

多媒体艺术表达融入高校心理健康教育的教学模式构建与评价框架

孙锦露¹ 赵英丽²

1.北京航空航天大学人文社会科学学院（公共管理学院） 北京 100191

2.高等教育出版社思政出版事业部 北京 100029

【摘要】：在高校心理健康教育由知识普及向心理素养培育转型的背景下，传统课堂难以充分满足大学生体验性、互动性和个性化学习需求。本文采用政策文本分析、文献分析、理论建构与教学设计方法，在区分心理健康教育与专业心理治疗边界的基础上，构建“需求识别—主题引导—媒材表达—互动反思—心理整合—迁移应用”的六阶段教学模式，并提出涵盖心理状态、心理资源、课堂参与、主观体验和实施过程的五维评价框架。研究认为，多媒体艺术表达的关键在于不同媒材功能的有序转换，以及艺术体验与心理知识、现实行动的衔接。该模式可为“以美润心”导向下高校心理健康课程改革提供可操作、可评价的理论框架，但仍需通过前后测、课堂观察、访谈和反思日志等方法进行实证检验。

【关键词】：多媒体艺术表达；高校心理健康教育；表达性艺术；体验式教学；以美润心

DOI:10.12417/2705-1358.26.14.085

1 问题提出

高校心理健康教育兼具知识普及、问题预防、危机识别和促进学生心理发展的功能。《健康中国行动（2019—2030年）》及教育部等十七部门专项行动计划为“以美润心”提供了政策依据（健康中国行动推进委员会，2019）。在“五育并举”背景下，课程应由知识讲授转向能力培养。但当前课堂仍存在单向讲授、体验不足和理论与生活脱节等问题，学生常“听懂但不会用”，公开困扰又可能引发羞耻与隐私风险。多媒体艺术表达借助多种符号，将难以言说的体验外化为可观察、可叙述的形式，为连接情绪体验、认知理解与现实行动提供教学路径。

2 研究方法与分析思路

本文属于高校心理健康教育教学模式的理论建构研究，不使用尚未完成的课程干预数据，也不把项目预期目标表述为实证结果。研究首先采用政策文本分析与文献分析，梳理“健康中国”“五育并举”以及表达性艺术相关理论，明确艺术表达进入高校心理健康教育的政策依据与学理基础；其次运用教学设计法，针对教学模式单一、媒材融合不足和评价体系不完善等问题，构建目标、活动、互动、评价与伦理相互衔接的教学框架；再次依据混合评价理念，设计心理状态、心理资源、课堂参与、主观体验和实施过程五个评价维度。全文遵循“问题识别—理论提炼—模式建构—评价设计—边界讨论”的分析路

径，形成可供课程试点检验的理论模型和操作框架，不对尚未发生的教学效果作因果推断。这一处理既保证论证的审慎性，也为后续实证研究预留可检验的变量关系和资料路径。

3 多媒体艺术表达的概念界定与理论基础

多媒体艺术表达是指围绕心理健康教育目标，将绘画、剪纸、书写等两种及以上媒材有序组合，引导学生通过创造、转换、叙事和分享表达心理体验。其重点不在作品审美，也不在依据作品推断人格或心理障碍，而在创作过程中促进情绪外化、认知组织与意义生成。表达性艺术疗法和表达性治疗连续体认为，艺术通道可激活感觉运动、知觉情感、认知象征和创造性整合等心理加工方式（Hinz, 2020; Malchiodi, 2020）。应用于高校课堂时，应实现由“治疗技术”向“教育活动”的转化，课程旨在促进发展性心理学习，教师承担教学设计、过程促进和安全边界维护职责。其主要机制包括情绪外化、多通道转换和主体性激活：绘画呈现整体感受，剪纸体现分割、边界与重组，书写促进命名、叙事与认知整合，媒材转换可推动经验由感受走向理解与行动；学生对媒材和分享方式的选择有助于增强自主性。现有研究提示，艺术参与可能与压力调节、心理韧性、自我效能和社会联结相关（Fancourt&Finn, 2019; Li&Peng, 2022），但因研究设计异质性较大，尚不能推断艺术活动必然改善心理健康。

4 高校心理健康教育应用多媒体艺术表达的现实困境

多媒体艺术表达进入高校课堂仍面临三类现实问题。其一,传统课程供给方式与心理学习规律存在错位。讲授能够高效传递知识,却不能替代学生对情绪、压力和关系模式的亲身觉察;艺术表达虽可通过象征化、作品化降低语言门槛,但缺少清晰任务结构时,也可能演变为与课程目标脱节的娱乐活动。其二,现有实践常以单次绘画、手工或书写活动为主,不同媒材多为并列使用,尚未形成从感知体验到心理解释、再到现实行动的连续逻辑。媒材越多并不意味着效果越好,只有明确每一种材料在特定主题中的功能及其转换关系,才能避免形式堆叠。其三,评价方式较为单一,部分课程依据现场气氛、作品数量和满意度判断成效,容易把“学生喜欢”与“心理能力发展”混为一谈。教学效果既可能体现为焦虑、抑郁或压力等状态变化,也包括自我效能、心理韧性、情绪调节信心、课堂安全感、参与程度和知识迁移情况。缺少兼顾结果、过程与情境差异的评价体系,将限制课程成效解释及跨教师、跨班级推广。

5 多媒体艺术表达教学模式的构建

本文以学生中心、目标导向、体验整合和安全可控为原则,构建“需求识别—主题引导—媒材表达—互动反思—心理整合—迁移应用”的六阶段教学模式。课程实施前,教师可通过匿名问卷或访谈了解学生对压力、情绪、人际关系和自我认同等主题的需求,据此确定活动内容与媒材组合。主题引导阶段以必要的心理学知识、案例或情境问题建立学习语境,明确活动目标;媒材表达阶段提供绘画、剪纸和书写等材料,以开放但边界清晰的任务组织个体或小组创作,教师不评价作品优劣,也不以艺术技巧设置门槛。互动反思是由“做作品”转向“学心理”的关键,教师应采用描述性、开放性和非诊断性提问,引导学生回顾创作选择、情绪变化和媒材体验,避免依据颜色、构图或象征解释人格。心理整合阶段将学生体验与情绪识别、认知评价、心理边界、自我效能和心理韧性等概念相联系;迁移应用阶段则把课堂发现转化为压力应对计划、边界表达、自我照顾行为或支持资源清单,形成“体验—概念—策略—行动”的闭环。媒材组合应遵循功能互补和加工递进原则。以压力管理为例,可先用绘画呈现压力体验,再以剪纸区分可控制、可影响和暂时不可控制的压力源并重组支持资源,最后通过书写形成近期可执行的微行动。绘画侧重情绪外化,剪纸侧重边界识别与重构,书写侧重命名、整合与行动承诺。对于艺术经验不足或不愿公开表达的学生,应提供结构化模板、替代任务和不分享选项,以保障课堂的可预测性与心理安全。

6 多维教学效果评价框架

多媒体艺术表达的效果评价应覆盖心理状态、心理资源、课堂参与、主观体验和实施过程五个维度。心理状态可根据课程主题选取焦虑、抑郁或压力等指标,项目方案中提出使用焦虑自评量表、抑郁自评量表等工具进行前后测,但量表结果只能用于教育研究和群体变化分析,不能替代临床诊断。心理资源可关注一般自我效能感、心理韧性、情绪调节信心和主动求助意愿;课堂参与包括出勤、任务完成、主动表达、同伴互动与持续投入;主观体验包括满意度、媒材接受度、感知安全性、获得感和应用意愿;实施过程则记录方案执行情况、媒材实际使用、学生退出或拒绝分享、异常情绪反应及教师处置过程。五个维度共同构成从心理变化到课堂体验、从结果判断到过程解释的综合评价体系。研究实施应采用量化与质性资料相结合的混合评价策略。量化研究可在教学前后使用标准化量表和课程反馈问卷;条件允许时,可设置常规教学组、分阶段实施组或多轮重复测量,以提高解释力。若仅采用单组前后测,应明确其无法排除时间效应、测验效应和其他课程经历影响,不能把所有变化直接归因于多媒体艺术表达。质性研究可通过半结构化访谈、反思日志、课堂观察和创作过程描述,分析学生的媒材偏好、关键体验、参与促进或阻碍因素及知识迁移表现。量化数据回答“是否变化”,质性资料解释“如何变化以及在何种条件下变化”,过程记录则检验活动是否被忠实实施。三类证据相互印证,能够减少仅凭积极反馈得出过度结论的风险。样本量允许时,还可考察初始状态、参与程度和媒材偏好与课程效果的关系,并如实报告无变化或负面体验。

7 实施保障与伦理边界

多媒体艺术表达的实施应与体验深度相匹配。教师需具备心理健康教育、团体组织、风险识别和媒材运用能力,在专业边界内回应学生情绪。课程应制定教案,明确目标、流程、风险预案和替代任务;材料应安全、易得、低门槛。伦理规范是推广前提。活动前应说明学生权利,允许其不创作、不展示或不解释作品;课堂分享须遵守保密原则,研究资料应履行知情同意与匿名处理。教师不得依据作品进行人格诊断或作出治疗承诺。若学生出现情绪失控、自伤风险或严重功能受损,应停止深入探索,及时进行风险评估和专业转介。该模式应定位于发展性、普及性和预防性的心理健康教育,不能替代心理咨询或精神卫生服务。

8 讨论

本文所构建的模式具有三方面价值。首先,它把“以美润心”由宏观理念转化为可操作的课堂过程,使艺术媒材成为连接情绪体验、心理知识与行为策略的学习工具,而非课程装饰。其次,它将学生的选择权和解释权置于活动中心,通过多种表

达通道回应语言能力、艺术经验、心理需求和参与意愿的差异,降低直接自我暴露压力。再次,它把效果评价与伦理规范纳入教学模式本身,避免以课堂热闹替代学习效果、以作品解释替代科学评估。本文也存在明确局限。当前成果属于理论建构与教学方案设计,尚未报告真实样本、前后测数据和访谈结果,不能对焦虑、抑郁、自我效能或心理韧性的改善作实证判断。既有艺术与健康研究在对象、媒材、干预强度和测量工具方面差异较大,相关结论不能未经检验直接迁移至中国高校课堂。多媒材教学还对教师的过程引导、伦理判断与风险处置能力提出较高要求,标准化方案与教师个体风格之间仍需平衡。后续研究应依托真实课程改革试点,完整报告样本来源、课程时长、媒材配置、教学忠实度、缺失数据处理与伦理程序,并通过对照研究、重复测量和质性分析检验不同媒材组合的适用条件、

作用机制及持续效果。

9 结论

多媒材艺术表达为高校心理健康教育由知识传递转向体验式心理素养培养提供了新的路径。其本质并非在课堂中开展简化版心理治疗,而是借助绘画、剪纸和书写等媒材,促进学生情绪外化、经验整合、心理反思与行动迁移。本文构建的六阶段教学模式和五维评价框架,回应了学生参与、媒材整合与效果评价等现实问题,并明确了知情参与、隐私保护、非诊断性解释和风险转介等伦理边界。该模式的创新在于形成以需求识别为起点、媒材转换为路径、反思整合为核心、迁移应用为目标的教學逻辑。未来仍需依托真实教学数据检验其效果、适用范围与实施条件,推动其发展为可验证、可复制、可推广的高校心理健康教育模式。

参考文献:

- [1] 健康中国行动推进委员会.(2019).健康中国行动(2019—2030年).
- [2] Fancourt,D.,&Finn,S.(2019).What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being?A scoping review(Health Evidence Network synthesis report 67).WHO Regional Office for Europe.
- [3] Hinz,L.D.(2020).Expressive therapies continuum:A framework for using art in therapy(2nd ed.).Routledge.
- [4] Li,Y.,&Peng,J.(2022).Evaluation of expressive arts therapy on the resilience of university students in COVID-19:A network analysis approach.International Journal of Environmental Research and Public Health,19(13),7658.