

# Research on the Construction of College Students' Psychological Education Network Course under the Background of "Internet plus Education"

Hua Wang

College of Marxism, Shaanxi Institute of International Trade & Commerce, Xi'an, Shaanxi, China

2838662137@qq.com

**Key words:** College students' mental health education, Internet education, Network course of psychological education

**Abstract:** Mental health education of college students is an important part of ideological and political education in colleges and universities, and it is an inevitable trend for mental health education to be integrated into the network education environment under the background of distance education development such as admiring classes, online schools and online learning. The difference between network psychology education mode and traditional psychology education mode lies not only in whether to use network environment or information technology, but also the comprehensive innovation of educational content, methods, means, relations, which represents the innovative direction of the development of college psychological education. Psychological educators must also understand, familiarize themselves, and adapt to this new educational model, in order to deal with the existing or future network psychological education environment in colleges and universities.

## “互联网+教育”背景下大学生心理教育网络课程建设研究

王华

陕西国际商贸学院 马克思主义学院, 西安, 陕西, 中国

2838662137@qq.com

**关键词:** 大学生心理健康教育 互联网教育 心理教育网络课程

**摘要.** 大学生心理健康教育是高校思想政治教育中重要的一环, 在慕课、网校、在线学习的远程教育发展背景下, 心理健康教育融入到网络教育环境之中是必然趋势。网络心理学教育模式与传统心理学教育模式的区别不仅仅在于是否运用网络环境或者信息技术, 更是对教育内容、方式、手段、关系的全面革新, 这代表着高校心理学教育发展的创新方向, 心理教育工作者也必须要去了解、熟悉、适应这种全新的教育模式, 以此应对当前高校已有的或者未来将有的网络心理教育环境。

### 1. 引言

信息时代与网络背景造就了当代大学生新的学习与生活空间, 网络成为学生的必需品和惯用品, 也成为教育实施的平台与环境。心理健康教育若通过网络平台或者网络技术途径来开展, 能够发挥出有别于传统教学方式的多种优势, 但也会在实践中遇到一定的问题。开展网络心理健康教育拓展了高校心理教育的实施范畴, 利用更为学生接受也更符合时代发展趋势的方法与技术去提高心理教育和服务的质量和效率, 这是在远程教育广泛开展背景下心理教育发展的必然趋势。

## 2. 国内外研究现状

### 2.1 国外研究现状

随着计算机和互联网的诞生,就有心理学家开始研究基于互联网环境的人类心理学行为,最早的“互联网心理学”(Cyberpsychology或Internet psychology)概念被于20世纪80年代被提出,Wallace(1983)的《互联网心理学》(The psychology of internet),可谓是互联网心理学的开山之作。Wallace提出了一些关于互联网心理学的基础概念,Wallace的研究主要针对人在面对与使用计算机所产生心理与行为观察。Sherry Turkle(1997)的《Life on the screen: Identity in the age of the Internet》是20世纪90年代互联网心理学领域中的一部力作,阐释了已经日益侵入人们日常生活的屏幕与网络,是如何对人的心理产生影响的,从此虚拟环境下的心理学研究逐步走向深入。在《Computers in Human Behavior》、《Cyberpsychology Behavior》、《Computers and Education》、《International Journal of Human-Computer Studies》等杂志中,刊登了大量和互联网心理学相关的研究成果。本项研究基础除了互联网心理学之外,还与互联网教育学直接相关。互联网教育一般也称远程教育或者在线教育,主要指通过网络环境与技术来进行教习互动的模式。早期学者关注互联网教育的基本概念、学习方法以及教学模式设计,到了21世纪远程教育被推广之后,技术手段、管理方法以及教育效果评估等被赋予了更多的关注。其中Otto Peters的“远程教育工业化理论”、Michael Moore的“互动距离与自主学习理论”、Burrhus Frederic Skinner的“新行为主义学习理论”、Antony W. Bates的“双向交流理论”、Holmberg的“远程教育的整体论”,Desmond Keegan的“教与学活动重新整合等理论”,约翰·丹尼尔的“铁三角”、“五边形”模型等都是网络教育的基础学说。

### 2.2 国内研究现状

对构建大学生网络心理健康模式的研究,几乎都集中于2010年之后,尤其是近几年,随着高校互联网教育的日益普及,心理健康教育的网络平台建设成为研究热点。黄小梅(2011)针对当前大学生心理健康教育的发展需求,认为发展网络心理健康教育具有积极的意义,应当依据高校现有的资源,整合起网络心理教育和服务平台,帮助大学生建设积极健康的心理。孙喜英(2015)认为网络已经深入到在校大学生的生活之中,心理健康引导也可以通过网络的方式,在多元、开放、保密的模式下,积极建设学生的健康心理。俞亚萍(2016)提出基于互联网的心理教育模式必须重视自主发展、平等交互、积极育人、系统整合等理念,需要创新机制和方法、建设团队,依靠合力来促进学生的心理健康。田硕等(2016)在对高校心理教育困境及问题的分析下,提出符合高校素质教育的网络心理健康教育模式,以此提高心理教育的有效性。吴丽玫(2017)认为互联网心理健康教育不仅要搭建线上平台,更为重要的是要实现线上线下的融合,以双规并行的方式去保证心理健康教育的有效性。

## 3. 目前我国高校网络课程建设现状分析

### 3.1 高校网络课程建设的优点

(1) 教学内容呈现形式的多样性。传统教学模式在教学内容的呈现上比较单一,主要拘泥于静态的文本、图片、PPT等讲稿,而网络课程是将教学信息以图形、图像、声音、动画、视频等多种媒体综合运用,使教学内容生动、形象,便于学生主动接受,从而能收到更好的教学效果。

(2) 网络课程的开放性、交互性。课程的开放性、交互性是网络课程最大的特点之一。课程内容的学习具有人机交互的特性,这样的一种交互可以克服空间、时间上的限制,而且对于被教育者年龄、身份等各方面都是没有任何约束性的。

(3) 优秀教育资源的共享性。在传统教育中,各地的教学条件、教学资源等情况千差万别,特别是一些偏远地区,教育资源匮乏的现状严重影响着当地的教育质量,制约着当地的教育

水平。网络课程的一大优势就是把优秀的教育资源传播到网络可以到达的任何地区，最终提高全国整体的教育水平。

### 3.2 高校网络课程建设存在的问题

(1) 注重内容呈现，忽视教学设计。网络教学中教育者与被教育者在时空上是分离的，被教育者在学习过程中是认知的主体，具有主动选择的特性。网络教学跟普通的教学模式一样，也要达到一定的教学目标，要想达到一定的教学目标，光有呈现形式多样的教学内容是远远不够的，关键是要使被教育者的学习活动持续下去才能达到教学的目标。因此，根据被教育者网络学习的特点而进行的系统的、有针对性的、整体的设计就显得尤为重要。

(2) 教学内容的呈现形式单一。现在部分网络课程在教学内容的呈现形式上比较单一，基本上是以静态网页和文本为主，甚至是将教学内容简单地堆砌于网络上，没有充分发挥优秀的教育资源与网络课程教学相结合的优势。

(3) 重难点内容不突出。网络课程教学相比于传统的教学方式，教学过程中提升了学习者的主体地位，但教育者在教学活动中随机应变的主导作用无法得到发挥。也就是说，教师若不能根据教学实际情况对教学内容作出相应的调整，网络课程就不能通过教师的反复讲解和强调学习中的重难点内容帮助学生理解记忆这些内容，这就容易导致学习者一知半解，无法抓住学习的重点，无法理解学习的难点。

### 3.3 就目前网络课程建设存在的问题，对网络课程建设提出的建议

(1) 以先进的教育理论为指导，加强教学设计。网络课程是以现代教育思想为理论基石、以现代信息技术为技术手段的新型教育模式。教学设计是教学目标的预演，在整个教学过程中具有导向性的功能，直接决定着教学过程的实施和教学效果的实现。网络课程的教学设计，要突出网络学习的自主性，提供的教育资源要突出用于自主学习，重视学习需求分析、教学目标分析、教学内容分析、学习效果的评价与反馈，尤其要注重基于网络的学习情境创设和教与学的策略设计。

(2) 教学内容的呈现形式要多样化。教学内容要多倾向于情境化的呈现方式。虚拟真实教学环境等更加人性化的教学环境是网络课程的发展方向。这种虚拟真实的教学环境能够充分调动学习者的积极性，突出学习者的主体地位，所能达到的教学效果也是简单的图片、文字堆砌所无法比拟的。另外，在交互方式上还应该更加多样化。交互方式不仅是基于文本的电子邮件、讨论区等，还应该具备基于文本和图像的电子白板、应用进程的共享等方式。

(3) 创设适合学生学习的情境。知识的获得应该是学习者在一定的情境下，借助教师的帮助，利用必要的学习资料，通过意义建构的方式而获得。情境创设能够保证学习者实现意义建构。当学习者的学习动机由外在内驱力转化为认知内驱力，学习者的潜能将被无限地激发。网络课程通过多媒体技术就能够实现教学情境的创设，营造虚拟的教学情境，这将极大地促进学习者的学习动机由外在内驱力向认知内驱力转化。

## 4. 大学生心理网络课程建设的思考

### 4.1 大学生心理教育网络课程建设的必要性

大学生心理健康教育是高校思想政治教育中重要的一环，在慕课、网校、在线学习的远程教育发展背景下，心理健康教育融入到网络教育环境之中是必然趋势。网络心理教育模式与传统教育模式相比，在教学内容上更加丰富、多元，在教育方式上更加灵活、亲和，在教育手段上更加自主、便捷，在教育关系上更加保密、无负担，但在教育环境却更加复杂、多变，需要教育工作者付出更多的精力。网络心理学教育模式与传统心理学教育模式的区别不仅仅在于是否运用网络环境或者信息技术，更是对教育内容、方式、手段、关系的全面革新，

这代表着高校心理学教育发展的创新方向，心理教育工作者也必须要去了解、熟悉、适应这种全新的教育模式，以此应对当前高校已有的或者未来将有的网络心理教育环境。

#### 4.2 大学生心理教育网络课程建设的设计思路

心理学网络课程建设是心理学网络教育开展的重点环节。大学生心理健康教育网络课程建设要以学生为中心进行设计开发，主要包括以下几方面内容：

(1) 设计问卷，对本校在校生进行心理学网络课程需求调查，内容包括自主学习情况、利用网络进行学习的兴趣程度、认为网络信息对心理健康学习是否有帮助、学生自我心理评估、希望网络心理课程教习哪些内容等。

(2) 对问卷进行整理，分析调查的各种情况，尤其对大学生的自我心理评估和对心理学课程的需求做详细剖析，找出当前在校生普遍存在的心理问题，以及在校生对网路心理课程的重点需求，在此基础上开展课程设计。

(3) 设计大学生网络心理课程的基本内容和组织形式。首先要搜集、存储、整理心理学教学资源，形成数据库；其次要对一个课程做总体设计，对每期内容讲演做一个预估，网络课程相较于传统课程而言时长较短，要以“点”的方式围绕一个课题进行纲领式的讲解；接着要在每个“点”之下建立资源链接，例如相关的知识点、理论著作、名师对其的讲解视频等，方便学生自主学习；最后让学生在线进行一个测试，对学生的学习成果进行评价。

#### References

- [1] Du Qiong, Wang Ye-xiang, Exploration of network psychological mutual aid education model for college students [J]. *Education and Career*, 2016 (01).
- [2] Han Chun-xia, Exploration and practice of college students' online mental health education model [J]. *Journal of Heihe University*, 2018 (03).
- [3] Ye Jin-yong, Research on network mental health education model for college students [J]. *Journal of Huaihai Institute of Technology (Humanities and Social Sciences Edition)*, 2015 (09).