

# 基于慕课的《大学生心理健康》混合式教学研究

姚斌,李红燕,闫琼,吴梦瑶

(西安交通大学大学生心理健康教育与咨询中心,陕西西安 710049)

**摘要:**基于MOOC的混合式教学在大学生心理健康课程中的应用实践。介绍了该课程的混合式教学设计以及考核方式,并通过问卷调查了解学生对本课程混合式教学各个环节的满意度,初步评价了教学效果。认为基于MOOC的混合式教学符合《大学生心理健康》课程的特点,是兼顾学生知识学习和实践应用的教学方式,在实践中得到学生的认可。

**关键词:**MOOC; 在线教育; 混合式教学; 大学生心理健康

DOI:10.13555/j.cnki.c.m.e.2019.05.019

中图分类号:G642.0

文献标识码:A

文章编号:2096-3181(2019)05-0804-04

## Research of Blending Learning Model Based on MOOC in the Course of College Student Mental Health

YAO Bin, LI Hong-yan, YAN Qiong, WU Meng-yao

(Student Mental Health Education and Counseling Center,  
Xi'an Jiaotong University, Xi'an 710049, China)

**Abstract:** This paper showed a blending learning model practice of the course College Student Mental Health, the design of blending learning model had been introduced, and the students' degree of satisfaction for every parts of the learning process had been investigated, the teaching efficiency of the model had been estimated. This paper concluded that blending learning model based on MOOC was matched with College Student Mental Health, it could helpful for knowledge getting and applying, this model had been accepted by students.

**Key Words:** MOOC; online education; blending learning model; college students' mental health

网络的普及为教育技术的发展提供了新的机遇和挑战,特别是智能手机的广泛使用拓展了教学活动的时空,增加了学习的灵活性。MOOC即 Massive Open Online Course,是大规模在线开放课程的简称,自2008年第一门MOOC上线以来,在国内外高校得到了快速发展<sup>[1]</sup>。MOOC满足了人们简单、快速、高效的快餐式学习需求,使学习者可以灵活安排时

间,取得更好的学习效率,但MOOC也存在缺乏学习过程监控,线上互动不及时,答疑功能不足等问题<sup>[2-3]</sup>。混合式教学(Blending learning)是传统教学(Face to Face)与网络化教学(E-learning)优势互补的一种教学模式,其目的主要在于帮助学生取得最优化的学习效果<sup>[4]</sup>。基于MOOC的混合式教学实现了线上线下同步,弥补了单纯线上学习的不足,使线上学生的知识学习和线下教学活动有机结合,可以使MOOC资源得以更好的利用,对于提升学习效率发挥了积极作用。

基于MOOC的混合式教学有很多优势。有研究认为,这种形式可以将教师授课与学生探究式学习相结合,在学习方式上有学生自发、自主学习,课程资源可再生学习等优势<sup>[5]</sup>。基于MOOC的混合式教学把传统教学方式的优势和数字化或网络化教学的优势结

收稿日期:2019-04-15

基金项目:教育部在线教育研究中心2017年度混合式教学试点项目(2017180);陕西省社会科学基金项目(13N109);西安交通大学2017年研究生教育改革项目(项目23号)

作者简介:姚斌(1969—),男(汉族),陕西长安人,医学博士,副教授,研究方向:心理健康教育,心理咨询理论与技术。E-mail: yaobin@xjtu.edu.cn

合起来,也就是说,既要发挥教师引导、启发、监控教学过程的主导作用,又要充分体现学生作为学习过程主体的主动性、积极性与创造性<sup>[1]</sup>。还有研究认为,混合式教学促进了以“教”为中心向以“学”为中心的教学模式的转变,并且能够提升教师的教學能力及学生的学习积极性,提高学习效果,能够提升学生的自主学习能力和科研创造能力,有利于学生扩大知识面、拓展思维空间<sup>[6-7]</sup>。

本研究按照基于 MOOC 的混合式教学模式,以《大学生心理健康》课程为例,结合线上 MOOC 学习内容,设计线下教学活动的內容和方式,并开展教学实践,评价混合式教学的效果。

### 1 《大学生心理健康》混合式教学课程设计

《大学生心理健康》采用线上理论学习,线下讨论交流,运用所学知识解决现实问题的形式。本课程共 32 学时,其中线上视频课程 18 学时,线上考试 1 学时,导学课 2 学时,见面直播课 6 学时,线下见面课 4 学时,线下考试 1 学时。导学课主要向学生接受开设本课程的意义、课程主要内容、混合式教学的组织方式等内容,并要求学生形成学习小组,为后期线下课程做准备。线上视频课程以知识讲授为主,通过单元测验、线上考试督促学生巩固知识;见面直播课是由网络平台邀请我国知名专家开展专题讲座及现场答疑,专家就学习、恋爱、人际等问题进行分析建议后,请同学提问,实现线上线下互动。线下见面课由本校教师组织,以小组讨论及展示、解决问题导向的心理情景剧展演等方式吸引学生运用所学知识解决现实问题。线上考试以检查知识点的选择题为主,线下考试以运用心理健康知识解决自身问题的论述性题目为主,体现对所学知识的理解和运用。

《大学生心理健康》课程成绩分为四个部分:一是线上学习进度及单元测试,学生看视频完成进度,并完成视频中的问题及单元测试,网络教学平台自动以百分制计分,占总成绩 40%;二是平时成绩,包括导学课、线下见面课出勤情况,线下见面课的讨论、情景剧展演的表现,由本校教师按百分制评分,占总成绩的 20%;三是线上考试,由网络教学平台执行并自动按百分制计分,占总成绩 30%;四是线下考试,有本校老师出题阅卷,以百分制计分,占总成绩的 10%。

在线学习内容选用由国内知名专家授课的某网络平台的《大学生心理健康》在线课程。课程内容包括绪论以及认知与探索、调适与应对、发展与提升三章四部分,内容涵盖了心理现象介绍、心理健康教育的目的和作用,认识自我及原生家庭、情绪调节、人际关系改善、学习动机和学习方法、塑造阳光心态、提升心理资本等

方面。学生可通过电脑网络或者手机 APP 观看视频课程,根据线上课程学习进度和线上考试成绩评价学生学习情况。

### 2 线下教学环节设计

线下教学包括四个环节,两个任务;四个环节是导学课、见面直播课、讨论课和心理情景剧展示。两个任务是按照建议的主题策划、排演解决心理问题的情景剧,以及完成线下考试。

#### 2.1 首次导学课

导学课的任务有四个,首先是让学生了解本课程的重要意义,提起学生对课程的兴趣;其次是介绍课程的组织形式、考核办法及线上学习操作流程,让学生对课程有详细了解;再次是完成学生分组,明确线下见面课的小组成员,并相互熟悉;最后是介绍本校大学生心理健康教育与咨询中心以及各位专业教师,形成学生与咨询中心教师的联系。

#### 2.2 见面直播课

见面直播课由网络学习平台组织,形式为一位知名专家在一个教室里现场授课并解答疑问,通过网络技术让其他学校组织学生观看现场直播。每学期共有四次,我们每次都组织学生在符合条件的教室里观看,因为选课学生很多,每学期在 1 000 人左右,而教室座位有限,为解决这个矛盾,我们要求学生课程学习期间至少有 2 次是到教室现场观看,其他 2 次可以看网上直播或者回放。

#### 2.3 线下互动课:讨论课

讨论课的主要任务首先是让学生在小组内对线上学习的内容进行讨论交流;其次是将运用所学知识对特定主题进行讨论。本校教师根据线上课程内容,结合学生成长发展需要及关注的热点,设计几个讨论问题请学生参与。

讨论课的时间是在课程学习的中间,所以讨论问题根据线上课程的前半部分设计。三个讨论问题:第一,“我的自画像”——描述一个最能够代表自己的物体(动物、植物、物品等等),将“自画像”画在所在组内的白纸上,然后分享自己的三个心理特质;第二,谈谈在成长过程中对自己影响最大的一个家人;第三,你认为“爱”是什么?你理想中的恋爱状态是什么样子的?第一个讨论问题结合线上课程中的“自我探索与人格成长”,通过对“自画像”的解释发现自我特点,促进自我探索。第二个讨论题来自线上课程的“家庭关系与心理健康”,通过分享某位家人对自己的影响体会原生家庭在个体成长发展中的重要作用。第三题来自线上课程“漫谈爱情心理发展”,帮助学生正确理解爱,了解恋爱过程。

在课堂组织方面,所有选课学生以100人为一大组,一个大组在一个教室里上讨论课,一位本校教师负责大组的组织和点评。大组内以8~10人形成小组,每组确定一名组长,组长负责组织讨论,并在讨论过程中组长要记录大家对问题的观点和疑问,讨论结束后每组组长要上台与全班同学分享本组的观点。讨论课的3个讨论问题,鼓励学生所有问题都讨论,但只需对其中一个问题进行全班分享。这样每个问题就有3~4组先后分享,在问题分享结束后,教师要对分享的内容进行点评,介绍相关知识,并纠正其中不准确的知识或者不正确的观点。

#### 2.4 线下互动课:心理情景剧

心理情景剧展示的主要任务是让学生综合运用所学知识,就某一个具体的心理问题通过情景剧完成问题展示、分析解读及解决问题的过程。此环节在学生学习完所有在线课程之后进行。

在讨论课结束之前,要求各小组抽取第二次线下见面课心理情景剧的主题。教师根据课程内容准备了10个主题:①大学新生适应;②情绪管理;③身边的同学被诊断为抑郁症;④宿舍人际关系;⑤学业不顺利;⑥倾慕女神(男神),想追求;⑦不喜欢所学专业;⑧失恋;⑨有同学处在心理危机状态中,很痛苦;⑩迷恋网络游戏。各小组抽取一个主题后在需要通过组内交流完成撰写剧本、前期排练等工作。

第二次线下见面课由一位教师负责一个100人大组,请每个小组分别上台展示本组的心理情景剧。要求组长在展示前简单介绍一下前期准备情况,然后全组同学参与演示心理情景剧,展示结束后由一位同学向全班同学解释想要展示的问题及解决问题的思路和方法。在心理情景剧展示过程中,有的小组专门配了音乐,用投影投出背景;有的小组详细列出了就某个问题的解决思路和方法。由于缺乏专门的道具和场地,同学们因陋就简,但都能全心投入,精心设计,巧妙展示,展示过程中不时引起大家的欢笑和掌声。

### 3 教学效果评估

#### 3.1 学生考试成绩分析

某学期学生线上成绩均分92.58,标准差9.01,线下成绩均分78.24,标准差15.16,按照线上成绩70%,线下成绩30%计算,最终成绩均分88.27,标准差8.47。线上成绩和线下成绩比较可以看出,学生对线上学习成绩更好。线上成绩由学习进度成绩和线上考试两部分组成,线上视频观看只要能按要求完成进度都可以拿到满分,章节测试题与前面的章节内容紧密相连,一般也能得到高分,线上考试均为选择题,是考察基本知识点的。较高的线上成绩可以说明观看视频

课程、完成章节测试题及期末考试的学习方式可以让学生较好地掌握知识。

线下成绩反映了线下课程的表现和出勤情况,以及线下考试的情况。讨论课和心理情景剧都是比较灵活的内容,较难得到很高的成绩,线下考试又是论述题,也同样难以得高分,加之少数学生存在缺勤的情况,所以线下考试成绩比较低。

#### 3.2 学生对混合式教学满意度分析

为了评估混合式教学效果,在第二次线下互动课结束之前请学生完成调查问卷。问卷主要包括对线上课程、线下讨论课及心理情景剧的满意度,以及课程对本人成长发展的作用等。本次调查发放问卷1000份,剔除其中基本数据缺失等情况后获得有效问卷881份。其中男生占53.6%,女生46.4%;年级大一79.1%,大二16.8%,大三2.5%,大四1.5%;专业:理工类58.2%,文史类20.3%,医学18.2%。

学生对本课程混合式教学各环节的满意度见表1。可见学生对线上课程学习、见面直播课内容以及线下见面课内容和形式满意度均较高,而对见面直播课互动和提问以及考核方式满意度相对较低。见面直播课采取的是教师在一所高校现场讲授并接受提问,有百余所高校通过网络直播观看视频,学生的提问机会较少,每次课程仅有几位同学有机会提问,其他同学无法通过提问解决自己的问题,所以学生满意度不高。对考核方式,线上考试的时间限制较为严格,线下见面课和线下考试评分主观性较强可能是学生不满意的主要原因。

表1 学生对各学习环节的满意度(%)

对象	很满意	较满意	较不满意	很不满意
线上课程内容	62.1	36.9	0.8	0.2
见面直播课内容	64.7	33.4	1.5	0.5
见面直播课互动	51.1	41.8	6.5	0.7
线下见面课内容	61.6	36.2	2.0	0.1
线下见面课形式	61.0	34.9	3.8	0.3
考核方式	42.9	52.8	2.4	0.2

为了解学生对几种教学方式的认可程度,设计了一道题问及学生对线上视频学习、见面直播课、小组讨论和心理情景剧几种形式哪种更为喜欢,结果按学生的选择率高低分别是(允许学生多选):线上视频学习48.6%,心理情景剧47.9%,小组讨论38.7%,见面直播课24.4%。可见学生对线上视频课程的内容和形式更为喜欢,线下活动对心理情景剧更为喜欢。本课程线上部分的主讲教师均为国内知名专家,课程质量高,加之较为灵活的视频观看方式是吸引学生的重要原因。心理情景剧比讨论课更注重对所学知识的



应用,与学生生活实际联系更为紧密,学生在表演过程中展现了自我,整个过程趣味性强,应该是令学生喜爱的原因。

对混合式教学的总体态度,我们设置了一个以后是否愿意选择与本课程形式类似的选修课的问题,结果发现有84.3%的学生都愿意再次选择这种形式,可见学生对基于MOOC的混合式教学的方式的认可程度非常高。

#### 4 讨论

《大学生心理健康》课程采用基于MOOC的混合式教学的形式获得了较好的教学效果,主要体现在以下几个方面:第一,网上视频课提供了优质的教学资源,能够让学生很好地掌握知识,灵活的观看方式也更符合大学生对网络化学习的期待;第二,线上线下相结合的方式不仅可以体现网络时代新技术的便利,也可以让学生与本校教师有较好的互动,并熟悉本校教师和本校心理健康教育资源;第三,线下讨论课可以促进学生间的交流,在讨论中既让相关知识更为明晰,也让同学间更为熟悉,可以在讨论中迸发思想的火花;第四,心理情景剧让学生体会到心理健康知识对其学习生活的作用,在设计内容和表演过程中可以让学生非常直观地感受心理问题的表现及解决过程;第五,线上考试巩固了知识,线下考试体现出对知识的理解和运用,两者相得益彰;第六,网络直播的见面课让学生感受到知名专家对大学生心理问题的理解和认识,虽然答疑解惑的功能尚需改进,但也加深了学生对心理健康认识和理解。

基于MOOC的混合式教学是网络时代的新生事物,相关研究和实践并不多,以《大学生心理健康》课程为内容的更少,本研究在这方面做了有益的尝试。但毕竟经验不足,对本课程混合式教学进行反思和总结,我们认为在以下方面还需要进一步提升:首先是应加强学生间、学生与本校教师的互动交流,虽然线下见面时间有限,但可以通过线上论坛、QQ群、微信群等方

式加强联系;其次,讨论课的主题可以更加丰富,可以让学生主动提出讨论问题,这样可以增加学生的主动性;再次,心理情景剧的要求可以更加细致,展演条件可以进一步改善,如让学生提前提交脚本,提前准备道具,对表演过程进行录像等等;最后,网络直播课环节的内容和形式应该进一步改进,比如可以在直播课时只是分析心理现象并引出问题,不在现场解答问题,而是由专家进行课后网上视频解答,或者由本校教师现场解答。

尽管存在可以改进的地方,但混合式教学的优势还是显而易见的。正是线上视频课完成了知识讲授,才可以给线下活动留出充分的时间,让课程内容更加丰富,形式更加多样,让《大学生心理健康》课程对学生更有吸引力。在今后的教学实践中我们将不断完善线上线下教学内容和方式,以取得更好的教学效果。

#### 参考文献:

- [1]刘震,张岱渭.基于慕课的混合式教学探讨——以“马克思主义基本原理”课程为例[J].现代教育技术,2017,27(11):99-106.
- [2]何艳君,马昊.近两年国内MOOC研究现状及发展趋势分析[J].中国教育技术装备,2017(20):73-75.
- [3]商麟鑫.慕课时代大学生心理健康教育课程教学模式改革探究[J].科技展望,2017,27(22):231.
- [4]张其亮,王爱春.基于“翻转课题”的新型混合式教学模式研究[J].现代教育技术,2014,24(4):27-32.
- [5]裴小琴,夏春明,杜龙兵.MOOC视角下混合式教学效果评价体系研究[J].未来与发展,2015(11):96-98.
- [6]解筱杉,朱祖林.高校混合式教学质量影响因素分析[J].中国远程教育,2012(10):9-14.
- [7]任军.高校混合式教学模式改革推进策略研究[J].现代教育技术,2017,27(4):74-78.
- [8]姚斌.大学生心理健康与自我发展[M].北京:北京师范大学出版社,2014.

(编辑:陈新东)

### 关键词的写作规范

- ◆ 每篇论文应选取反映论文主体内容的关键词3~5个;
- ◆ 关键词应尽量从MeSH(Medical Subject Headings)中选用规范词;
- ◆ 有英文摘要的论文,应标注与中文对应的英文关键词;
- ◆ 关键词应排印在摘要的下方或正文的上方。