

# 数字赋能视域下高校心理健康教育课互动困境破局 与评价体系构建研究

白雯雯 彭博涛\*

桂林信息科技学院 广西桂林 541100

**摘要:**本研究立足于《教育强国建设规划纲要(2024—2035年)》与教育部“数字赋能教师行动”的战略背景,针对当前高校心理健康教育课堂存在的课堂活动互动形式化,无法通过课堂学生表现或者课堂互动来评价学生上课状态跟教学质量等问题,构建了一个以轻量化数字工具赋能、数据驱动的新型课堂互动与评价体系模型。模型不仅为破解互动与评价的割裂问题提供了理论新范式,推动了心理健康教育与数据科学的融合;更助力教师基于实证数据实现精准教学与活动体系设计。尽管面临操作过程中数据伦理等问题,但本研究为数字化时代提升心理育人实效提供了可行性的路径参考。

**关键词:**心理健康教育课;数字化赋能;课堂互动;评价体系;模型构建

## 一、研究背景与主要问题

根据《2025年教育部办公厅关于组织数字赋能教师行动的通知》的核心要求,为加强教育新型基础设施建设,要深化人工智能、大数据等技术在教育教学中的创新应用,推动教学理念、方法和模式的系统性转型,从而全面提升教育教学质量;同时,为贯彻落实《教育强国建设规划纲要(2024—2035年)》中关于“普及心理健康教育,建立全国学生心理健康监测预警系统,分学段完善服务工作机制”的战略部署,我们必须深刻认识到,系统化、常态化的心理健康教育课程是构建全员、全过程、全方位心理育人体系的基石,是落实上述国家战略最基础、最主要且不可替代的实践途径。因此,将心理健康教育课程建设置于育人工作的核心位置,充分利用数字化手段赋能其内容与形式革新,理应成为当前所有教育工作者高度重视并全力推进的关键任务。

然而,当前高校心理健康教育课正面临互动与评价双向割裂的深层困境,主要体现在三个方面:

其一,互动形式化与数据匮乏,致使评价失去过程性依据。课堂互动多停留于浅层的问答与讨论,即便设置了实践活动也常因设计浮于表面、学生参与度低而流于形式,无法生成真实、有价值的过程性行为数据(如深度思考、情感表达、应对策略等)(蔡彦婕,2025)。这使得评价体系只能依赖于静态的标准化测试与终极分

数,无法动态捕捉与评估学生心理素养的成长轨迹。

其二,评价反馈滞后与功能缺位,致使互动丧失改进方向。由于缺乏对互动过程的数据化采集与分析,评价结果无法生成即时、精准的反馈,难以为教师优化互动设计、调整教学策略提供科学依据。这导致互动环节与教学改进之间形成“断裂带”,陷入了“为互动而互动”的盲目循环,无法发挥其应有的诊断与指导功能。

其三,互动设计与评价标准单一趋同,抑制深层参与与文化共鸣。无论是互动话题还是评价量表,往往采用“一刀切”模式,忽视个体差异(冯瑞兵,2021)。这种脱节的设计不仅难以激发学生的真情实感与深度参与,使互动沦为低效的“表演”,更可能对学生造成“二次标签化”,完全背离心理健康教育的初衷。

## 二、传统心理健康教育课堂互动困境与评价体系的深度剖析

针对上述问题进一步剖析,当前高校心理健康教育课程在互动环节所出现的主要问题来自三个方面:

### (一)教师教学方面:方法老套,调控乏力

#### 1.教学方法单一,互动设计“走过场”

课堂大多以老师讲课为主,虽然有时也会组织小组讨论、角色扮演等活动,但这些活动常常设计得不够深入(张永红,2021),看起来热闹,却很难真正引发学生内心的思考和情感投入。老师也缺乏针对不同学生特点进行个性化引导的策略(岳姝伶,2025)。

#### 2.不了解学生真实状态,教学调整靠“猜”

老师很难实时、准确地掌握全班学生的情绪变化、

**作者简介:**白雯雯(1998.04-)女,汉族,甘肃定西,硕士研究生,助教,研究方向:心理健康教育。

理解程度和兴趣点，没有办法掌握学生线下的个性化差异（王潇雅，2025）。比如，无法判断学生是真正理解了还是假装听懂，是积极参与还是心不在焉。教学决策更多地依赖于个人经验，而不是客观的数据支持。

### 3. 课堂活动组织效率低，容易流于混乱

进行小组讨论等活动时，容易出现话题跑偏、个别学生主导发言或沉默不语、以及“搭便车”现象。老师缺乏有效的工具和策略来进行高效的管理和引导，导致互动质量大打折扣（马珺，2022）。

## （二）学生学习方面：动力不足，参与度低

### 1. 重视程度不够，有心理顾虑

很多学生把心理健康课当成一门容易拿学分的“水课”，缺乏真正的学习动力。同时，因为课程内容涉及个人情感和价值观，一些学生会有意避免深入参与，害怕暴露真实想法，表现出较强的防备心理，课程活动参与率不高（郭伟峰，2024）。

### 2. 课堂表现沉默，不愿主动开口

课堂上普遍存在“不愿说、不敢说、不想说”的现象。学生们习惯沉默倾听，主动举手发言、分享自己想法的意愿很低。即使使用了线上投票、弹幕等互动工具，也大多是应付了事，没有真正融入课堂。

### 3. 思考和情感难以被激发

由于课堂氛围不够安全、开放，学生很难进行深度的自我反思和批判性思考，也不愿意轻易表达真实情感。互动大多停留在表面问答，难以触及内心深处（杨艳，2025），影响了课程的实际效果。

## （三）学校特殊情况方面：学生构成带来的额外挑战

### 1. 性别比例影响课堂氛围

例如，本人所在学校为男生远多于女生的理工科院校，整体课堂氛围可能会更加内敛和理性。在讨论情感、人际关系等话题时，可能不如文理科均衡的学校那样开放和深入，这需要老师采取更有针对性的互动设计。

### 2. 专业背景影响互动方式

大多数电子信息类等理工科学生，他们思维模式偏重逻辑和技术，对于情感体验、感性分享这类活动的接受方式和表达方式可能比较独特。

## 三、数字赋能驱动下的心理健康教育课堂互动评价体系模型构建

为破解以上难题，本研究构建如下数字赋能模型。考虑到技术以及资金限制，且便于在各个高校都可以施行，本模型主要聚焦于利用各高校均已普及的移动网络、现有学习平台（如超星学习通、雨课堂、课堂派等）及

轻量化应用（如问卷星、腾讯文档）（张宗倩，2025），实现互动评价体系的深层变革（徐伟，2025）。

## （一）模型核心理念：务实与聚焦

### 1. 数据驱动，而非数据空想

不追求高级AI，而是最大化挖掘现有平台后台数据价值（如发言次数、视频观看时长、测验分数），将其转化为评价依据。

### 2. 过程可见，而非结果论断

利用技术工具记录并呈现互动过程，使学生的思考、情感与协作变得“看得见、可评价”（张艳绝，2024），而非仅凭一次考试下定论。

### 3. 即时反馈，而非期末算账

本模型依托形成性评价理论，强调评价的形成性功能，利用技术的即时性，让反馈贯穿教学全过程，服务于即时的教学调整与学生的即时改进。

## （二）可行技术路径：APP与轻量化工具的融合应用

本模型的技术基础是“一平台+多工具”的轻量化集成方案：

以高校现有 Learning Management System（LMS）（如超星学习通、雨课堂）作为数据中枢和主互动界面。其内置的签到、投票、主题讨论、分组任务、随堂测试等功能已完全覆盖基本互动与数据采集需求。

腾讯文档/金山文作为辅助工具用于小组协同创作（如共同撰写心理剧本、头脑风暴压力应对策略），文档的编辑历史、贡献者记录可作为过程性评价数据。

问卷星：用于进行课前学情前测、课中匿名情绪投票（情绪温度计）、课后课程感受调研，快速收集学生情感与认知数据。

微信群/QQ群：作为弹幕互动和课后延伸讨论的补充渠道，其文字记录亦可作为分析素材。

## （三）互动评价体系的操作步骤

### 1. 课前阶段：完成前测准备

心理健康教育课程需兼顾理论传授与情感关注。教师通过LMS平台推送侧重于情境性与体验性的预习材料，例如在“恋爱与性”单元中提供有关爱情心理和失恋调节技巧的视频资源，以增强学习代入感。同时，借助问卷工具开展前测调查，内容涵盖学生的恋爱观、当前情感状态、对性的态度及失恋应对方式等维度。问卷强调匿名性与自主性原则，有效降低学生心理防御，提升数据真实性。

系统自动汇总认知与情感数据后，教师可识别班级普遍心理需求及潜在困惑，为课堂活动设计提供依据。

## 2. 课中阶段：及时反馈与动态调整

课中教师利用LMS内置投票、讨论及第三方协作文档开展多层次互动。通过实时匿名投票进行情绪普查（如“你当前对爱情话题的感受是？”）或价值选择类问题，结果以热力图呈现，辅助把握班级情绪氛围。在主题讨论区设置开放式议题（如“如何理性看待失恋”），鼓励学生从经验出发分享观点，教师根据实际情况强化共情回应与无条件接纳。使得每个学生都可以表达自己的想法。

系统自动记录互动数据，借助文本情感分析识别支持性行为及情绪关键词分布。教师可对引发强烈共鸣的议题开展深度讨论或角色扮演，促进情感体验与认知整合。

## 3. 课后阶段：个性化反馈与教学优化

课后环节一句平台生成涵盖个人与小组的课堂报告，包括情绪状态变化、互动参与质量、协作贡献值及知识应用情况等多维数据，在其中突出“积极行为记录”与“同伴反馈亮点”。

教师依据报告提供针对性评语，例如指出其在讨论中提出的有效调节方法或被同伴认可的支持行为，鼓励学生踊跃参与后续课程，此外，对于那些在讨论中呈现出问题的学生，教师在课后也要给予积极关注，可针对性提供心理调试技巧等适配性资源。同时教师从群体数据中识别整体情绪趋势、热点议题及互动盲区，进而反思心理活动设计的适切性，为后续教学改进提供依据。

该模型依据过程性评价及OBE教育理念（蔡彦婕，2025），通过轻量化工具实现三阶段动态评估，有助于弥补传统心理健康教育中互动不足与评价滞后的局限。

## 四、研究意义

### （一）理论意义

该模型推动了心理健康教育与数字技术的深度融合，为发展数字化时代的新型心育模式提供了理论框架。且构建了一个多维度、过程性的发展性评价体系，为如何利用技术手段实现“以评促育、以评促长”提供了理论范式。

### （二）实践意义

该模型在表达自己真实想法与情感态度的时候为匿名表达，有效避免了学生上课不好意思发言，男女生因为性别顾虑不敢发言的情况。此外，为教师提供了精准识别班级心理氛围与个体需求的工具，使其能够基于实证数据而非经验直觉来调整教学内容和支持策略，实现

个性化心育。

其次，不同于需要高价购买的VR仪器，需要高级技术的ai，该模型所用工具在各个高校都已经普及，可实现程度很高。

## 五、不足与展望

该模型为心理健康教育数字化提供了新路径，但其应用仍面临挑战与发展空间。

### （一）主要不足

情绪与心理状态属高度敏感信息，其收集、存储与使用易引发隐私泄露风险。

课前、课中、课后的数据处理与分析显著增加了教师的工作负荷，影响其实施可持续性。

### （二）未来研究改进

研发低负担、智能化的辅助工具（如AI生成反馈初稿），减轻教师压力，让技术更自然地融入互动流程。

验证长期效能：开展长期追踪研究，实证检验该模式对学生心理素养与班级氛围的持久影响，并探索其不同学段和文化背景下的适配性。

## 参考文献

- [1] 蔡彦婕, 韦海燕, 陈莹. 基于OBE理念的的大学生心理健康教育课程评价的探究[J]. 山西青年, 2025(01).
- [2] 冯瑞兵. 高职艺术院校心理健康教育课程实施现状的几点思考[J]. 江西电力职业技术学院学报, 2021, 34(5).
- [3] 郭伟峰. 心理健康课程在中职学校教育中的现实问题及实践策略[C]// 第三届教育信息技术创新与发展学术研讨会论文集, 2024.
- [4] 马璐. 大学生心理健康教育课程师生互动效果研究[J]. 卫生职业教育, 2022, 40(15).
- [5] 王潇雅. 高职院校心理健康教育数字化课程设置与实证分析[J]. 中阿科技论坛(中英文), 2025(08).
- [6] 徐伟. 数字技术赋能大学生心理健康教育: 价值、困境与出路[J]. 天津中德应用技术大学学报, 2025(03).
- [7] 杨艳. 数智技术赋能心理健康教育的校本实践探索[J]. 中小学信息技术教育, 2025(07).
- [8] 岳姝伶. 数智赋能高校“互动体验式”心理健康教育课程研究[J]. 才智, 2025(14).
- [9] 张永红. 心理健康教育课程体系构建研究——以一流本科建设为背景[J]. 成都中医药大学学报(教育科学版), 2021, 23(3).