

“5+X” 具身模式助推疫期研究生教育教学改革的“四心工程”¹

邵江波 孙炳海 郦炬 吴瑛

摘要：面对突发的新型冠状病毒肺炎疫情，浙江师范大学实行了“稳心”“贴心”“安心”“暖心”的“四心工程”推动研究生教育改革。学校在特殊时期能够实现防疫抗疫和教育教学两手都硬、两战都赢，主要取决于持续推进的研究生培养模式改革。学校多年来以“5+X”的人才培养标准为指导，采取实践取向的具身教育培养模式，确保研究生培养质量不断提高。

关键词：研究生教育；疫情防控；具身模式；实践取向

作者简介：邵江波，华东师范大学教育学部博士研究生，浙江师范大学研究生院学位办公室主任，金华 321004；孙炳海，浙江师范大学研究生院常务副院长，教授，金华 321004；郦炬，浙江师范大学研工部副部长，金华 310024；吴瑛，浙江师范大学研工部干部，金华 321004。

2020年春，突如其来的新型冠状病毒肺炎疫情彻底打乱了高校原有的教学计划。浙江师范大学按“延期开学不停学”的要求，在疫情防控背景下转危为机，推出“四心工程”加快推进研究生教育改革，开展多样化的线上线下混合教学满足师生需求，实行学位论文视频预答辩和网络评审确保学生按期毕业。浙江师范大学之所以在新冠肺炎疫情发生后能够高效处置突发情况，得益于近年来教育教学改革力度不断加大，特别是“5+X”的具身教育人才培养模式的不断改进。

一、转危为机的“四心工程”：疫情防控和教育教学两手都要硬、两战都要赢

面对疫情防控的严峻形势，学校一方面坚决贯彻落实党中央提出的“坚定信心、同舟共济、科学防治、精准施策”总要求，依法依规做好疫情防控工作，确保全校师生的生命安全。另一方面，研究生的教育教学工作不能停，毕业生的学位授予和就业工作不等人。如何做到疫情防控和教育教学两手都要硬、两战都要赢？学校在充分调研、深入研究的基础上提出了转危为机的“四心工程”。

（一）应对疫情心理的“稳心工程”：让每个人心中有底

面对来势汹汹的新冠肺炎疫情，不少研究生都产生了紧张和焦虑的情绪。究竟什么时候可以返校上课？学位论文答辩怎么办？学位论文送审能延迟吗？针对这些学生非常关切的问题，我们谋划在前、协同作战。一方面倡议导师和辅导员加强对研究生的关心与引导，另一方面有条不紊地对研究生教育教学工作进行安排，给学生以明确的预期，缓解他们的焦虑情绪。

¹基金项目：浙江省哲学社会科学新兴（交叉）学科重大扶持项目（编号：19XXJC04ZD）

1.及时发布告全体导师与研究生的一封信

通过学校官微发布了《一丝不苟严防控，一如既往勤导学——致导师和研究生的一封信》，对全体导师和研究生提出“防控，严守规定不马虎”“导学，多重方式不停步”“毕业，认真对待不焦虑”“师生，以爱战疫情更近”四点建议和安排。明确了开学推迟但导师不停教、学生不停学、导学形式可多样、教学质量不降低的要求。

2.发布应对疫情的教学组织与管理文件

发布了《关于做好春季学期研究生教学组织与管理工作的通知》，提出转“危”为“机”加快研究生教学改革、加强组织保障提高教师信息化教学水平、确保教学内容不缩水教学质量不降低三项总体要求，明确授课的四种不同方式，强化对六类不同学生的分别管理，落实日程安排，确保教学有序高效进行。

3.引导师生积极参与教学改革

研究生院会同各研究生培养单位就疫情特殊时期线上教学相关工作进行研讨，充分听取任课教师和学生在线上教学的意见和建议，全面了解可能面临的困难。一方面充分体现对任课教师的尊重，另一方面也增加了学生的参与度，提高学生主动参与网络课程学习的积极性，提升学生的责任意识。

(二) 满足师生需求的“贴心工程”：多样化的线上线下混合教学形式

研究生教育就是要培养学生主动学习和探索的意识和能力。在疫情防控的特殊时期，一方面要引导学生形成一种在困难条件下仍认真学习的导向，另一方面要引导学生开展自主学习。同时也要求导师开展问题导向、任务导向的线上线下混合教学，满足师生的多样化需求。

1.充分利用免费开放课程

坚持“汲取众长，为我所用”的原则，充分利用全国免费开放的各类优质在线课程与虚拟仿真实验教学资源，要求导师在充分熟悉的基础上择优推荐给学生，或根据自己的教学目标适当改造后为我所用。

2.开发线上线下混合教学

对于学生数较多的课程，使用中国大学 MOOC 平台浙江师范大学研究生院云的现有课程进行改造使用；纳入浙江省研究生课程共享平台（“学在浙大”平台）建设的网络课程要提速建设，可以边开发边使用。

3.尝试直播课程教学

对于学生数较多的直播课堂推荐使用“钉钉”或“腾讯会议”，要求教师提前熟悉这些软件的使用方法，编制使用指南，排除教师使用新技术手段的畏难心理，确保在线教学的质量。

4.全面使用便捷高效的自媒体

要求任课教师对每一门课程都要建立微信群、QQ 群等，把选修课程的每一位学生都纳入其中。通过这些便捷高效的通信手段实现师生双向联系，及时发布各种通知和信息。学生人数较少的课程可以直接使用微信、QQ 群等平台开展教学。

(三) 确保教学质量的“安心工程”：网络教学公约·网络教学助教·网络教学督导

当疫情期间的“线上教学”不断受到争议时，学校的研究生网络教学却呈现出另一番景象。研究生院明确提出导师是研究生培养的第一责任人，任课教师是各类群管理的第一责任人，并率先提出实施“网络教学公约”“网络教学助教”“网络教学督导”制度，赢得了师生们的广泛认同，有效地保证了教学质量。

1. 网络教学公约有效维护教学秩序

学生迟到早退怎么办？学生或老师发表不正当言论怎么办？这些是网络教学不可回避的问题。为防止出现这些问题，我们倡议任课教师与听课学生共同制定“网络教学公约”。“网络教学公约”融入思想政治素养、专业知识学习规范、个人仪表礼仪等各个方面，成为有效维护教学秩序的利器。师生们一致认为，网络教学的形式可以灵活多样，但绝不意味着可以自由散漫，双方都把维护网络教学的良好秩序视为他们的共同责任。

2. 网络教学助教有效协助教师教学

网络教学可能会因为网络不稳定、师生缺乏充分交流等原因影响教学效果。为此我们要求每门课程都必须配备一名网络教学助教。助教承担了任课教师和学生“中间人”的角色，发挥了交流想法、反馈信息、布置作业、维护秩序等作用，受到了任课教师的普遍好评。

3. 网络教学督导有效监督教学质量

网络教学的质量如何保障？除了依靠任课教师的责任感、主动性和专业性之外，教学督导也可以发挥重要作用。我们聘请了一批教学经验丰富、责任感强、敢于担当的教授作为网络教学督导。他们可以随机选择任何一门课程，对师生上课的准备情况、实施过程、作业情况等进行检查。此外，我们强调要发挥督导的“发展性”和“服务性”功能，通过对任课教师的教学理念和教学方法进行指导或交流，促进教师的专业发展^[1]。

（四）分类管理的“暖心工程”：关心全体学生·呵护疫区学生·表彰抗疫学生

不同类型的学生受疫情影响是不尽相同的，研究生院实施分类管理，保障每一位研究生的权益。

1. 不同类型学生实施分类管理

疫情期间见习、实习、实践、调研等实地外出活动全部暂停，或改为网络调研。学位论文开题、中期检查与预答辩可以采用视频会议、通讯评审等方式完成。及时通知补修补考学生全部延期到返校后进行。对因疫情防控需推迟返校或返校后需隔离观察的学生，做好学业指导与补课安排，实行多种形式的个性化辅导。

2. 特殊困难学生给予特别呵护

各学院每日关心并报送留校研究生的健康状况，快速启动了疫情防控期间研究生特殊困难补助申请工作，帮助因疫情突发家庭经济困难的学生渡过难关，给学生传递浙师的温暖和关爱。累计资助 7 名研究生，发放补助 6400 元。

3. 投身抗疫学生给予学分认定

研究生作为国家重点培养的高层次人才, 理应具有报效国家、服务社会的家国情怀。为了激励研究生在国家处于困难时敢于担当, 有所作为, 学校鼓励研究生在确保自身生命安全和身体健康的前提下, 充分发挥自己的专业特长开展社会服务工作。对于投身抗疫学生创作的专业类防疫作品、实践成果、科研成果等可以认定相应学分。

二、“5+X”的人才培养: 实践取向的具身教育模式

疫情发生后, 学校能够在最短的时间里实现研究生管理有条不紊地进行, 教学改革快速推进, 这和学校长期以来的改革成效分不开。近年来学校遵循高端人才成长规律, 创新研究生人才培养机制, 按“5+X”的人才培养目标, 实施实践取向的具身教育新模式。“5+X”研究生人才培养目标, 即培养“具备系统的学科知识、养成独特而规范的研究方法、具备有情怀的学习动力、形成有显示度的研究成果、养成高水平的领导教学能力”的研究生。在此基础上培养研究生拥有强健的体魄、优良的道德情操、良好的团队精神、吃苦耐劳的品质、坚韧的心理素质等“X”因素。

(一) 学习目的性教育: 激发学生承担社会责任

从总体上看, 我国广大研究生的思想政治状况是积极、健康、向上的。但是, 一些研究生仍不同程度地存在着理想信念模糊、集体观念淡薄、学术道德失范、知行不够统一等问题。有学者认为, 学习动机培养的关键在于对学习需要的有效挖掘, 而思想政治教育可以有效帮助学生形成对学习的需求^[2]。我们围绕立德树人这个核心任务, 有针对性地开展研究生思想政治教育工作。

1. 立德树人·以德育德

2018年教育部出台《关于全面落实研究生导师立德树人职责的意见》, 要求落实导师是研究生培养第一责任人的要求, 坚持教书和育人相统一、言传和身教相统一、潜心问道和关注社会相统一、学术自由和学术规范相统一, 以德立身、以德立学、以德施教。为贯彻落实该文件精神, 学校出台了《全面落实研究生导师立德树人职责实施细则》, 并成立了丽泽导师学校。着力打造校院两级管理、分层分类的研究生导师培训平台, 使导师培训系统化、科学化和规范化。丽泽导师学校采取集中学习与自学相结合、线上学习与线下培训相结合的方式, 实行学分制管理, 明确规定新增列的导师须完成一定的学分后方可上岗招生。

高水平导师和良性互动的师生关系至关重要^[3]。推动建立和谐协作、教学相长的美好师生关系是研究生教育质量的重要保障。为了让研究生深刻体会师德感染力, 学校发起了一场以“立德树人·以德育德”为主题的研究生征文大赛。征文大赛收到了上千个不为人知的师德故事。这里面有凭借独特人格魅力感染学生的“明星型”导师, 有关爱学生的“慈母型”导师, 有严格对学生进行科研训练的“严父型”导师, 还有与学生亦师亦友的“朋友型”导师。这次比赛与以往不同之处在于, 让学生写导师的师德故事并要写出自己如何在导师的感召下为人处事。有研究者指出, 导师师德建设存在尊严体验需求与情感支持乏力的矛盾冲突^[4]。通过这种“以德育德”的方式, 不但化解了两者之间的冲突, 而

且很好地融合了导师的尊严体验需求与情感互动需求,有利于将两代人的师德影响力有效传递下去。

2. 家国情怀·服务社会

研究生教育肩负着为党育人、为国育才的重要使命,培养研究生的社会责任感尤为重要。我们要鼓励研究生将个人的发展进步与国家民族的发展需要相结合,为国家富强和民族复兴贡献智慧和力量;支持研究生参与各种社会实践和志愿服务活动,在服务人民与奉献社会的过程中实现自己的人生价值。

浙江师范大学的研究生具有服务社会的优良传统,其中广西龙州研究生支教团是其典型代表。自1999年团中央、教育部发起组织优秀青年志愿者到中西部地区开展为期一年的扶贫支教工作后,学校已有21届研究生支教团共200余名志愿者奔赴广西龙州参与扶贫支教。21年来,研究生支教团涌现出了一大批优秀学子,包括浙江省“十大杰出青年”屠佳、共青团十五大代表张妮佳、“中国优秀青年志愿者个人”姜哲挺等。一批又一批的志愿者用行动践行了他们的誓言——用一年的时间做一件终生难忘的事!

在抗击新型冠状病毒肺炎的战“疫”中,浙师大的研究生以其大爱无疆的情怀,充分发挥自身专长服务社会。心理学科的研究生在导师团队的指导下,编写了《大中学生防疫心理调适手册》和《中小学生防疫心理调适手册》并由出版社出版;与导师一起录制了面向中小学师生及家长的抗疫心理微课,点击量超过50万人次。美术学科的研究生积极响应由学院研究生导师发起的以“艺”战“疫”倡议,通过自己创作作品的义卖活动筹集善款,驰援武汉抗疫第一线。体育学科的研究生制作了简单易学的家庭健身操视频,为居家防疫的师生们送去健康的生活理念和生活方式。

(二) 以问题解决为核心的训练:分类培养研究生的核心能力

我国的研究生分为学术学位研究生和专业学位研究生两大类。这两类研究生的培养模式改革是分类推进的,学术学位研究生培养模式以提高创新能力为目标,专业学位研究生培养模式以提升职业能力为导向。

1. 科研基金:培养科研导向的创新能力

学术学位研究生的培养以提高创新能力为主要目标,科学研究过程对于支撑高水平研究生培养起着至关重要的作用。有学者认为,高水平、高难度的科研课题可以激发研究生的挑战和奋斗精神;科研过程中的研究思想和方法的互相交流与碰撞,有利于研究生创新思维的发展;科研课题的不确定性和复杂性,研究过程的各种困难和问题可以磨炼研究生的意志和品格^[5]。

浙江师范大学的研究生科研基金,鼓励有一定科研能力和潜力的研究生结合他们的学位论文选题申报课题,结题不硬性要求发表论文,而是模拟设计一项国家基金项目。为什么要这么做?研究生的学术成果不能唯论文,研究生的学术训练更不能唯论文。要求研究生撰写项目申报书,其过程涉及选题方向的选择、文献资料的搜集和整理、研究思路的设计等。系统的科研训练为将来他们走上教学和科研岗位打下了坚实基础。

2. 双向选择的论文选题:培养问题导向的实践能力

长期以来,我国专业学位研究生培养的最大问题是与学术学位研究生趋同化培养,或者称之为套

用学术型人才培养模式^[6]。专业学位研究生教育必须以职业需求为导向,以实践能力培养为重点,以产学研结合为途径^[7]。因此,专业学位研究生学位论文的选题应来源于实践、直面实践并运用于实践。我们率先在教育硕士研究生的培养中试行了问题导向的论文选题双向选择机制。

学校研究生院向杭州拱墅区的一线名师征集了在教育教学中遇到的实际难题,经过相关领域专家的论证和筛选后,形成了一个教育硕士学位论文选题库。选题库涵盖了课程实践改革、学科教学转型、课堂精准教学、班级有效管理、学生学习干预、教师专业发展等多个研究领域。这些选题面向全校教育硕士发布,学生可以自主选择一个选题提交课题研究方案。研究生院组织相关的中小学教师和教育硕士研究生进行双向选择答辩会,由中小学教师根据研究方案的合理性和可行性择优选择合作对象。这些“难题”交给我们的研究生后,他们需要用所学的理论去解决问题,同时也要在解决问题的过程中进一步提炼理论。在理论与实践的交互生成中,他们的学位论文也就水到渠成了。这种以横向课题为依托聚焦实践的做法非常契合专业学位研究生的特点,使专业学位研究生教育培养的定位更为合理,目标更为明确,培养标准更为清晰,培养路径更为简捷,培养资源配置更为有效^[8]。通过问题导向的论文选题双向选择机制,我们的教育硕士把研究放在中小学的校园里,把论文写在中小学的课堂里,把研究成果应用于中小学的教育教学实践中^[9]。这种培养模式已经成为学校教育硕士培养的鲜明特色。近年来,学校培养的教育硕士具有扎实的理论知识、突出的实践能力、较强的岗位适应能力和巨大的发展潜力,深受用人单位的欢迎和好评。

(三) “做中学”的具身模式:引导学生在实践中体验获得知识的过程

研究生的教育不能是复制知识的过程,而应当是创造知识的过程。问题解决式的“做中学”方式更适合于研究生的学习。研究生只有在做事的过程中掌握知识、掌握获得知识的方法,才能形成独立开展研究的素养。近年来我们针对研究生的特点,推行了以下两个方面的举措。

1. 提前介入·重心前移

在研究生的培养过程中,我们发现无论是学术学位研究生还是专业学位研究生,要么学术底子不足,要么在校学习时间太短,导致他们的培养质量无法得到有效保证。我们提出研究生的培养要实行“提前介入·重心前移”的策略。

对于导师已经确定或者师生双方已有明确意向的研究生,我们鼓励和支持他们早进课题、早进实验室、早进团队,即“三早”育人模式。该模式至少在以下几个方面发挥了明显的作用。一是研究生在“三早”过程中“做中学,学中做”,真正做到了知行合一,有利于他们在较短的时间内弥补学术底子薄弱的问题。二是研究生在“三早”过程中熟悉了仪器设备的使用方法,掌握了基本的研究方法,了解了学科的前沿研究,为今后开展科学研究打下了扎实的基础。三是研究生在“三早”过程中受到了学术道德和学术规范教育,受到了师门文化、团队文化和实验室文化的熏陶。这对他们恪守学术道德,形成求真务实的治学态度将产生深远的影响。

对于导师还未确定的研究生,我们鼓励他们以学位点为单位建立网络学习群,邀请若干位学术水

平高、经验丰富的导师和优秀的高年级研究生给予适当的指导。例如有些人文社会科学的学位点开设了经典名著选读这门课, 导师就可以在网络学习群发布经典名著书目, 要求研究生提前阅读, 并定期组织学术讨论。大家普遍认识到研究方法对于科学研究的重要性, 有的学位点就会围绕本学科的基本研究方法开展主题式的学习和研讨活动。诸如此类的举措使我们的研究生提前感受到了浓厚的学术氛围, 使他们在正式入学后能很快地适应研究生阶段的学习, 尽快地投入到科研活动之中, 加速他们的成长。

2. 我教你学·以教促学

在传统的身心二元论的影响下, 学习被认为只是大脑的功能, 而与“脖子以下”的身体无关。身体仅仅被当成一个“容器”, 充其量只能给心智提供一些物质能量和模糊的感觉刺激, 或者在行为阶段执行心智发出的指令。具身认知却主张学习是一种“嵌入”身体和环境的活动, 嵌入身体意味着学习的实践性, 意味着个体直接经验的重要作用; 嵌入环境意味着知识的情境依赖性, 身体力行的实践经验是学习能否成功的关键^[10]。以具身认知理论为指导, 我们认为研究生不能习惯于做知识的接受者, 而要致力于成为知识的加工者和创造者, 变被动学习为主动学习。我们开展的“我教你学·以教促学”研究生微课建设就是基于具身认知的一种大胆尝试。

自 2007 年开始, 学校推出了研究生“人人学术报告”制度, 逐渐成为学校具有品牌效应的学术活动。

“人人学术报告”即要求每位研究生在学期间至少要面向师生公开作一场学术报告, 并邀请校内外知名教授进行点评。报告的内容可以是最新的学术前沿进展, 也可以是自己发表的学术论文, 还可以是自己学位论文的选题, 等等。通过这种方式, 研究生交流了学术思想, 激发了创新思维, 取得了良好的效果。

“我教你学·以教促学”研究生微课建设则是“人人学术报告”的拓展和延伸。“人人学术报告”要求研究生在理解透彻的基础上要“说得清楚”, 而微课则要求在此基础上还要“教得明白”。这就要求研究生从受众的角度考虑问题, 不仅要求他们对知识点有透彻的理解, 而且还要求他们能以通俗易懂的方式表达出来。研制过微课的研究生对此都有很深的体会。有的研究生为了拍摄短短的 10 分钟微课, 准备教学内容就花了一周的时间, 拍摄又花了整整一周的时间。尽管如此, 学生们都认为微课教学拍得值, 认识到通过“教”的换位思考促进了自己主动去“学”, 改变了以往对教学的简单认识。在这个过程中, 同时还既锻炼了自己的能力, 又体会到了教师上课的不易, 从而对教师多了一份敬佩和敬畏。

截至 2019 年底, 我们已经完成了第一批 50 门研究生微课的申报和遴选工作, 同时还启动了 500 门微课建设的计划。从微课的内容来看, 涵盖了学术前沿、研究方法、专业技能、职业能力等各个领域的主题。从参与对象来看, 涵盖了学术学位研究生和专业学位研究生, 尤其是教育硕士研究生的参与热情很高。很多教育硕士研究生都把微课视为对未来教师角色的模拟和对自己专业素质的一种检验。从微课的效果来看, 大部分教育硕士研究生都表现得落落大方, 充满自信, 展示了良好的教师素养。从突发的肺炎疫情过程中可以看到, 广大中小学教师或者录制微课, 或者上线成为“主播”。这也让我们更加坚信推行研究生微课建设的必要性和紧迫性, 更加坚信研究生“教”的能力与“学”的能力同等重要。

参考文献

- [1] 童康, 袁倩, 陈望. 推进高校内部教学督导制度建设的思考[J]. 教师教育研究, 2017(5): 64-68.
- [2] 柳礼泉, 张红明. 用思想政治教育方法培养研究生学习动机[J]. 学位与研究生教育, 2009(2): 13-16.
- [3] 洪大用. 扎根中国大地加快建设研究生教育强国[J]. 学位与研究生教育, 2019(3): 1-7.
- [4] 刘志. 研究生导师师德建设难题如何破解? [J]. 学位与研究生教育, 2019(11): 26-32.
- [5] 周文辉, 吴晓兵, 李明磊. 研究生参与导师课题研究的现状与对策[J]. 清华大学教育研究, 2011(4): 113-117.
- [6] 邓光平. 我国专业学位研究生培养模式改革的历史变迁与现实思考[J]. 高等教育研究, 2019(5): 64-69.
- [7] 黄宝印, 唐继卫, 郝彤亮. 我国专业学位研究生教育的发展历程[J]. 中国高等教育, 2017(2): 18-24.
- [8] 刘国靖, 胡亚男. 聚焦实践问题以横向课题牵引提升专业学位研究生培养质量[J]. 研究生教育研究, 2019(5): 65-69.
- [9] 刘益春, 李广, 高夯. “U-G-S” 教师教育模式实践探索——以“教师教育创新东北实验区”建设为例[J]. 教育研究, 2014(8): 107-112.
- [10] 叶浩生. 身体与学习: 具身认知及其对传统教育观的挑战[J]. 教育研究, 2015(4): 104-114.

(选自《学位与研究生教育》2020年第5期)