

积极心理学视角下探究高校思想政治教育的 应用路径

李 秀

江苏大学马克思主义学院, 江苏 镇江

收稿日期: 2023年8月23日; 录用日期: 2023年10月5日; 发布日期: 2023年10月17日

摘 要

积极心理学倡导, 人类应以正确积极的方式去看待自己的情绪, 认识自己的优势, 挖掘自身的潜质, 激励自己去追求成功, 获得幸福。高校是培养中国特色社会主义建设者和接班人的建设地, 不仅仅需要传授知识, 是提高大学生思想觉悟、培养健全人格的重要场所。高校更应该做好大学生思想政治教育的工作, 以良好的积极心态面对生活去迎接未知物的风险。积极心理学与思想政治课程密切相关, 二者促进学科发展, 丰富教学内容。文章通过对积极心理学和思想政治教育的内容以及必要性和可行性, 从一个新的角度来看待当前的问题, 剖析当前思想政治教育在积极心理学视角下的困境, 提出积极心理学融入高校思想政治教育的路径, 期望高校思想政治教育工作的不断完善。

关键词

积极心理学, 思想政治教育, 应用路径

Exploring the Application Path of Ideological and Political Education in Colleges and Universities from the Perspective of Positive Psychology

Xiu Li

School of Marxism, Jiangsu University, Zhenjiang Jiangsu

Received: Aug. 23rd, 2023; accepted: Oct. 5th, 2023; published: Oct. 17th, 2023

Abstract

Positive psychology advocates that human beings should learn at their emotions in positive way, recognize their advantages, explore their potential, and motivate themselves to pursue success and happiness. Colleges and universities are not only a place to train the students of socialism with Chinese characteristics, but also play an important role in imparting knowledge and improving college students' ideological consciousness and cultivate personality. Colleges and universities should confront the stakes of life to enhance the ideological and political education of college students with a positive attitude, which is closely linked to the ideological and political courses, and stimulate the development of the subject and enrich the teaching content. Through the connotation of positive psychology and ideological and political education to analyze its necessity, this paper focuses on the current problems to analyze the dilemma of the current ideological and political education from positive psychological, and brings it in ideological and political education to expect the improvement of ideological and political education in colleges and universities.

Keywords

Positive Psychology, Ideological and Political Education, Application Path

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. 引言

随着社会的深入发展和复杂多变的社会环境,各种文化思潮和价值理念之间的碰撞,多元化的价值观正以各种方式影响着高校学生。这些纷繁复杂的压力也在不同方面以不同程度影响着大学生的心理,对大学生的思维和价值产生深远的影响。尽管我国的教育注重以学生为中心,但却未充分挖掘其内在性格优势和积极品质,也时常忽视学生的个体需求和个性发展(陈雨桐, 2020)。从大学生的角度出发,如何进行高校思想政治教育工作以培养高尚的道德品质、成熟的政治观念,及良好的身心综合素质,塑造积极健康的新一代大学生成为高校思想政治教育工作者应该深思的问题。

积极心理学研究是一种以积极心理品质和积极力量为焦点的研究,是使个体和社会走向繁荣的科学(Seligman & Csikzentmihalyi, 2000)。该研究探讨了怎样运用积极心理学去挖掘个人的信心和希望,保持积极向上的心态来面对工作和家庭的压力,进而创造出充满希望的未来。积极心理学关注学生积极正向的方面,注重学生积极品质的培养,关注人们的积极心理取向,重视提升学生创造幸福的能力,开发和运用人的积极潜能,提升人的各种积极情绪体验,以实现人的全面发展(陈春慧, 2019)。在著作《积极心理学:关于人类幸福和力量的科学》中明确在积极视角下,围绕积极心理学的研究内容,系统地阐述人们如何能获得幸福感(Carr, 2008)。积极心理学是当前心理学的一项新趋势。其基本理念是发掘与培育人的优势,利用目前相对成熟的心理学方法来研究人类力量和美德等积极方面,以追求实现幸福人生,致力于建构一个积极和谐的社会组织系统(Sheldon, 2001)。由此可以看到积极心理学的目标、价值、理念等与高校思想政治教育中促进人的全面发展的教育目的相吻合,把积极心理学适当的运用于高校思想政治教育中,不仅可以应变新时期高校思想政治教育面临的困境与挑战,也能完善高校思想政治教育的内容、整合高校思想政治教育的方法。

2. 积极心理学与思想政治教育的内涵与基本内容

20世纪90年代,积极心理学开始受到重视,它强调要深入探索人类内在的积极心理特征,以及如何利用这些特征来提升个体的健康水平、实现幸福感,并且激发出更多的创造力,从而推动个体和社会的发展。第二次世界大战后,为了更好地治愈战争带给人们精神和心理方面出现的问题和创伤,心理学逐渐发展成为治疗疾病的病理式学科。积极心理学这一全新的研究领域也随之逐渐兴起。1998年,塞里格曼首次提出了积极心理学这一概念。相比于传统心理学关注治疗心理疾病这一已发生的心理问题,积极心理学则从预防心理疾病的角度,积极探索快乐幸福且有意义的人生应如何获取问题(龚光军,曹贵康,2009)。积极心理学鼓励我们以乐观的态度去看待自己的心理状况,从正面的视角去探索自身的潜能,发掘内在的优势,并以此为基础,为他人提供支持,以实现自我价值。积极心理学既强调主观维度又强调个体维度与集体维度,既强调主观的获得快乐、幸福、成功,也强调个体自我价值的积极实现,并由点到面的促进集体幸福的实现(任俊,2006)。

思想政治教育强调人们思想道德发展要与国家社会发展的要求相契合,我们必须重视并强化对未成年人的思想和品德建设工程,使他们能够更好地适应时代的变化,促进人的全面发展(李清华,2019)。中国共产党高度重视思想政治教育工作,将思想政治教育作为青年培养的一种手段。大学生是祖国未来发展建设的生力军,我们不仅要求在校里进行系统的素质教育,以提高学生的能力,还必须加大对他们的心理健康、社会责任感以及文化修养的引导,使他们能够在社会中形成正确的价值观念,让思想政治教育工作更具指向性。

全球化、信息化和多元化的发展下,各种文化思潮泛滥,高校大学生的心理和思想受到多重的冲击,也会引发诸多的心理和思想问题,这对高校的思想教育提出了更高的要求。积极心理学的出现为高校思想政治教育带来了一种全新的视角,它不仅可以激发学生的内在动力,还可以帮助他们更好地发挥自身的主体性,从而实现个体的全面发展。它的价值观是培养人的积极心理品质,从而使他们的人生更加充满活力,从而更有效地推动高校思想政治教育的发展,从而达到促进人的全面发展的根本目标。为了满足当前党和国家对高校思想政治教育的需求,我们必须进行改革和发展,以适应新的形势。探讨积极心理学与高校思想政治教育的内在联系,并探讨其应用于高校思想政治教育的必要性和可行性,能优化高校思想政治教育内容,提高高校思想政治教育的内生动力。

3. 积极心理学融入高校思想政治教育的必要性与可行性

(一) 有利于促进大学生自身的全面发展。当前,由于社会经济的飞速增长,大学生的心理健康状况变得越来越严峻,因此,为了帮助他们更好地实现个性化的成长,提升他们的综合素质,应当采取一系列措施,包括加强课堂教育、提升个性修养、拓宽视野、增强实践能力。近年来,随着新冠病毒的爆发,许多大学毕业生都受到了前所未有的挑战。他们不仅会变得焦虑紧张,还或许会出现抑郁症状。由此,在思想政治教育工作注重学生的心理健康教育,这不仅是由思想政治教育和心理健康教育的关系决定的,更是由目前的现实问题决定的(曾长秋,凡欣,2015)。在当今的世界中,高校作为实现中华民族伟大复兴教育基地,更应该促进大学生的全面发展。习近平总书记在全国高校思想政治工作会议中强调:“思想政治工作从根本上说是做人的工作,必须围绕学生、关照学生、服务学生,不断提高学生思想水平、政治觉悟、道德品质、文化素养,让学生成为德才兼备、全面发展的人才。”当前党和国家十分重视思想政治教育中人的各方面发展。

新时代下,国家强调培养德、智、体、美、劳全面发展的时代新人,这不仅需要高校大学生拥有扎实过硬的专业知识能力,还需要有思想道德修养以及强大的心理素质。高校在思想政治教育中借鉴积极心理学中积极的理念与方法,加强高校大学生积极心理品质的培养,使大学生积极主动的投身于学习和

实践中去,以更加积极主动的心态面对各种变化和影响,实现能力的全面提升。

(二) **有助于提升思想政治教育的理念和方法的有效性。**思想政治教育是一种旨在通过有意识、有目标、有计划的方式来培养人们道德品质和行为能力的活动(张耀灿, 2007)。在传统思想政治教育理念的影响下,高校思想政治教育工作者在教育过程中注重灌输知识,变成纠正问题式的、强制的、被动的活动,而缺乏对大学生内心世界的关注和理解,导致降低学生对思想政治教育的学习兴趣、学习的积极性与主动性。积极心理学重视个体价值的实现,关注人的优势、个性以及个体差异。将积极心理学的观点融入思想政治教育,有助于转换思想政治教育理念,更注重发挥学生的主体性。在高校思想政治教育过程中,增加学生的积极情绪体验,需要运用积极心理学的相关方法,去促使学生在接受思想政治教育的内容时更加的内化于心,外化于行。

(三) **积极心理学与思想政治教育理念上都注重人文关怀,助力人的全面发展。**以人为本强调人文关怀和心理疏导。我国的高校思想政治教育秉持育人的核心思想,旨在通过实际行为来培养和提升学生的素质,以促进他们的成长和进步。思想政治教育工作既要求以学生为中心,开展思想政治教育,将党的理论方针政策贯穿落实其中,提升政治素养和个人能力,又要注重对特殊学生现实情况的关心,进行思想引导和心理疏导。积极心理学尊重个体的主体性地位,发掘个人潜能、肯定个体价值,关注个体积极品质的培养和积极情绪的体验,获得主观幸福、实现生命价值的理念也契合了人文关怀的实质。

借鉴积极心理学的相关理论与方法入思想政治教育,创新了思想政治教育的方法。受传统思想政治教育影响,倾向于纠正学生的问题,忽视学生本身现存的潜在的积极道德品质。积极心理学强调主张的积极主观体验、积极人格特质研究以及积极社会环境研究帮助受教育者实现其个体价值,与传统的疏导教育法、比较教育法、典型教育法、等方法为主的方法体系互相增补(陈莉, 2022)。有助于不断提升学生在思想政治教育中的主体地位,激发学生创造力,不断提升学生的自我价值,促进对学生积极心理品质的培养,不断增强高校思想政治教育的针对性、有效性和亲和力。

4. 积极心理学在高校思想政治教育存在的困境

然而,当前我国高校思想政治教育实践显现出一些负面状况,体现为思想政治教育的颓废模式和低效作用。在积极心理学视角下来看一是注重问题的消极模式。教育工作者们习惯于重视个别学生的问题,用问题模式来进行思想政治的教学工作,在这个模式下教师们致力于处理个别学生的问题,而忽视了全体学生良好品格的发现与培养,无法培养学生积极情绪和道德发展的需求。二是理论与实践的相脱离。思政教育偏重于枯燥单一的教学内容,在教学方式上仍是灌输式的说教,现实性与生活性明显缺失,学生的主体性和能动创造性被忽视(万金店, 2013)。中国高校大学生思想政治教育还存在一定困境,陈银平就提出积极心理学视角下高校思想政治教育有的问题,教师注重问题而轻视优势,缺乏人文主义的教育理念,教育理念偏驳,教育方法僵化死板,对积极情绪的培育不足,忽略积极人格塑造等等(陈银平, 2015)。在当前注重知识教育的大环境下,推进积极教育发展,更好的贯彻“以学生为本”的教育理念,让学生在充分了解自身优势和能力,促进积极人格的形成仍有一定的困难。

(一) **从学生层面看,高校大学生个体差异化大,教育理念偏差。**社会的快速发展,高校大学生受家庭、社会和人际关系的影响,不同地区不同民俗文化的影响大学生的心理状况复杂多变。随着网络信息化的发展,大学生接触网络资源信息增多,更有可能受到网络中负面信息的侵蚀,这也会对他们的心理健康造成潜移默化的危害,从而影响自身心理健康发展。为了更好地应对当前的大学生心理问题,我们需全面地研究他们的内心世界,进行适合的教育理念。教育理念指教育主体在教育实践和思维活动中形成的对教育应然的要求和认识(张典兵, 2012)。现代教育理念强调以学生为中心,教育工作应紧密围绕学生展开,强调全面发展的理念。但是,目前存在着在高校思政教育者和受教育者之间共识不强,无

法理解受教育者的内心,教育过程与教育理念未能与时俱进(吴秀霞,2010)。当前高校思政教育工作中存在教师对学生观片面、狭义的理解。教师只关注学生出现的问题,而忽视对学生的教育管理。在这种教育理念下开展思想政治工作,并不能把目光集聚在大学生的优秀品德,对形成积极的品质和优良的品德作用较微(吴秀霞,2010)。在思想政治教育过程中不能依据实际情况、具体需求来进行有效的思想政治课堂,生拉硬套的方法只会导致大学生对思想政治教育产生反感,阻碍大学生发挥主动性,达不到思想政治教育预期目标。

(二)从教师层面看,高校教育者教学积极素养不足。高校思想政治教育工作的主体主要是思政教师、辅导员或部分学生工作者。思政教育往往着重于教书教学却忽略了教书育人,老师往往在教学上缺少感情的倾注,在教学中更偏向知识介绍,对学生情感沟通也较少,甚至没有对学生课堂表达的重视。而传统的思政教学,总是以问题化、消极化的眼光对待学生,偏重对学生“问题”的研究,而忽略了对学生自身潜力的发挥;偏重解决学生的基本问题,忽略了发现与培育学生的积极精神;偏重指责和说教,忽略考虑学生的心理需要(张勇志,2015)。教师主导地位的积极性发挥不足,忽视学生主体地位的发挥,忽视大学生的积极品质,不能与大学生形成良性互动,调动学生积极性。思想政治教育在培养学生过程中易忽视他们的个体感受,对学生的个人利益诉求关注不够。以前的传统教育方式强调道德观念,对知识的枯燥灌输也很难引起共鸣,致使学生容易消极情绪,很难激起学生内心(杜亚男,2016)。教育者在教学中积极性不足,存在片面的学生观,导致出现职业倦怠。学生观指的是:“教育者对学生的基本看法,它支配着教育行为,决定教育者的工作态度和方式”(吴秀霞,2010)。由于辅导员们忙碌地完成自己的日常任务,很难抽出足够的精力来关心和了解他们的状态,也会使他们产生职业疲劳。由于日常的管理任务,辅导员很少花费精力去深入了解学生的情况,而且他们的思想政治教育及其相应的心理健康指导也存在着许多问题,尤其是那些没有足够的专业技术的高校辅导员,更是无法提供全面的指导。尽管许多高校都受到了国家的鼓励和扶植,并且已经成功地建立起自己的心理健康服务体系,但是由于缺乏充分的关注和投入,这些服务体系的规模依旧很有限,而且教职工的数量也相当有限,而且还缺乏必要的硬件设备。

高校大学生心理健康问题也越来越成为教育工作者的重点。在新时期,高校思想政治教育更应该做到与心理健康教育相结合,加强大学生心理健康教育与大学生思想政治教育的互通。改善教师工作者对学生心理欠缺把握、重理论轻实践的问题,不仅促进积极心理学发展,也能促进大学生心理健康的发展,从而达到大学生思想政治教育目的增强大学生思想政治教育实效。

5. 积极心理学应用于高校思想政治教育的途径

(一)加强以人为本的思想政治教育理念。一方面应当充分肯定并尊重大学生的多样性与创新精神,深入挖掘他们的智慧、思维、情感、价值观,以及他们的内心世界,有选择、有针对性的帮助其进行个性化发展,引导其加强自我教育,提高主体意识。

另一方面更新教育理念,塑造积极人格。大学期间是大学生人格发展成型的关键时期。教育者不应将思想政治教育作为一种工作去处理问题而已,仅仅关注如何解决学生面临的问题,而更应该帮助他们认识到自己的优势,并发挥出积极的力量。通过巩固和加强这些积极的力量,促进积极人格特质形成。所以,高校思想政治教育可以借鉴积极心理学中积极人格理论,发掘学生的品格优势与美德。教师要关注大学生的积极品质,应树立积极心理品质,正确处理学生问题(王琪,2023)。思想政治教育工作者应该努力发掘学生的潜能,激发他们的积极性,并且让他们拥有更多的机会去实践自己的理想。教师应该始终把学生的需求放在首位,关注他们的心理变化,并给予他们正确的指导,帮助他们发展出自己的独特个性,对于学生身上所具备的积极品质应予以积极的回应,将大学生的注意力积极转移到自身发展、自

身成长中,强调积极的价值,培养大学生的成长性思维,鼓励学生继续朝着正确的方向前进。

(二) **提升高校教育者教育的素质与能力。**在高校思想政治教育中,教师扮演着至关重要的角色,对拥有高水平、高素质和过硬专业知识的师资队伍,对于大学生思想政治教育实效性具有重大的意义。一方面促进教师人格完善,建立积极的师生关系(王铎, 2018)。思想政治教育工作者应当拥有出色的品质和崇高的道德标准,不断提升自身素养,及时汲取经验教训,改变思维模式,更新教育观念,探索创新的教育方法。在进行思想政治教育过程中,要给予学生热情的关注和赞扬,赋予学生积极建设性的回应,建立良好的师生关系。

另一方面,在多元化的社会中指导学生,教师应该要与时俱进,提升自己的综合能力,实现教书与育人。要想更好的以积极心理学融入思想政治教育中,教育者应该加强积极心理学理论知识和实践应用的学习,在教学的内容中融入积极心理学的相关内容,提高大学生思想观念的同时增强大学生的心理素质,助力大学生成为有理想、有道德、有文化、有纪律的青年,教育者应认真分析时代发展特点,提升研究思维,发展研究能力,不断完善自身,以适应新时代的变化发展。

(三) **创新思想政治教育的内容。**根据积极心理学的观点,个人对所学内容的热情和需求会对他们的学习投入产生重大影响。因此,高校的政治教育应该随着时代的发展而不断更新,以满足个人的成长需求。一方面继承和发展中华优秀传统文化。积极心理学强调,文化不仅仅可以激励个体的潜能,更可以帮助他们获得更大的自主性,从而达到更好的社会效益。中华五千年的历史沉淀出来的精华,蕴含着深刻的道德观念、价值观念以及智慧,而大学的思想课程也应该融入这些精华,学习其中的人生哲学和智慧。另一方面应弘扬和培育社会主义核心价值观与思想政治教育相结合。大学生应以社会主义核心价值观引领自己精神层面,并在此基础上进行思考、决策,做出正确的价值判断和行为选择,以自身积极的价值观实现国家富强、社会繁荣、人民幸福。

当前,我国高校逐渐引入了积极心理学这一课程进入校园,并也不断加强思想政治教育工作者的教学素养与积极素养,坚持以人为本的教学理念,关注学生的心理状态,更加关注学生的个性化需求,发掘学生的优势。对促进学生的全面发展,身心健康发展具有促进作用,在培养学生积极心理品质发挥着显著成效。在党的二十大就提出了“大思政课”的理念,依据课程的特点,把中华优秀传统文化、传统美德、理想教育等融入专业课教学中,引导学生树立正确的世界观、人生观和价值观,对高校学生坚定中国特色社会主义道路自信、理论自信、制度自信、文化自信发挥重要作用,高举社会主义旗帜,增强担当。不少高校教师工作者在课堂中也在逐渐使这种理念潜移默化的进入学生的脑海里。此外,在创新思想政治教育内容上,不少高校开展了许多的校级选修课程,如传统音乐、诗歌赏析、茶文化等选修课程,丰富了学生的文化生活和精神生活,也有利于高校学生发挥自己的积极情绪,选择自己喜欢的活动和课程,更好的发挥自己的主动性和创造性。

6. 结语

把积极心理学相关理论应用于高校的政治教育研究中,这为高校思想政治教育的创新和发展提供了新的方法和思路,也启示着高校思想政治教育理论与实践的创新和发展,有利于高校思想政治教育的发展。积极顺应着当今教育越来越强调人文关怀的需求,为思想政治教育的培育工作也带来了生机与活力,对增强高校思想政治教育的针对性、有效性发挥着重要作用。对培养积极人格、发掘积极品质、促进大学生自由而全面发展都具有深刻意义。

参考文献

曾长秋, 凡欣(2015). 积极心理学与高校思想政治教育. *河南师范大学学报(哲学社会科学版)*, 42(1), 185-188.

- 陈春慧(2019). 基于积极情绪体验的大学生思想政治教育. *闽南师范大学学报(哲学社会科学版)*, 33(1), 157-160.
- 陈莉(2022). 基于积极心理学的思想政治教育创新实践. *中学政治教学参考*, (38), 95-96.
- 陈银平(2015). 积极心理学应用于高校思想政治教育的思考. *高教探索*, (7), 87-90.
- 陈雨桐(2020). *积极心理学视角下高校思想政治教育新思路研究*. 硕士学位论文, 北京: 北京林业大学.
- 杜亚男(2016). 大学新生心理失衡期的分析与对策——基于积极心理学视角. *法制与社会*, (23), 229-230.
- 龚光军, 曹贵康(2009). 基于积极心理学视角的大学生思想政治教育. *教育与教学研究*, 23(5), 25-27.
- 李清华(2019). 积极心理学与思想政治教育的有效契合. *中学政治教学参考*, (30), 69-70.
- 任俊(2006). *积极心理学*. 上海教育出版社.
- 万金店(2013). 试析积极心理学在思想政治教育领域的应用. *学校党建与思想教育*, (2), 92-93.
- 王铎(2018). *积极心理学在高校思想政治教育中的应用路径探索*. 硕士学位论文, 杭州: 浙江工商大学.
- 王琪(2023). 积极心理学融入大学生思想政治教育的路径探究. *辽宁工业大学学报(社会科学版)*, 25(3), 99-101.
- 吴秀霞(2010). 论高校思想政治教育可持续发展的几个问题. *山东师范大学学报*, 55(6), 102-105.
- 张典兵(2012). 教育理念的意义建构及形成策略. *教育导刊(上半月)*, (5), 5-8.
- 张耀灿(2007). *思想政治教育学原理*. 高等教育出版社.
- 张勇志(2015). 关于大学生思想政治教育与积极心理教育整合的思考. *教育评论*, (3), 68-70.
- Carr, A. (2008). *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Superiority*. China Light Industry Press.
- Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology. *American Psychologist*, No. 1, 5-14.
- Sheldon, K. M., & King, L. (2001). Why Positive Psychology Is Necessary. *American Psychologist*, 56, 216-217.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.216>