

数智赋能大学生心理健康教育课程教学的探索与实践

廖友国¹, 林琳¹, 蔡景雪²

(1. 闽江学院教师教育学院, 福建福州 350108; 2. 闽江学院马克思主义学院, 福建福州 350108)

[摘要]大学生心理健康教育课程是高校心理健康教育的重要组成部分。数智技术的发展为实现精准学情分析、提供个性化学习支持以及推动课堂教学创新提供了新路径。本文围绕重构教学内容、丰富资源形态、创新教学模式、优化评价机制以及提升教师素养五个维度,系统阐述了数智赋能大学生心理健康教育课程教学的实践。研究表明,数智赋能的教学改革能够有效促进学生的学习投入与课程目标达成,课程也获得学生广泛认可,为深入推进课程的数智化建设提供了有益探索。

[关键词]大学生心理健康教育课程;数智赋能;教学改革

[中图分类号] G642.0; G448; G434

[文献标识码] A

[文章编号] 2096-711X(2026)12-0181-03

doi:10.3969/j.issn.2096-711X.2026.12.060

[本刊网址] <http://www.hbxb.net>

大学生心理健康教育课程作为心理健康教育的主渠道,是高校落实立德树人根本任务的内在要求,是大学生思想政治工作“十大育人”体系的有机组成部分,也是践行“健康第一”教育理念的具体举措。目前,高校普遍面向大一学生开设心理健康教育公共必修课,并探索构建“必修+选修+辅修”的课程体系。传统教学模式存在内容更新相对滞后、教学手段较为单一、难以满足学生个性化需求等弊端。数智技术的迅猛发展及其与教育应用场景的深度融合,为推动课程系统性改革注入了强劲动力。亟须主动推进数智赋能心理健康教育课程的教学创新,切实提升课程教学的精准性、互动性与实效性,促进学生心理健康素养的发展,持续增强学生的课程获得感。

一、数智赋能大学生心理健康教育课程教学的价值

(一) 实现学情动态监测与精准分析

数智赋能课程教学的一个显著优势在于,推动学情分析从经验驱动转向数据驱动模式。传统学情评估主要依赖课堂观察、作业、考试与问卷调查等途径,难以全面、实时地获取学生在学习投入、认知发展及能力形成等方面的状态,易导致教学与学生真实学习需求之间产生错位。依托智慧教学平台,可以系统采集学生在线上学习、课堂互动、AI实践、课后拓展等多环节的行为数据。通过对数据的深度挖掘,可视化呈现学生在知识掌握、认知难点、兴趣分布、学习风格与情感变化等方面的实时状态,从而实现对学情的精准诊断。在此基础上,教师能够实时掌握学生需求、优化教学内容、调整教学策略,真正实现以学定教,提升心理健康教育课程的育人实效。

(二) 提供个性化学习支持与精准评价

大学生心理健康需求呈现高度分化与个性化的特征。个体间在学习适应、情绪管理、挫折应对、人际关系及生涯规划等方面的具体需求因人、因时而异,呈现出动态变化的多元结构。传统教学采用统一内容与节奏,难以回应学生的差

异化心理需求,易导致教学供给与学生真实诉求之间的脱节。在数智赋能背景下,可借助学习者画像构建技术,融合学生在智慧学习平台中的行为数据、认知表现与情感状态等多维信息,动态识别其心理特征及潜在需求,并智能推送与需求相适配的微课视频、情境案例、自助训练方法与拓展阅读等资源,实现一人一策的学习支持。同时,通过对持续采集的过程性数据开展智能分析,系统可以为每位学生生成多维的学习评估报告,有助于突破传统评价过分依赖单一终结性考核的局限,为教师开展差异化评价提供科学依据。

(三) 创新课堂教学资源与互动模式

心理健康教育公共课主要采用大班授课制,受限于时间与空间,传统课堂教学多以教师单向讲授理论为主,教学形式比较单调,学生参与度低,难以将知识有效转化为能力和素质,制约了教学效果。数智技术极大地丰富了教学资源的形态与获取方式,文本、图像、音频、视频、虚拟仿真、交互式课件等多模态资源能够生动呈现复杂心理现象和课程内容,有助于吸引和维持学生注意力。同样重要的是,借助智慧教学工具的弹幕、实时投票、协同文档与AI实践任务等功能,能够构建沉浸式、全员参与的课堂互动环境。这不仅突破了传统课堂的互动瓶颈,更通过“做中学”的方式,有效促进理论知识向应用能力和情感体验的转化,有助于解决知行脱节的传统教学痛点。

二、数智赋能大学生心理健康教育课程教学的实践探索

本校大学生心理健康教育公共必修课面向全体大一学生,设置2学分,32学时。旨在通过普及心理健康知识、传授心理调适技能,促进大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。在数智技术深刻重塑教育生态的时代背景下,教学团队积极响应教育数字化转型趋势,从完善教学内容、丰富资源形态、创新教学模式、改革评价机制与加强师资建设五个维度入手,主动探索技术与课程育人有机融合的可行路径。

收稿日期:2026-2-5

基金项目:本文系福建省习近平新时代中国特色社会主义思想研究中心闽江学院研究基地课程思政专项(项目编号:YJJD202415C)、福建省教育科学规划常规课题(项目编号:FJJKBK24-060)、福建省发树慈善基金会资助研究专项(项目编号:MFS24005)、闽江学院一流本科课程建设项目(项目编号: MJUYLKC2023008)、闽江学院数智技术赋能试点课程项目(项目编号: MJUZHCK2024050)阶段性成果。

作者简介:廖友国(1985—),男,福建福州人,闽江学院教师教育学院副教授,博士,主要从事大学生心理健康教育研究。

(一) 重构数智化教学内容体系

为应对数智时代大学生心理发展面临的新挑战,教学团队基于知识、能力、素质与价值引领四维目标,对教学内容进行重构。依据《普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求》,结合学生在数智环境中的真实成长需求,构建了覆盖自我意识、情绪管理、人际交往、压力应对与生命教育等模块的智慧课程知识图谱。图谱包含148个关键节点,形成结构清晰、层次分明的内容框架,为学生提供系统化的学习指引。在基础认知层面,有机融入数字成瘾、信息焦虑、虚拟情感关系等具有时代特征的心理议题,引导学生树立适应数智社会的心理健康观念。在自我发展层面,依托智能化心理评估工具,推动学生开展数据赋能的自我认知探索,如通过生成人格特质与情绪波动图谱,帮助学生形成更加客观的自我画像。在能力提升层面,注重教学内容与真实数智场景的融合,如在学习心理模块引入注意力管理与数字干扰应对训练,在压力应对中融入正念冥想与数字化放松技能学习。通过更具时代性与针对性的教学内容构建,旨在更有力地支持学生在复杂数智环境中的心理适应与发展。

(二) 丰富数字化课程资源形态

适应Z世代大学生的认知特点与学习偏好,系统整合数字化教学资源体系。课程采用“线上10学时+线下22学时”的混合式教学安排。线上部分采用北京大学的优质课程资源,并自主开发覆盖课程核心知识模块的100分钟微课,以生动形式呈现教学内容。同时,引入国家智慧教育公共服务平台、教育部大学生在线等权威平台的优质线上资源作为拓展学习材料,构建多层次、立体化的课程资源库。教材建设方面,在传统校本教材基础上,积极推进数字化教材开发,配套形成涵盖电子教案、课件、习题库、案例集及拓展文献的系统化资源包。加强实践教学环节,设计开发情绪解码VR实验、AI赋能学习规划等AI实践任务,增强课程的参与感和时代性,引导学生在技术应用中深化自我探索。此外,积极运用DeepSeek等大语言模型,结合不同专业学生的学业与未来职业背景,智能生成贴近真实情境的个性化案例与学习场景,推动理论知识向实践能力转化。课程累计建设数字化资源116项,知识切片超万个,形成了支持学生自主、泛在、个性化学习的资源生态。

(三) 创新数智技术教学模式

以数智技术为支撑,大力推动教学模式从教师讲授为主向学生体验为主的转变。充分利用现代信息技术成果,深度融合“超星泛雅”和“雨课堂”等智慧教学平台,实现课堂教学、作业提交与批阅、答疑、学习资源拓展、学习过程监测与反馈、多元评价实施等教学环节的数字化转型。将签到、主题讨论、实时投票、在线问卷、分组任务、抢答与积分激励等功能贯穿教学全过程,有效增强师生以及生生互动的活力,提升学生课堂参与度。突出实践导向,科学设计系列实践项目。例如,通过“21天积极心理训练”学习平台线上打卡活动,一学期累计收到学生提交的“每日3件好事”写作练习近3.8万份,对照研究结果表明,学生积极情绪状态得到有效提升。畅通与学校心理健康教育中心的协调联动,指导学生参与心理科普微视频大赛等实践活动,带领学生体验箱庭治疗、音乐放松与身心反馈训练系统等数字化心理设备,将抽象理论转化为可交互的具身体验。结合国家虚拟仿真实验教学课程共享平台的“心理危机团体辅导”等项目,增强教学

的沉浸感与直观性。通过以上创新实践,构建了以学生为中心的互动式、体验式教学新样态,实现了知识传授与能力培养的有机融合。

(四) 探索数智赋能评价机制

在评价结构方面,大幅提高过程性及数智赋能学习项目评价的比重,形成由六个维度构成的综合评价框架,线上课程资源学习(20%)、课堂参与(15%)、线上章节测验(10%)、学习平台课程积分(10%)、AI实践任务(5%)及学习态度(5%),合计占比65%,并结合期末的心理成长报告(35%),实现对学习全过程的持续跟踪。在评价数据采集方面,依托智慧教学平台与智慧教室系统,自动汇聚学习过程产生的文本、图像与视频等多模态数据,实现50%的平时成绩由系统自动记录与计算,通过定量分析与质性评价相结合,显著提升了评价的客观性与精细化水平。在评价主体方面,在传统教师主导评价的基础上,引入AI智能评阅与同伴互评机制,通过多元视角分析课堂参与、作业、主题讨论与心理成长报告,更全面反映学生的真实学习状态。此外,积极探索增值性评价路径,设计严谨的教育干预实验,借助平台心理测评与情绪打卡等功能,在教学周期前后对学生的情绪状态、人际关系等指标进行动态测量与对比分析,定量评估学生在心理素质上的成长轨迹。

(五) 提升教师数智教学素养

为推动数智技术与心理健康教育课程教学的深度融合,课程团队系统开展教师数智素养提升工作。组织教师深入学习《教师数字素养》行业标准、《教师生成式人工智能应用指引(第一版)》等指导性文件,构建适应智能教育发展的认知框架。通过参与数智赋能课程建设、教学创新大赛、心理微课竞赛及数智赋能教学创新专题培训,并加强数智赋能教学学术研究,持续推动“AI+心理健康教育”模式的探索与实践。在此过程中,重点培养教师在智能教育环境下的三项关键能力。一是智慧工具融合能力。引导教师熟练运用AI助教等智能工具,结合课程特点开展教学设计、资源生成、课堂交互与学业评价,提升教学各环节的效能。二是数据驱动决策能力。培养教师对学习行为、互动过程等多模态教学数据的分析解读能力,借助学习分析技术精准评估学生学习状态及发展需求,为教学策略调整与个性化支持提供依据。三是技术伦理实践能力。强化教师的数字伦理意识,严格遵守隐私保护与数据安全规范,坚持以学生发展为中心的技术应用边界,确保数智化教学始终服务于学生的健康成长。

三、数智赋能大学生心理健康教育课程教学取得的成效

(一) 学生的学习投入度良好

在课堂表现方面,学生“抬头率”得到提升,也能够较为主动地参与课堂互动环节。依托“超星泛雅”智慧教学平台的数据统计,课程覆盖的1700余名学生累计参与各类学习活动达78万次,整体学习活跃度保持高位。具体而言,线上课程资源学习完成率、章节测验参与度、AI实践任务提交率等指标表现良好。此外,在心理情景剧与心理科普短视频比赛等实践活动中,部分学生展现出较强的知识活化运用能力。整体来看,学生在课内与课外、线上与线下、理论认知与实践体验等多个维度均呈现出积极的学习状态,课程对学生心理健康素养发展的牵引作用进一步彰显。

(二) 课程目标的达成度较高

从课程知识图谱的学情数据来看,148个知识点的平均

完成率97%,平均掌握率84%。过程性学习分项及期末心理成长报告的平均分总体上也达到80分以上。课程目标达成度报告显示,课程思政、知识、能力、素质四大目标达成度均值为0.84。此外,结合AI辅助批阅课程报告、作业和主题讨论等内容生成的大量评语,以及学生关于课程收获的留言等质性结果,课程在培育学生自尊自信、理性平和、积极向上的健康心态方面发挥了积极作用。综上,通过课程的系统学习,学生能够较好理解心理健康基础知识,掌握并能运用自我探索、心理调适以及心理发展技能,心理健康素养得以提升,有效支撑了各专业人才培养方案对心理素质的毕业要求。

(三)学生对课程的认可度高

教学效果获得学生广泛认同与积极反馈。根据课程团队组织的最近一期匿名教学评价数据,在自愿参与的751名学生中,对课程满意度评价为“非常满意”和“满意”的比例合计96.9%(分别为78.8%和18.1%);在课程质量评价中,认为“很好”和“比较好”的比例合计为97.7%(分别为81.5%和16.2%)。结合近三年来的纵向数据对比,自实施数智赋能教学改革以来,学生对课程的整体评价呈上升趋势,体现出数智化教学模式在提升教学实效方面取得积极成效。此外,依据学校教务系统的统一评教结果,本学期共有928名学生参与评价,课程平均得分96分,进一步佐证了学生在学习过程中的实际获得感。

四、结语

数智技术为大学生心理健康教育课程教学改革注入了

强劲动力,其意义远不止于工具层面的革新,更体现为教学模式的结构性重塑。教学改革实践证明,借助数智赋能,课程在促进学生参与度、增强学习实效、提升心理健康素养等方面呈现出积极态势。展望未来,应进一步深化数智技术与心理育人规律的融合,在遵循学生心理发展特性和数据伦理规范的前提下,系统构建“教—学—评—管”一体化的智能教育生态,更好助力学生心理健康素养的发展。

参考文献:

- [1]胡睿.新时代数智循证赋能心理健康教育课程体系构建[J].岭南师范学院学报,2024,45(6):10-16.
- [2]李忠艳,雒文虎,胡菊华.大学生心理健康教育课程建设的困境及突破[J].黑龙江高教研究,2021,39(12):145-149.
- [3]孟健男,周惠玉,杨玉赫.生成式人工智能视域下大学生心理健康教育研究[J].黑龙江教育(高教研究与评估),2025(4):89-92.
- [4]涂翠平,张兰鸽,张平.人工智能在高校心理健康领域应用的实践探索[J].北京教育(德育),2025(9):76-79.
- [5]温军英,王伟宜.数智赋能高等教育教与学的现实向度与伦理限度[J].高教发展与评估,2024,40(5):92-104.
- [6]朱敏,廖友国,陈敏.新时代大学生心理健康素养的内涵、功能与提升路径[J].锦州医科大学学报(社会科学版),2022,20(3):46-49.

Exploration and Practice of the Teaching of College Students' Mental Health Education Courses Empowered by Digital Intelligence

LIAO You-guo¹, LIN Lin¹, CAI Jing-xue²

(1. School of Teacher Education, Minjiang University, Fuzhou Fujian 350108;

2. School of Marxism, Minjiang University, Fuzhou Fujian 350108, China)

Abstract: Mental health education courses for college students constitute a key part of higher education's mental health support system. The advancement of digital intelligence technologies offers new approaches to achieving precise learning analysis, providing personalized study support and driving innovation in classroom teaching. This paper systematically examines the practice of integrating digital intelligence into mental health education courses through five dimensions: restructuring teaching content, diversifying learning resources, innovating teaching models, optimizing assessment mechanisms and enhancing teacher competencies. Research indicates that digitally empowered teaching reforms can effectively boost student engagement and the achievement of course objectives, with such courses receiving widespread recognition from students. These findings provide valuable insights for further advancing the digital-intelligent development of mental health education courses.

Key words: mental health education courses for college students; digital intelligence empowerment; teaching reform

(责任编辑:陈思婷)