

基于新型项目学习的心理健康教育课程改革探究

张译允*, 王孟晴

辽宁师范大学心理学院, 辽宁 大连

收稿日期: 2025年3月10日; 录用日期: 2025年4月3日; 发布日期: 2025年4月21日

摘要

项目学习是一种以项目为纽带, 让学生主动探究并解决真实问题的教学方法。传统项目学习的引入为心理健康教育课程改革带来了初步成效, 但对于当代大学生而言, 单纯的活动体验难以支撑其自主探究能力的发展, 也难以满足其建立和应用心理健康理论体系的需求。本文提出新型项目学习, 旨在通过夯实理论基础与推动实践相结合的方式, 从教学内容、师资队伍建设和课程评价等方面对项目设计进行全新规划, 阐述新型项目学习的优势, 并提出提升大学生心理健康教育教学质量的具体策略。

关键词

新型项目学习, 大学生心理健康教育, 教学改革

Exploring Curriculum Reform in Mental Health Education Based on New Project-Based Learning

Yiyun Zhang*, Mengqing Wang

College of Psychology, Liaoning Normal University, Dalian Liaoning

Received: Mar. 10th, 2025; accepted: Apr. 3rd, 2025; published: Apr. 21st, 2025

Abstract

Project-based learning (PBL) is a teaching method that uses projects as a medium to encourage students to actively explore and solve real-world problems. The introduction of traditional PBL has

*通讯作者。

brought initial success to the reform of mental health education. However, for contemporary college students, mere experiential activities are insufficient to support the development of their independent inquiry abilities or meet their needs for establishing and applying a theoretical system of mental health. This paper proposes a new model of PBL, aiming to integrate the consolidation of theoretical foundations with the promotion of practical application. It provides a comprehensive redesign of project-based learning in terms of teaching content, faculty development, and course evaluation, highlighting the advantages of this new approach. Furthermore, specific strategies are proposed to enhance the quality of mental health education for college students.

Keywords

New Project-Based Learning, College Students' Mental Health Education, Teaching Reform

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

心理健康教育是介绍学生心理发展规律与问题、心理健康防护方法,以培养学生良好的心理素质,促进学生整体素质全面提高的课程。它既是基础理论学科,也是应用型学科;既是专业型硕士研究生的专业必修课,也是其他学科进行心理研究与教学的基础。因此,心理健康教育课程的改革,不仅对心理学、教育学的课程建设具有重要意义,对整个师范教育乃至高等教育都具有重要的影响作用。相对于基础教育课程以知识传授和能力培养为核心的教学目标,心理健康教育课程则更强调个性化、体验式的教学方法。项目学习为体验式教学提供框架支撑。

从心理健康教育课程的“活动体验”出发,已有研究者尝试将项目学习应用于心理健康教育课程,围绕某个具体的学习项目,将学习资料最优化,让学生在亲身实践中体验,知识中探索创新,从而形成相对传授学习较为深化的知识理解。但这些研究与实践主要集中在中小学心理健康群体(王崇宝, 2021; 秦文英, 马乐, 2021),并且传统的项目式教学难以满足大学生建立系统而全面的知识体系,从而解决日益纷繁复杂的心理健康问题的需求。为此,亟需符合大学生身心发展规律的新型项目学习心理健康教育课程建设,以推动心理健康教育课程的改革。

2. 项目学习概况与应用现状

项目学习最早起源于美国,“项目”这一概念由著名教育家克伯屈于1918年首次提出。项目学习是一套系统的教学方法,它是对复杂、真实问题的探究过程,也是精心设计项目作品、规划和实施项目的过程,其强调设计思维和对核心知识的提炼与理解,在这个过程中,学生能够掌握所需的知识和技能(巴克教育研究所, 2008)。项目学习主要包括项目选择、项目设计与规划、项目实施、成果展示以及针对展示的评价反馈五个环节。

随着教育教学改革的深入,我国越来越多的学者对项目学习展开了研究,包括对教师教育课程在项目学习设计的理论研究(王林发, 2010, 2013; 王萍, 2012; 黄得昊, 2022),以及聚焦在中小学的学科教学上的应用性研究。例如费嘉融(2024)基于项目学习对化学综合实践活动课的教学进行了设计,提供支架,引导学生自主解决真实问题。近年来,对于项目学习的应用研究领域有所拓展,逐渐有学者开始尝试将项目学习运用到高等教育教学中,研究发现项目学习在高等教育中也适用(周璇等, 2024)。对于项目学习

应用成效如何,叶碧欣等人(2022)采用元分析的方法,对项目学习在大学英语教学中的效果进行系统分析,结果发现,项目学习能提高学生的语言综合应用能力,包括听、说、读、写等多个方面。此外,对于词汇教学效果也具有明显的提升作用。这均证明了项目学习的有效性。

3. 基于项目学习的心理健康课程建设应用现状及存在的问题

3.1. 基于项目学习的心理健康课程建设应用现状

心理健康教育课程是通过对心理健康知识的理论与实践学习,提升学生心理的全面发展与健康心理的培育,促进其全面发展。项目学习作为一种创新式学习方法被普遍认为是使学生获取知识获得成功的创新式学习方法(侯红霞, 2021)。近年来,心理健康教育课程逐渐引入项目学习,包括心理健康课程改革的理论研究(汪丹, 2021; 严靖雯, 2023),与教学改革效果研究(张婕等, 2021)。但总结发现这些课程更多地集中在中小学心理健康教育的课程改革上,少有与大学生心理健康教育的融合。且在已有的改革设计中也只是聚焦在传统项目学习与大学生心理健康课程结合上,而未根据心理健康课程学科特色与项目学习的局限性进行针对性变革。心理健康课程在与传统项目学习结合的过程中出现了学生缺乏参与度主动性降低、过度强调“活动体验”忽略基础知识等问题(孔晓楠, 2023)。

3.2. 基于项目学习的心理健康课程建设存在的问题

3.2.1. 脱离课堂教学知识体系,主要体现在项目内容的过度活动化和重体验性

心理健康教育许多课程的设置过于偏重活动体验,而忽略了对理论知识的系统教学。对于大学生而言,系统完整的理论知识教学是提高学生的学习效率的关键。然而,传统项目学习过度强调实践活动,忽视了对基础知识的系统学习,导致知识的系统性遭到破坏。这些失衡的教育结构削弱了学生对心理健康领域核心理论的深入了解,使学生陷入“为了活动而活动”的误区,进一步限制了学生在实际情境中运用知识的能力。

3.2.2. 教学团队结构单一,缺乏多元协同的教师团队

项目学习要求教师具备敏锐的洞察力,能够将真实情境与学习内容有机结合,设计驱动性问题(白雪峰, 蔡春霞, 2024),其专业能力直接影响项目学习的实施效果(李怡然等, 2024)。然而,现行的心理健康教育体系中,教师仍无法满足项目学习要求,主要体现在教师数量不足与授课教师实践经验不足两方面。首先是教师队伍数量不足,在大学课堂上,每个班级仅有一名授课教师,却要教授上百位学生,无法开展小班教学模式,限制了项目学习的实际效果(邹艳荣, 2019)。其次是授课教师实践经验缺乏。当前大学心理健康教育教师大多专注于科研,缺乏实践经验,难以设计符合学生需求的真实情境项目,导致项目规划同质化,未能根据教学内容和学生心理状态进行动态调整,出现在不同内容套用同一项目规划的情况,违背了项目学习的初衷(柳夕浪, 2021)。例如在合作小组划分上趋于单一,仅依据班级人数机械划分小组,忽略了学生心理状态的个体差异、教学内容难度与学科特色。导致浪费了大量时间,教学效果却差强人意。

3.2.3. 课程评价体系单一,仍局限于结果性考核

对学习过程的考察占比失衡,无法凸显项目学习优势。项目学习作为以活动为主导的教学方式,其核心价值在于培养学生的实践能力和综合素质,项目过程中的动态表现、团队协作、问题解决能力等都应成为学习效果的重要衡量标准。然而,目前大学生心理健康教育的课程评价体系与这一理念存在明显脱节,期末考试占比仍然远高于实践环节,这种重理论轻实践的评价导向不仅削弱了学生的学习积极性,也使项目学习失去了应有的意义。具体而言,现有的评价方式未能充分反映学生在心理健康知识应用、

情绪管理能力、人际交往技能等方面的实际成长,而这些恰恰是心理健康教育的关键目标。

4. 新型项目学习与大学生心理健康教育课程融合的实施策略

结合大学生心理健康教育而课程与项目学习应用存在的问题,本文将对传统项目学习提出一些改革,来促进心理健康教育课程的革新,并提出以下改革方案:一是改变传统项目学习过度强调“生成”知识的学习方式,基于课堂教学,强调基础知识;二是优化专业教师队伍,建立“双师型”教师团队;三是改变传统考核方式,将表现性评价与新型项目学习相结合。

4.1. 项目内容基于课堂教学, 强调基础知识

项目内容应紧密围绕课堂教学内容,确保项目与课本知识的连接,避免脱离课堂的过度活动化。在项目内容设置上,根据学生认知发展阶段,将项目目标分为基础理论、应用技能、实践体验三部分。在基础理论阶段,为学生讲授心理健康教育的核心概念和理论模型;在应用技能阶段,可依托案例分析、角色扮演等课堂体验活动,初步帮助学生完成理论的实际情境应用;在实践体验阶段,统一组织实习、场景模拟等强化学生实践能力。在这一过程中,始终保持项目与课堂教学知识的紧密连接,让学生在真实情景中学习课本知识,在学习课本知识的同时压实实践基础。让学生在掌握基础知识的同时培养探究意识,有效解决项目问题,完成项目任务,从而系统建构心理学理论知识(叶静, 2022)。

4.2. 优化专业教师队伍, 建立“双师型”教师团队

为解决教师短缺,专业能力欠缺的问题,应扩大教师队伍,建立“双师型”教师团队,采用校内校外相结合的教学方式,聘请一线心理健康教师辅助教学,弥补教师数量不足和实战经验缺乏的短板。在教学过程中,校内教师负责理论知识的系统化传授、课程设计与项目规划,以及学术指导与科研支持,帮助学生构建扎实的理论基础;校外教师则侧重实践指导与情境设计,分享自己的一线经验与心理健康实用技能,并在项目实施过程中根据学生的实践情况动态调整任务内容,确保项目学习的针对性和有效性。校内外教师通过联合备课、资源共享、共同评价和定期教研活动,实现理论与实践的结合,推动教学质量的持续提升,为学生提供全面而深入的学习支持。

双师型教学团队的建设,有效重组联合了各育人主体,让各团队成员共享知识、分工合作,为学生提供全方面的教学帮助,符合当下真实情景下学生对教师的要求。

4.3. 促进表现性评价与结果性评价相结合

依据项目形式与教学目标,有必要探究能够满足新型教学模式的课程评价体系。具体而言,可从评价结构、评价内容两部分展开。首先,在评价结构上,采用线上线下相结合、考试与实践相结合的考核方式。其次在考核内容上,从多个角度展开:一方面,可以从学生的学习效果出发,评估其在知识技能、学习态度和综合能力等方面的变化;另一方面,也可以从项目学习的阶段流程入手,关注学生在项目制定、合作探究、作品制作和成果交流等环节中的表现。在制定评价指标时,可以结合评价等级(如优秀、良好、合格)、描述符(通过语言描述学生预期达到的程度)和表现样例(通过具体案例展示学生的表现),兼顾学习过程与结果的评价。最终,通过学生自评、他评和教师评相结合的方式,全面评估学生在问题情境中运用基础知识与技能的水平、学习态度以及综合能力的发展情况。

评价是项目学习中的重要环节,它不仅能够促进学生的学习反思,还能帮助教师对项目实施过程进行总结和改进,从而为后续项目的顺利开展奠定基础。评价要贯穿于整个学习过程。表现性评价作为一种注重学生在真实或模拟情境中行为表现的评价方式,与项目学习的教育理念高度契合。通过将表现性

评价与项目学习相结合, 能够全面反映学生在知识应用、情绪管理、人际交往等方面的成长。

5. 结语

新型项目学习立足于真实情境, 既强调学生的自主探索, 又注重对课本知识的系统学习, 旨在夯实学生的基础知识, 提升其解决实际心理健康问题的能力。通过优化项目主题设计、加强教师队伍建设、完善评价体系, 新型项目学习为大学生心理健康教育课程的改革提供了新的思路。然而, 项目学习并非适用于所有教学内容, 教师在实际操作中需灵活调整, 以确保教学效果的最大化。

课题项目

- 【1】省级: 学科融合视域下的心理健康教育课程综合实践教学研究 LNYJG2023272;
- 【2】校级: 核心素养视域下大学生心理健康课程思政情境式教学设计与实践研究 lsbkjg202411。

参考文献

- (美)巴克教育研究所(2008). *项目学习教师指南: 21世纪的中学教学法*(任伟译). 教育科学出版社.
- 白雪峰, 蔡春霞(2024). 高质量项目学习的基本特征与设计要求. *基础教育课程*, (3), 64-68.
- 费嘉融(2024). 基于项目学习的化学综合实践活动课的教学实践——以“柴胡抗菌洗手液的研制”为例. *化学教学*, (4), 55-61.
- 侯红霞(2021). 论项目式学习及其在高校思想政治理论课教学中的应用. *思想教育研究*, (11), 103-107.
- 黄得昊(2022). 项目化学习研究中教师的教育经验表达. *现代教学*, (Z3), 37-38.
- 孔晓楠(2023). 高校心理健康教育课程项目化教学改革探索. *淮南职业技术学院学报*, 23(3), 89-91.
- 李怡然, 夏元清, 彭熙伟(2024). “目标导向, 分类卓越”实践课程群改革探索——以自动控制理论实践课群改革为例. *实验室研究与探索*, 43(5), 135-139.
- 柳夕浪(2021). 超越班级授课制?——教学改革热点问题透视之一. *人民教育*, (21), 43-45.
- 秦文英, 马乐(2021). 小学心理健康教育学科项目学习实践. *教师博览*, (12), 12-13.
- 汪丹(2021). 项目教学法在心理健康教育课程上的应用研究. *山西青年*, (17), 183-184.
- 王崇宝(2021). 中小学心理健康教育的项目化学习实践探索. *中国德育*, 16(21), 46-49.
- 王林发(2010). 研究型教师培养的“项目学习”教学模式. *教育研究*, (8), 105-109.
- 王林发(2013). 基于项目学习的师范生教育研究力的有效培育. *现代教育科学*, (7), 114-117.
- 王萍(2012). 基于《教师教育课程标准》视域下的项目学习探究. *中国教师*, (15), 48-50+55.
- 严靖雯(2023). 项目式学习法在小学心理健康教育中的应用研究. *教书育人*, (10), 37-39.
- 叶碧欣, 桑国元, 黄嘉莉(2022). 课程与教学创新的学校组织氛围研究——以一所项目式学习特色校为个案. *全球教育展望*, 51(9), 66-77.
- 叶静(2022). 高中心理健康教育有效开展的策略探究. *考试周刊*, (52), 7-12.
- 张婕, 刘赢忆, 刘召霞(2021). 职业能力导向的应用心理学专业教学改革效果研究. *职业技术*, 20(2), 1-6.
- 周璇, 徐一梦, 曾焱, 张波(2024). 基于项目式学习的高校微生物学实验课教学改革. *微生物学通报*, 51(4), 1281-1289.
- 邹艳荣(2019). 基于项目导向的大学生心理健康教育教学探索. *现代职业教育*, (24), 206-207.