

# 基于 OBE 理念与 PBL+CBL 策略的职业本科院校 心理健康教育教学模式研究

陆钫方, 黄梓茵

广东工商职业技术大学, 广东 肇庆 526000

DOI: 10.61369/ETR.2025370044

**摘要 :** 本文以成果导向教育 (OBE) 理念为核心, 融合问题导向学习 (PBL) 与案例导向学习 (CBL) 策略, 构建“目标 – 内容 – 方法 – 评价 – 保障”五位一体的心理健康教育教学模式。通过明确“心理素养达标、职业心理适配、心理问题善解”三大核心成果目标, 设计模块化教学内容, 采用 PBL+CBL 融合教学方法, 建立多元化评价体系, 完善保障机制, 旨在提升职业本科院校心理健康教育的针对性与实效性, 为培养高素质技术技能人才提供心理支撑。

**关键词 :** OBE 理念; PBL+CBL 策略; 职业本科心理健康教育; 教学模式

## Research on the Teaching Model of Mental Health Education in Vocational Undergraduate Colleges Based on OBE Concept and PBL+CBL Strategies

Lu Fangfang, Huang Ziyin

Guangdong University of Business and Technology, Zhaoqing, Guangdong 526000

**Abstract :** This article takes the Outcome Based Education (OBE) concept as the core, integrates Problem Based Learning (PBL) and Case Based Learning (CBL) strategies, and constructs a five in one psychological health education teaching model of "Goal Content Method Evaluation Guarantee". By clarifying the three core achievement goals of "achieving psychological literacy standards, adapting to professional psychology, and solving psychological problems", designing modular teaching content, adopting PBL+CBL integrated teaching methods, establishing a diversified evaluation system, and improving guarantee mechanisms, the aim is to enhance the pertinence and effectiveness of psychological health education in vocational undergraduate colleges, and provide psychological support for cultivating high-quality technical and skilled talents.

**Keywords :** OBE concept; PBL+CBL strategies; mental health education in vocational undergraduate colleges; teaching model

## 引言

基于“大国工匠”精神、产教融合、社会需求导向等新时代背景, 对职业本科院校学生的培养应与时俱进, 在心理健康教育方面应高度重视学生的职业心理素养培养, 构建多维度的职业心理素养培养体系, 做好学生的职业心理培养工作, 提升人才培养质量。

## 一、相关概念论述

### (一) OBE 成果导向教育

成果导向教育 (Outcomes Based Education) 是一种以产出为核心导向的先进教育模式, 其核心逻辑围绕学生的学习结果展开。该教育模式着重对学生的行爲成果进行科学测评, 重点关注学生完成学业后所具备的实际能力与可达成的具体目标, 始终

将学生的最终学习成效作为核心关注点。在 OBE 教育体系中, 教育过程的设计与实施需以预设的学习成果为依据, 课程设置也需严格遵循成果导向的原则进行规划。通过这种教育模式, 学生能够清晰认知自身所学知识的具体内容与应用方向; 同时, OBE 模式高度重视教学方法、教学策略、评估方式与课程内容之间的适配性, 确保各教学要素形成协同, 共同服务于学生学习成果的达成<sup>[1]</sup>。

课题来源: 广东工商职业技术大学2024年本科层次职业教育试点改革理论与实践研究规划项目

课题题目: 《基于 OBE 理念与 PBL+CBL 策略的职业本科院校心理健康教育教学模式研究》(GDGSGY2024026)。

作者简介:

陆钫方(1995—), 女, 汉族, 河南南阳, 硕士, 广东工商职业技术大学, 研究方向心理健康教育。

黄梓茵(1995—), 女, 汉族, 广东东莞, 硕士, 广东工商职业技术大学, 研究方向文化心理学。

## (二) PBL 与 CBL

PBL 是基于问题的学习 (Problem-based Learning)，是一种将学习置于复杂、有意义的问题情境中，以学生为中心，让学生以小组合作的形式共同解决学习过程中发现的问题，而领悟问题背后的科学知识，促进学生自主学习和终身学习能力提升的教学方法。PBL 教学法突出问题导向，以学生为中心，以课程内容为基础，能够较好地满足大学生心理健康教育课程开展多元实践教学的需要，符合大学生心理健康教育改革、课程优化与学生发展之需<sup>[2]</sup>。CBL (Case-based Learning) 是在 PBL 教学法基础上发展形成的“基于案例”的教学模式，其通常会以具体案例为依托，设计与之关联的问题，进而引导并启发学生围绕这些问题开展探讨<sup>[3]</sup>。

相关研究表明，研究表明，PBL 结合 CBL 教学法在高校心理健康教育课教学中有较好的教学效果，提升高校心理健康教育课的实践性和心理育人实效<sup>[4]</sup>。

## 二、职业本科院校心理健康教育现状

### (一) 教学模式仍以理论与知识的单向灌输为主

传统的心理健康教学模式已经不能满足现代教育教学的要求，也不能完全适应心理健康教育的目标和要求。在实际教学过程中，部分高校受多方面因素制约，存在课程教学目标定位有偏差，忽视学生主体地位等问题<sup>[5]</sup>。职业本科院校心理健康教育教学模式仍存在诸多局限：其一，目标定位模糊，多沿用普通本科院校“通识化”教学目标，未充分结合职业本科学生“职业导向”的成长需求；其二，教学方法单一，以“教师讲授 + 案例分析”的传统模式为主，学生参与度低，难以实现知识向能力的转化；其三，评价体系滞后，侧重理论知识考核，忽视学生心理能力提升与职业心理适配度的评估；其四，与专业教育脱节，未将心理健康教育与职业技能训练、职场适应需求有机融合。这些问题导致心理健康教育“教”与“学”脱节、“学”与“用”分离，无法有效支撑学生的职业发展与全面成长。

### (二) 对职业心理素养培养的重视不足

将工匠精神培育纳入职业教育办学规范，既顺应了当前社会发展趋势，也契合教育改革的内在要求。这一举措的核心在于坚守大国工匠的精神内核，以社会实际需求为指引，深化产教融合实践，进而助力高职院校学生职业心理素养的巩固与提升。但实际工作开展时，对学生的职业心理素养重视不够、缺乏健全的职业心理素养培养体系、教育教学方式单一、师资队伍建设存在不足，影响了学生职业心理素养培养<sup>[6]</sup>。当前的职业本科院校人才培养中，重视对学生专业技能的培养，强调专业方面的“行”。但是在“行”之前，还要解决“知”的问题。“知”不仅指专业知识，还包括对工作过程中可能出现的心理活动和规律的认识与了解。在专业学习过程中，教师多以讲授专业知识、训练专业技能为主，很少涉及职业心理素养；在专业实习实践中，也缺乏对学生进行职业心理方面的启发和引导。

## 三、融合 OBE 理念与 PBL+CBL 策略重构心理健康教育教学模式

### (一) 模式构建原则

#### 1. 成果导向原则

成果导向教育的课程规划不要求教师、学生采取固定的教学、学习方式，鼓励教师善用批判性思维及广泛、多元的方式，引导学生依照个别差异与需要来学习，以达到预期的学习成果。这种模式的可融性使引进成果导向教育并与其它模式相融合成为可能<sup>[7]</sup>。以“心理素养达标、职业心理适配、心理问题善解”三大成果目标为核心，反向设计教学内容、方法与评价体系，强调从预期的学习成果出发，对所需的教学内容和活动进行逆向推导<sup>[8]</sup>，确保每个教学环节都能直接服务于成果目标的达成。

#### 2. 职业适配原则

紧密结合职业本科院校的办学定位与学生的职业发展需求，将心理健康教育与专业教育、职业技能训练有机融合。

#### 3. 学生主体原则

OBE 理念的核心要素是教学的设计以学生为中心。在进行教学设计时，以学生的实际需要出发，使学生通过学习的过程最终获得相应的学习成果<sup>[9]</sup>。充分发挥学生的主体作用，通过 PBL 策略的“问题驱动”与 CBL 策略的“案例引导”，推动学生提升学习主动性、增强课堂参与度，作为重要的教育理念，OBE 始终将“以学生为中心”和“以结果为导向”作为关键原则。

#### 4. 持续改进原则

建立“教学反馈 - 评估 - 改进”的闭环机制，通过学生评价、教师反思、用人单位反馈等，定期评估教学模式的有效性，及时调整教学内容、方法与评价体系，确保教学模式能持续适应学生发展与职业教育改革需求。

### (二) 模式框架设计

基于 OBE 理念与 PBL+CBL 策略，构建“目标 - 内容 - 方法 - 评价 - 保障”五位一体的教学模式框架，具体如下：

#### 1. 成果目标层：明确“三维目标”

以 OBE 理念为核心，确定职业本科院校心理健康教育的“三维成果目标”。第一，心理素养达标，核心成果旨在使学生掌握心理健康知识，具备通用心理能力。第二，职业心理适配，旨在让学生结合专业与职业特点，具备职业心理能力。第三，心理问题善解，旨在帮助学生增强识别心理问题的技能，具备问题解决能力。

#### 2. 教学内容层：构建“三大模块”

以“三维成果目标”为导向，反向拆分教学内容，构建“心理素养达标模块、职业心理适配模块、心理问题善解模块”三大模块，每个模块融合 PBL 问题与 CBL 案例，设计理念为“CBL 案例导入 - PBL 问题驱动 - 知识学习 - 实践应用”的教学流程。

(1) 心理素养达标，聚焦学生通用心理能力培养，内容包括：心理健康认知篇：涵盖心理健康的定义、标准，大学生常见的心理发展特点，常见心理问题的识别与预防知识，帮助学生建立科学的心理健康认知。

**自我成长篇：**包含自我认知、自我接纳与自信培养、目标设定与行动力提升等内容，助力学生明确自我定位，实现自我成长。

**情绪与压力管理篇：**讲解情绪的产生机制、常见情绪的调节方法，以及学习、生活、职业规划中压力的来源与应对策略。

**人际交往篇：**涵盖人际交往的基本原则、沟通技巧、冲突解决方法，以及亲密关系、同学关系、师生关系、职场人际关系的建立与维护，提升学生人际交往能力。

(2) 职业心理适配，结合职业本科院校学生职业发展需求，内容设置如下：

**职业心理认知篇：**介绍职业心理学基础知识，分析不同职业领域对从业者心理品质的要求，帮助学生建立职业心理认知。

**职业兴趣与价值观探索篇：**通过职业兴趣测评、职业价值观排序等活动，引导学生探索自身职业兴趣方向与核心职业价值观，为职业选择奠定基础。

**职业适应与发展篇：**包含职业角色转换（从学生到职场）的心理调适、职场规则认知与适应、职业能力提升与职业竞争力培养、职业倦怠预防与应对等内容，帮助学生顺利适应职场，实现职业可持续发展。

**职业挫折应对篇：**讲解职业发展中常见的挫折的心理反应，以及挫折应对的心理策略，培养学生的心理抗挫折能力。

(3) 心理问题善解，针对学生可能面临的心理问题，内容包括：常见心理问题识别篇：详细介绍大学生常见心理问题的症状表现、产生原因，帮助学生准确识别自身及他人的心理问题信号。

**自我调适方法篇：**教授简单易行的自我调适技巧，如放松训练、积极心理暗示、合理情绪疗法、行为激活疗法等，让学生在面对轻微心理困扰时能自主调节。

**心理求助与支持篇：**讲解心理求助的必要性与正确方式，介绍学校心理咨询中心的服务内容、预约流程，以及社会心理服务机构、专业医疗机构的求助渠道，引导学生在需要时主动寻求专

业帮助；同时，教授学生如何为身边有心理困扰的同学提供支持，营造互助的心理支持氛围。

**心理危机应对篇：**涵盖心理危机的识别方法，以及危机应对的基本原则，让学生掌握基本的心理危机应对与自我保护技能，必要时能协助预防危机事件发生。

### 3. 教学方法层：实施“PBL+CBL融合教学法”

基于 PBL+CBL 的教学模式以问题为导向、以案例为素材，在相关研究中获得显著成效<sup>[10]</sup>。基于“三大教学模块”的内容特点，结合职业本科学生“重实践、强应用”的学习需求，设计“PBL+CBL 融合教学法”，通过“案例导入 – 问题拆解 – 协作探究 – 成果展示 – 反思改进”的五步教学流程，实现“理论知识内化 – 实践能力提升”的目标。

### 4. 评价体系层：构建“三维多元”评价体系

基于 OBE 理念“成果可衡量、过程可追踪”的要求，结合职业本科学生“职业导向”的成长需求，构建“过程性评价 – 终结性评价 – 第三方评价”三维多元评价体系，全面检验“心理素养达标、职业心理适配、心理问题善解”三大成果目标的达成度。

### 5. 保障体系层：构建“三位一体”支撑机制

为确保“目标 – 内容 – 方法 – 评价”体系的有效落地，从“师资、资源、制度”三方面构建“三位一体”保障机制，解决教学模式实施中的关键瓶颈问题。

## 四、结语

职业本科教育作为培养高层次技术技能人才的关键载体，其心理健康教育质量直接关系到学生的全面发展与职业可持续发展。本研究构建的基于 OBE 理念与 PBL+CBL 策略的教学模式，为职业本科院校心理健康教育课程改革提供了可借鉴的框架与路径。未来需通过持续的实证研究与实践优化，使该模式更好地服务于职业本科教育综合育人目标，为培养“心理素养过硬、职业能力突出”的高素质技术技能人才做出努力。

## 参考文献

- [1] 马佳, 汪宏友. 成果导向教育(OBE)理论研究文献综述[J]. 创新创业理论研究与实践, 2019, 2(16):88–89.
- [2] 熊英, 江婷. 基于 PBL 教学法的大学生心理健康教育课程多元实践教学研究[J]. 教育信息化论坛, 2023, (11):96–98.
- [3] 李雅欣. 基于 OBE 理念与 PBL+CBL 策略的高职院校心理健康教育模式反思[J]. 现代职业教育, 2024, (23):169–172.
- [4] 迟莹莹, 阎晓军, 董劭伟. PBL+CBL 教学模式在高校心理健康教育课中的应用探索[J]. 高教学刊, 2024, 10(18):110–114.
- [5] 谢朋涛, 马海停, 李素雅. OBE 理念下大学生心理健康教育课程教学设计路径[J]. 西部素质教育, 2024, 10(15):110–114.
- [6] 周蕾, 洪保麟. 新时代高职院校大学生职业心理素养的培养路径[J]. 哈尔滨职业技术学院学报, 2023, (05):92–94.
- [7] 王晓典, 田文君, 陈桂香, 等. 成果导向教育的理论内涵及对高职教育改革的启示[J]. 职业技术教育, 2018, 39(08):26–31.
- [8] 田丽娜. 基于 OBE 理念的大学生心理健康教育课程教学模式分析[J]. 公关世界, 2024, (21):43–45.
- [9] 曹琼茹. 基于 OBE 理念的高校茶文化课程教学模式改革探究[J]. 时代报告(奔流), 2025, (02):102–104.
- [10] 任静. 基于 PBL+CBL 和学习通平台的“信息资源管理”课程教学模式[J]. 江苏科技信息, 2022, 39(17):57–60+66.