基于 PDCA 模型的大学生心理健康教育课程质量保障模式建构研究

谢琼霜，梁莹，冉师虎，陈金飞
河池学院，广西 宜州 546300

DOI: 10.61369/SDME.2026020033

摘　　要： 社会经济及信息化的飞速发展，心理健康教育越来越受到重视，课堂教学仍是提升学生心理健康的主渠道，但其课程效果仍面临着课程内容跟学生的贴合度低、教学效果不佳、课堂对学生的吸引力低等问题。基于 PDCA 循环模型建构课程校本教材以驱动课程教学质量保障体系，通过梳理课程教材内容，制定课程教学目标计划，搭建教学实施方案，整合多维评估，总结经验建立问题诊断及改进流程，以此实现对课程教学流程的闭环管理。

关 键 词： PDCA 模型；大学生心理健康教育；课程质量保障

Research on the Construction of Course Quality Assurance Model for College Students' Mental Health Education Based on the PDCA Model

Xie Qiongshuang, Liang Ying, Ran Shihu, Chen Jinfei
Hechi University, Yizhou, Guangxi 546300

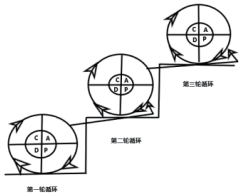
Abstract: With the rapid development of social economy and informatization, mental health education has attracted increasing attention. Classroom teaching remains the main channel to improve students' mental health, but the course effectiveness still faces problems such as low relevance of course content to students' needs, poor teaching effects, and low classroom attractiveness to students. Based on the PDCA cycle model, this study constructs school-based textbooks to drive the course teaching quality assurance system. By sorting out course textbook content, formulating course teaching objectives and plans, building teaching implementation schemes, integrating multi-dimensional evaluation, summarizing experience, and establishing a problem diagnosis and improvement process, the closed-loop management of the course teaching process is realized.

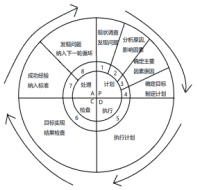
Keywords: PDCA model; college students' mental health education; course quality assurance

随着信息化智能化教育的发展，大学生心理健康教育课（以下简称大心课）作为高校必修的公共课，面临着教学目标的转变及教学内容的增加等问题，学生对课堂的学习兴趣、学习动机普遍较低，导致学习效果不理想，学生对课堂的评价较差，亟须对大心课程进行改革。PDCA 循环是一种不断改进和完善的现代企业质量管理理念，后因该理论的可操作性和转换性较强，具有普适性，在教育领域广泛应用，也适用于课程教学的过程管理。鉴于此，本文基于 PDCA 循环模型来建构大心课教学质量保障模式，促进大心课的可持续、可循环的课程质量改进，以期优化大学生心理健康教育课程建设的过程管理。

一、PDCA 循环模型概述

PDCA 循环理论也被称为“戴明环”，由美国质量管理大师戴明博士发展推广，是全面质量管理体系的一种基本方法，是一个把事情越做越好的循环，核心作用是促使工作质量的持续改进。该理论将质量管理过程分为 4 阶段的循环，计划（Plan）P 阶段，执行（Do）D 阶段，检查（Check）C 阶段，总结（Act）A 阶段，PDCA 循环即是按照这四个阶段的顺序进行管理工作。每一轮 PDC 工作程序结束进入 A 阶段，把总结出的问题作为下一轮 PDCA 的开始，不断循环解决问题，实现持续改进和提高管理质量、效率的目的，请见图一。





图一 PDCA 循环四阶段循环运行模式示意图　图二 PDCA 循环四阶段八步骤的模型图

PDCA 的四阶段可以具体化操作为 8 个步骤，请见图二。第一步，要进行现状调查，清楚地分析阶段情况，找出存在的主要问题；第二步，针对存在的主要问题分析原因，找出产生问题的各种原因，影响质量的各个因素；第三步，要确定主因，在产生问题的各种原因中确定主要原因和次要原因，解决主要原因是解

 Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

决问题的关键；第四步，针对主要因素，制定质量改进的计划实施方案；第五步，根据计划实施方案开展执行工作；第六步，执行中期及后期，进行结果检查；第七步，对检查结果进行总结，把好的经验纳入各项标准；第八步，把遗留的问题转入下一个PDCA的循环解决，作为下一轮循环的第一步。PDCA能够循环转动，不断提高的关键，一般认为是A阶段，总结经验，把效果好的纳入各项标准，提出遗留问题并将其转入下一个PDCA循环予以解决，每一次的循环都能够提升一定的质量，如此周而复始地循环，质量则持续得到提升[1]。

二、大学生心理健康教育课程质量保障模式的构建

将PDCA作为一种科学高效的工作方法运用于大心课教学，有益于不断规范化标准化管理课程，提高课程教学质量，促进学生心理健康素养的提升。通过PDCA循环运行模式的“四阶段八步骤”开展大心课的教学工作，如下所示：

（一）P计划阶段：制订课程全面计划

步骤一：现状调查，分析课程现状及存在的主要问题。采用自编网络问卷《大学生心理健康教育课程现状调查问卷》，对影响课程管理的各方面进行了调查研究。对上百名学生的调查及部分学生的访谈结果显示，大部分学生对心理健康教育课程整体满意，但满意程度不够高。梳理出来，现阶段的主要问题有3个，一是课程内容跟学生的贴合度低，部分教学方式过于理论化，与学生的实际心理状态和生活场景脱节，一定程度上影响了课程的吸引力和实效性[2]；二是教学效果不佳，通过课堂让学生学到的知识、技能和素质提升不显著；三是课堂对学生的吸引力不够，课堂管理较松，学生玩手机或做无关课堂的事情的情况较多。

步骤二和步骤三：分析课程中存在问题的影响因素，并确定主要的影响因素。衡量一门课程质量的高低，需要考虑课程开设情况、教学内容、教学方式、考核评价、教师的职业素养、学生的认可、组织保障等多方面的因素。针对以上的主要问题，主要从教师及课程设置方面去探索可能的影响因素。第一个问题，教学内容与学生有疏离感，教师影响因素：目前多数大学心理健康课程任课教师的专业背景复杂，学历背景为教育学、心理学或医学等专业背景的教师较少，尤其在中西部地区，教师资源匮乏，高校心理健康课程教学的教师主要由辅导员构成[3]。教师缺乏扎实的理论知识和实践经验，导致教学内容照本宣科，缺乏深度和针对性[4]；课程设置影响因素：教学内容过于理论化，缺乏与学生实际生活和心理需求的结合，例如，课程中过多强调消极案例的分析，容易让学生感到厌烦或产生排斥心理[5]。而在实际教学中，更多时候教师是按教材来讲课，为了完成教学任务，所有内容都在课堂讲解的话，只能泛泛而讲；有些老师则根据经验或者自己擅长的方面来讲，而忽视学生的需求以及社会的需求，这样没有针对性的教学内容很难实现真正的教学目标。第二个问题，教学效果差，教师及课程设置影响因素：教学目标定位不明确，在教学过程中，教师更多注重心理健康知识的讲解，而忽视了对学生心理调试能力、社会适应能力的培养[6]，导致课程难以发挥其育人作用。第三个问题，课堂吸引力不够，教师影响因素：教师本身对课程的重视及投入程度不够，教学的互动性和趣味性与知识性的连接差，学生对课程的兴趣低；课程设置影响因素：课程评价主要采取考试或者考察方式，过程的考核较少，收集学生对课程真实的评价和反馈机制缺乏，不利于课堂吸引力的提升。

步骤四：针对主要影响因素，结合课程要求提出课程目标及实现目标的具体措施计划。在分析当前大学生心理健康教育课程实施的现状和存在的问题的基础上，结合国家对课程的要求，形成目标引导机制，对课程体系、课程标准、课程内容、课程评价等课程全面的内容进行有效整合与建构，形成具有可行性的教学管理实施方案，具体见表一，实现效益最大化。

表一 大学生心理健康教育课程管理全面计划表

序号	课程目标	措施计划摘要	实施时间
1	师资	形成教学团队，包括老中青年教师，学期开学前集体备课，中期总结教学过程，期末总结教学过程	授课前、中、后
2	教学目标	大学生心理健康知识、技能和素养的提升	授课中
3	教学内容	选择学生和社会需要的作为教学内容	授课前
4	教学方法	根据教学内容和重点定方法，多样性、趣味性、体验式、启发式教学	授课中
5	考核方法	平时（课堂表现＋平时作业）＋理论考查	授课中、后
6	课程反馈机制	过程评价＋效果评价（学生调查及座谈）	授课前、中、后

（二）D执行阶段：实施教学计划

步骤五：组织实施教学措施计划。抓好教学前、中、后三环节的工作。教学内容部分，针对大一新生，课程应围绕如何有效调节焦虑、处理社交压力以及应对学业压力等内容进行设计；而对于大三、大四学生，随着职业规划和就业压力的增大，心理健康课程应增加职业规划、压力管理、心理危机应对等内容[7]。教学模式体现于教学设计中的方法和手段，案例教学、团体辅导、活动体验等多种手段的结合会促进课程开发[8]。正式讲课前，做好集体备课，组织试讲，选取代表来试听，试听者提出意见和建议，总结不足，及时调整教案。按照修改后的教案设计正式上课，注意导入讲课内容，关注学生的学习状态，积极调动学生的参与，引导学生思考和分析。教师每次课结束后，主动反思上课过程中值得继续保持的地方和存在的问题，可采取何种措施改进，积累经验在期末进行总结，以期提升教师教学水平。

（三）C检查阶段：进行课程考核和评价

步骤六：根据目标要求，对实施情况进行评估检查，主要检查是否达到预期的目标效果。教学评价可理解为两层含义，即教与学的评价，是指对教师的教和学生的学所进行的价值判断的过程，即所谓教的如何和学的如何[9]。强调多主体评估教学过程与结果的结合，学生、教师和教研室对教学的过程和结果都要进行考核和评估。学生平时成绩由课堂表现和平时作业构成，课堂表现可以从学生课堂参与度、小组活动表现及课堂随堂小测试评分，

Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

平时作业可以让学生完成心理成长报告、读书笔记随笔、案例分析、参与课外讲座或团辅情况评分。理论考查以开卷或闭卷考试方式，试卷重点考察心理健康基本知识及心理调适的方法理解，注重理论与实践的应用；或者以课程论文或学习心得方式，重点考察学生对心理健康知识的掌握和思考程度。改进过程性评价，来提升课程的吸引力和实效性，帮助学生更好地掌握心理健康知识和技能，促进其全面发展。

（四）D 处理阶段：分析总结处理

步骤七、八：总结完成目标效果好的计划，形成标准巩固推广；目标效果不佳的计划，或者遇到的新问题，转入下一轮 PDCA 循环加以优化改进。第一是通过课程目标达成度分析，根据课程设定的目标对比实际产生的学习效果，评估目标的达成度。如果目标完成度高，则把相应的措施定为课程标准，继续实施；如果目标达成度低，即把相应措施作为问题，计划在下一轮循环中去解决。第二是通过问卷调查和访谈或小组讨论方式，收集学生反馈与学生需求，将结果跟课程设计时的需求进行对比分析，检查课程实施是否满足学生的实际需求，不满足的方面则纳入下轮循环去解决。第三是通过教学过程反思，教师对课程实施过程进行反思，分析教学方法、课堂互动和教学内容的有效性[10]，评估课堂氛围及学生的参与讨论和互动情况。总结需要改进的方面及存在的问题，纳入下一轮的 PDCA 循环的计划阶段的问题部分，实现对课程的循环管理。

三、结语

PDCA 循环的理念，在教育领域的应用具有可行性，对提高大心课教学质量起到很大的促进作用。从持续发展与提高的系统观点来看，高校心理健康教育工作模式可以借用 PDCA 循环理论来构建；反过来，通过建立高校心理健康教育 PDCA 模式，可以对高校心理健康教育工作进行评价，在评价活动的基础上对心理健康教育工作提出建议对策，并通过一个又一个循环，使得心理健康教育的制度不断完善。大学生心理健康教育过程不仅是一个传授知识的过程，也是一个对学生进行科学管理的过程。这是一个长期的系统的工程，需要我们不断总结经验，加强过程管理，优化课程建设，才能不断提高人才培养的质量。

参考文献

[1] 赵中建 . 戴明的质量管理思想及其在教育中的应用 [J]. 外国教育资料 ,1998,27(01):33-39.

[2] 申子姣 , 艾迪玛 , 李晓雪 . 基于学生需求和反馈的大学生心理健康教育课程设计 [J]. 北京教育 (德育),2021,14(02):82-87.

[3] 冉龙彪 , 赵小青 , 周姗 ." 大学生心理健康 " 课程教学创新与实践 [J]. 学术与实践 ,2024,(01):146-151.

[4] 梁剑锋 , 成奇威 . 高校学生心理健康管理体系的构建路径研究 [J]. 才智 ,2025,(36):120-123.

[5] 王祎 , 左金侠 . 基于积极心理学条件下高校心理健康教育存在问题及解决策略 [J]. 佳木斯职业学院学报 ,2018,(12):243+245.

[6] 吴爱梅 . 课程思政一体化背景下大学生心理健康教育课程教学改革的研究 [J]. 知识窗 (教师版),2025,(07):105-107.

[7] 洪许杰 , 陶庭马 . 基于需求导向的大学生心理健康教育课程体系构建 [J]. 赤峰学院学报 (自然科学版),2025,41(03):82-85.

[8] 宋琳婷 .《大学生心理健康教育》课程建设探究 [J]. 呼伦贝尔学院学报 ,2023,31(04):121-125.

[9] 吴亚子 , 袁丽丽 . 大学生心理健康教育课程体系建设的理论探索 [J]. 高教学刊 ,2024,10(28):105-108.

[10] 周芬芬 . 大学生心理健康教育存在的问题及改进措施 [J]. 科技风 ,2019,(12):47.

 Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.