

# 高校心理健康教育的转型与发展——数字化技术的融合与机遇

朱红熹

大真大学, 韩国·抱川 11159

**摘要:** 大学生心理健康对于大学生的学习生活有着非常深远影响, 同时伴随着数字化技术日益深入人类文明的发展建设, 致使高校心理健康教育不得不面对与数字化技术相融合的实际问题。论文分别通过在数字技术和数字素养两个方面, 提出研究问题并分析其相关原因, 然后梳理分析技术与教育在人类文明发展历史中的辩证关系, 并以此为基础给出问题的解决方案, 进而从中了解到高校心理健康教育依靠数字化技术转型给自身带来的发展机遇。

**关键词:** 教育数字化; 数字技术; 数字素养

## The Transformation and Development of Psychological Health Education in Universities — The Integration and Opportunities of Digital Technology

Hongxi Zhu

Daejin University, Baochuan, 11159, South Korea

**Abstract:** The mental health of college students has a profound impact on their learning and life. At the same time, with the increasingly deepening development and construction of digital technology in human civilization, college mental health education has to face practical problems of integration with digital technology. The paper proposes research questions and analyzes their related reasons in two aspects: digital technology and digital literacy. Then, it sorts out and analyzes the dialectical relationship between technology and education in the history of human civilization development, and based on this, provides solutions to the problems. From this, it understands the development opportunities that college mental health education relies on digital technology transformation to bring to itself.

**Keywords:** digitalization of education; digital technology; digital literacy

### 1 问题提出

1946年, 世界卫生组织(WHO)将“健康”定义为: “一种在身体上, 心理上和社会上的完满状态, 而不仅仅是没有疾病和虚弱的状态”。到了2014年, WHO将“心理健康”定义为: “一种健康状态, 在这种状态下, 每个人都能实现自己的潜力, 能够应对正常的生活压力, 能够卓有成效地工作, 并且能够为他(她)的社区做出贡献”。由于心理健康是作为个人健康的重要组成部分, 对个人发展有着举足轻重的作用, 因此心理健康应该与身体健康一样, 成为健康教育的重点领域。大学阶段作为学生个人心理发展的“最后一站”, 也是大学生实现自我独立, 履行社会发展义务的“预备站”。不过随着社会的快速发展, 各种新兴事物不断影响大学生心理健康水平, 可能导致相关学生的心理发展出现焦虑、忧虑、恐慌、抑郁等不良情绪, 进而产生心理压力, 甚至引发各种心理疾病。为了大学生能够更加积极地应对各种的心理压力, 以及适应社会的快速发展, 作为帮助大学生树立健康心理, 培养积极乐观心态的重要教育方式的心理健康教育, 便得到越来越多的重视。仅以“高校心理健康教育”为主题, 分别通过“中国知网”“维普网”“万方数据”“超

星发现”学术网站精确查询发现, 1978—2022年, 相关的文献数量分别为6263条、1671条、5059条、8529条。而除了教育学术界对“高校心理健康教育”的研究成果越来越重视以外, 有关政府部门也在积极地要求普通高校开设心理健康课程。根据教育部等十七部门关于印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》的通知要求: “普通高校要开设心理健康必修课, 原则上应设置两个学分(32~36学时), 有条件的高校可开设更多样、更有针对性的心理健康选修课”。

大数据日益成为当今时代的战略资源与核心资产。“数字化转型推动数据资源以每年40%的指数速度增长, 让数据成为继土地、劳动力、资本、技术之后的第五大生产要素”。伴随着信息数字技术的深入发展, 以及人们对各种数字技术的使用越来越具有依赖性, 导致了近几年传统教育模式与信息数字技术之间出现了融合, 进而产生“教育数字化”这一新兴概念。教育数字化则是将教育内容、过程、评价等方面借助数字形式呈现, 以便达到教育资源数字化、网络化、智能化和个性化的目标。习近平总书记在中共中央政治局第五次集体学习时强调, 教育数字化是中国开辟教育发展新赛道

和塑造教育发展新优势的重要突破口。因此未来中国的教育现代化,建设教育强国,实现国家在教育方面的崛起,就需要有针对性的推动“教育数字化”工作稳步向前。党的二十大报告提出,“教育、科技、人才是全面建设社会主义现代化国家的基础性、战略性支撑”,并强调“推进教育数字化,建设全民终身学习的学习型社会、学习型大国”。当前社会快速发展,只有终身学习,才能不被时代抛弃,同样当越来越多的人成为终身学习者,就能够反过来促进社会的日新月异,从而实现学习方面的良性循环。而教育数字化就是方便终身学习,营造全民学习氛围的不二法门。通过数字化技术,可以让学习者打破过去传统学习在距离、时间安排、学习方式等方面的限制,从容安排自己的学习计划,也方便教学人员采取更加多元的授课模式,做到根据不同学习者的学习特点制定对应的讲课方法。

高校心理健康通识课作为一门帮助高校大学生疏解不良情绪,塑造乐观心态的高校课程。在目前教育数字化愈来愈成为新时代教育模式主流的情况下,也与其他课程一样,不得不与数字化技术产生联系,甚至必须主动将数字化技术应用到传统教育场景。其中,一方面是因为数字化技术可以有效辅助心理健康教育的展开,如通过在网上开设心理健康课程,方便学生随时随地接受心理健康教育。另一方面,越来越多的高校大学生在接触各种数字化技术以后,个人出现的心理问题往往会与数字化技术产生关联。例如,有的学生在接触智能手机后会在使用手机上瘾,经常熬夜刷手机,从而严重影响正常学习和生活,对此心理辅导教师只有充分了解智能手机的使用特点,才能更好地帮助学生对手机使用的过度依赖。但是高校心理健康教育在与数字化技术相互融合的过程中,也会出现如数字化技术不够成熟、教师对数字化技术应用不够灵活、教育课程过度依赖人工智能的运算、运用大数据技术分析学生心理造成隐私泄露等现实问题,大大推迟心理健康教育的数字化进程。

## 2 高校心理健康教育与数字化技术融合产生的问题

目前,高校心理教育课程具有明显的理论化、专业化、闭合化特征,在一定程度上忽视了学生心理问题的多元性,缺乏心理健康知识的应用性以及针对性。传统的高校心理健康教育主要注重学生对相关课程理论的研究,将心理健康教育当作一门专业课程来对学生进行授课,并与其他相关课程隔离开来,这就使得学生在接受心理健康教育时,往往会把这门课程当做一门特殊的“专业课”,在上课过程中努力学习较为枯燥的理论知识,不但没有消除自身的不良情绪,反而增加了自身的学习压力。由此可见,过去高校开设的心理健康教育课程,在帮助学生排解个人压力,解决心理问题有所欠缺。为此将数字化技术放进目前高校心理健康教育场景当中,利用数字化技术的智能化、高效化、精准化、

仿真化的优势,弥补目前高校心理健康教育的不足之处。但是,在高校心理健康教育进行数字化转型时,也产生了诸多问题。

### 2.1 高校心理健康教育的“慕课”方式发展不够成熟

传统的线下心理健康教育,教师与学生存在物理层面的直接接触(如眼神、语言、肢体等),并且师生共处在同一个时空场景中,教师通过黑板、幻灯片等方式给学生传道授业解惑。然而,这种一(教师)对多(学生)的传授架构也愈发呈现弊端:①学生接受度存在着差异性,无法及时消化课堂知识;②公共课程班级规模大,教室座位靠后的学生会听不清或看不清;③学生因生病或其他原因缺课,存在着自学过程理解知识难点的问题等。面对传统线下教育存在的弊端,应该积极采取新兴的教学技术,不断完善授课方式。随着以大数据、云计算、人工智能为核心的新一代互联网技术飞速发展,普通民众对于知识的需求不断增高,一种全新的远程教育方式——慕课(或译“慕课”)也逐渐出现在公众视野之中。在这种远程教育模式中,学生不仅能够根据自身对心理健康知识的理解程度自由选择慕课进度,还可以对自己不了解的心理健康理论进行反复观看,将不懂的问题通过邮件发给授课教师,从而避免在课堂上多次询问授课教师而产生对教师和同学的羞耻感,更不会受到在线下教室座位靠后的影响。此外,由于从事心理健康教育的授课教师可以事先录制好自己的课程,然后上传到学校官网或相关应用软件,方便高校学生可以根据自身的时间安排,使用电子设备学习有关心理健康方面的课程知识,因此避免出现学生在线下教育中因缺课而导致课程进度受阻的情况。

尽管中国在慕课领域获得了突破性进展,且慕课平台使用人数持续增加,但仍存在亟待改善之处。一方面,慕课平台运营及课程建设水平亟待提高。另一方面,慕课平台功能亟待完善。学生骤然脱离教师面对面的指导、缺乏同伴之间合作以及缺失课堂讨论氛围等诸多有利于学习的关键要素。在这种情况下学生由于缺乏线下授课的氛围感,而在接受线上心理健康教育时只能被动接受教师的授课内容,无法及时地与授课教师和同学进行进一步的心理交流,致使教育效果不佳。另外,“慕课”所讲授的内容也和线下课程的内容没有什么大的区别,仅仅只是将线下授课内容搬到线上。因此,传统线下授课内容枯燥乏味的弊端,并没有得到实质性的改变,虽然方便学生反复多次的观看学习,但是课程内容的僵化保守,并不能激发学生接受心理健康教育的积极性,反而打击了学生“慕课”兴趣。

### 2.2 高校心理健康教师缺乏数字化技术素养

联合国定义:“数字素养是通过数字设备和网络技术安全、适当地管理、理解、整合、共享、评估、创建和访问信息以参与经济和社会生活的能力”。2021年,中央网络安全和信息化委员会发布的《提升全民数字素养与技能行动纲要》提出:“数字素养与技能是数字社会公民学习工作生

活应具备的数字获取、制作、使用、评价、交互、分享、创新、安全保障、伦理道德等一系列素质与能力的集合”。俄罗斯南方联邦大学的研究结果认为：“总体而言，大学教师的数字素养指数较高，但与年轻人不同，教师对技术创新的信任程度较低，这降低了他们积极参与数字教育环境的意愿”。前文提到高校负责心理健康教育的教师在进行“慕课”的时候，只是将自己线下授课的内容，简单地通过录制作为线上授课的视频。会出现这种情况的一个重要原因在于，眼下高校中负责心理健康教育的教师，有不少人的内心对数字化技术有抵触情绪，甚至把数字化技术当作一种变相的“玩物丧志”，因此当这类关系教师在将所教授的心理健康教育课程进行数字化转型时，只会把传统的线下课程与数字化技术进行简单粗暴的“强行绑定”，不仅没有把数字化技术的优势完全发挥出来，反而造成学生因缺少教师的面对面指导，与教师之间产生了“疏离感”。

### 2.3 高校心理健康教师的技术依赖现象

在马克思主义看来，人是现实的人，是全面发展的人，教育本质上是对人的教育，教育的道德伦理规范只能依靠人来实现。正是因为教育是为服务，帮助人实现更好的自我发展，所以任何教育活动的改进方案，都必须围绕人而展开。但是在高校教育数字化升级的背景下，使用以 ChatGPT 为代表的人工智能技术对高校学生进行心理健康教育，将传统教育的内容、主体、方式、原则、目标以及受教育群体的个人情况、集体性格等教育要素转变为能被人工智能运用的算法数据。人工智能技术通过使用不同算法来计算分析现有的算法数据，经过反复对比假设，模拟出适合该校学生的心理健康教育方式，并对不符合预期的教育结果进行反馈修正，不断地更新教育模式。除此之外，使用人工智能技术，学生们不再受到传统师生之间教养地位悬殊的困扰，学生面对的只是一个能够沟通的机器，这就让学生在分享自己内心时，减少因隐私泄露的恐惧心理。再加上人工智能技术通过事先对学生情况的数据分析，之后以一位特殊的“知心朋友”的身份与学生对话，进而获得学生的好感。

值得注意的是，人工智能技术虽然在高校心理健康教育中有着得天独厚的技术优势，不仅提高学生接受心理健康教育的积极性，也减轻了相关教师的工作负担，但是在目前高校心理健康教师数字素养有所缺乏以及有关人工智能使用的相关伦理规定没有贯彻实施的情况下，过分使用人工智能充当心理健康教育的“特聘讲师”，往往会给教育带来新的风险。人工智能对学生思考、计划、猜测、表达等能力的替代可能导致教学中人与机器角色的倒置，从而产生主客体角色互换的危机。对于学生来说，通过人工智能技术接受心理健康教育。一方面，把熟悉自身情况的人工智能当做另类“知音”来倾诉衷肠；另一方面，人工智能技术通过与学生的沟通，不停地将沟通结果与之前的模拟状态进行对比分析，越来越加深对学生内心深处的了解，进而导致学生把

人工智能技术从一个冷冰冰的机器，看成了解自己“闺蜜好友”，甚至会因此疏远家人朋友，最终陷入人工智能技术构造的“虚拟陷阱”中。而从高校心理健康教师的角度来看，面对越来越像“人”的人工智能技术，也出现的内部分化。一些传统的高校教师由于对数字化技术不够了解，因而反对人工智能技术走进校园。与之相反的是，另一类高校教师不仅积极拥抱人工智能技术的发展潮流，而且在使用人工智能技术进行授课的过程中陷入了“技术崇拜”。其将以 ChatGPT 为代表的生成式人工智能之于教育视为传统教育形式的终结。甚至更加激进的教育实践者，不加区分地追随一切新的技术，不惜耗费大量的人力、物力和财力，盲目追求新的技术与装备，而不懂得冷静观察与理性思考。由于这类教师往往比较年轻，是将来高校教育的“生力军”，如果成为人工智能技术的“技术崇拜者”，对技术风险和高昂成本认知不足，那么将会把本属于自己的工作让人工智能代劳，进而使心理教育数字化走偏，不仅不利于学生心理健康发展，也违背了教育数字化的本意。

## 3 数字化时代高校心理健康教育融合问题原因分析及影响

高校心理健康教育数字化的过程并不是一帆风顺的，随着问题不断地被发现，这些问题反过来又对数字化进程产生了影响，因此就需要对这些问题的原因和影响进行探究，并以此为基础，分析解决问题的良策。数字化技术作为中国当下教育的发展重要推动力，在高校心理健康教育场景中，不仅帮助学生能够随时随地的接受心理辅导，也能够让授课教师提前了解学生的心理健康情况，及时修改课程内容和授课模式。总结一下就是，虽然高校心理健康教育与数字化技术之间产生各种融合问题，不过瑕不掩瑜的是，高校心理健康教育与数字化技术之间大体趋势仍是相辅相成的。

### 3.1 当下的“慕课”教育技术无法对传统线下教育拥有全面优势

基于技术视角追溯在线教育包括三个发展阶段，即规模化培养、单向传播的早期阶段（多媒体技术、Web1.0 技术、视听技术等），个性化学习、双向交互的当前阶段（Web2.0 技术、云计算、大数据等），体验化学习、智能化学习的可期待未来（VR 技术、物联网、人工智能等）。对于高校大学生在通过“慕课”方式接受心理健康教育时感到缺少线下授课的氛围感，并与教师和同学产生“疏离感”。主要因为是目前在线教育处在技术发展的瓶颈期，推动其教育转型的体验化、智能化技术还没有被熟练掌握，学生对线上课程的体验度还达不到身临其境的感觉。

另外，也是由于技术发展问题，当下的心理健康教育的“慕课”技术最多只能允许学生与教师进行线上双向交互，这种授课模式和线下直接授课教育几乎没什么本质区别，教师只能把线下课程内容稍加修改，就搬到线上进行教授。对

于学生来说,这种“慕课”方式,并没有与传统的线下课堂授课拉开优势,甚至有的学生会将其当作对课堂授课的鹦鹉学舌,从而对“慕课”感到乏善可陈,对于“慕课”教师,则会因为学生对“慕课”的不满情绪,打击了自身“慕课”工作的积极性。所以“慕课”技术缺乏体验感和氛围感,是阻碍高校心理健康教育数字化转型的一大诱因。

### 3.2 目前实行的职后数字素养框架,让高校心理健康教师主动性不足

教师数字素养框架应面向教师的全过程发展,即支持教师职前、入职和职后的培养和培训,但中国的教师数字素养框架更适用于职后教师培训。虽然教师具有多种角色,但高校教师应着重发挥其引导者和领导者的作用,既担当育人使命又服务科教兴国,而现有的教师数字素养框架还未突出教师的这两种角色。由于高校心理健康教师往往是在入职后进行“数字素养”的培训的缘故,所以刚入职的心理健康教师自身对数字化技术的了解大多数是非常浅泛的,甚至会产生误解。加之其在进行“数字素养”培训的过程中,没有强调高校教师作为学生在数字化时代的引导者和领导者,所以即使完成相关培训,在以后的心理健康教育活动中,教师也会缺少使用高科技数字技术的主动性,变得平庸起来。

因为中国目前的教师数字素养框架没有重视教师职前和入职期间的数字素养的培养,所以给教师带来的直接影响就是,不得不在入职后,一边完成授课工作,一边接受数字素养的教育提升,很容易造成教师对数字技术使用的学习感到疲惫甚至厌倦,并且对于那些本来就对数字技术有所误解的高校教师来说,这种“临时抱佛脚”的培训行为反而增加了他们对使用数字技术的不信任感。此外,由于自身职位的特殊性,在“数字素养”培训中缺少对高校教师引导角色的着重培养,也使高校心理健康教师在对采用数字化技术进行授课时,一方面缺乏对最新数字技术的了解,长期采用较为落后的数字技术;另一方面没有引导学生了解教育数字化,更没有完美展现出数字化教育独有魅力。

### 3.3 “技术崇拜”心态下高校心理健康课程中人文情怀的缺失

课堂教学中的技术崇拜始于教师对技术效用的无限想象,将技术与较高教学效益等同,进一步依赖于技术以至形成信赖乃至推崇,导致教师主体性和独立性的迷失。当人工智能技术刚开始向高校心理健康教师展现出自身在与人沟通、资料分析、反馈纠错等方面的技术优势时。相关教师不仅是惊叹于人工智能技术的强大功能,甚至产生人工智能技术“无所不能”的感知错觉,会认为只要在心理健康教育场景中加入人工智能技术,就能够大幅提高教育质量,并且减轻了教师人员的工作负担。此外,在使用人工智能技术时,由于其能够不断地学习最新的数据算法,更能根据周围环境的变化,改变与学生的交流方式、交流内容,不但使师生越来越认可人工智能技术在教育活动中所起到的重要作用,也

让人工智能技术逐渐占据心理健康教育引导者的位置,以上种种状况都让高校心理健康教师陷入对人工智能技术的“技术崇拜”。

随着人工智能技术越来越趋向于“人”的方向发展,与此同时负责高校心理健康教育的教师,出于“技术崇拜”的原因,把本该自己负责的与学生沟通对话、分析学生内心等方面的工作推给了人工智能,这样做不仅失去了自身对心理健康活动的引导作用,甚至会贬低教师在学生心中的形象。而对于学生来说,一方面由于教师主动将心理教育工作让渡给人工智能技术,致使学生也不得不依赖人工智能技术进行心理健康辅导。另一方面,人工智能技术依靠算法数据而不是人文教育对学生进行心理健康教育,所以其教育结果往往缺少必要的人文关怀,加上学生对人工智能技术的依赖性,导致学生个人心理缺少人文素养,个人情感上变得只注重物质利弊而缺失真情实感的内心感受。华中科技大学杨叔子院士认为,今天高等教育伴随知识经济产生“五精五荒”,即精于科学而荒于人学,精于电脑而荒于人脑,精于网情而荒于人情,精于商品而荒于人品,精于权力而荒于道力。通过之前的分析,可以看出人工智能技术在高校心理健康领域无论对于教师还是学生,都会导致其把主要精力放在对算法数据、技术更新等科学技术方面,对于人文教育则会像人工智能那样,将其错误地当作各种算法,从而建立起基于“算法世界”的人生观、世界观、价值观,进而缺少个人作为“人”该有的情感心理。

## 4 促进高校心理健康教育数字化的方案

加快推进高等教育数字化转型,将为推动实现中国教育现代化、建设中国特色社会主义教育强国提供有力支撑。而作为高等教育重要组成部分的高校心理健康教育,如果能够实现其“数字化”转型,不仅可以进一步地完善教育现代化的项目建设,也同时推动了中国特色社会主义教育强国建设工作的稳步向前。因此,面对着当下“数字化”技术在高校心理健康教育场景中应用时出现的融合问题,不能通过“无为而治”的方式,试图依靠随波逐流来让问题自然解决,而是应该积极主动地发现问题本身,从中分析问题产生的根源,针对问题的特点给出适当的解决建议。

### 4.1 建立“翻转课堂”有效整合线上下课程,并制定符合学生兴趣的课程

翻转课堂(Flipped Class),是一种新型的教学模式,是指在信息化环境下,教师提供教学视频为主要形式的学习资源,学习者在课前完成对教学视频等学习资源的观看和学习,师生在课上一起互动交流讨论、探究协助、解决问题。由于目前的“慕课”技术在人机交互方面还不能让学生能够身临其境地接受线上教育,因此高校心理健康教育在通过“慕课”的方式教育对高校学生进行心理教育时,应该充分认识到“慕课”教育在师生之间造成的心理隔阂。为了减少

这种心理隔阂的影响,弥补在“慕课”过程中高校心理健康教师不能与学生进行直接面对面交流的遗憾。采用“翻转课堂”的教育模式,不但可以继续让学生通过“慕课”平台观看相关教师上传的教学视频,提前对心理健康有一个基本认识并拟定好关于心理健康的各种问题,以便在随后的课堂学习中及时地向教师咨询。对于教师来说让学生事先对心理健康进行“慕课”自学,不仅提高课堂授课效率,还能在上课以外的时间让学生保持积极的学习态度。

此外,对于当下“慕课”教育的课程设置不能吸引学生兴趣的问题,主要是因为相关课程的千篇一律。现有慕课采用“以不变应万变”的方式,但慕课学习者却有着不同的学习目的。能够坚持完成慕课学习的学生,与半途而废的旁听者所面临的学习困境、所需教学支持均有所不同。当有着不同学习需求的学生面对着僵化不变的慕课课程时,只有少数学生能够凭借着自身毅力和个人特殊兴趣来完成学习进程,大多数学生只能半途而废。而对于高校心理健康教育来说,学生对相关慕课课程缺少学习兴趣,严重阻碍了心理健康慕课课程的建设工作,不利于高校心理健康教育“数字化”转型。为了帮助学生能够积极主动地参与慕课教育,慕课平台依据对学生慕课过程中的学校时长、学习作业、测验成绩、学习完成率、慕课观后感等学习轨迹来判断学生个人的学习特点。例如,通过观察学生单次慕课的不同时长,了解该名学生的特点。也可以通过网络问卷、投票以及访问专业教师等方法了解当下慕课课程所存在的问题,如通过发布网络问卷,让学生及时反馈自身慕课的感受和改进意见。经过对学生个人学习特点的判断以及充分了解现有慕课不足之处后,慕课平台便可以通过“大数据”技术的分析整理不同学生所适合慕课课程,利用“人工智能”技术的帮助设计出迎合学生兴趣的慕课课程,并鼓励学生根据个人学习需要制定适合自己的学习计划和学习目标。为此,高校心理健康教育主体需要与慕课平台建立稳定的合作关系。一方面,高校心理健康教师可以通过学生的慕课结果及时了解学生心理健康状况还有兴趣点;另一方面,慕课平台通过与高校教师的合作进一步地增加自身慕课课程的学术专业性,进而提高慕课的影响力。

#### 4.2 依托“微能力”指标体系和国家智慧教育平台,增强高校心理健康教师的数字素养培训机制

数字素养有基础级和发展级之分。基础级数字素养是教师的基本属性,在在职前阶段,教师的数字化意识、能力和责任得到初步培养;发展级数字素养是教师的专业属性,在在职后阶段发展为高阶的数字化意识、能力和责任。前文提到中国的教师数字素养框架更适用于职后教师培训,但是面对着缺乏基础级数字素养的高校心理健康入职教师,职后阶段的数字素养培训不得不先对其进行有关于基础性数字素养的知识要点和责任意识的培养,而这将大大延长整体的培训时间,同时也影响数字化教育的开展。对此,为了能够尽量

弥补当下新入职的高校心理健康教师所缺乏的基础级数字素养,将基础级数字素养和发展级数字素养进行有效整合培训就显得尤为重要。

微能力是指将一项复杂技能分解为多个“小而实”的基本能力。传统的数字素养的培训往往注重相关理论和责任意识说教,测评工作也主要是通过问卷调查、标准化测验等方式进行成果检测。然而这种培训和检测方式不仅与实际的数字化教学应用场景相去甚远,也让接受培训的高校心理健康教师很难从中对自身数字素养的实际情况有一个明确的认知,进而缺少进一步提升自身数字素养的目标。所以依据在实际教学场景中,高校心理健康教师对数字化技术的具体应用能力而制定的“微能力”指标体系,来作为检测数字素养培训后的相关教师测评的主要方式,这样不仅摒弃了传统测评方式忽视实践应用的弊端,同时也能让接受测评的教师能够对自身数字素养的提升有一个清晰明确的感知目标,如设立教师在教学场景中使用PPT一类数字媒介技术的评价指标体系,让授课教师通过每一次授课时使用数字媒介技术的教学成果来对自身数字素养的实际水平有一个明确认知水平,从而方便有计划地在教学场景中提升自身数字素养。而针对高校教师在“数字时代”缺少“领导者”和“引导者”角色的定位,也可以通过“微能力”指标体系来让相关教师在教学中提高自身在数字教学场景中的领导地位。

国家智慧教育平台所拥有的资源多样性、活动丰富性等特点能够满足职前职后教师专业素养提升的需求。依靠国家智慧教育平台上多种多样的数字教育资源,高校心理健康教师可以一方面根据“微能力”指标体系的测定结果,精准选择适合自己的专题研修、专家讲座、教学案例、问答课题等教育资源,完成对数字素养的自我提升。另一方面,通过国家智慧教育平台,高校心理健康教师可以与其他高校的相关教师开展数字素养方面的学术交流,积极参加依托国家智慧教育平台开展有关于数字素养的教师研修活动以及所在的平台教研群组建的数字素养学科研修活动。通过国家智慧教育平台的辅助,相关的高校心理健康教师依靠专家指引、同事交流、案例分析、课题研修等方式进行自身数字素养的提升,再加上“微能力”指标体系对教师细节性的数字素养进行检测,共同构建出浸润式的培训环境,不仅让高校心理健康教师在不知不觉中提高自己的数字素养,也缩短了相关教师专门进行数字培训的进程,从而减少了对数字素养培训的抵触心理,增加数字技术应用的主动性。

#### 4.3 依靠“大数据”关怀原则、“教一技一体”教育生态的塑造、理性运用技术、教育评价体系重构来防止“技术崇拜”的发生

数智时代教育大数据的关怀性原则强调工具理性与价值理性的有机统一,关怀性原则意味着在搜集、分析和使用教育大数据时的一种关系性理解,其更注重人工智能场域下

数据主体的交互结构、情感态度与价值驱动,避免在教育大数据应用过程中陷入唯科学主义的误区。在当下人工智能技术愈发具有拟人化、智能化、普及化的背景下,一些高校往往过分看重相关教学技术的工具性,甚至对其教育价值进行了“神化”,进而打造出一切以技术为中心的教学场景。在此场景中身为教育主体的教师和被教育主体的学生都是作为人工智能技术附庸而存在,甚至可能出现高校为了人工智能产生更加精准判断,侵犯学生隐私权利来搜集研究数据的情况,这属于教育上的本末倒置。因此,根据“大数据”关怀原则,高校心理健康教师在运用人工智能进行教育活动时,应该注重人机之间的平衡关系,不仅纠正之前对教育技术的工具理性过分看重的失衡状态,也要注重价值理性的投入,无论是应用人工智能技术对学生进行心理辅导,还是通过问卷调查、网络投票的方式获得学生真实的心理数据,都应该对学生保持一种积极的情感态度,以便师生之间建立起平等交互的结构关系,而驱动这种关系的价值观也应该具有人文情怀,最后通过“大数据”关怀原则的实施,使高校心理健康教育在数智时代减少了出现“技术崇拜”的概率。

在未来课堂中,主体师生与新主体智能技术形成了类主体间性的交互范式,人与智能技术在交互过程中成为实然的交互主体,共同创造彼此的交互关系,以达成双方的彼此理解、共识和共生。由于人工智能技术具有拟人化的技术特点,这就与以往那些只能单方面被人类使用的教学技术有根本区别,过去无论是印刷造纸还是广播电视,人类在将这类教学技术运用在教学活动中时,只有人类对技术的应用而没有技术对人类的积极回应,主客体的区分一目了然,而人工智能技术作为能够对人类进行实时回应的新兴科技,人们在使用过程中不可避免的与其产生各种信息数据交互,并在交互过程中人工智能通过采集的最新数据不断地完成自我升级,人类也在人工智能的帮助下有条不紊地开展数字教育,从而实现教育主体与教学技术之间的互利共赢。对此,在高校心理健康教育活动中,对于人工智能技术的使用交互,相关教师既要通过人工智能技术推动高校心理健康教育进一步迈向数字智能化,更要意识到人类与人工智能两个主体双向交互共同塑造了前所未有的心理教学环境。不同于以往的教学技术只是增加心理教育的传播途径,人工智能技术通过拟人化的交流和对心理问题智能化的解答都使该技术对心理健康教育的嵌入比以往教学技术要深入许多,作为心理健康教育主体的心理教师,面对着人工智能技术在心理教育场景中越来越多地被用于帮助学生了解自身内心状态以及心理健康问题咨询的情况下,就不能一味地采取听之任之的应对方式,而是应该积极主动地发挥教师的主体地位,领导学生参与和人工智能技术的交流互动,并在此过程中把握好人类与人工智能之间交互的共生关系,不仅让师生能够获得人工智能技术的大力辅助,同时也促进人工智能技术不断修正之前的数据错误并与师生们共同构建智能化心理健康教育课

堂。在这个课堂中,由于师生与人工智能之间已经形成共生互惠的教学环境所以对于“技术崇拜”能够起到抑制作用。

对技术崇拜之反主体效应的反思是有限度的,不能“因噎废食”,关键在于理性的回归与重建。既要求教师明确感知技术对课堂教学的意义,注意预测和体验技术运用的效果,又要求教师立志在技术运用上有所成就、有所思考、有所研究,成为技术的主人。从人类对技术的应用历史来看,一些使用者会表现出“技术崇拜”的倾向属于比较正常的心理状态,因而没有必要对此过于吹毛求疵。这主要是因为新兴技术带给使用者无论是前所未有的使用体验还是无与伦比的使用效果都让使用者对其感到非常新奇,尤其是像人工智能技术那样能够与使用者实时交流,智能化解决使用者所关注的实际问题,导致使用者不可避免地将其当作解决任何问题的“万金油”。对此,作为技术使用者的心理健康教师,在对人工智能技术感到好奇甚至崇拜时,一方面要适当地反思自身对教育主体身份认知的浅薄,另一方面更要理性看待人工智能技术的教学定位,通过对其深入地学习和应用,以便了解该技术对于心理健康教育的实际意义,并以此为基础发挥自身教育主体的主观能动性,让人工智能技术更加合理地被用作教育学习。作为高校心理健康教师,在刚接触到人工智能技术时要摆正心态,既要尽可能地减少自身出现“技术崇拜”的心理,也没必要对已经出现的“技术崇拜”心里感到羞愧。通过重建自身的理性心态以及对人工智能技术的教学意义进行探究,使自身有一个合理的心理预期并对使用后的效果进行总结分析,同时在使用人工智能技术授课教育时坚持自身的主导性,时刻注意人工智能技术在应用上的“边界线”,从而防止“技术崇拜”再次发生。

教学评价的着眼点不应是教师有没有使用新技术,用了多少技术或技术是否先进,而应是技术与课堂教学效果之间联系的密切性、技术运用的恰当性等。之前由于有些高校对于教育数字化的理解往往还停留在对信息数字技术的使用的初级层级,因此制定关于教师进行数字化教育的评价标准,也是简单粗暴地将教师使用数字技术的新颖程度作为唯一指标,忽视了教学技术与教育主体、受教育学生之间的契合度以及使用教学技术给相关教育活动带来的具体影响。这种以偏概全的评价标准对于正常数字教学的直接影响就是不断推动相关教师争相在教学中采用最新数字技术,这样既增加了教师和学生使用新技术的学习成本,更重要的是导致师生对于新兴技术过分迷信,甚至陷入“技术崇拜”的陷阱里。而在此背景下,人工智能技术作为眼下一种发展潜力巨大的数字技术,在高校数字教育中扮演了越来越举足轻重的角色,为了能够让该技术能够更加有效地服务于高校数字化教育,各个高校在制定数字化教育评价体系时,要脱离“唯技术论”,重点关注人工智能技术在课堂教育中实际作用以及师生运用人工智能技术的方式是否得当,如教师在授课时通过使用人工智能技术来解答学生问题,不仅可以丰富学生

知识,也能够激发学生兴趣,但是如果学生利用人工智能技术解答课后作业,则会助长学生学习惰性,对于采取合理的应用方式并取得积极效果的做法,高校应给予适当奖励,反之则给予惩处。此外,高校可以通过发放不记名调查问卷等方式了解师生对于人工智能技术的真实评价和使用体验,以便及时修改评价标准。最后高校通过设立切合实际的数字教学评价标准,鼓励师生实事求是地运用人工智能技术实现自身的教育和学习的智能化升级,不仅有利于高校教育数字化建设,而且减少过去“唯技术论”的形式主义数字教学,帮助高校教育完成数字化建设。

## 5 结论

中国高校学生心理健康教育起步于 20 世纪 80 年代中期,早期是以心理咨询的形式存在,经过从萌芽、起步、普及到现在已有了长足的发展,取得的成效也是可圈可点,呈现出良好的发展态势。正是由于中国对高校心理健康教育数十年如一日的积极建设,才奠定了其在未来数字化转型的良好基础。近年来,联合国教科文组织(UNESCO)先后发布《教育数字化转型:学校联通,学生赋能》《人工智能与教育:政策制定者指南》《共同重新构想我们的未来:一种新的教育社会契约》等报告,强调要积极应对数字技术为教育带来的机遇和挑战。通过论文对当下高校心理健康教育与数字化技术融合问题的梳理分析,可以看出尽管在心理健康教育场景中应用数字技术会带来一些问题,但是一方面这些融合问题都有能够被解决的对策方案,另一方面教育数字化转型作为未来教育发展的一大趋势,总体来说是不能逆的,因此只有顺应历史发展潮流,将数字技术充分与教育进行有效整合,让数字技术助力教育走向智能化、普及化、精确化,进而促使全民学习型社会早日到来。

而对于高校心理健康教育来说,其授课课程作为一门旨在帮助高校大学生解决自身心理问题,建立健全良好心理状态的高校课程,在数字时代被各种数字技术加持,使其拥有能够打破地域时间限制、精确回应学生诉求等方面的能力,而相关教师在提升自身数字素养和能够理性看待数字技术后,既能感受到了使用数字技术的神奇之处,也可以避免自身对数字技术产生“技术崇拜”的心理状态,与此同时高校学生通过数字技术接受心理健康教育,摆脱了过去传统课堂“理论灌输式”的僵化模式,在此过程中学生可以利用“慕课”平台获取自身需要的心理课程,也可以与人工智能技术交流自己内心真实想法,更能够获得经过“大数据”技术分析后精准提供的教学服务,如通过大数据分析,高校能够精准向学生开展所需要的心理健康辅导咨询服务。总体来说数字技术给高校心理健康教育带来了诸多便利,使得高校心理健康教育相较于过往变得更加符合学生的心理需求,同时带动了相关心理教师学会合理使用数字技术,进而实现师生共同进步。

## 参考文献:

- [1] World Health Organization. Mental Health:Strengthening OurResponse[EB/OL].[2022-10-20].<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>.
- [2] Sapien Labs.What is our Collective MentalWellbeing?[EB/OL].[2023-10-20].<https://sapienlabs.org/mentalog/what-is-our-collective-mental-wellbeing/>.
- [3] 黄海.概念史视域下我国高校心理健康教育演进历程研究[D].武汉:中国地质大学,2023.
- [4] 中国政府网.教育部等十七部门关于印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》的通知[R/OL].[2024-02-19].[https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/202305/content\\_6857361.htm](https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/202305/content_6857361.htm)
- [5] 习近平.习近平谈治国理政(第2卷)[M].北京:外文出版社,2017.
- [6] 高盛楠.高校思想政治教育数字化发展研究[D].成都:电子科技大学,2023.
- [7] 李曼丽,徐心.推动高等教育数字化,塑造教育发展新优势[N/OL].光明日报,[2024-02-20].<https://baijiahao.baidu.com/s?id=1773341744291157596&wfr=spider&for=pc>
- [8] 冀文彦,刘林.大学生心理困惑归因及高校心理健康教育策略研究[J].中国高等教育,2023(2):39-42.
- [9] 尹莹.高校慕课发展策略探究[J].中学政治教学参考,2022(15):98.
- [10] 王佳力,全昌云,张超.大学生“慕课”建设的体会与启示[J].高教学刊,2023,9(31):130-133.
- [11] A Global Framework of Reference on Digital Literacy Skills for Indicator” United Nations[Z].Unesco Institute for statistics,2018.
- [12] 中国网信网.中央网络安全和信息化委员会印发《提升全民数字素养与技能行动纲要》[R/OL].[2024-06-22].[http://www.cac.gov.cn/2021-11/05/c\\_1637708867331677.htm](http://www.cac.gov.cn/2021-11/05/c_1637708867331677.htm)
- [13] VASKOV M, ISAKOV A. Digital literacy of modern higher education teachers[J]. E3S Web of Conferences,2021(4):12035.
- [14] 毕天良,马凤强.ChatGPT类智能工具对我国高等教育的冲击及其应对[J].教育理论与实践,2024,44(3):3-8.
- [15] 苏慧丽,张敬威.机器的“人化”与人的“机器化”:智能时代教育的主体性危机与破解[J].现代远程教育研究,2024,36(1):12-28.
- [16] 孙立会,沈万里.论生成式人工智能之于教育的命运共同体[J].电化教育研究,2023,45(2):20-26.
- [17] 孙艳秋.课堂教学中的“技术崇拜”:症候、成因与治理[J].电化教育研究,2018,39(7):77-82+90.
- [18] 张立国,王国华.在线教育的理论与实践[M].北京:科学出版社,2019.
- [19] 刘宝存,易学瑾.高校教师数字素养框架:全球图景与本土建议[J].国家教育行政学院学报,2024(1):79-88.
- [20] 杨叔子.人文教育现代大学之基——关于人文教育之我感与随见[A].海峡两岸面向21世纪科技教育创新研讨会会议论文[C].

- 武汉:华中科技大学,2000.
- [21] 续梅.以高等教育数字化转型推动教育强国建设[J].国家教育行政学院学报,2023(10):15-22+52.
- [22] 宋军,程炼.MOOC平台下的大学英语PBL翻转教学模式研究[J].学习与实践,2015(5):136-140.
- [23] 周骅,杨嘉浩.突破中国慕课深度发展瓶颈的三个策略[J].现代大学教育,2021,37(6):101-107.
- [24] 李孔文.数字素养:重撰教师学科素养现代性[J/OL].中国远程教育, [2024 -03-30].<https://doi.org/10.13541/j.cnki.chinade.20240319.002>
- [25] DEMONTE J. Micro -credentials for teachers: what three early adopters have learned so far [EB/OL].[2023-04-04].<https://www.air.org/resource/report/micro-credentialsteachers -what -three -early -adopters -have -learned-so-far>.
- [26] 胡小勇,李婉怡,周妍妮.教师数字素养培养研究:国际政策、焦点问题与发展策略[J].国家教育行政学院学报,2023(4):47-56.
- [27] 赵磊磊,陈祥梅.数智时代教育大数据风险:表征样态与化解路向[J].贵州师范大学学报(社会科学版),2022(2):72-82.
- [28] 王卫权.高校心理健康教育系统性建设的问题与对策[J].中国高等教育,2022,(10):13-15.
- [29] 吴砥,冯倩怡,郭庆.教育强国背景下数字教育的内涵、特点、难点与进路[J/OL].新疆师范大学学报(哲学社会科学版),[2024-05-02].<https://doi.org/10.14100/j.cnki.65-1039/g4.20240425.001>
- 作者简介:朱红熹(1995-),男,中国河南郑州人,博士,从事教育心理学研究。