

大学生心理健康教育课程思政元素的嵌入路径

俞海侠,王巧智

(辽宁大学心理咨询中心,辽宁沈阳 110036)

[摘要]大学生心理健康教育课程属于高校的一门公共必修课,它作为高校心理健康教育教学工作的重要组成部分,在培育大学生综合心理素质方面发挥着非常重要的作用。随着课程思政建设在全国高校的深入推进和全面实施,大学生心理健康教育课程建设要立足自身特点与优势,深入挖掘并系统梳理课程中的思政元素,从教学理念、教学内容、教学方法、教学过程、教学考评等方面做好统筹规划和顶层设计,为大学生心理健康教育课程建设提供战略指引方向。

[关键词]大学生心理健康教育;课程思政元素;嵌入路径

[中图分类号] G441; G641

[文献标识码] A

[文章编号] 2096-711X(2025)19-0028-03

doi:10.3969/j.issn.2096-711X.2025.19.010

[本刊网址] <http://www.hbxb.net>

引言

高校学生心理健康教育课程是集知识传授、心理体验与行为训练为一体的公共课程。心理健康教育课程作为高校心理健康教育教学工作体系中的重要组成部分,对于促进大学生身心健康成长具有不可替代的作用。新时代下,智能化信息技术的发展改变了人们的生活环境和生活方式,人们生存环境中存在诸多不确定因素,也给大学生的心理健康造成了巨大挑战。大学生的心理健康状况不仅直接影响其自身的全面发展,也关系到国家的未来和民族的希望。高校作为国家高级人才的培养基地,承担着民族振兴的重要责任,做好大学生心理健康教育工作是其重要任务之一。心理健康教育课程可以作为学校心理健康教育的主渠道,最大限度地普及心理健康教育。

按照教育部门的文件要求:把高校学生心理健康教育课程纳入教学计划和培养方案,主干教育课程作为公共必修课设置2个学分,32~36个学时。目前全国高校基本都开设了大学生心理健康教育课程。在课程思政理念提出之前,大学生心理健康教育课程主要侧重于心理学专业知识的传授和心理调适技能的训练,较少关注课程本身蕴含的思想政治教育资源,在教学过程中没有计划性地融入思政元素,缺乏知识传授与价值引领的有机统一。2020年6月,教育部印发《高等学校课程思政建设指导纲要》指出:落实立德树人根本任务,必须将价值塑造、知识传授和能力培养三者融为一体、不可割裂。全面推进课程思政建设,就是要寓价值观引导于知识传授和能力培养之中,帮助学生塑造正确的世界观、人生观、价值观,这是人才培养的应有之义,更是必备内容。

随着课程思政建设在全国高校的深入推进,大学生心理健康教育课程面临着新的机遇与挑战。如何深入挖掘并系统梳理大学生心理健康教育课程中的思政元素,探索科学合理的嵌入路径,进一步明确大学生心理健康教育课程建设的价值与方向,成为当前大学生心理健康教育课程研究领域的重要热点课题之一。

一、课程思政与大学生心理健康教育课程的内在契合性

(一)育人目标具有一致性

课程思政的核心目标是通过深入挖掘各类课程所蕴含

的思想政治教育元素,并把思想政治教育全方位融入课程教学的每一个环节之中,达成知识传授与价值引领的完美融合,让学生在丰富学识的同时,塑造优秀品格,最终培育出德智体美劳全面发展的社会主义建设者与接班人。而大学生心理健康教育课程,其目标在于普及心理健康知识,传授心理调适技能,助力大学生清晰、准确地认识自我并欣然接纳自我,逐步健全人格品质,大力提升心理调适能力以及社会适应能力,从根本上也是着眼于大学生的全面成长与发展。由此可见,课程思政与大学生心理健康教育课程在育人目标方面呈现出高度的契合性,两者均紧密围绕高校立德树人这一根本任务,从不同维度、以不同方式共同为大学生的全面发展筑牢根基,为高等教育的人才培养质量提升贡献力量。

(二)教育内容存在互补性

课程思政强调教学内容要紧紧围绕坚定学生理想信念,以爱集体等为主线,围绕家国情怀、文化素养、道德修养等重点优化课程思政内容供给,系统进行中国梦教育、社会主义核心价值观教育、法治教育、劳动教育、心理健康教育、中华优秀传统文化教育,大学生心理健康教育课程在关注大学生心理健康维护和心理素质提升的同时,也注重培养大学生的积极心理品质、良好人际关系、社会责任感、团队合作精神等,这些内容与课程思政的教育内容相互补充、相互交融。例如,在大学生心理健康教育课程中培养大学生的自我意识和自我实现时,可以融入理想信念、爱集体和中国梦的引导;在培养压力挫折应对能力和坚韧不拔的意志品质时,可以介绍马克思主义辩证唯物主义世界观和方法论,引导大学生正确看待挫折与困难;在讲授大学生的人际沟通时,可以融入社会主义核心价值观中的“友善”“和谐”等。

(三)教育过程兼具协同性

课程思政贯穿于高校人才培养方案制定、课程体系建设、教材编写选用、课堂教学组织、实践教学环节、课程考核评价等人才培养全过程,注重发挥各门课程的协同效应,形成全员全过程全方位育人格局。大学生心理健康教育课程作为高校课程体系中的重要组成部分,其教学过程也并非孤立存在,而是与其他课程教学以及学校的思想政治教育工作相互关联、相互影响。在教育过程中,大学生心理健康教育

收稿日期:2025-3-14

基金项目:本文系2023年度辽宁大学本科教学改革(课程思政)项目“基于课程思政的《大学心理健康教育》教学模式改革研究”的研究成果(项目编号:JG2023KCSZ35)。

作者简介:俞海侠(1976—),女,辽宁葫芦岛人,辽宁大学心理咨询中心副教授,主要从事高等教育、心理健康教育研究。

课程可以与思想政治理论课程以及其他专业课程协同育人。例如,思想政治理论课程为大学生心理健康教育课程提供了的思想保障,大学生心理健康教育课程会为思想政治理论课程的学习提供科学方法和心理解释;专业课程学习中遇到的问题及其解决过程以及个人感受到的压力与困惑可以成为大学生心理健康教育课程的教学素材,而大学生心理健康教育课程中学习到的心理知识、技能和个人的积极心理品质,帮助大学生更有效率地学习其他课程包括专业课程。这种教育过程的协同性,有助于形成高校思想政治教育的强大合力。

二、大学生心理健康教育课程思政元素的嵌入路径

(一)提升心理健康教育教师思政素养,塑牢教师思政理念根基

思政元素融入大学生心理健康教育课程,若要生根发芽,开花结果,需要技术水平过关的培育师。加强大学生心理健康教育课程思政能力建设,心理健康教育教师是关键,要整体提升心理健康教育教师的课程思政理念和能力。首先,增强教师的课程思政意识和责任感。高校应加强对心理健康教育教师的思想政治教育,引导心理健康教育教师深刻认识课程思政的重要性和内涵,使教师在思想上高度重视思政元素的挖掘与嵌入工作。例如可以通过组织专题培训、开展理论教学研讨会、参加学术会议、鼓励教师自学等方式,拓宽心理健康教育教师的思想政治教育视野,强化他们的思政育人观念。其次,提升教师的思政理论水平和教学能力。学校应要求心理健康教育教师加强对社会主义核心价值观、中华优秀传统文化等思政内容的学习和研究,不断提高自身的思想政治素养,为心理健康课程思政教学奠定坚实的理论基础和储备;整合心理健康教育和思政教育教师资源,加强两个领域教师的合作与交流,组建教学团队和科研共同体;鼓励心理健康教育教师开展课程思政相关的教学研究,给予必要的支持和奖励,提升教师课程思政建设的动力与能力。最后,建立健全心理健康教育教师课程思政教学考核评价机制。将心理健康教育教师在课程教学中融入思政元素的情况纳入教学考核评价指标体系,对教师课程思政教学效果进行定期评价和反馈,激励教师积极探索心理健康课程思政教学方法和创新教学模式,不断提高心理健康课程思政教学质量。

(二)优化心理健康教育课程教学内容,精准融入思政元素

大学生心理健康教育课程教学内容主要包括三个部分:第一部分,对心理健康的了解;第二部分,对自我的了解,例如自我意识与人格发展;第三部分,心理调适能力的提高,例如生涯规划、大学生学习、情绪管理、人际交往、恋爱与性、压力管理与挫折应对,生命教育与心理危机应对。在保持课程原有知识体系和教学框架的基础上,不同的教学主题和知识点可以融入相应的思政要点,使思政教育与心理健康教育有机结合、相得益彰。例如,在“大学生自我意识发展”章节,可以融入马克思主义关于人的全面发展理论,引导大学生全面客观认识自我,接纳自我并完善自我,不断协调实现自我与理想自我的差距,最终挖掘自身潜能,实现理想自我;在“大学生情绪管理”章节,结合社会主义核心价值观中的“友善”“和谐”等理念,教导大学生培养乐观向上、积极健康的情绪;在“大学生人际交往”章节,结合中华优秀传统文化中的“讲仁爱、守诚信、崇正义、尚和合、求大同的思想精华”,劝导学生诚实守信、平等包容地营造良好的人际关系;在“大学生压

力与挫折应对”章节,借鉴历史上激发斗志的名人或革命先辈们艰苦奋斗的事迹,提高大学生的挫折承受力和坚韧不拔的意志品质;在“大学生人格塑造”章节,深入挖掘中华优秀传统文化中的人格修养思想,如儒家的“君子之道”,培养大学生高尚的道德情操和健全的人格品质。同时,在教学案例的选择上,要注重选取具有思政教育意义的典型材料,通过案例分析引导大学生在解决心理问题的过程中,接受思想政治教育的熏陶。

(三)创设心理健康课程教学方法,促进思政元素进脑入心

教学方法是影响教学效果的关键因素。为了使思政元素更好地融入大学生心理健康教育课程教学过程,需要设计并创新教学方法,增强课堂教学的感染力,提高学生的学习兴趣 and 课堂学习效果,让学生切实领会和真正接受思政教育。第一,采用蕴含思政教育价值意义的案例教学法。结合社会热点问题、大学生关注的焦点问题以及大学生在学习生活中遇到的实际心理问题,找到其中蕴含的思政教育意义的价值点,设计恰当的问题,深入地分析,或引导大学生讨论,在解决问题的过程中,将思政元素融入教学法中。例如,针对大学生恋爱问题,组织学生讨论如何在根据斯滕伯格的爱情三因素理论树立正确的恋爱观,引导学生将恋爱、婚姻与个人责任和社会责任相结合,培养学生的责任感和担当意识。第二,设计发挥思政教育意义功能的体验式教学法。通过开展心理拓展训练、角色扮演、团体辅导等体验式教学活动,让大学生在亲身参与和体验中,在教师的启发和引导下,感悟思政教育的价值点。例如,安排无领导小组讨论任务,培养学生的团队协作精神、沟通能力和领导能力,同时引导学生体会集体力量和荣誉感。第三,借助现代教育技术手段实现思政教育传导。借助多媒体教学、网络教学平台、虚拟现实技术等手段,实现思政教育任务。例如,利用网络教学平台资源和多媒体教学播放具有思政教育意义的视频资料等;利用虚拟现实、增强现实新技术创设沉浸式教学情境,让学生身临其境地感受传统文化气息等。

(四)完善心理健康课程教学过程,全程渗透思政教育

课程教学过程是教师引导学生学习的一系列活动过程。从教与学过程的微观模式视角,这些活动过程主要包括教学准备、教学实施和教学评价三个阶段。教学过程全方位渗透思政元素就是将思政教育渗透到大学生心理健康教育课程教学的三个阶段。第一,教学准备阶段,教师需要分析心理健康课程的教学内容;明确可以融入其中的思政教学目标;根据教学内容和思政要点,选择合适的教学方法,并合理安排思政元素在整体教学中的步骤和时间分配;收集教学资源,制作思政教学所需的材料。第二,在教学实施阶段,在导入环节,可以通过事先设计的呈现方式、步骤和准备好的教学内容与材料,可以引出思政教育主题,为课堂教学奠定思政引导基础;在课堂讲授环节,教师发挥主导作用,设计思政元素穿插到教学安排之中,进行思想政治教育熏陶;在课堂互动环节,教师要耐心倾听学生观点,及时反馈,多给予正向强化反馈,针对学生的思想误区和价值困惑,展开个别化和有针对性的思政引导;在课外作业布置、课程考核评价等环节也要体现思政元素的融入。例如,课外作业可以要求学生撰写与思政主题相关的心得体会、案例分析报告等;课程考核评价可以将学生在课堂讨论、作业完成、实践活动等方面所体现出的思想政治素质纳入考核范围。第三,在教学评价阶段,教师对课堂教学内容进行总结,同时概括思政教育观

点,引导学生回顾并反思,将所学的思政理念内化为自己的思想认识和行为准则。需要说明的是:在教学过程各个环节渗透的思政元素,是因时、因场景与教学内容的不同而灵活弹性地设计安排,绝不是机械生硬地强迫布置。

(五)心理健康教育课程教学评价涵盖思政元素,建立多维度评价体系

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,包括两个方面:第一是对教师的课堂教学进行评价,二是对学生的发展状况是否达到教学目标的要求进行评价。心理健康教育课程教学思政元素嵌入情况的评价涉及教师和学生两个主体,既要考虑到对心理健康教育教师思政元素融入教学过程中的教学行为及其效果进行的价值判断,还要考虑到学生在课堂中接受思政教育后是否在相应的认知、情感和技能等方面有所发展和进步。第一,实现教师课堂教学思政元素嵌入情况的评价方法有:课堂观察和听课法;录像评价法;问卷法。对教师课程思政元素嵌入情况评价的目的是,及时发现存在的问题,如果存在不合理或不完善的情况,及时反馈给当事教师,要求其针对性地调整改进,保障课程思政建设能够持续优化、不断发展。第二,对学生课程嵌入思政教育的学习成效的评价,首先要明确评价的目标是属于非认知领域的评价,即学生对思政内容的接受度、理解度以及践行情况等的考察和价值判断。实现上述评价任务的途径包括:学生自评和教师综合评定。学生自评也包括学生小组评议;教师综合评定可以综合其他相关教师共同参与,例如辅导员、听课的督导教师和领导干部以及导师,他们都是实际参与课堂的重要成员。总之,心理健康教育课程教学思政元素嵌入情况的评价,应开展过程和成果、主观和客观、外因和内因的多维评价。

(六)拓展心理健康教育课程实践教学途径,辐射思政教育功能

大学生心理健康教育课程也包含部分实践教学,实践教学也是融入思政元素的重要平台。通过整合课程实践教学项目,可以将思政教育延伸到课堂之外、校园之外,使学生在心理健康教育实践活动中深刻理解思政理论,提高自身思想

政治素质。第一,加强大学生团体心理辅导互动,通过团体辅导的多样化和互动性。比如学业辅导小组、升学就业辅导小组、时间管理小组、自我探索辅导小组等;第二,开展形式多样的心理健康教育主题实践活动,如组织心理健康知识竞赛、演讲比赛、心理咨询体验活动、心理趣味运动会、校园心理剧大赛、班级心理健康主题班会等,将思政教育元素贯穿到活动过程之中。例如,在心理健康知识竞赛、心理趣味运动会或演讲比赛中设置小组合作任务,强化团队意识;在校园心理剧大赛中,要求学生创作具有思政教育意义的剧本,并且可以在其中设计一些有关道德困境、价值抉择的内容,并将正确的价值导向展现在故事情节演绎中。第三,组织学生参加社会实践活动,如社区心理健康服务、志愿者活动、社会调研等,让学生在校园之外的实践活动中了解社会、服务社会,增强社会责任感和使命感。例如,可以安排心理调研活动,采取论文或报告的形式考核学习效果,引导学生运用辩证、发展的观点分析和解决问题,培养学生的创新思维;组织学生作为志愿者到中小学班级参加教育教学实习或见习,参与大一—小学教育工作一体化建设,锻炼工作能力,强化社会责任;组织学生参与全国心理委员或心理剧大赛,让学生在自我价值展现中感受专业责任;可以组织学生参与社区心理健康宣传和咨询服务活动,传播正能量。

参考文献:

- [1]普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求(教思政厅〔2011〕5号)[EB/OL]. http://www.moe.gov.cn/srcsite/A12/moe_1407/s3020/201105/t20110528_120774.html.
- [2]高等学校课程思政建设指导纲要(教高〔2020〕3号)[EB/OL]. https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2020-06/06/content_5517606.htm.
- [3]俞海侠.高校心理健康教育工作概论[M].沈阳:辽宁大学出版社,2012.
- [4]徐薇,叶笑云.“课程思政”融入大学生心理健康教育的探索和实践[J].黑龙江教师发展学院学报,2023(3).
- [5]田刘凌.大学生心理健康教育中的互联网+课程思政建设研究[J].现代职业教育,2023(10).

Analysis on the Methods of Ideological and Political Elements Embedded into the Course of College Students' Mental Health Education

YU Hai-xia, WANG Qiao-zhi

(Counseling Center of Liaoning University, Shenyang Liaoning 110036, China)

Abstract: The course of College Students' Mental Health Education is a compulsory public course in colleges and universities, which plays an important role in cultivating college students' comprehensive psychological quality. With the in-depth promotion and comprehensive implementation of curriculum ideology and politics construction in colleges and universities across the country, based on its own characteristics and advantages, in the construction of the course College Students' Mental Health Education, it is necessary to deeply explore and systematically sort out the ideological and political elements in it, and make overall planning and top-level design from aspects such as teaching concepts, teaching contents, teaching methods, teaching processes and teaching evaluations, so as to provide strategic guidance for the construction of the course of College Students' Mental Health Education.

Key words: College Students' Mental Health Education; ideological and political elements in the course; embedding methods

(责任编辑:范新菊)