

# 高校课程思政与心理健康课程融合研究

朱逸涵

南京邮电大学马克思主义学院, 江苏 南京

收稿日期: 2023年5月16日; 录用日期: 2023年7月13日; 发布日期: 2023年7月20日

## 摘要

随着我国高等教育的不断深入, 高校学生的心理承受能力也随之不断增强。但随着互联网技术的发展, 社会环境复杂, 大学生也面临各种挑战, 同时也引发了越来越多的心理问题。心理健康课程是高校课程的重要组成部分, 也是高校学生思想政治教育的重要内容。高校是培养我国优秀人才的重要场所, 应该充分认识到心理健康教育与思政教育相结合的优点, 从而促进教学方法和教学内容的多样化, 以此促进我国高校教育事业的健康长久发展。

## 关键词

课程思政, 心理健康课程, 课程融合研究

# Research on the Integration of Ideological and Political Education and Mental Health Curriculum in Colleges and Universities

Yihan Zhu

School of Marxism, Nanjing University of Posts and Telecommunications, Nanjing Jiangsu

Received: May 16<sup>th</sup>, 2023; accepted: Jul. 13<sup>th</sup>, 2023; published: Jul. 20<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

With the deepening of higher education in our country, the psychological bearing capacity of college students is also increasing. But with the development of Internet technology, the social environment is complex, college students are also faced with various challenges, which also caused more and more psychological problems. The course of mental health is an important part of college curriculum, and it is also an important content of ideological and political education for college students. Colleges and universities are the important places to train excellent talents in our

country. We should fully realize the advantages of the combination of mental health education and ideological and political education so as to promote the diversification of teaching methods and contents, in order to promote the healthy and long-term development of our country's higher education.

## Keywords

Curriculum Politics, Mental Health Curriculum, Curriculum Integration Research

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 高校课程思政与心理健康课程两者的关系

### (一) 高校课程思政教育

中共中央国务院《关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》指出，要深入发掘各类课程的思想教育资源，在传授专业知识过程中加强思想政治教育，使学生在科学文化知识过程中，自觉加强思想道德修养，提高政治觉悟。党的十八大报告首次提出把立德树人作为各级各类教育的根本任务。高校课程思政教育就是在高校教育过程中，将思想政治教育融入高校教学的各环节各方面，通过学科渗透的方式实现高校思想政治教育目标。在相当长的一段时间里，高校的心理卫生和思想政治工作一直是分开进行的，各司其职。其实，心理健康教育除了对促进大学生健康成长、促进大学生健康心理品质的培养之外，还可以和高校课程思政有效结合在一起，通过学科融合达到心理育人、立德树人工作的协同推进效果。

随着我国以立德树人为根本任务的教育突飞猛进的发展，高校的心理卫生和思想政治教育课的融合发展也到了相对成熟的阶段，但也存在着一定程度的问题，大学生的心理健康问题不容小觑。教师要掌握好课程思政教育与心理健康教育之间的内在关系，将两者有机地结合起来，引导大学生建立起正确的人生观、世界观和价值观，使大学生在进行心理健康教育的过程中，能够提高他们的思想道德素质，从而推动他们的全面发展。

### (二) 高校心理健康课程

广义上的心理健康课程是指，学校为促进学生心理健康发展，运用相关心理教育方式和手段，培育学生良好的心理素质，促进学生身心和谐发展和素质提高的各类教育课程(唐柏林, 2006)。本文中所提及的心理健康课程则是狭义上的以选修或者必修形式设置的大学生心理健康教育课程，不包含其他形式的心理学相关课程。

高校的心理卫生教育工作，是以大学生的身体和精神发展规律为依据，通过心理辅导和咨询的方法，使大学生有一个好的认识，改变他们的反应特点，从而降低大学生的心理疾病，提高大学生的心理素质。所以，在高校中进行心理卫生教育课程，可以促进学生在未来走向社会后，提高辨别是非的能力。并且现在社会环境复杂，学生面临的心里问题复杂性加剧，重视心理卫生教育，结合课程思政工作，提升高校大学生的学习实效性，促进学生的全面发展。

### (三) 高校课程思政与心理健康课程两者的关系

对大学生进行心理卫生教育，主要是通过对大学生进行心理卫生教育，使其在成长过程中得到有效

的帮助,提高其心理素质;课程思政对大学生的教育、引导,使其人格健全,形成正确的价值观、人生观和世界观,符合大学生心理健康教育的本质。心理学“课程思政”指将思想政治教育的元素融入到心理学课程的教学中(李丽,李艳,刘迪,2017)。具体而言,即深入挖掘心理学课程所蕴含的思想政治教育元素,提炼出心理学课程中所“蕴含的爱国情怀、社会责任、文化自信、人文精神等价值范式”,实现知识传授、能力培养与价值引领的有机统一(燕良轼,周路平,曾练平,2013)。在心理健康教育中,有利于提高学生的社会适应性,课程思政与大学生心理健康教育能够形成协同育人效应,实现教育的时代价值。

在此基础上,提出了一种新的、有针对性的思想方法。高校学生心理健康教育为课程思政的实施提供了一个现实的渠道,这也是课程思政育人效果的体现。高校学生心理健康教育进行课程思政,对促进大学生的身心健康成长有着积极作用,在心理健康教育中缓解学生的心理疾病,及时对学生心理加以疏通和引导,保障学生的心理健康发展(李艳玲,史文芬,2018)。大学生思想政治教育与大学生思想政治教育之间既有差异,又有内在联系。将二者结合起来,可以通过课堂教学、课外活动等方式,对学生进行心理健康教育,促进其形成;而开展思想政治教育,可以促进学生的心理健康。高校心理健康教育和思想政治教育的差异性与关联性,是二者实现有效互补与融合的前提。

## 2. 高校课程思政与心理健康课程融合的必要性

### (一) 高校学生心理健康现状

大学生是一个心理还不够成熟的人群,他们受限于生活经验,易受挫折;与此同时,网络中的各种不良思想对大学生的影响,让他们失去了自己精神的指明灯。比如,现在短视频发达,各种思想潮流良莠不齐,有的甚至充满网络暴力、色情等等,大学生因为年龄小,思想发展还不够成熟,辨别各种意识形态的能力尚弱,这不仅会给大学生个人带来不可逆转的心理伤害,还让他们在大学期间一事无成,从长远来看,这对提高国民质量有很大的负面影响。互联网的虚拟性使当今的大学生拥有了复杂的人格,而媒介的隐蔽性则使他们能够通过匿名的形式进行交流,或许一个学生在同学心中的形象与在网络上表现出的形象会有很大的差别,在现实中,他是一个不善言辞的人,但在网络上,他可能会成为一个聊天高手。有些学生,在现实生活中,朋友不多,所以,他们的网络群也不少。在虚拟世界中,大学生们可以将自己的负面情绪发泄出来,他们可以肆意地表达自己的情感,长此以往,会造成大学生的心理健康出现危机,从而对大学生的发展产生了消极影响,甚至会发生违法的事件。高校学生出现心理问题时,碍于面子不向老师求教,但是网络解答是没有经过筛选的知识,同时网络知识鱼龙混杂、虚假难分,误导了学生,与专业老师解答出现严重偏差(李会,魏国方,2020)。

### (二) 高校心理健康教育课程实效性低

现在高校的心理健康教育做的比较有限,忽略了心理健康的复杂性,只关注意被心理问题困惑的学生。但是,并没有关注到现在随着社会环境的复杂而普遍在学生身上存在的心理健康问题。这样就会导致高校心理健康课程实效性低,只能满足小部分人解决心理问题的需求,对高校学生整体的心理健康发展不能起到好的推动作用。并且,现在处于飞速发展的新时代,信息技术的迅猛发展造成了各种思想涌入高校,其中也不乏错误的思想,社会层面的挑战加剧,这无疑不是给高校思想政治教育者增添了许多挑战。还有一部分老师,由于自身年龄的限制,没有和如今发展迅速的信息技术同步发展,始终沿用着传统的教学方法,忽略了学生作为教学主体的能动性。学生作为教学主体,在这种教学课堂上,失去了参与感,毫无疑问会丧失学习的积极性。因此,现在高校的心理健康课程要实现促进学生心理健康发展的目标依旧任重而道远,高校教育者应针对高校心理健康课程存在的问题,开始正确的心理健康教育工作,促进高校学生德智体美劳全面发展,为今后实现自我价值夯实基础。

### (三) 高校心理健康教育课程在思政教育过程中的重要作用

第一，这门课的目的是为了促进学生的身心健康，提高学生的整体素质，它的重点是帮助学生认识自己，使他们能够拥有一个健康的、独立的人格，从而提高他们的学习能力，情绪控制能力，人际关系能力等等。这就导致了，心理健康教育课程更容易包含思政教育的好素材，更便于教师挖掘思政元素，进行心理健康教育课程思政建设。第二，这门课是基于心理学的原理，通过思政教学的例子和案例，从心理学的角度来讲解，再加上学生的求知欲和学习热情，可以帮助思政教学。第三，通过心理测验、心理咨询、心理咨询等形式，加强对大学生心理素质的培养，对大学生心理问题的解答，使大学生能够进行自我心理调整，从而提升其对环境的适应性和身心的健康程度。

## 3. 高校课程思政与心理健康课程两者融合路径

### (一) 构建高校思政教育心理疏导体系

一方面，提倡思政教育心理疏导的实施路径要趋向于多元化，可以将日常生活、实践生活、大众传媒等作为基础，为学习者创造良好的思政理论知识学习环境，引导学习者充分体会到受教育者的人文关怀。所以，教育者要积极地对思政教育的管理模式进行创新，在日常的教学实践和宣传活动中，增强与学生之间的交流和互动，创造出一个良好的思政环境和互动环境。现代心理学认为，在一个人在成长过程中，非智力因素大概占 75%，而心理健康是其中最主要的因素。因此在此过程中，要不断落实心理疏导和人文关怀，使学生在课程建设中得到更多的情感体验，拉近与教育者的距离，把思政课教学环境的营造融入到心理疏导体系的建设中，使其成为课程建设的一部分。

同时，倡导“以人为本”、“以物为本”的“以物易物”的教育方式，这种方式对于构建“以物代人”的思想和行为模式有着重要的现实意义。学生对于外界事物的认识尚不够成熟，当遇到问题时，若得不到他人或教师的帮助，很容易走入歧途。在教学过程中，教师要时刻关注学生的心理状态，及时发现他们的异常表现，及时发现他们的异常情绪，从而使他们在生活中找到正确的方向。在现代社会中，学生面临着各种各样的压力，而产生压力的原因也比较复杂，无论是学习压力还是工作压力，都是导致学生产生焦虑的重要因素。因此，思政教育工作者在开展心理咨询时，应遵循本书所提倡的思政咨询的基本原理与方法，深入剖析学生的压力来源与现实需要，从多方面去理解学生的行为，引导学生树立正确的价值观，对学生进行全面的认识，促进学生的价值导向，最终构建出一套完整的心理咨询系统。

### (二) 构建“协同共生”共识机制，促进心理育人与思政育人融合

心理育人与思政育人，要形成“协同共生”的共识，促进两者的融合(张梅英, 2019)。而要想形成一个统一的体系，就必须要有心灵上的统一。在中国传统文化中，“和”的思想有着独特的内涵，其中以“和”的思想最为丰富，《淮南子·祀论训》就说：“天下之气，不在和。和者，阴阳调和，昼夜交替，万物生长。”提倡“和”观念，将大学心理教育与思政教育结合在一起，实现思政教育教师在工作中的平等、尊重和接受，同时，心理学教育教师也应领会“和”观念，与思政教育教师紧密协作，形成共同的共识。在“和”理念中，二者在精神上具有一致性，都关心大学生的心智与心理健康，互相学习，互相影响，共同培养。同时，基于协商一致，在价值观念中体现出“和而不同”。它的核心是帮助大学生正确认识自己、完善个性、提高其社会适应能力。思政育人，其核心是对学生的思想道德进行强化，对学生的言行举止更加重视，通过环境来塑造良好的人格。因此，从实践上来说，心理咨询和心理辅导能够帮助大学生解决心理难题和情感问题，但也只是权宜之计，不能彻底解决大学生的心理困惑。与思政教育相结合，从学生存在的心理问题入手，对价值观、人生观、世界观进行深入的反思，以更好地帮助大学生调整心态，提升他们的素质。从制度层面来看，要把心理教育和思政育人有机地结合起来，要完善协调机制，构建协同机制，特别要重视心理健康教育，从师资、设施条件等方面确保思政教育和

心理健康教育的深度协作。

### (三) 构建“协同共赢”体系，真正促进心理与思政联合育人

要明确思想政治教育与心理教育之间的关系，确立思想政治教育与心理教育“协同共生”的共识，在实践中不断改进“协同共赢”体系，确保思想政治教育与心理教育在思想政治教育与心理教育之间进行深入、充分的交流与协作，达到协同育人的目的。长期以来，心理教师与思政教师分属两个不同的专业，在实际的教学工作中，一些心理健康教师也有过大学生思政教育的经历，一些思政教师也有过大学生心理健康辅导的经历。两者具备合作的实践基础，但因协同机制不完善，各自处于相对独立的运行状态。因此，思政教师要加强对心理学知识、心理教育技能的培训和学习，掌握必要的心理教育能力；心理健康教育教师，也要积极学习思想政治课程知识，特别是提升政治觉悟，重视思政育人与心理育人的融合施教(朱韩兵, 2020)。强化教师的融合管理，以心理教育、思想政治教育的需要为依据，建立一个专门的融合育人部门，对思政教师、心理教师展开培训，并在育人方法上加深合作。通过构建各学科之间的协同合作机制，加强各学科之间的融合，让心理健康教育的专业人员承担主要道德教育的主体任务，达到“以德促心”的目的。心理教师要对学生的德育现状有一个深刻的认识，对学生的心智水平进行分析，把思想道德教育作为幸福人生的教育基础，来充实思政师资队伍。并通过心理疏导、心理干预等方式，让大学生认识并掌握相应的心理疏导手段，达到“以心促德”的目的。

### (四) 使用科学化的心理学工具促进高校课程思政与心理健康教育融合

在具体的实施过程中，可以通过量化、质化的工具分析教育个体的不同特质，从而使高校课程思政教育能真正体现以人为本，尊重个体差异。在积极心理学发展的过去10年中，已经创建、改进并广泛传播了一些分类和测量方法。如克利夫顿优势识别器(Clifton Strengths Finder)和克利夫顿青少年优势探测器(Clifton Youth Strengths Explorer)；价值实践(The Values in Action, VIA)优势分类，对成年和青少年进行VIA优势量表的测量；研究中心(The Search Institute)开发的研究中心学生生活概览：态度与行为(the Search Institute Profiles of Student Life: Attitudes and Behaviors)。上述测量工具都已有在线版本，并不断更新，有英语和其他语言的测试版本，虽然测量内容不尽相同，但目的均是用来识别个体基本优势。而在积极心理学引入思想政治教育过程中，极少提及测量工具，实证研究更是微乎其微。这应是未来实证研究深入的重要方面。

## 4. 小结

思政教育涉及多门学科，涵盖内容丰富，而心理学从知、情、意、行等多方面对人的心理发展进行深入研究，二者融合对思政教育发展具有重要影响。同时，现代心理健康教育所追求的是个体在身体、智能以及情感上，在与他人的心理健康不相矛盾的范围内，将个人心境发展成最佳状态，是当代高校人才综合素质培养的重要一环。现阶段，为顺应教育改革趋势，思政教育虽在不断进行改进，但仍存在部分遗留问题亟待解决，如教育方法缺乏创新、教育环境存在消极因素，制约着思政教育发展。因此，以心理健康教育为前提，以促进学生心理资本全面提升为重点，借助认知心理学知识指导思政教育，能够充分发挥思政教育育人功能。

总之，思政教育的终极目标是引导学生形成正确的三观，指导他们的工作、生活，同时也是保证他们身心健康成长的先决条件。这两个方面都对大学生的事业发展有很大的促进作用，大学要加强大学生的心理健康和思政教育，把这两个方面有机地结合起来，从而促进大学生的生命价值的实现，才能让他们更好地适应社会的发展。在经济全球化和互联网大规模普及的背景下，高校要保证学生思政教育和心理健康教育的结合，从而促进学生进行更好的思想教育，为我国的社会主义现代化建设培养出一批有文化、有责任、有担当的高素质心理学人才，进而推动我国高等教育的健康和长期发展。希望本文能引

发更多研究者对心理学“课程思政”的关注，促使更多的研究者探索心理学课程如何进行思想政治教育，以充分发挥心理学课程的立德树人价值。

## 基金项目

本文系 2022 年江苏省研究生科研创新计划“网络思想政治教育集成创新的复杂系统范式研究”(项目号: KYCX22\_0854)阶段性成果。

## 参考文献

- 李会, 魏国方(2020). “大学生心理健康教育”课程思政的探索与实践. *教育现代化*, 7(31), 131-133.
- 李丽, 李艳, 刘迪(2017). 讲好中国故事: 提升大学生思想政治教育话语权的四重意蕴. *思想政治教育研究*, 33(6), 73-77.
- 李艳玲, 史文芬(2018). 大学生心理健康教育课程开展课程思政教育的探索与实践. *黑河学刊*, (5), 144-145.
- 唐柏林(2006). *大学生心理健康教育*(pp. 4-7). 四川教育出版社.
- 燕良轼, 周路平, 曾练平(2013). 差序公正与差序关怀: 论中国人道德取向中的集体偏见. *心理科学*, (5), 1168-1175.
- 张梅英(2019). 协同创新: 高校心理健康教育与思想政治教育结合的发展之路. *高教学刊*, (23), 26-29.
- 朱韩兵(2020). 大学生心理健康教育与思想政治教育协同教学: 理念、问题与对策. *江苏第二师范学院学报*, 36(6), 76-80.