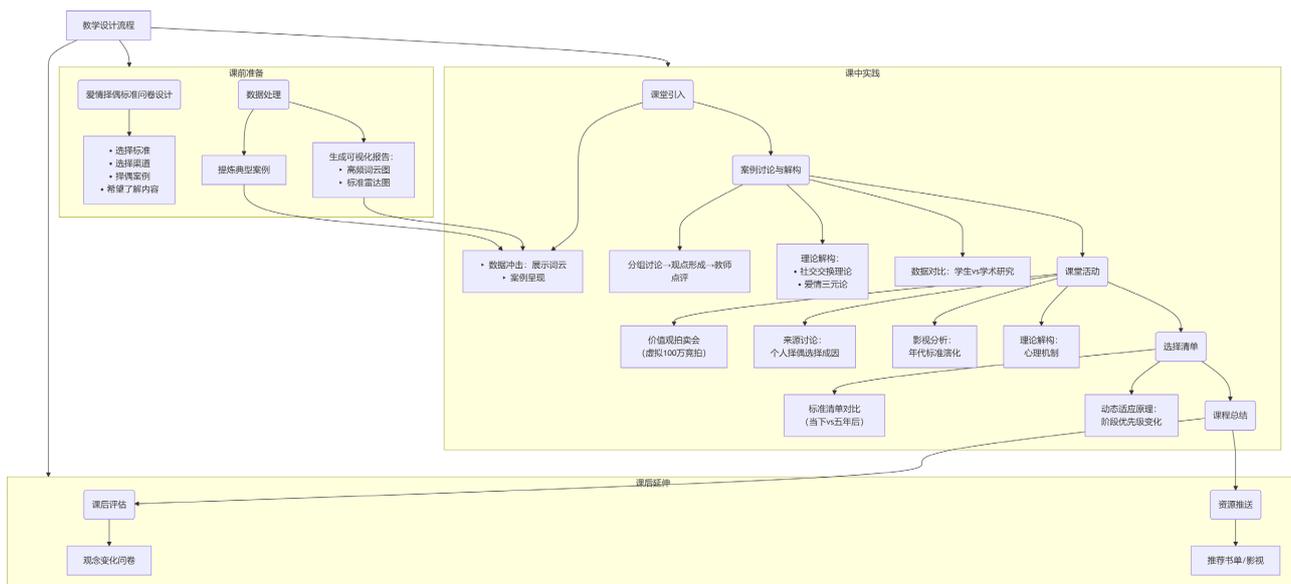


Figure 1. Sample of the teaching design process for the love choice lesson

图 1. 爱情选择教学设计流程样例

5. 基于学生需求的教学设计反思

基于学生需求进行的爱情主题课程设计，在课前、课上、课后不同时间点，教师结合调查与反馈进行针对学生需求的教学设计，充分发挥学生的主体性，利用学生自身的资源，为解决学生的问题提供了多元视角、情感体验、理论知识及解决方法，加深了学生对教学内容的理解，促进了学习心理素质的提升，对促进心理健康课程改革具有重要意义。同时，也需要注意以下问题。

5.1. 要注重教育要求与学生需求的结合

教育要求与学生需求相互联系、相互促进，是一个相辅相成有机的需求整体。教育部印发的《普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求》是大学生心理健康教育课程的教学大纲和教学计划的导引，对课程教学内容做了规范性的设计与安排。学生需求是教育决策的依据，学生需求的实现是教育要求所追求的目标。基于学生需求的教学设计就是要关注每一个学生的不同需求，为学生提供更多的选择，促进学生心理素质的提升。具体体现在课程内容上就是要贴近学生现实问题的多样性，给予学生自主的选择性，提供思考角度的丰富性，尽量满足学生不同的发展需要。因此，在设计具体教学内容时，教师要注意课程基本要求与学生需求之间的关系，要注意发挥课程的引领作用；要注意平衡完成教学内容与满足学生需求之间关系，避免陷于学生具体问题细节的纠缠。

5.2. 要注重学生需求的纵向与横向比较

针对学生需要的调查数据，不应该仅仅局限于某一阶段、某一次课程的调查，应该扩大范围、进行长期积累，形成横向数据与纵向数据。在同一时间点，针对不同背景信息收集数据，形成同年代不同群体之间的数据，展现出不同群体的现状，从而更好地理解不同群体之间对于问题的看法与态度。持续在不同的学期收集数据，积累形成不同年代同一群体的数据。通过持续地调查数据，可以更好揭示变化趋势，展示年代之间有异同，从而为学生提供更为完整、全面的视角。

6. 结语

大学生的心理需求随着社会环境的发展而变化。基于此，高校心理健康教育课程体系的优化升级亟待实现从传统的问题导向型模式转向需求驱动型模式的范式转换。通过调研捕捉学生心理需求，并将需要融入情境化教学设计，建立“需求识别-课程设计-效果评估”的闭环系统。这种以需求为锚点的教学设计革新，不仅能够切实加强心理健康课程的针对性，更有利于确保提升心理健康教育的效能。

基金项目

北京联合大学教改项目《将学生心理调查与心理素质教育课程融合的教学模式设计与实践——以爱情主题为例》研究成果(JJ2024Y061)。

参考文献

- [1] 教育部. 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[EB/OL]. http://www.moe.gov.cn/srcsite/A12/moe_1407/s3020/201807/t20180713_342992.html, 2018-07-06.
- [2] Janet, G. (2002) Learning Needs Assessment: Assessing the Need. *BMJ*, **19**, 324-337.
- [3] Spady, W.G. (1994) Outcome-Based Education: Critical Issues and Answers. American Association of School Administrators.
- [4] 梁瑛楠. 基于 OBE 理念的大学生心理健康教育课程设计与实践效果评估[J]. 高教学刊, 2024(13): 114-117.
- [5] 肖庆华. 基于大学生学习需求的课堂有效教学[J]. 大学教育, 2015(7): 37-38.