

2023 年省精品在线开放课程 自评报告

课程名称：心理健康教育

课程负责人：周海丽

联系电话：18826743249

主要开课平台：学银在线

申报课程学校：茂名职业技术学院

专业名称（代码）：公共基础课

填表日期：2023 年 6 月 30 日

广东省教育厅

2023 年

目 录

一、课程团队（15 分）	2
二、课程教学设计（15 分）	7
三、课程内容（20 分）	12
四、教学活动与教师指导（15 分）	13
五、应用效果与影响（25 分）	20
六、课程平台支持服务（10 分）	26

《心理健康教育》精品在线开放课程自评报告

《心理健康教育》课程是一门集价值引领、知识传授、心理体验与行为训练为一体的公共必修课程。课程旨在以习近平新时代中国特色社会主义思想 and 社会主义核心价值观为引领,运用心理学的方法和技术,借助先进的信息技术手段,通过心理健康知识讲解、案例剖析、心理游戏、讨论分享等使学生获得基础、系统的心理健康知识和维护心理健康的技能,培育热爱生活、珍视生命、自尊自信、理性平和、乐观向上的心理品质,成长为心理健康的高素质技能型人才。我校自2013年起开设《心理健康教育》,并将其设置为2学分,共36学时。按照系部人才培养方案总体计划开设在大一第一学期和第二季度,授课对象为高职一年级学生,同时面向本校及其他院校所有专业的学生和社会学习者开放学习和资源的共享。

本课程自2017年起,团队成员充分利用网络平台,基于校级教学改革项目,致力于将该门课程向网络方向发展。经过2年持续不断的建设,该门课程的建设初见成效,2019年度被评为校级精品网络在线开放课程,面向本校及其他高校及社会学习者免费开放(<https://www.xueyinonline.com/detail/201484488>)。至今五年的时间,该课程的建设已相对成熟,网络资源也非常丰富,在已开设8个学期的线上线下混合式教学过程中累计页面浏览量达超265万次,累计选课人数达6943人,累计互动次数达47984次。所建课程资源中,有授课视频60个,视频总长700分钟,非视频资源106个,课程公告717次。课堂活动的参与人次逐年增多,测验和作业的参与人数也逐年增加,参与线上互动的人数呈明显的上升趋势,并且每学年都有组织相应的线上与线下考核。

本课立足于培育高职大学生“自尊自信、理性平和、积极向上的健康心态”,按照教育部高校学生心理健康教育相关文件要求,结合各专业人才培养方案的素质要求,融入学生参加岗赛证等活动对心理健康的要求,遵循心理测评、心理咨询反映的学生心理需求等重构教学内容为6大模块,12个情境,6个拓展专题,6个职场学场合一体验活动,主要内容包括:心理健康与健康中国、学习心理与初心使命,自我成长与国家发展,情绪管理与积极心态,人际和谐与和谐社会,科学上网与遵纪守法。在教学中基于“以学生为中心、知行合一、与专业教育结合、数字赋能”的设计理念,实施“心德双育、三维协同、五环体验”的混合式教学模式,采用体验式教学法,情知互促教学法等教法,采用自主学习、小组探究等学法,通过课前自主学习,课中五环体验内化,课后实践拓展强化做到激活课内课外、衔接线上线下、融通校内校外,既解决学生当下成长困惑,又能助力未来职业发展。

一、课程团队（15 分）

评分指标：课程负责人须为申报高校正式聘用的教师，具有丰富的教学经验和较高学术造诣。主讲教师师德好，教学能力强，积极投身信息技术与教育教学深度融合的教学改革。课程团队结构合理、人员稳定，除课程负责人和主讲教师外，还应配备必要的助理教师，保障线上线下教学正常有序运行。同一课程负责人只能申报一门课程。

本课程的课程负责人及主讲教师周海丽是我校正式聘用的《心理健康教育》任课教师，是中山大学心理学系心理学专业的硕士研究生，已有 8 年的教学经验，一直致力于教育教学改革与实践，积极投身信息技术与教育教学深度融合，在教学、科研等方面取得了丰富的成果。主要承担《心理健康教育》（公共必修课）、《妙趣横生的心理知识》（公共选修课）、《幸福心理学》（公共选修课）、《心理学电影赏析》（公共选修课）、《干部实用心理学》（公共必修课）、《个案工作》（专业核心课）等的教学与研究。主讲的《心理健康教育》课程获得广东省第六届高校（高职）青年教师教学大赛二等奖；2020 年广东省职业院校技能大赛教学能力比赛（高职组）三等奖；2017 年度广东省高校大学生心理健康教育课教学基本功比赛三等奖；第三届全国高校心理健康课程微视频比赛优秀奖。主持与参与教改项目与实践课题 9 项，详见表 1。累计发表教学研究论文 5 篇，主编教材 1 部，获评校级课程思政教育案例 1 项，详见表 2。获得教学奖励 18 项，获师德奖励 1 项，详见表 3。

表 1 主持或参与教改项目与实践课题

序号	教学项目	立项时间	立项单位	主持人	备注
1	高职院校心理健康教育课程的信息 化教学改革实践研究——以蓝墨云 班课为例	2017 年立项 2020 年结项	茂名职业技 术学院	周海丽	已结题
2	高职院校心理健康教育课程思政教 学改革实践研究	2020 年	茂名职业技 术学院	周海丽	已结题
3	课程思政教学名师培育项目《心理 健康教育》	2023 年	茂名职业技 术学院	周海丽	在研
4	“新时代高校“体育”+“心育”互 融模式提升心理免疫力的探究	2021 年	广东省教育 科学规划领 导小组办公 室	周海丽	在研
5	校级精品在线开放课程《心理健康 教育》	2019 年	茂名职业技 术学院	周海丽	2022 年已结 项
6	新媒体时代师生共建共享共悟式高 校“党史育人”实践探索	2021 年	广东省教育 科学规划领 导小组办公	周海丽排 名第二	已结题

			室		
7	全媒体时代茂名红色文化融入高职院校思政实践教学的路径探索	2021年	广东省教育厅	周海丽排名第二	在研
8	三全育人视角下00后新生入学教育课程设计研究——以M校新生训练营为例	2022年	广东省教育厅	周海丽排名第三	在研
9	课程思政教学团队培育项目《情系“社区”，扎实“工作”<社区工作>》	2023年	茂名职业技术学院	周海丽排名第六	在研

表2 教改论文、教材、案例

序号	时间	成果名称	期刊/出版社	排名
1	2018.03	论文《高职院校心理健康教育课程的信息化教学改革实践研究——以蓝墨云班课为例》	中国多媒体与网络教学学报	第一
2	2018.05	论文《信息化教学课堂下的高职学生学习行为分析——以<心理健康教育>》	赢未来	第一
3	2018.06	论文《“正能量生命行动”对高职大学生的生命质量干预研究》	中外企业家	第一
4	2020.10	论文《简易信息化教学提高思政课实效性之探究》	智库时代	第二
5	2021.05	论文《疫情防控期高职院校“线上学习+线下实践”的混合式教学实践成效研究——以<心理健康教育>为例》	文化创新比较研究	第一
6	2020.07	教材《心灵成长手册——大学生心理健康教育》	华南理工大学出版社	第一主编
7	2023.05	校级课程思政教育案例《“心德双育、三维协同、五环体验”课程思政混合式教学改革模式实践——以<心理健康教育>课程为例》	校级课程思政教育案例	第一
8	2022.08	调研报告《茂名职业技术学院心理健康教育课程思政教学改革现状调研报告》	未出版，被学校思政部采纳	第一

表3 教学奖励一览表

1	广东省第六届高校（高职）青年教师教学大赛（创新创业）小组	2023年	广东省教育厅	
---	------------------------------	-------	--------	--

	二等奖			
2	微课《人际沟通》获第三届全国高校心理健康课程微视频比赛优秀奖	2022年	第三届全国高校心理健康课程微视频比赛组委会	
3	2020年广东省职业院校技能大赛教学能力比赛（高职组）三等奖	2020年	广东省教育厅	
4	2019年广东省高校大学生心理健康教育与咨询区域中心（第十一片区）大学生心理健康教育课教学基本功比赛二等奖	2019年	广东省高校大学生心理健康教育与咨询区域中心（第十一片区）	
5	2017年度广东省高校大学生心理健康教育课教学基本功比赛三等奖	2017年	广东省教育厅	
6	茂名职业技术学 2019-2020 学年度教学能力比赛一等奖	2020年	茂名职业技术学院	
7	茂名职业技术学 2020-2021 学年度教学能力比赛一等奖	2021年	茂名职业技术学院	
8	茂名职业技术学 2021-2022 学年度教学能力比赛一等奖	2022年	茂名职业技术学院	
9	茂名职业技术学院第三届校级优秀教育教学成果奖二等奖	2021年	茂名职业技术学院	
10	广东省高校 2022 年“5.25”大学生心理健康月心理拓展训练微视频活动三等奖	2022年	广东省教育厅	
11	2019 年度广东省高校 “守护阳光笑容” 心理团队辅导微视频征集活动二等奖	2019年	广东省教育厅	
12	广东省高校心理健康教育与咨询优秀教学团队	2019年	广东省高校心理健康教育与咨询专业委员会	团队负责人
13	2020-2021 年度广东省高校心理健康教育和咨询工作先进个人称号	2021年	广东省高校心理健康教育与咨询专业委员会	
14	茂名职业技术学院 2019-2020 学年度教科研先进个人一等奖	2020年	茂名职业技术学院	
15	第五届全国高校心理情景剧优秀剧目-《寻找爷爷讲过的军旅故事》	2023年	中国心理学会心理危机干预工作委员会	指导老师
16	2021 年“5.25”大学生心理健康月系列活动“党旗下成长的我们”心理健康主题演讲征集活动三等奖	2021年	广东省教育厅	指导老师

17	2020年“5.25”大学生心理健康教育月系列活动“战疫我们无所畏惧”心理剧征集活动一等奖	2020年	广东省教育厅	指导老师
18	2018年度高校学生心理健康教育系列活动三等奖	2019年	广东省教育厅	指导老师
19	茂名职业技术学院师德征文比赛二等奖	2018年	茂名职业技术学院	

课程团队共9人（含负责人），其中3人为国家二级心理咨询师、1人为国家三级心理咨询师，2人为“双师型”教师。职称结构方面，团队1人为高级职称，4人为中级职称，4人为助教。学历方面，团队10人为研究生/硕士，1人为学士。学科方面，6人为心理学专业，结构合理，人员稳定。

教学团队长期在教学一线，整体教学经验丰富，致力于教学模式、教学内容、教法、学法、教学评价、教学资源库建设等的研究和改革，各自承担任务清晰明确。课程团队教师具备扎实的专业知识和实践能力，能满足《心理健康教育》精品在线开放课程设计、建设、管理、运行与推广。

表4 课程团队成员承担任务及主要成果

姓名	承担任务及主要成果
张加薇	承担任务：微课视频录制、课程思政案例整理与更新 主要成果： 1. 教学奖励：获《2021年第十一片区高校大学生心理健康教育课教学基本功比赛二等奖》、《茂名职业技术学院2021-2022学年度教学能力比赛一等奖》、《广东高校学生工作优秀案例征集活动一等奖》、《2021年广东省高校思想政治工作优秀论文征集活动三等奖》、《2022年广东省高校思想政治工作优秀论文征集活动三等奖》，指导学生获《广东省2021年“5.25”大学生心理健康教育月系列活动“我们是一家人”心理剧征集活动三等奖》、《第五届全国高校心理情景剧网络展示优秀奖》。 2. 教科研项目：主持2022年校级科研项目《大一新生军训前后心理韧性、人际交往和成就动机水平的调查》、2021年市级科研项目《自媒体视角下高职院校朋辈心理辅导员三位一体培育模式》。 3. 公开发表科研论文2篇。
陈盈	承担任务：微课视频录制、原创心理漫画库更新、学习通平台行为数据分析 主要成果： 1. 教学奖励：获《2020年广东省职业院校技能大赛教学能力比赛三等奖》、《2018粤西地区高校大学生心理健康教育课教学基本功比赛中获二等奖》、《2019年第十一片区高校大学生心理健康教育课教学基本功比赛二等奖》、《2020年校级教学技能比赛一等奖》、《2020-2021年度广东省高校心理健康教育与咨询优秀论文一等奖》、《广东省教育厅2020年“5.25”大学生心理健康教育月系列活动中荣获“坚强的意志，勇敢的心”心理拓展训练微视频征集活动三等奖》，指导学生获《广东省2019年度高校学生心理健康教育系列

	<p>活动中荣获“激昂青春活力”心理剧征集活动一等奖》、《2021年“5.25”大学生心理健康月系列活动“我们是一家人”心理剧征集活动三等奖》。</p> <p>2. 教科研项目：主持2021年广东省青年创新人才类项目《茂名市青少年心理健康影响因素及干预途径研究》、主持2021年茂名市科技局项目《茂名市中学生心理健康现状调查及影响因素分析》、参与校级精品在线开放课程《心理健康教育》、参与校级教改课题《《高职院校心理健康教育课程的信息化教学改革实践研究——以蓝墨云班课为例》》。</p> <p>3. 论文、教材：在北大核心杂志《中国学校卫生》发表论文《高职大学生心理灵活性负性情绪与睡眠质量的关系》；在北大核心杂志《中国健康心理学杂志》发表论文《接纳承诺疗法团体辅导对高职女大学生睡眠质量的干预》，累计发表论文9篇；主编教材《心灵成长手册——大学生心理健康教育》。</p>
陈伟霞	<p>承担任务：微课视频制作、舒心音频录制</p> <p>主要成果：</p> <p>1. 教学奖励：获《广东省第十届大学生职业生涯规划教学大赛（高职组）二等奖》、《广东省第八届大学生职业生涯规划教学大赛二等奖》、《广东省数字贸易人才培养创新大赛金奖》、《2020年广东省职业院校技能大赛教学能力比赛三等奖》、《茂名职业技术学院第三届校级优秀教育教学成果奖二等奖》，指导学生获《2021-2022年广东省职业院校技能大赛学生专业技能竞赛创新创业赛项（高职组）二等奖》、《第九届广东省大学生职业规划大赛一等奖》。</p> <p>2. 教科研项目：主持2021年教育科学规划课题（教育综合改革专项）《乡村振兴战略背景下地方高职院校毕业生基层就业创业路径研究》、主持2018年茂名市哲学社会科学规划课题《茂名高校职业生涯规划服务地方经济发展的研究》，参与广东省普通高校青年创新人才类项目《接纳承诺疗法团体心理辅导对改善改制大学生睡眠质量的实证研究》（排名第三）、参与2020年茂名市哲学社会科学规划课题《疫情防控期青少年心理免疫力培育探索与研究——以茂名市为例》、参与校级教改课题《《高职院校心理健康教育课程的信息化教学改革实践研究——以蓝墨云班课为例》》、参与校级精品在线开放课程《心理健康教育》。</p> <p>3. 论文、教材：累计发表论文16篇；主编教材《大学生职业生涯规划与创新创业教育》。</p>
蒋南牧	<p>承担任务：课程框架和课程标准制定、课程资料定期更新</p> <p>主要成果：</p> <p>1. 教学奖励：获省级《高校心理健康教育工作10年敬业奖》、《2014-2016年度哲学社会科学优秀成绩（著作类）三等奖》、《2014-2015年度广东省高校大学生心理健康教育与咨询优秀出版物（专著）二等奖》、《茂名职业技术学院第三届校级优秀教育教学成果奖二等奖》。</p> <p>2. 教科研项目：主持院级教研课题《研究高职贫困生心理特点，探索我院心理健康教育模式》（已结题）、参与中国教育技术协会批准的科研课题《在现代信息技术环境下高职院校心理学课程的教学研究》（已结题）、主持广东省高校思想政治教育研究会课题立项的省级课题《强化生命教育的内容界定及形式把握研究——以茂名职业技术学院为例》（已结题）、参与校级精品在线开放课程《心理健康教育》。</p> <p>3. 论文、教材：发表论文《高职大学生心理健康教育模式的建构探索》，主编</p>

	教材《新编大学生心理健康教育》、《新编大学生心理健康教程》、《心灵成长手册——大学生心理健康教育》。
冯君萍	<p>承担任务：制作课堂体验活动操作视频库、心理知识科普文档整理与发布</p> <p>主要成果：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教学奖励：获《2022 年度广东省高校大学生心理健康教育与咨询区域中心（第十一片区）大学生心理健康教育课教学基本功比赛二等奖》、《茂名职业技术学院 2021-2022 学年度教学能力比赛一等奖》。 2. 教科研项目：参与 2021 年广东省高校思想政治教育课题《自我怜悯团体心理辅导对提升高职大学生心理韧性水平的实证研究》。 3. 论文：在南大核心杂志《心理研究》发表科研论文 1 篇。
杨珍	<p>承担任务：助理教师，负责课程资源上传与整理，课程网站的运行与维护，保证运行稳定使线上线下的教学正常有序的运行。</p> <p>主要成果：参与 2021 年广东省高校思想政治教育课题《自我怜悯团体心理辅导对提升高职大学生心理韧性水平的实证研究》。</p>
杨木兰	<p>承担任务：课程运行与维护、课程在线答疑、讨论发布</p> <p>主要成果：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教学奖励：获《2021 年度广东高校大学生心理健康教育课教学基本功比赛三等奖》、获《2021 年第十一片区高校大学生心理健康教育课教学基本功比赛一等奖》。 2. 教科研项目：主持 2021 年校级科研项目《基于人职匹配理论模型在信息化教学手段下的就业指导课程改革初探——以茂名职业技术学院土木工程系为例》。 3. 论文、教材：发表论文《疫情常态化背景下高校基层学生支部提升立德树人成效路径》、《后疫情时代背景下高校辅导员促进大学生就业工作探析》；参编教材《大学生职业生涯规划与就业指导》（副主编）。
梁辉良	<p>承担任务：微课视频拍摄指导、制作课程思政案例库</p> <p>主要成果：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教学奖励：作为主持人获 2021 年广东省教育教学成果奖（职业教育）一等奖 1 项；参与并获得 2019 年广东省教育教学成果奖（职业教育）一等奖。 2. 教科研项目：主持广东省共青团项目《红荔吧——大学生思政政治教育、释疑解惑交流平台》、主持市级课题《五四精神对茂名当代青年社会主义核心价值观培育路径研究》，主持校级课程思政项目《茂名职业技术学院课程思政教学研究示范中心》、《高职院校“课程思政”育人模式研究》。 3. 论文、教材：发表论文《高职院校课程思政育人模式探究——以茂名职业技术学院为例》；参编教材《铸魂(职业教育“四位一体”育人模式丛书)》。

二、课程教学设计（15 分）

评价指标：遵循教育教学规律，体现现代教育思想，具有大规模在线开放课程教学特征。注重以学生为中心建立教与学新型关系，注重学生批判性思维、合作能力、复杂问题解决能力的培育，构建体现信息技术与教育教学深度融合的课程结构和教学组织模式，课程知识体系科学，资源配置、考核评价方式合理，适合在

线学习和混合式教学。

《心理健康教育》围绕“立德树人”根本目标，基于“以学生为中心、知行合一、与专业教育结合、数字赋能”的设计理念，一方面充分发挥师生在教学中的主动性和创造性，教师尊重学生的主体性，充分调动学生参与的积极性，采用体验式教学法，情知互促教学法等教法，采用自主学习、小组探究、角色扮演、案例研讨等学法，引导学生正确认识义和利、群和己、成和败、得和失，培育学生自尊自信、理性平和、积极向上的健康心态，促进学生心理健康素质与思想道德素质、科学文化素质协调发展；另一方面通过思政教育元素的融入和渗透，使学生在潜移默化中坚定理想信念、厚植爱国情怀、加强品德修养、增长知识见识、培养奋斗精神、提升综合素质。

教学过程运用学银在线网络教学平台，实现线上线下混合式教学，每次课的教学实施是学生在学银在线（手机端为学习通 app）进行课前自主学习，课中进行五环体验内化：第一环导入——听习总书记说，第二环思考——问题情境创设，第三环体验——职场学场合一，第四环分享——小组作品展示，第五环总结——知识入脑入心，五个环节环环相扣，层层递进，步步提升，灵活采用情知互促教学法、案例分析法、辩论赛、角色扮演、小组讨论等方法（如表 5）。课后依托数字化教学资源库和校内外实践基地进行拓展强化，实现知行合一。整个教学过程做到激活课内课外、衔接线上线下、融通校内校外，既解决学生当下成长困惑，又能助力未来职业发展。

表 5 课中五环体验环节采用的教学方法

教学法	具体实施
情知互促教学法	创设心理健康的情境，触动学生内心深处的情感体验，唤醒学生的内在生命力，在思维的碰撞、情感的交流中掌握维护心理健康的知识和技能。
案例分析法	引入大学生生活实例，通过案例讨论与分析，促使学生增加对所学知识的理解，学会学以致用，能够将所学知识运用于日常学习生活之中。
辩论赛教学法	教师设置心理学辩题，例如“情绪消除按钮是否要按下”、“是否同意颁发人格证书”等辩题，分小组进行辩论，在观点碰撞中培养批判性思维、问题解决能力。
体验活动法	创设心理体验活动，引导学生在体验中感悟，在感悟中成长，例如“体验压力”情景活动，让学生用手掌托举代表“压力”的书籍，感受压力的大小，认识到每个人都有压力，要有一定的策略才能与压力共处。
小组讨论法	针对教学重难点问题，让学生分组进行讨论，汇报和分享，培养学生自主学习意识，提升合作能力。

<p>问题引导法</p>	<p>提出贴合学生真实生活的问题——引导学生思考——师生讨论——解决问题，使学生在问题的引导下，提高对知识的渴求和更深层次的理解。</p>
<p>角色扮演法</p>	<p>通过运用小品、短剧或职场模拟等形式，让学生扮演某一角色，投入该角色，呈现成为该角色之后的言行，处理该角色面临的问题，教师对其行为表现进行评定和反馈，以此来帮助学生发展和提高心理技能。</p>

课前课中课后综合运用多种信息化资源（如表 6），包括学银在线数字化教学资源库，智为心理平台，学习强国 app、学堂在线、冥想星球等，有效引导学生自主学习，积极参与，实现掌上可学、指尖可得，随时随地随心获取心理健康知识。

表 6 信息化教学资源

资源类型	资源图示																
<p>学银在线数字化教学资源库： 含微课视频、课件、教案、测试题、拓展资料、在线活动库、心理学电影、师生作品库等。</p>	 <table border="1" data-bbox="1043 920 1310 1227"> <thead> <tr> <th>类型</th> <th>数量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>微课视频库</td> <td>60</td> </tr> <tr> <td>课件、教案</td> <td>12</td> </tr> <tr> <td>测试题、考试题库</td> <td>524</td> </tr> <tr> <td>非视频类拓展资料库</td> <td>234</td> </tr> <tr> <td>课堂在线活动库</td> <td>136</td> </tr> <tr> <td>心理学电影库</td> <td>43</td> </tr> <tr> <td>师生作品库 (心理漫画、心理剧、心理公益广告、心理演讲、拓展训练)</td> <td>281</td> </tr> </tbody> </table>	类型	数量	微课视频库	60	课件、教案	12	测试题、考试题库	524	非视频类拓展资料库	234	课堂在线活动库	136	心理学电影库	43	师生作品库 (心理漫画、心理剧、心理公益广告、心理演讲、拓展训练)	281
类型	数量																
微课视频库	60																
课件、教案	12																
测试题、考试题库	524																
非视频类拓展资料库	234																
课堂在线活动库	136																
心理学电影库	43																
师生作品库 (心理漫画、心理剧、心理公益广告、心理演讲、拓展训练)	281																
<p>智为心理平台： 含有 116 个在线心理测评量表，可实现 24 小时在线倾诉，能生成动态心理成长档案。</p>																	

拓展学习 app:

- 1、学习强国
- 2、学堂在线
- 3、冥想星球



中国知网：

关于心理健康最新研究成果



本课程考核采取线上线下相结合的方式，学习评定注重过程性考核，具体如下：

评价内容：注重知识-技能-品行养成三位一体的评价：①知识层面包括对各章节心理健康知识的掌握情况、对大学阶段心理发展特征及异常表现的理解程度等。②技能层面包括能否运用心理学知识解决自身心理困惑，是否学会自我学习、自我管理、情绪调节、人际交往、职业规划等。③品行养成层面包括是否做到爱党、爱国、爱社会主义、爱人民、爱集体，是否具备“责任心、同理心、自信心、感恩心、仁爱心、匠心”，是否践行社会主义核心价值观等。

评价方式：成绩评定包括过程性评价（60%）、总结性评价（40%），其中过程性评价包含课前（30%）、课中（40%）、课后（60%），课前主要考核学生在线学银在线自学、测验、网络展示等的情况，课中主要考核学生参与体验活动、完成小组任务、产出小组成果、5爱6心等呈现，课后考核关注学生完成实践作业、拓展资源学习情况。总结性评价主要采用使用试卷完成理论知识、案例分析等综合性知识的评价。

表 7 过程性评价标准

考核及比重	考核内容及分数	评价标准	评价主体
课前考核 (30%)	自学、测验 分享、网络展示 (30分)	<ul style="list-style-type: none"> 完成自学内容学习及测验 (10分) 完成心理测验 (5分) 完成课前分享 (5分) 完成网络展示 (5分) 	<ul style="list-style-type: none"> 课前分享 (教师评) 网络展示 (学生互评)
		<ul style="list-style-type: none"> 全勤5分，迟到2分，旷课0分。 	<ul style="list-style-type: none"> 任课教师评
课中考核 (40%)	课堂表现 (10分)	<ul style="list-style-type: none"> 参与体验活动积极 (2分) 参与小组任务积极 (3分) 价值观、理想信念、家国情怀等呈现 (5分) 	<ul style="list-style-type: none"> 任课教师评 邀请思政教师评价
	小组成果及展示 (25分)	<ul style="list-style-type: none"> 小组合作，完成情境体验，案例分析等任务，并产出成果 (10分) 小组上台展示 (5分) 完成职场模拟 (10分) 	<ul style="list-style-type: none"> 学生组间互评 邀请心理专家点评
	总结 (5分)	<ul style="list-style-type: none"> 完成总结撰写 (3分) 总结到位，逻辑清晰 (2分) 	<ul style="list-style-type: none"> 任课教师评
	课后考核 (30%)	完成作业及 拓展资源学习 (30分)	<ul style="list-style-type: none"> 按时完成个人作业 (10分) 按时完成小组作业 (15分) 完成拓展资源学习 (5分)

三、课程内容（20分）

评价指标：坚持立德树人，能够将思想政治教育内化为课程内容，弘扬社会主义核心价值观。课程内容规范完整，体现前沿性和时代性，反映学科专业最新发展成果和教改教研成果，具有较高的科学性，内容更新和完善及时。无危害国家安全、涉密及其他不适宜网络公开传播的内容，无侵犯他人知识产权内容。

课程内容体系设计遵循思想政治教育工作规律、教书育人规律及学生心理发展规律，追求连贯性、系统性、完整性、进阶性、时代性，重构教学内容为6大模块，以12个情境，6个拓展专题，6个职场学场合一体验活动串联12个章节主题，主要内容包括：心理健康与健康中国，学习心理与初心使命，自我成长与国家发展，情绪管理与积极心态，人际和谐与和谐社会，科学上网与遵纪守法。学生先掌握基础知识，再结合专业进行拓展，最后到职场模拟，有利于激发学生的学习兴趣，提升学习自主性，既能帮助学生解决当下成长过程的心理困惑，又能帮助其为将来职业发展提供“心”动能，具有专业、职业所需的心理品质和意志品质。同时，课程各大模块深挖课程思政元素的映射点和触点，促进心理知识和思政内容的基因式融合，注重引导学生养成5爱6心（爱党、爱国、爱社会主义、爱人民、爱集体，责任心、同理心、自信心、感恩心、仁爱心、匠心），坚定理想信念，践行社会主义核心价值观等，形成有高度、有效度、有温度的内容体系(表8)。

表8《心理健康教育》课程内容体系

模块	内容	课程思政映射点	课程思政触点
模块一：心理健康与健康中国	情境1：心理健康判断标准有哪些（2课时）	1.树立“心理健康的第一责任人”意识 2.《健康中国行动（2019-2030年）》 3.党的二十大报告提出“重视心理健康和精神卫生。”	爱国爱集体 责任心、感恩心
	情境2：如何维护个人心理健康（2课时）		
	拓展专题：职场人心理健康影响因素及标准		
	职学合一：制定健康职场人行动计划		
模块二：学习心理与初心使命	情境1：如何提升适应能力（2课时）	1.唯物辩证观看待大学新生活 2.大学的初心与使命 3.青年学习观，终身学习观 4.中国古代思想家关于学习的观点	爱社会主义 自信心、匠心
	情境2：大学应如何学习（4课时）		
	拓展专题：树立“入对行、选对岗”专业自信心		
	职学合一：如何走过大学到职场转变的适应期		
模块三：自我成长与国家发展	情境1：如何认知自我（4课时）	1.“社会自我”与国家民族的关系 2.奥运冠军如何超越	爱党爱国 爱人民 自信心、
	情境2：怎样塑造健全人格（2课时）		
	拓展专题：在岗位中如何扬长避短，		

	<p>发挥自身潜能</p> <p>职学合一：成为人格健全的服务型人才/能工巧匠</p>	<p>自我</p> <p>3.加强品德修养，提升个人价值</p> <p>4.人格独特性：京剧变脸欣赏；统一性：中国人众志成城抗疫情</p> <p>5.《西游记》、《红楼梦》典型人物的气质与性格。</p>	仁爱心
模块四：情绪管理与积极心态	<p>情境 1：调节情绪的方法有哪些（4课时）</p> <p>情境 2：如何管理压力及培养意志力（4课时）</p> <p>拓展专题：良好心态参加技能比赛、考证等</p> <p>职学合一：职场压力处理：如业绩压力</p>	<p>1.曾国藩强调做情绪的主人</p> <p>2.中医情绪与五脏六腑的关联</p> <p>3.压力与奥运冠军的表现</p> <p>4.《孟子》关于挫折的论述</p>	爱国爱社会主义 责任心、同理心
模块五：人际和谐与和谐社会	<p>情境 1：人际沟通技巧有哪些（6课时）</p> <p>情境 2：如何认识爱理解爱学会爱（2课时）</p> <p>拓展专题：本专业需要的职场沟通技巧</p> <p>职学合一：工作项目洽谈情境</p>	<p>1.周恩来总理善听会说案例</p> <p>践行社会主义核心价值观</p> <p>树立文化自信</p> <p>2.中国革命家爱情故事</p> <p>3.关于爱情的中国古诗词朗诵</p> <p>4.新时代家庭文明建设责任感和使命感</p>	爱集体爱社会主义 仁爱心、同理心
模块六：科学上网与遵纪守法	<p>情境 1：如何科学理性上网（2课时）</p> <p>情境 2：互联网时代怎样做好职业生涯规划（2课时）</p> <p>拓展专题：遵纪守法与文明上网</p> <p>职学合一：借助网络制作人生规划书</p>	<p>1.网络守法的重要性</p> <p>唯物辩证看待网络的影响</p> <p>2.正确的职业观，职业道德</p> <p>3.个人职业与社会、国家的关系</p>	爱社会主义 责任心、自信心

四、教学活动与教师指导（15分）

评价指标：通过课程平台，教师按照学校的教学计划和要求为学习者提供在线测验、作业、考试、答疑、讨论等教学活动，及时开展在线指导与测评，按时评定成绩。各项教学活动完整、有效，按计划实施。学习者在线学习响应度高，师生互动充分，能有效促进师生之间、学生之间进行资源共享、互动交流和自主式与

协作式学习。

本课程的网络在线开放课程的教学主要采取“课前自主学习（学习资源+课前心理测评+心理困惑分享）”+“课中五环体验（第一环导入——听习总书记说+第二环思考——问题情境创设+第三环体验——职场学场合一+第四环分享——小组作品展示+第五环总结——知识入脑入心）”+“课后拓展强化（拓展资源或拓展训练+测验+课后作业+课后答疑）”的教学模式开展。即教师课前网上发布预习内容，使学生提前了解学习内容，发布课前心理测评帮助学生了解心理状况，发布困惑漂流瓶收集学生心理困惑；课中学生首先根据五个环节进行沉浸式学习，期间教师在线解答学生学习中遇到的疑问，适时在讨论区发布讨论问题，引导学生进行讨论，帮助学生正确理解学习内容；在课后发布拓展资源及测验题，引导学生实现学习内容的巩固与明晰，布置实践作业，帮助学生破解“我知道，但我做不到”的学习困境，并利用学习通班级空间以及学习通私聊窗口一对一提供答疑。

成绩评定包括过程性评价、总结性评价和增值评价，其中过程性评价包含课前（30%）、课中（40%）、课后（60%），详见表 9。

表 9 课程考核点

学习模块	章节学习任务	考核比重	考核点
模块一：心理健康与健康中国	章节 1： 漫步阳光心灵——大学生心理健康导论	课前（30%）	1. 是否完成《90 项心理症状清单》心理测试 2. 是否观看视频《健康中国行动宣传片》 3. 心理困惑分享 4. 查阅资源链接：大学生心理健康保健手册
		课中（40%）	1. 签到； 2. 课程视频学习 3. 情景体验活动参与； 4. 小组任务及成果展示： “一个心理健康的人具有什么特点” 5. 本章小测
		课后（30%）	1. 实践作业：做三件有助心理健康的事 2. 拓展资源：心理学电影《从心开始》
	章节 2： 穿越激流险滩——心理障碍及心理危机	课前（30%）	1. 是否完成《抑郁自评量表》、《焦虑自评量表》心理测试 2. 是否观看《双相情感障碍》、《强迫症》科普动画 3. 心理困惑分享 4. 资源链接：央视纪录片《我们如何对抗抑郁》
		课中（40%）	1. 签到

			<ul style="list-style-type: none"> 2. 课程视频学习 3. 情景体验活动参与 4. 小组任务及成果展示： “制定健康职场人行动计划” 5. 本章小测
		课后（30%）	<ul style="list-style-type: none"> 1. 实践作业：自我关怀书信撰写 2. 拓展资源：心理学电影《火柴人》
模块二：学习心理与初心使命	章节 3：成长从心开始——大学生适应心理	课前（30%）	<ul style="list-style-type: none"> 1. 是否完成《社会适应性》心理测试 2. 心理公益广告《我的大学我说了算》 3. 心理困惑分享 4. 资源链接：《清华老师在开学典礼上的一席话》
		课中（40%）	<ul style="list-style-type: none"> 1. 签到 2. 课程视频学习 3. 情景体验活动参与 4. 小组任务及成果展示： “我的大学适应思维导图” 5. 本章小测
		课后（30%）	<ul style="list-style-type: none"> 1. 实践作业：1. 采访师兄师姐“关于大学适应有何妙招” 2. 拓展资源：《年轻人可以为世界做什么》
	章节 4：牢记初心使命——大学生学习心理	课前（30%）	<ul style="list-style-type: none"> 1. 是否完成《学习动力》心自我测试 2. 动画《大脑神经元的可塑性》 3. 心理困惑分享 4. 资源链接：《如何思考真的比智商还重要吗？》
		课中（40%）	<ul style="list-style-type: none"> 1. 签到 2. 课程视频学习 3. 情景体验活动参与 4. 小组任务及成果展示： “本专业学习目标制定” 5. 本章小测
		课后（30%）	<ul style="list-style-type: none"> 1. 实践作业：向辅导员、班主任及校友了解本专业在大学需要掌握的知识以及学习方法 2. 拓展资源：视频《大学应该怎么学》
模块三：自我成长与国家发展	章节 5：自尊自信自强——大学生的自我意识	课前（30%）	<ul style="list-style-type: none"> 1. 是否完成《自尊量表》心理测试 2. 观看微视频《盒子》 3. 心理困惑分享 4. 资源链接：《学习爱自己是终生浪漫的开始》
		课中（40%）	<ul style="list-style-type: none"> 1. 签到

			<ul style="list-style-type: none"> 2. 课程视频学习 3. 情景体验活动参与 4. 小组任务及成果展示：“发现优势” 5. 本章小测 	
		课后（30%）	<ul style="list-style-type: none"> 1. 实践作业：完成《优点记录本》 拓展资料：心理学电影《狮子王》、《心灵奇旅》 	
		章节 6：修身养性养德——大学生健全人格的塑造	<ul style="list-style-type: none"> 课前（30%） 1. 是否完成《气质类型》心理测试； 2. 观看微视频《性格之内向和外向》 3. 心理困惑分享 4. 收集四种气质类型典型人物的案例故事 	
		课中（40%）	<ul style="list-style-type: none"> 1. 签到 2. 课程视频学习 3. 情景体验活动参与 4. 小组任务及成果展示：“颁发人格证书是否同意” 5. 本章小测 	
		课后（30%）	<ul style="list-style-type: none"> 1. 实践作业：个性不同如何相处 2. 拓展资源：书籍《人格：认识自己，做更好的自己》、《内向者优势》 	
模块四：情绪管理与积极心态	章节 7：理性平和心态——大学生情绪管理	课前（30%）	<ul style="list-style-type: none"> 1. 是否完成《情绪智力量表》心理测试； 2. 视频《每一种情绪都值得被尊重》； 3. 情绪困惑分享； 4. 资源链接：培养积极情绪，提升心理免疫力。 	
		课中（40%）	<ul style="list-style-type: none"> 1. 签到 2. 课程视频学习 3. 情景体验活动参与 4. 小组任务及成果展示：“情绪按钮是否按下” 5. 本章小测 	
		课后（30%）	<ul style="list-style-type: none"> 1. 实践作业：情绪调节故事分享 2. 拓展资源：书籍《积极情绪的力量》 	
		章节 8——阳光总在风雨后——大学生压力管理与挫折应对	课前（30%）	<ul style="list-style-type: none"> 1. 是否完成《PSTR 压力测试表》心理测试； 2. 视频《蝴蝶拍技术》 3. 压力事件分享
		课中（40%）	<ul style="list-style-type: none"> 1. 签到 2. 课程视频学习 3. 情景体验活动参与 4. 小组任务及成果展示：“压力管理小妙招” 5. 本章小测 	

		课后（30%）	1. 实践作业：做两件能够减轻压力的事情 2. 拓展资源：视频《如何与压力做朋友》
模块五：人际和谐与和谐社会	章节 9：讲信修睦，亲仁善邻——大学生人际交往与沟通	课前（30%）	1. 《一般人际关系测验》心理测评 2. 动画：《有效沟通的特点》 3. 人际困惑分享 4. 中国古语收集
		课中（40%）	1. 签到 2. 课程视频学习 3. 情景体验活动参与 4. 小组任务及成果展示： “经营人际沟通的艺术心理漫画” 5. 本章小测
		课后（30%）	1. 个人实践作业：与朋友联系并分享近况或者参与一次志愿服务； 2. 小组实践作业：拍摄人际交往主题心理剧 3. 拓展书籍《非暴力沟通》 4. 学习强国微课：职场沟通小技巧
	章节 10：理性恋爱，健康成长——大学生恋爱与性心理	课前（30%）	1. 《恋爱观》心理测试； 2. 视频《革命家的爱情故事》 3. 恋爱困惑分享 4. 资源链接：《高校学生恋爱须知》
		课中（40%）	1. 签到 2. 课程视频学习 3. 情景体验活动参与 4. 小组任务及成果展示： “爱情诗歌” 5. 本章小测
		课后（30%）	1. 实践作业：了解父母的爱情故事 2. 拓展资源：视频《爱情的样子》
模块六：科学上网与遵纪守法	章节 11：绿色网络，阳光心理——大学生网络心理辅导	课前（30%）	1. 《网络成瘾量表》心理测试； 2. 动画《低头人生》 3. 分享网络心理困惑
		课中（40%）	1. 签到 2. 课程视频学习 3. 情景体验活动参与 4. 小组任务及成果展示： “网络的积极影响和消极影响” 5. 本章小测
		课后（30%）	1. 实践作业：了解网络相关法律法规 2. 拓展资源：视频《手机综合症》
	章节 12：设计人生定方略——大	课前（30%）	1. 《霍兰德职业兴趣测试量表》职业测评； 2. 微动画《一个布店老板的忏悔》

	学生职业生涯规划		3. 职业决策困扰分享
		课中（40%）	1. 签到 2. 课程视频学习 3. 情景体验活动参与 4. 小组任务及成果展示： “《蚯蚓的目标阶梯》角色扮演” 5. 本章小测
		课后（30%）	1. 实践作业：撰写简易版职业生涯规划书 2. 拓展资源：《杜拉拉升职记》1-4 全册

通过学银在线网络平台开展线上线下混合式教学评价，教师按照学校的教学计划和要求为学习者提供在线测验、作业、考试、答疑、讨论等教学活动，及时开展在线指导与测评，按时评定成绩。各项教学活动完整、有效，按计划实施。学习者在线学习响应度高，师生互动充分，能有效促进师生之间、学生之间进行资源共享、互动交流和自主式与协作式学习。本课程的成绩对比图（如图1）、成绩综合情况统计（如表10）。

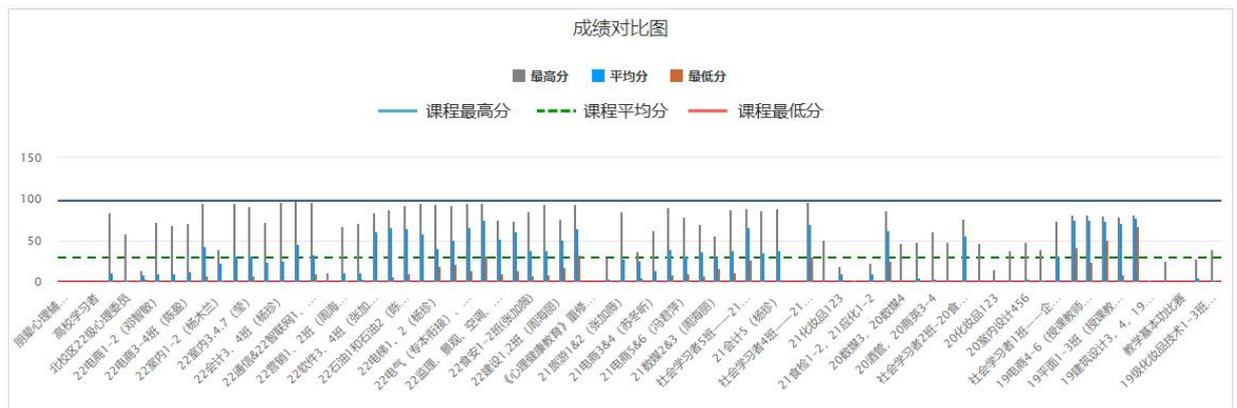


图1 历届成绩对比图

表 10 历届学生成绩综合情况

班级名称	学生数	0-60分	60-70分	70-80分	80-90分	90-100分	最高分	最低分	平均分	标准差	方差	及格率
朋辈心理辅导员群	32	32	0	0	0	0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00%
社会学习者6班	43	43	0	0	0	0	1.35	0.00	0.05	0.22	0.05	0.00%
高校学习者	15	15	0	0	0	0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00%
南校区22级心理委员	78	76	1	0	1	0	83.99	0.00	11.80	14.10	198.81	2.56%
北校区22级心理委员	35	35	0	0	0	0	58.91	0.00	2.11	9.82	96.45	0.00%
22电商1-2 (三二分段) (邓智敏)	98	98	0	0	0	0	13.80	3.33	9.10	2.00	4.00	0.00%
22电商1-2 (邓智敏)	90	88	1	1	0	0	72.56	0.00	10.51	9.31	86.74	2.22%
22电商5-6 (陈盈)	88	87	1	0	0	0	69.27	0.00	10.56	8.69	75.45	1.14%
22电商3-4班 (陈盈)	86	84	0	2	0	0	71.46	0.00	12.09	10.45	109.19	2.33%
22新能源汽车1-3 (杨木兰)	124	89	5	7	13	10	95.55	8.18	43.69	27.24	742.05	28.23%
22室内1-2 (杨木兰)	102	102	0	0	0	0	38.80	2.31	22.59	5.16	26.59	0.00%
22室内5.6 (莹)	106	103	1	0	0	2	95.73	0.00	32.23	12.26	150.24	2.83%
22室内3.4.7 (莹)	146	143	1	0	1	1	91.11	7.11	31.89	10.24	104.82	2.05%
22网络1、2班 (杨珍)	100	97	2	1	0	0	73.04	0.00	24.53	9.40	88.40	3.00%
22会计3、4班 (杨珍)	117	116	0	0	0	1	96.37	0.00	25.25	9.71	94.35	0.85%
22物流3、4班 (冯君萍)	111	85	1	1	2	22	98.02	0.00	45.95	26.98	728.02	23.42%
22通信&22智联网1、2班 (冯君萍)	92	88	2	0	1	1	96.15	10.00	33.06	11.50	132.27	4.35%
22会计1、2班 (井雨宁)	115	115	0	0	0	0	11.54	0.00	0.10	1.07	1.15	0.00%
22营销1、2班 (周海丽)	82	80	2	0	0	0	67.66	2.00	11.32	9.24	85.36	2.44%
22数媒1、2班 (周海丽)	100	98	1	1	0	0	71.46	4.05	11.52	9.19	84.43	2.00%
22软件3、4班 (张加薇)	86	35	21	24	6	0	84.52	0.00	61.23	16.26	264.48	59.30%
22物流1、2班 (张加薇)	107	27	34	34	12	0	87.55	6.76	65.47	13.94	194.27	74.77%
22石油1和石油2 (陈盈)	86	29	15	24	11	7	93.01	9.66	64.23	20.91	437.33	66.28%
22人力3和22社工合班- (陈盈)	72	30	31	6	3	2	94.80	0.00	58.08	18.58	345.20	58.33%
22电梯1、2 (杨珍)	71	68	1	0	1	1	93.92	18.99	40.80	11.45	131.20	4.23%
22电气4、5 (杨珍)	102	84	12	2	2	2	92.82	21.11	51.36	12.88	165.82	17.65%
22电气 (专本衔接)、1班 (冯君萍)	84	29	26	10	4	15	95.26	13.93	66.61	17.85	318.59	65.48%
22电气2、3班 (冯君萍)	104	9	21	44	15	15	95.65	32.25	74.95	12.10	146.49	91.35%
22监理、景观、空调、路桥、市政 (杨木兰)	94	52	27	15	0	0	75.53	10.66	51.78	18.25	332.91	44.68%
22信息化1-2 (杨木兰)	75	27	30	18	0	0	73.56	13.36	60.40	13.78	190.02	64.00%
22食安1-2班(张加薇)	92	90	1	0	1	0	84.73	7.86	38.10	9.95	99.03	2.17%
22石油3-4班(张加薇)	112	97	3	4	6	2	93.56	8.86	38.16	17.63	310.90	13.39%
22建设1,2班 (周海丽)	98	91	6	1	0	0	76.28	18.15	51.28	9.01	81.11	7.14%
22人力1,2班 (周海丽)	70	18	37	8	2	5	94.65	33.52	64.69	13.01	169.28	74.29%
《心理健康教育》重修考试班级-2022-2023学年第1学期	9	9	0	0	0	0	1.22	0.00	0.14	0.38	0.15	0.00%
心理兴趣小组	12	12	0	0	0	0	29.68	0.00	3.26	8.38	70.18	0.00%
21旅游1&2 (张加薇)	50	48	1	0	1	0	84.83	1.36	27.99	12.28	150.70	4.00%
21国贸1&2 (张加薇)	62	62	0	0	0	0	37.45	5.11	25.77	4.94	24.39	0.00%
21电商3&4 (苏冬昕)	97	96	1	0	0	0	62.14	0.00	13.40	10.79	116.45	1.03%
21财税 (冯君萍)	52	44	0	1	7	0	89.79	9.44	39.11	21.14	446.74	15.38%
21电商5&6 (冯君萍)	92	89	1	2	0	0	79.28	10.00	31.25	9.48	89.80	3.26%
21电商1&2 (三二分段) (陈伟震)	68	67	1	0	0	0	69.75	8.24	37.20	9.50	90.28	1.47%
21数媒2&3 (周海丽)	86	86	0	0	0	0	55.43	17.14	30.09	4.52	20.41	0.00%
21营销1&2 (周海丽)	101	92	1	1	7	0	88.12	11.43	37.60	16.04	257.41	8.91%
社会学习者5班——21食品学徒制顶益班 (周海丽)	12	3	1	4	4	0	89.58	26.13	66.71	20.39	415.76	75.00%
21会计6 (杨珍)	57	52	1	1	3	0	86.85	0.59	35.35	16.67	277.76	8.77%
21会计5 (杨珍)	56	48	1	2	5	0	88.59	0.00	38.17	19.94	397.51	14.29%
社会学习者4班——21机器人 (学徒制)	13	6	0	0	4	3	96.85	30.84	69.32	23.93	572.64	53.85%
21室内设计123	145	145	0	0	0	0	51.14	0.00	1.10	5.78	33.36	0.00%
21化妆品123	133	133	0	0	0	0	18.61	0.00	10.14	1.77	3.13	0.00%
21室内设计456	149	149	0	0	0	0	2.32	0.00	0.04	0.22	0.05	0.00%
21食检1-2, 21应化1-2	156	156	0	0	0	0	22.30	0.00	9.86	2.90	8.43	0.00%
社会学习者3班——20石油食检 (学徒制)	32	15	2	6	9	0	86.31	24.83	62.54	18.96	359.48	53.13%
20数媒3, 20数媒4	87	87	0	0	0	0	47.28	0.00	1.83	7.84	61.51	0.00%
20景区, 20商英1, 20商英2	97	97	0	0	0	0	47.77	0.00	4.52	6.28	39.46	0.00%
20酒管, 20商英3-4	116	115	1	0	0	0	61.27	0.00	3.36	11.05	122.20	0.86%
20国贸1-2, 税务1	109	109	0	0	0	0	48.03	0.00	0.73	5.12	26.17	0.00%
社会学习者2班-20食品安全 (学徒制) 秋	40	21	14	5	0	0	76.05	0.00	55.47	15.54	241.61	47.50%
20级食品安全123	118	118	0	0	0	0	46.94	0.00	1.01	4.36	19.05	0.00%
20化妆品123	132	132	0	0	0	0	15.03	0.00	0.54	2.03	4.11	0.00%
20室内设计123	80	80	0	0	0	0	38.61	0.00	1.76	6.60	43.59	0.00%
20室内设计456	91	91	0	0	0	0	47.81	0.00	4.10	7.28	53.04	0.00%
心理健康教育	18	18	0	0	0	0	39.56	0.00	2.46	9.05	81.82	0.00%
社会学习者1班——企业学徒班20电气电梯学徒班	41	31	8	2	0	0	73.69	0.00	31.84	27.33	746.80	24.39%

五、应用效果与影响（25分）

评价指标：申报课程已完成两学期及以上教学活动，在本校教学过程中能较好地应用，将在线课程与课堂教学相结合，教学方法先进，教学质量高。在其他高校和社会学习者中共享范围广，应用模式多样，应用效果好，社会影响大，示范引领性强。

本课程利用网络平台已完成8个学期的教学活动，通过学银在线网络平台和多种移动端APP进行课前任务发布、资源推送，课前心理测评、课中五环体验、课堂讨论与巩固，课后实践强化，互动答疑、拓展提升等，实现线上线下混合式教学，优化教学流程，提高教学效率。这些改革推动课程获评2019年校级精品在线开放课程。

《心理健康教育》精品在线开放课程累计页面浏览量超265万次，累计选课人数达6943人，累计互动次数达47984次。所建课程资源中，有授课视频60个，视频总长700分钟，非视频资源106个，课程公告717次，课程活动1862个。选课人数逐年增多，测验和作业的参与人数也逐年增加，参与线上互动的人数呈明显的上升趋势。

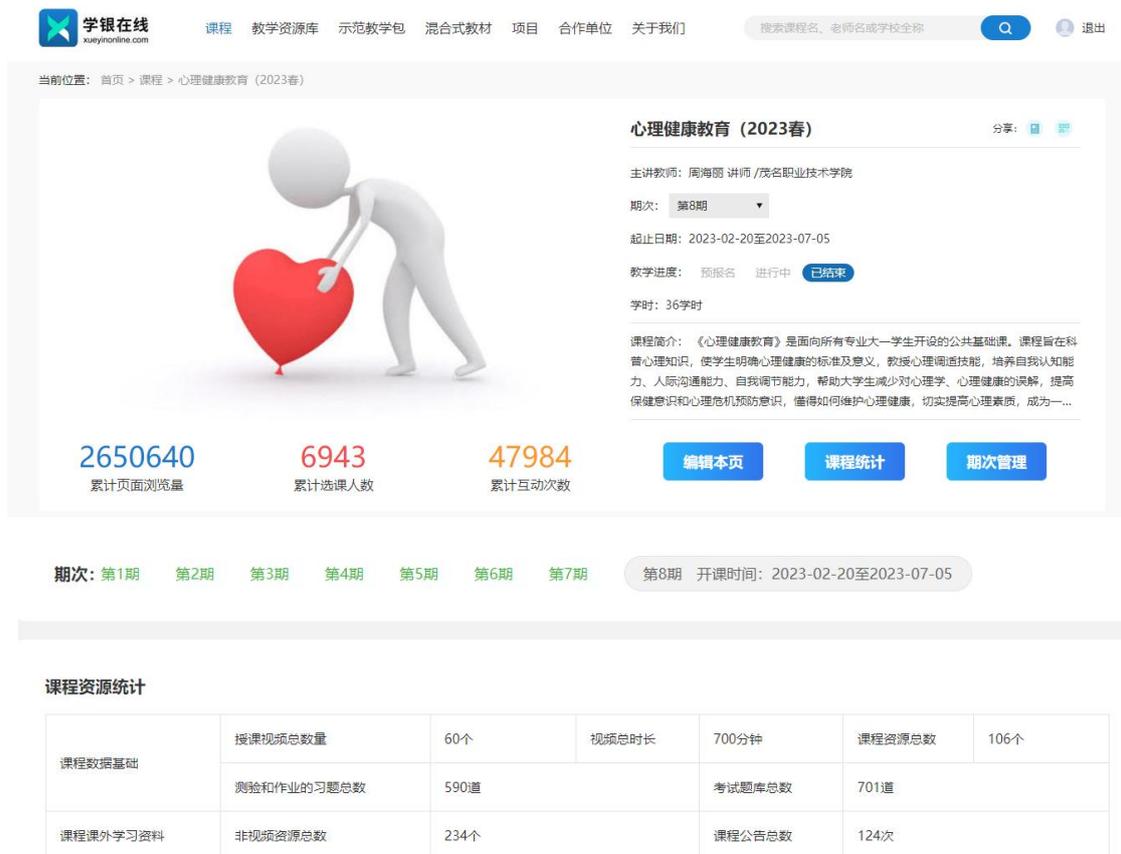


图2 课程应用数据

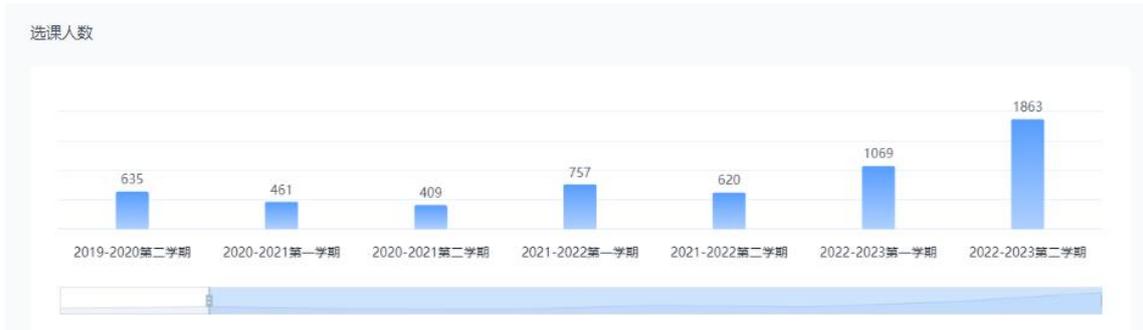


图 3 选课人数

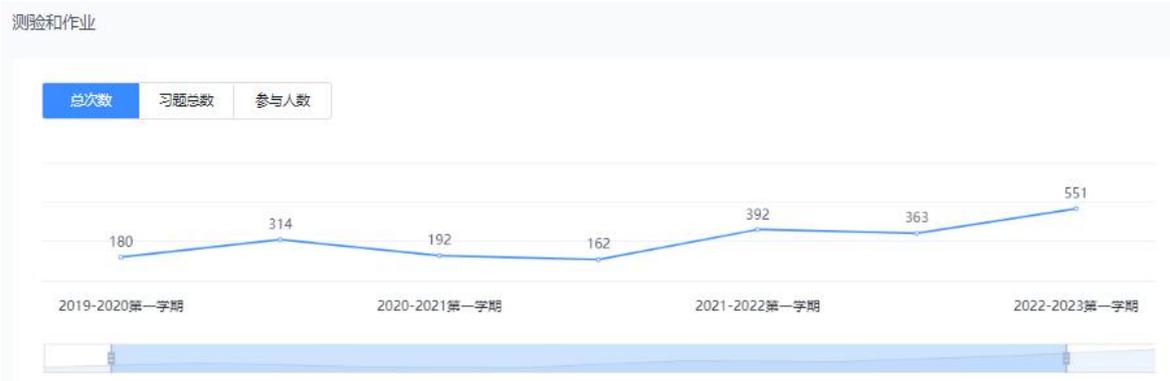


图 4 测验和作业参与人数

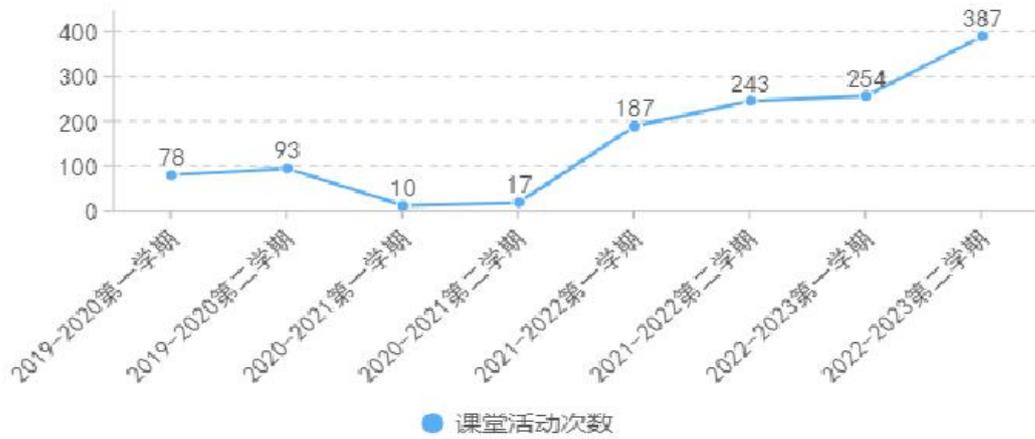


图 5 课堂活动次数

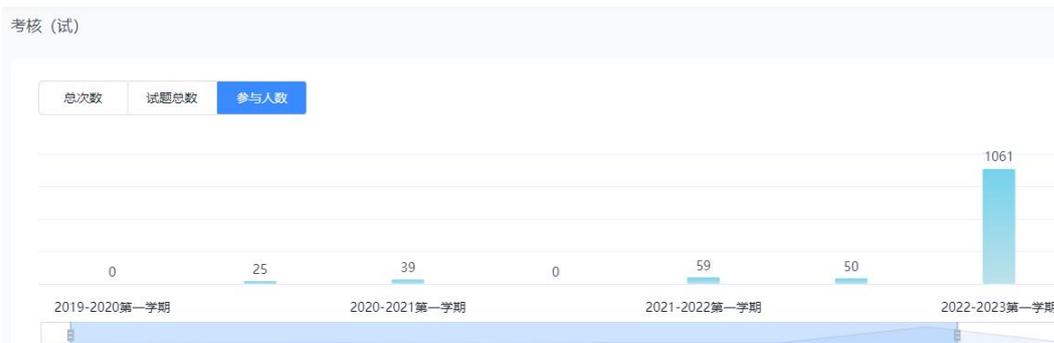


图 6 考核参与人数

本校应用情况：《心理健康教育》课程在本校共有 6735 名学生，主要为土木类、计算机类、经管类、人文类、机电类等专业的学生通过学银在线加入学习。参与课程资源学习、视频观看、签到、讨论、作业及考试等活动，并给予课程评价 5.0 分的好评（部分评价见图 7）。课前学生通过学银在线手机端“学习通”APP 登录平台，自行根据各项目中的任务进行课前准备与自测；课中采用 APP 签到考勤，并以真实问题情境引导、讨论、小组任务等方法组织教学，帮助学生解答线上学习的难疑点，根据课程内容基因式融入思政元素及红色文化资源；课后通过课后拓展、作业强化授课内容，同时开展线上答疑和讨论。课前准备、课中导学和课后拓展以及讨论、作业等教学环节有机联系在一起，形成了立体化的学习环境。可重现的课程教学内容及便捷的学习方式，进一步增强了学生的积极性，拓宽了学生的学习方式和途径，强化了课堂师生互动，提高了课程教学质量。

根据课前课后问卷星和心理云平台采集的数据可见，相较课程思政教学前，学生心理健康水平提升较多（图 8），学生在强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、睡眠等方面问题发生率显著下降，自杀预警比例显著降低（详见图 9、图 10）。并且融入课程思政元素对学生提升理想信念，增加家国情怀了解中华民族传统文化、树立文化自信等方面帮助非常大（表 11）。

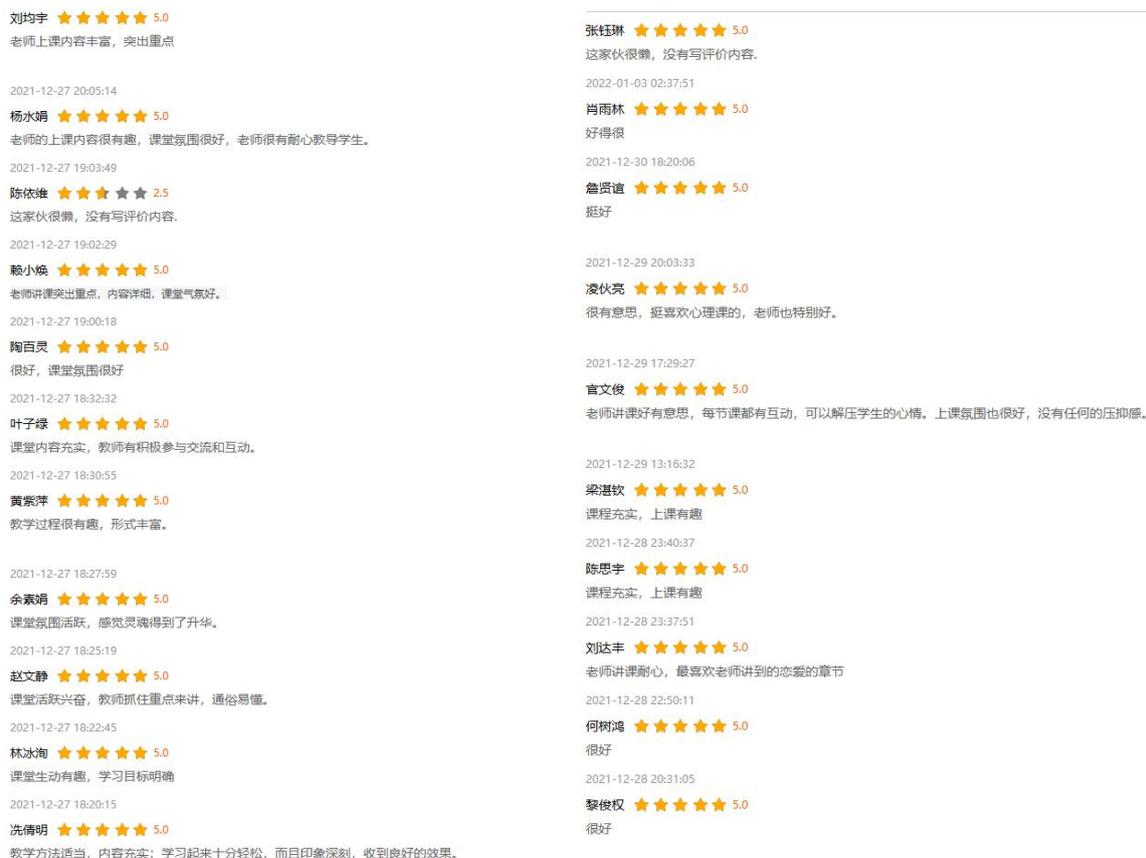


图 7 学生评价

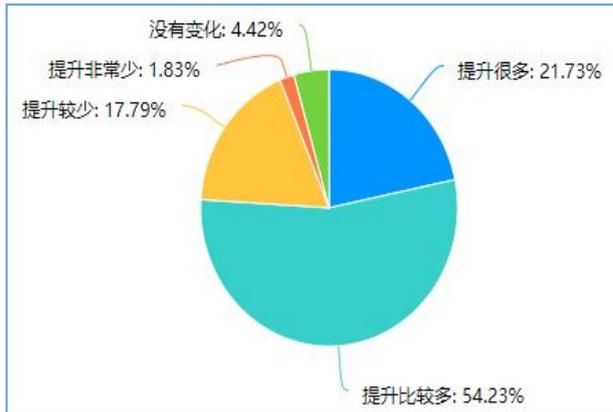


图 8 课程结束后学生心理健康水平提升程度

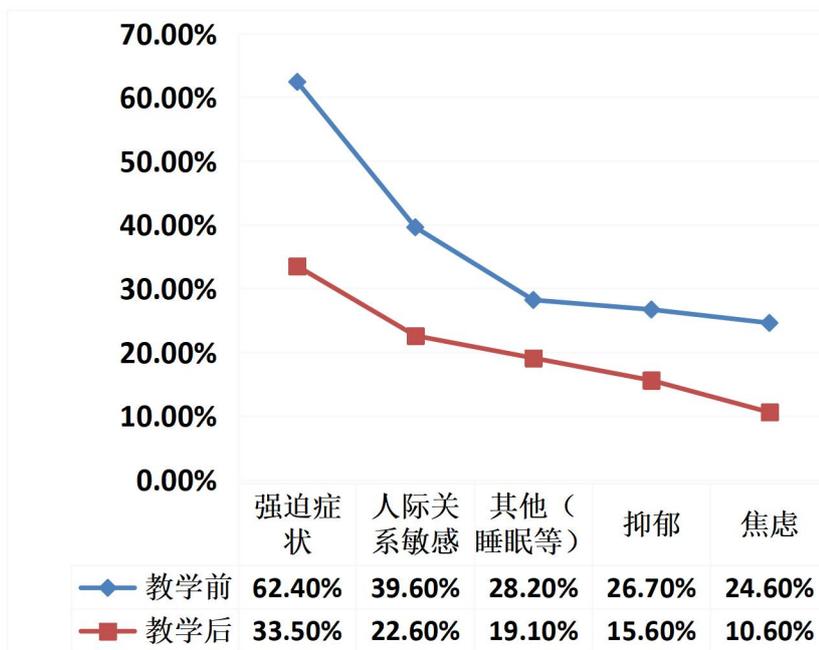


图 9 教学前后学生心理问题发生率

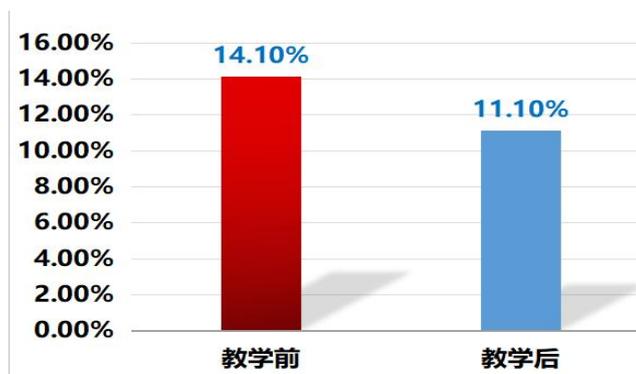


图 10 教学前后学生自杀意念预警比例变化

表 11 《心理健康教育》课程思政对学生的帮助

帮助程度	理想信念	家国情怀、责任和担当	世界观、人生观、价值观	中华民族传统文化	健康心态	学习心理知识，提升心理素养	综合能力和素养
非常大	20.17%	26.45%	23.80%	27.27%	26.78%	25.95%	24.96%
比较大	46.12%	49.09%	48.26%	47.44%	48.60%	48.43%	49.09%
一般	32.23%	22.98%	26.45%	23.31%	23.47%	23.97%	24.63%
较小	0.83%	0.99%	0.99%	1.49%	0.83%	1.32%	0.99%
非常小	0.66%	0.50%	0.50%	0.50%	0.33%	0.33%	0.33%

面向其他高校学生和社会学习者应用情况及效果：《心理健康教育》网络在线开放课程目前有企业员工（学徒班）等社会学习者 181 名选课学习，共开设过 6 个社会学习者班（图 11 为其中一个班），有来自桂林医学院、电子科技大学中山学院、吉首大学、广州商学院、岭南师范学院、井冈山大学、中山火炬职业技术学院等 25 所高校 27 名学生选课学习（如图 12），参与课程内容学习、视频观看、讨论、作业等活动（如图 13），通过反馈，效果良好。

社会学习者5班——21食品学徒制... 重命名 已删除班级

请输入学号、姓名

序号	姓名	学号/工号	院系	专业	班级	加入时间	操作
<input type="checkbox"/> 1	邹美杰	XQ32105510112	化学工程系	食品质量与安全	21食品学徒制顶益	2022-01-14	访问日志 移除
<input type="checkbox"/> 2	朱眉凤	XQ32105510111	化学工程系	食品质量与安全	21食品学徒制顶益	2022-01-14	访问日志 移除
<input type="checkbox"/> 3	赵文锋	XQ32105510110	化学工程系	食品质量与安全	21食品学徒制顶益	2022-01-14	访问日志 移除
<input type="checkbox"/> 4	张弟	XQ32105510109	化学工程系	食品质量与安全	21食品学徒制顶益	2022-01-14	访问日志 移除
<input type="checkbox"/> 5	余燕	XQ32105510108	化学工程系	食品质量与安全	21食品学徒制顶益	2022-01-14	访问日志 移除
<input type="checkbox"/> 6	洗锦荣	XQ32105510107	化学工程系	食品质量与安全	21食品学徒制顶益	2022-01-14	访问日志 移除
<input type="checkbox"/> 7	吴碧霞	XQ32105510106	化学工程系	食品质量与安全	21食品学徒制顶益	2022-01-14	访问日志 移除
<input type="checkbox"/> 8	魏孟鑫	XQ32105510105	化学工程系	食品质量与安全	21食品学徒制顶益	2022-01-14	访问日志 移除
<input type="checkbox"/> 9	潘芳芳	XQ32105510104	化学工程系	食品质量与安全	21食品学徒制顶益	2022-01-14	访问日志 移除
<input type="checkbox"/> 10	欧亚倩	XQ32105510103	化学工程系	食品质量与安全	21食品学徒制顶益	2022-01-14	访问日志 移除
<input type="checkbox"/> 11	马永念	XQ32105510102	化学工程系	食品质量与安全	21食品学徒制顶益	2022-01-14	访问日志 移除
<input type="checkbox"/> 12	崔承福	XQ32105510101	化学工程系	食品质量与安全	21食品学徒制顶益	2022-01-14	访问日志 移除

图 11 企业学徒班学员

班级管理

搜索班级

+ 新建班级

高校学习者-开... ●

朋辈心理辅导员群

社会学习者6班...

高校学习者

南校区22级心...

北校区22级心...

展开全部 ▾

教师团队管理

助教管理

课程管理

班级分配

下载中心

操作日志

课程评审

高校学习者 重命名

该班共有13学生 请输入学号、姓名

序号	姓名	学号/工号 ^	学校	院系	专业	班级
<input type="checkbox"/> 1	蔡琳怡	202206234101	岭南师范学院			
<input type="checkbox"/> 2	李梦屏	202205060151	广州商学院			
<input type="checkbox"/> 3	黄琮昱	2019030006472	电子科技大学中山学院	其他	其他	其他
<input type="checkbox"/> 4	黄文波	22110011006	桂林医学院	临床学院	临床医学	2022级临床医...
<input type="checkbox"/> 5	陈慧					
<input type="checkbox"/> 6	冯煜	2019030006467	电子科技大学中山学院	其他	其他	其他
<input type="checkbox"/> 7	林文强	zstps2110269	中山火炬职业技术学院培训管理平台			
<input type="checkbox"/> 8	黄诗婷	2109108003	井冈山大学	电子与信息工...	电子信息科学...	21电信2
<input type="checkbox"/> 9	黄政雄	22124010103	桂林医学院	康复医学	康复治疗学	2022级康复治...
<input type="checkbox"/> 10	李海婷	21115010126	桂林医学院	公共卫生学院	预防医学	2021级预防医...
<input type="checkbox"/> 11	陈加满	2021400358	吉首大学	化学化工学院	化学	2021化学
<input type="checkbox"/> 12	陈婷	15344426742	单位			
<input type="checkbox"/> 13	覃佳华	22113010836	桂林医学院	护理学院	护理学	2022级护理学...

高校学习者-开放班级 重命名

该班共有14学生

序号	姓名	学校
<input type="checkbox"/> 1	邹海青	深圳技师学院
<input type="checkbox"/> 2	蔡江栋	河源职业技术学院
<input type="checkbox"/> 3	叶婷婷	河源职业技术学院
<input type="checkbox"/> 4	王翠婷	河源职业技术学院
<input type="checkbox"/> 5	郭国清	河源职业技术学院
<input type="checkbox"/> 6	郑周杰	河源职业技术学院
<input type="checkbox"/> 7	骆高雯	粤港澳大湾区高校在线开放课程联盟
<input type="checkbox"/> 8	熊晋伟	河源职业技术学院
<input type="checkbox"/> 9	林娜娜	河源职业技术学院
<input type="checkbox"/> 10	王建国	河源职业技术学院
<input type="checkbox"/> 11	叶静	河源职业技术学院
<input type="checkbox"/> 12	卢宇娟	河源职业技术学院
<input type="checkbox"/> 13	梁少湛	
<input type="checkbox"/> 14	郑秋原	广州番禺职业技术学院

图 12 高校学习者

1.(简答题, 100 分)

结合课程视频学习内容分析: 1.分析自我的性格特点; 2.结合你现在的专业及就业意向, 分析一下自己的性格中从事现在的专业有什么优势, 有什么不足需要进一步提升的。

学生答案:

本人性格的性格特点: 待人友好, 为人诚实谦虚。工作勤奋, 认真负责, 能吃苦耐劳, 尽职尽责, 活泼开朗、乐观向上、兴趣广泛、适应力强、上手快、勤奋好学、脚踏实地、坚毅不拔、勇于迎接新挑战、忠实诚信, 讲原则, 说到做到, 决不推卸责任; 有自制力, 做事情始终坚持有始有终, 从不半途而废。
本人性格在工作中的优势就是无论领导调动我到任何岗位我都能够接受不抱怨努力做好。
本人性格的不足就是有时心太急, 不懂得圆滑, 有时说话易得罪人, 自己却傻傻不知道。

教师批阅

得 100 分

正确答案:

你已开启大学的学习之旅, 平时需要工作, 同时要兼顾学习, 请你制定一个能够兼顾工作和学习的行动计划。

学生答案:

边工作边学习, 充分利用吃饭或者午休休息时间学习30分钟;
下班回家学习1小时, 利用下班时间学习。

1.(简答题, 100 分)

谈谈情商在工作中的重要性以及如何提升情商

学生答案:

重要性: 在职场上, 有时候决定一个人命运的往往不是智商, 而是在与人交流, 待人处世过程中所流露出的情商。情商对工作的贡献是智商的两倍之多, 同时, 公司的上层领导情商都很高。职场上情商高的人不会只埋头干活, 而是时时与领导保持顺畅沟通, 不断按照要求修正工作。他们还善于发现同事的优点和自己的缺点, 随时取长补短。

- 1、提升控制自己的情绪能力, 尤其是控制自己的负面情绪, 要努力挖掘利用些情绪的积极因素。
- 2、调整好自己的工作状态
- 3、要积极工作
- 4、不能太过于自私
- 5、选择正确的接触人群

教师批阅

得 100 分

正确答案:

请在本周通过你常用的方式(电话或者微信等均可)联系你的三个亲朋好友, 并与每个ta至少交流五分钟, 聊天内容由你来定, 将你联系的人(名字可使用代号)和主要内容(有涉及隐私的部分请勿描述)概括写在这里。

学生答案:

- 答:①同学88, 聊上学时的趣事, 聊聊近段时间的工作, 生活。
②最好的朋友, 聊聊工作和生活的趣事, 怀念小时候一起做过的事。
③兄弟, 聊聊工作, 注意身体, 聊家常。

图 13 社会学习者参与学习互动情况

六、课程平台支持服务(10分)

评价指标: 课程平台为公开课程平台, 符合《中国互联网管理条例》等规定, 至少获得国家信息安全等级保护二级认证。平台运行安全稳定畅通, 课程在线教学支持服务高效。

本课程在学银在线网络平台上运行实施, 满足多场景、多形式教学模式的开展与应用, 涵盖课前、课中、课后的日常教学全过程, 融合教室端、移动端、管理端各类教学应用, 实现课程建设、教学实施、教学反馈、教学评价和教学管理等教学全流程应用服务。线上视频有防拖拽、防窗口切换、视频弹题等丰富的防作弊手段, 有效防范在线刷课、替课行为; 线下通过学习通信息化工具开展签到、

抢答、投票、主题讨论等活动，实时反馈学习情况，为教师因材施教提供数据支撑；在线作业、考试具备在线监考、题目乱序、自动批阅等高新技术手段，实现在线考试的同质等效；大数据系统实现网络教学数据、线下互动数据、在线考试数据全过程的数据收集，对所有数据形成课堂报告，对学生行为数据、教师行为数据等形成学生画像、教师画像，用数据说实话，助力于教师开展教学评价和教学反思，提升教学质量。

课程平台为公开课程平台，符合《中国互联网管理条例》等规定，获得国家信息安全等级保护 3 级认证（如图 14）。本课程在使用期间平台运行安全稳定畅通、课程在线教学支持服务高效，反馈的相关问题能及时得到解答。



图 14 学银在线平台信息安全等级保护证明