



# 个案分析教学法在大学生心理健康课程教学中的应用

唐春红

(武汉学院 人文学院,湖北 武汉 430212)

**摘要:**在大学生心理健康课程教学中应用个案分析教学法,适应心理学学科特点,有利于实现大学生心理健康课程教学目标,符合大学生学习的需要。大学生心理健康课程中应用个案分析教学法可采用五步骤实施环节,以提高教学的针对性和有效性。个案分析教学法的应用是不断探索的过程,还有一些问题有待解决。

**关键词:**个案分析教学法;大学生;心理健康课程

中图分类号: G641

文献标识码: A

文章编号: 1671-931X (2018) 05-0058-04

58

武汉职业技术学院学报二〇一八年第十七卷第五期(总第九十七期)

近年来,案例教学法在各学科教学中的应用日益广泛,因其独特的教学方式和较好的教学效果,成为各科教学中备受欢迎的教学方法之一。案例教学法也被逐步引入到大学生心理健康课程教学中,成为学生比较倾向选择的教学方法之一。<sup>[1]</sup>

对于案例教学法的认识,各位学者和教师的理解不尽相同,甚至分歧很大。从学者对案例教学法的界定和教师的实践探索情况来看,案例教学法有广义和狭义之分,广义的案例教学法,包括举例教学法、个案分析教学法;狭义的案例教学法,主要是指以规范的要素齐全的案例为中介,引导学生经过案例分析的全过程,提高分析问题和解决问题的能力。<sup>[2]</sup>通过系统学习案例教学法的基本原理,结合心理健康课程教学实践探索,我们认为,鉴于大学生心理健康课程的特点,在教学中可以应用一种广义的案例教学法——个案分析教学法。

从心理学学科视域来看,所谓的个案,一方面是指经过选择的用来作为学习素材的完整、规范的典型心理案例,另一方面是指学生个体。个案分析教学法,就是在教师的指导下,根据心理健康课程教学目的要求,组织学生对典型心理案例进行思考、分析、

讨论和交流,在此基础上引导学生对自己进行个案剖析,以加深学生对心理学理论的理解,提高分析问题和解决问题的能力,促进对自我的认识和调控的一种特定的教学方法。

## 一、大学生心理健康课程教学中应用个案分析教学法的切合点

### (一)适应心理学学科特点

心理学研究人的心理现象及其活动规律,是与每个人息息相关的一门科学,其主旨是认识人自身。今天心理学家关于人的结论,主要是根据对人行为的观察和那些人的自身报告两方面做出来的。一些心理学家的工作,也是从认识自我开始的。例如荣格等心理学家的一生,便是探索自己内在生活和生命的一生,真正实现对自我的认识与理解。<sup>[3]</sup>弗洛伊德的心理学理论根源于他对自己的分析和理解。<sup>[4]</sup>

心理学的学科特点启示我们,每个人都是一个鲜活的心理个案,普通人在学习心理学的过程中,也可以从认识他人和自我开始。个案分析教学法,引导学生把他人和自己作为个案,分析案例中体现出的心理现象和心理规律,探讨问题解决策略,总结成长

收稿日期:2018-09-12

作者简介:唐春红(1975-),女,湖北襄阳人,硕士,武汉学院人文学院副教授,研究方向:心理健康教育。

经验,加深对自我的认识与理解,这种教学方法适应心理学学科特点。

### (二)有利于实现大学生心理健康课程教学目标

大学生心理健康课程旨在使学生明确心理健康的标准及意义,增强自我心理保健意识和心理危机预防意识,掌握和应用心理健康知识,培养自我认知能力、人际沟通能力、自我调节能力,切实提高心理素质,促进学生全面发展。<sup>①</sup>正如《一分钟的你自己》一书中所描述的,“有95%的开车族对‘躲在’车盖下的构造一知半解,但照样开车上路。他们只知道只要有油和汽油,只要操纵按钮、踏板和方向盘,就能让车子动起来。然而,懂得车子内复杂的机械构造的人,却可以更有有效的操控车子。可以在使用相同数量的汽油的情况下,让车子开更长的路程,也懂得如何增加轮胎的使用寿命。即使其他相同年份的车子已经破旧,已经不堪使用,但自己的车子却还保持‘安好无恙’。”<sup>②</sup>这段话可以看作是对学习心理学作用的形象描述,即了解自己这辆“车子”的心理学基本知识、基本理论,增进对自身的认识,使之能有效的调控自我,维护心理健康,提高活动效能,促进自我发展。

大学生心理健康课程的教学目标是美好的,但是在实践中,一些学生学习了心理学的理论知识,却没有增进自我认识,不能有效的调控自我。造成这种现象的原因是多方面的,而教学方法单一、陈旧是重要原因之一。在大学生心理健康课程教学中,如果只采用传统的“教师讲、学生听”的讲授法,学生主要是一个被动的接受者,通过听讲接受的心理学知识,没有经历头脑的主动建构,难以内化为学生自身知识结构的一部分,难以指导学生对自我的认识,也难以在解决实际问题过程中进行灵活的运用。应用个案分析教学法有利于弥补传统教学法的不足,有利于实现大学生心理健康课程教学目标。

首先,应用个案分析教学法可以加深学生对心理学知识的理解。在教师的引导下,学生经过个案分析过程获得的心理学知识、原理,是经过学生大脑主动建构的知识,心理学知识不再仅仅是抽象的概念、原理,而是与鲜活的生活实践融为一体的知识整合,是实现了内化的心理学知识。其次,在个案分析时,学生往往面对一个或几个有待解决的问题,在主动思考,积极探索解决问题的过程中,学生分析问题和解决问题的能力可以得到锻炼。第三,“他人就是一面镜子”,学生在进行个案分析、讨论时,典型案例中的问题和解决方法,可能对学生产生深刻的启发和触动,有助于学生发现自身存在的类似问题,并尝试运用有效的方法加以解决。在引导学生对自己进行个案分析时,学生把自己作为认识的客体,进行认真的审视,有利于整理思路,把对自身的一些模糊认识清晰化,促进发现真实的自我,促进自我调控和发展。

### (三)符合大学生学习的需要

大学生学习心理健康课程,主要目的不是为了进行科学研究,而是为了指导学习生活实践。笔者在心理学开课前,做过一个学生“最想获得哪方面的心理学知识”的调查,结果发现,大多数学生希望获得有关“控制不良情绪”、“应对挫折”、“完善人格”、“处理人际关系”等方面的知识和技能。由此可见,学生所期望的大学生心理健康课程,是教会他们理解生活中纷繁复杂的心理现象,掌握心理发生发展的规律,应用心理学原理指导学习生活实践。

如果在大学生心理健康课程的教学过程中,只注重对系统的心理学知识的传授,科学性、理论性、抽象性很强,而日常性不足,容易导致一些学生认为心理学太高深、甚至“空洞”,离自己很遥远,心理学不能满足自己的学习需要,因而失去学习的兴趣。

个案分析教学法以案例为中介,所选择的典型案例取材于学生日常生活中的素材,与学生生活情境具有很大的相似性,而且把学生个体作为学习的个案,这也是学生最熟悉的实际。学生以自己 and 典型案例为中介进行学习时就很容易产生熟悉和亲近的感觉,引起共鸣。借助个案,抽象与具体相结合,理论与实践相统一,使心理学的研究成果与学生的实际生活联系起来,使学生感受到心理学就在自己的身边,是与每个人的生活密切联系的一门学科。

## 二、大学生心理健康课程教学中应用个案分析教学法的基本环节

在应用个案分析教学法的过程中,通过到各教学班次调查以及与学生代表访谈,了解同学们对心理健康课程教学内容、方法手段等方面的意见建议,根据学生的学习需求,修改课程教学设计,进行实践探索,系统总结教学经验,归纳出适用于大学生心理健康课程的个案分析教学法五步骤实施环节。

### (一)转变观念,做好准备

应用个案分析教学法,首先要帮助学生转变“学”的观念,使他们做好参与个案分析教学的准备。在导论中介绍大学生心理健康课程的教学方法时,要使学生明确,学生是教学过程的主体,学习过程主要取决于学生的学习活动,教师的“教”不代替学生的“学”。在此基础上,向学生说明个案分析教学法是本课程教学过程中将要运用的一种重要的教学方法,使学生了解个案分析教学法的特点、作用以及学生在个案分析教学过程中的主要任务。

### (二)个案导入,激发兴趣

在个案分析教学法的导入环节,首先呈现生动、形象、典型的案例,使学生熟悉,并且创设问题情境,引起学生思考,激发学习兴趣。选择的典型案例,是发生在现实生活、学习中有一定影响和教育意义的事

件,应能反映学生现阶段主要心理特点或可能面临的主要心理问题。根据案例的性质和难易程度,案例的呈现方式可以是口头描述、多媒体演示或书面材料。

### (三)心理分析,以案明理

提出典型案例后,教师要引导学生设身处地置身于案例情境,了解案例中提示的基本事实和有关问题,积极思考。当学生对案例进行分析获得一定见解后,组织进行讨论。讨论时,可以小组为单位进行讨论,形成小组意见,在此基础上进行全班交流。在讨论中,鼓励学生各抒己见,允许不同观点的争论。

作为个案分析的指导者,教师要在案例分析的关键点以及讨论告一段落时,进行恰当的点评,要引导学生揭示案例包含的心理学原理、归纳问题解决的策略。教师要注意,点评不是对讨论结果做结论,而是就整个讨论情况做出评价,要充分肯定学生讨论中的科学分析和独到见解,也要指出讨论的缺点和不足,更重要的是要引导其进一步深入思考。

### (四)学有所思,促进成长

在进行典型案例分析后,要引导学生结合自身这一个案进行反思,培养反思意识,形成反思习惯,提高反思能力,促进心理成长。

分析典型案例,是对他人的分析、认识和理解,实质是分享他人心理成长的经验,可以启发学生对自我的反思。例如在学习心理健康专题时,对学生遇到的适应问题举出典型案例进行分析、讨论,案例中呈现的适应问题和解决方法,可以使有类似问题的学生受到启发。对他人的案例分析,可以迁移到对自我的个案分析过程中,帮助学生认识自我,发现自身存在的类似问题,产生完善自我的愿望,并尝试运用问题解决的策略从容应对。

为了促进学生的反思,可以采取多种形式。首先,可以借助心理健康课程笔记促进反思。在某种意义上,好的课堂笔记,就是学生对个案分析过程中思考的记录。学生在记笔记时,可以把笔记本的每页纸按照1比2的比例,分为两个部分,一页纸2/3的部分记录上课的主要内容,包括课堂的典型个案,学生和教师的主要观点和点评,1/3的部分要求学生记录自己的思考,在案例分析讨论结束后,要求学生在笔记本上写下课后反思。其次,要求学生通过撰写阶段性自我分析报告的形式来进行反思。撰写自我分析报告是学生运用心理学理论,针对自身心理活动过程、个性心理特征或者心理问题,进行自我分析、全面反思的过程,是培养学生反思意识和反思习惯的重要方式。阶段性自我分析报告可以安排在个性心理专题和社会心理专题学习结束时,引导学生从个体和社会两个角度进行自我反思。

### (五)过程考评,及时反馈

考评是教学过程的重要调控手段,为了促进个

案分析教学的有效实施,我们采取过程性考核评价为主,注重过程性考核与终结性考核相结合的考评方式。考核评价贯穿于学生平时学习的全过程,着重对学生心理成长状况进行评价,运用考评加强对学习过程的监控和管理。

在过程性考评时,注重做好学生参加个案分析讨论交流情况的记录,例如学生参与课堂讨论的态度,是否提出过新颖的观点或有效的解决方法,是否认真撰写课后学习体会等。课程的最终考核形式,可以增加学生撰写自我成长报告环节,这是对学生个案分析能力的考查,是学生自我反思的全面总结。考评最终成绩包括这样几个部分组成,积极参与课堂及小组个案分析讨论情况;课堂笔记、完成作业情况;课后反思、总结;期末成长报告等。

## 三、大学生心理健康课程教学中应用个案分析教学法应着力解决的问题

在大学生心理健康课程中采用个案分析教学法得到了大多数学生认可,有效的激发了学生学习兴趣,学生感觉到心理学的内容丰富多彩,是一门很有趣的学科,一些原本对心理学不“感冒”的学生也喜欢上心理学课。在典型案例中渗透心理健康理念,使学生在潜移默化中形成正确的心理健康观念。注重引导学生利用心理学知识分析心理案例,学习鉴别和处理一般心理问题的方法,解决现实心理问题,提高学生解决自身心理问题的能力。引导学生把自己当作一个心理成长的个案,尝试运用心理学理论来分析自身的心理现象和心理问题,使学生进一步认识自我。在大学生心理健康课程中应用个案分析教学法,有利于促进理论与实践的结合,提高教学的有效性。不过,个案分析教学法在大学生心理健康课程教学中的应用是不断探索的过程,还有一些问题有待解决。

### (一)个案的普遍性和特殊性

大学生心理健康课程中应用个案分析教学法,既有一般课程中应用案例教学法的共性特点,也有大学生心理健康课程的个性特点,大学生心理健康课程中使用的案例,涵义更广,应注意处理好个案的普遍性和特殊性的关系问题。

鉴于大学生心理健康课程特点,每一位学生就是一个广义的心理案例,具有普遍性。但是,由于班级规模较大和教学时间有限,不可能、也没有必要把每位学生作为个案在课堂上进行展示,围绕某个主题或问题进行个案分析教学时,只需要精心选择具有启发意义的1-2个典型个案,作为学生学习交流的内容和线索即可。

大学生心理健康课程中的个案分析教学要经历两次案例分析,第一次是在全班范围内对典型的案例进行分析,第二次是个体把自己作为案例进行自



我分析,紧密结合“我是一个什么样的人”、“我为什么是这样一个人”、“我怎样成为理想的人”等问题进行自我剖析,促使学生认识自我。

对典型案例的分析,为针对自我的个案分析提供了启示。自我的个案分析是自我反思、促进成长的基础,也是实现大学生心理健康课程教学目标的重要步骤。

### (二)学生学习动机的激发

学生是否愿意参与个案分析,是个案分析教学成败的关键。如果学生学习动机激发得当,学习热情被点燃,学习积极性高,参与意识强,个案分析的教学效果就好,这会进一步激发学生参与个案分析教学的积极性,形成良性循环。反之,学生没有参与个案分析教学的积极性,个案分析教学可能会流入形式,达不到预期的效果。

为此,首先,唤起学生的求知欲。一方面,在教学准备阶段进行调查,充分了解学生的需要,在呈现典型案例时,精心创设问题情境,激发学生分析探索的愿望。另一方面,通过学科性质、学科教学目标的介绍,使学生认识到学习大学生心理健康课程的根本目的是为促进自我成长打下基础,参与个案分析教学是提高自我认识、促进自我反省的重要途径,激发学生学习心理学知识的内在动力。其次,使学生体验学习的成就感。引导学生通过案例分析、讨论、交流获得对心理学知识的理解,提出问题解决的策略,感受问题解决能力的提升,使学生在自主学习的过程中体验学习的成就感。第三,营造宽容的课堂气氛。在案例分析讨论的过程中,教师要用心聆听,允许学生有不同的观点和质疑,形成以有“问”有“疑”为荣的氛围。

### (三)教师的素质要求

个案分析教学中,教学设计的理念和实践都发生了重大变化,教师驾驭个案分析教学的难度比较大,对教师的素质是一种挑战。

首先,教师要转变观念,明确自己的角色。教师应认识到,每一位学生都是一个鲜活的案例,学生的学习、反省和成长,必须通过自己来完成,教师是不可能替代的。教师的职责在于唤醒学生的自我意识,对自己和他人进行案例分析,激起自我完善的愿望。其次,要把个案分析的教学理念落到实处,要求教师具备精

深的心理学专业知识和个案分析教学法的系统知识。搞好个案分析教学,教师要能把握个案分析教学法的实质;做好案例的收集、辨别、撰写;对教学内容有深刻的把握;善于调动学生学习的主动性、积极性等。再者,教师要不断加强学习,或者经过系统的培训,掌握个案分析教学法的知识和技能。要对教学过程深入探索,加强教学法研究,及时把经验上升到理论的高度。要形成反思习惯,对教学实践进行回顾与思考,反思个案分析教学组织实施的各个环节,包括自己的精神状态、学生的心理状态、学生的课堂表现等,及时总结成功心得与教育智慧,吸取经验和教训。

### (四)个案分析教学法与传统讲授法的关系

在大学生心理健康课程教学中应用个案分析教学法,并不意味着对传统讲授法的否定、排斥。个案分析教学法具有参与性、过程性的特点,在培养学生分析问题、解决问题的能力方面具有独特的优势。但是,个案分析教学法费时较长,而且有些心理学基本理论知识的学习也并不适合采用个案分析教学法。一定的理论知识是做好案例分析的基础,个案分析教学中,教师对心理学的基本概念、基本理论、重点和难点进行适当讲解是必要的。传统讲授法中教师占据更为主动的地位,虽然不利于学生主动性的发挥,不利于学生能力的提高,但是比较省时,可以很方便地系统传授基本理论。个案分析教学法和传统讲授法各有优缺点,在教学过程中,二者可以取长补短,有机结合。

注释:

①教育部办公厅印发的“普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求”(教思政厅[2011]5号)。

### 参考文献:

- [1] 李素梅,杨静.大学生对心理健康教育课程的态度及需求分析[J].教育教学论坛,2015,(8):107-109.
- [2] 白立勤.浅谈案例教学法[J].教研参考文献,2010,(9):23-25.
- [3] 申荷永,高岚著.心理教育[M].广州:暨南大学出版社,2001.
- [4] 斯宾塞·约翰逊.一分钟的你自己[M].延安:延边人民出版社,2002.

[责任编辑:向 丽]

(下转第 80 页)