

课程思政视域下高校大学生心理健康预警机制构建研究

——基于“三全育人”的实践路径

余 芬 刘 炫

武汉文理学院, 中国·湖北 武汉 430345

【摘 要】本文基于“三全育人”理念,探讨课程思政视域下高校大学生心理健康预警机制的构建路径。通过分析心理健康教育与思想政治教育的耦合机制,提出将价值观塑造、心理疏导技术等思政元素融入心理健康预警体系,以解决当前预警机制中指标片面性、家校协同缺位等问题。研究设计了三维预警指标体系和“课程-活动-服务”三方干预路径,构建了全员参与、全过程覆盖、全方位整合的协同模型。结果表明,课程思政的介入能够从思想根源预防心理危机,提升预警的精准性和时效性。未来需进一步探索新技术应用与协同机制优化,推动高校心理育人工作的科学化发展。

【关键词】课程思政; 心理健康预警机制; 三全育人

引言

随着社会转型和高等教育改革的深入推进,新时代大学生心理健康问题呈现出复杂化、多元化的特征。相关调查显示,近三成大学生存在不同程度的心理困扰,抑郁、焦虑等情绪障碍检出率逐年上升,学业压力、人际冲突、就业焦虑及网络沉迷等问题相互交织,成为影响学生全面发展的重要隐患。尤其在后疫情时代,社会不确定性加剧、价值观念多元碰撞,部分学生出现“空心化”倾向,表现为意义感缺失、抗挫能力下降等新特征,传统心理健康教育模式面临严峻挑战。与此同时,高校课程思政建设的全面推进为心理育人工作提供了新的理论视角和实践路径。心理健康教育与思想政治教育在育人目标上具有内在一致性,二者均致力于培养德才兼备、身心健康的时代新人。课程思政所强调的价值引领、文化浸润与心理健康教育倡导的积极心理品质培养,在认知重构、情感激发、行为养成三个维度形成教育耦合点。

1 课程思政与心理健康教育的耦合机制

1.1 课程思政的心理育人功能

1.1.1 价值观塑造对心理健康的促进作用

在课程思政视域下,价值观塑造对大学生心理健康的促进作用体现为思想引领与心理调适的深度耦合。社会主义核心价值观的培育能够为学生提供稳定的价值坐标,有效缓解因价值迷茫引发的存在性焦虑,精神层面的“锚定效应”是预防心理危机的深层免疫机制。通过将马克思主义世界观、人生观教育融入心理健康课程,引导学生正确

认识个人与社会的关系,可降低“内卷”压力导致的自我否定倾向、增强学生的社会归属感,提升学生的心理韧性阈值。

在“三全育人”框架下,价值观引导不是单向灌输,而是依托专业课教学、社会实践、党团活动等多维载体实现的浸润式教育。思政教育与心理健康的协同作用,为构建“思想动态-心理状态”联动的预警指标体系提供了理论依据,使预警机制不仅能捕捉症状表征,更能识别价值观偏差这一潜在风险源,真正实现从“治已病”向“治未病”的转化。

1.1.2 思想政治教育中的心理疏导技术

在“三全育人”理念指导下,思想政治教育中的心理疏导技术呈现出鲜明的价值导向性与教育整合性特征。思政工作者运用认知行为疗法的结构化技术帮助学生辨析错误价值观念,同时借助叙事疗法引导学生重构个人成长故事中的积极意义,使心理疏导过程自然转化为价值观内化的教育契机。技术路径既遵循心理健康教育的专业规范,又凸显思想政治教育的主体性,为构建课程思政视域下的心理健康预警机制提供了重要的方法支撑。

1.2 心理健康教育的思政元素挖掘

1.2.1 心理危机干预中的生命教育维度

心理危机干预的生命教育维度体现为对生命价值认知的深度重构,这是课程思政与心理健康教育协同育人的重要切入点。干预方式注重在情绪平复阶段植入责任伦理教育,在认知调整环节强化历史唯物主义生命观,在行为重

建过程渗透奋斗精神培育,形成“生命认知-价值认同-实践自觉”的完整教育链条。

1.2.2 团体辅导中的集体主义精神培养

在“三全育人”框架下,团体心理辅导成为培育集体主义精神的重要载体,为课程思政与心理健康教育的有机融合提供了实践平台。通过结构化团体活动设计,将集体主义价值观的培养融入人际互动、角色体验和团队协作等心理成长环节,使学生在群体动力中自然感悟个人与集体的辩证关系。辅导模式注重在认知层面启发学生对共同体意识的思考,在情感层面培养归属感和责任感,在行为层面训练合作与奉献精神,形成价值引导与心理成长的良性循环。

1.3 “三全育人”理念下的协同模型构建

1.3.1 全员参与——专业课教师与思政队伍的联动

构建专业课教师与思政工作队伍的联动机制,是实现心理健康预警与课程思政有机融合的关键环节。通过建立常态化的跨部门协作平台,专业课教师在知识传授中渗透心理健康教育元素,思政工作者则在思想引领中融入心理疏导技术,形成双向赋能的育人合力。联动机制强调将学科专业特色与思想政治教育要求相结合,使专业课堂成为观察学生心理状态的窗口,思政队伍则发挥危机识别与干预的专业优势,共同构建“教学-思政-心理”三位一体的预警网络。

1.3.2 全过程覆盖——从入学到毕业的闭环管理

构建从入学到毕业的全过程心理健康闭环管理体系,是课程思政与心理预警机制深度融合的重要路径。通过将价值观引导与心理监测贯穿学生培养全过程,在入学阶段建立心理健康档案与思想动态基线,在学业发展阶段实施定期心理测评与思政表现追踪,在毕业就业阶段强化职业价值观与心理适应力培养,形成螺旋上升的成长支持系统。

通过建立“筛查-评估-干预-反馈”的闭环机制,使心理健康预警从离散的事件应对升级为系统的育人过程,充分体现了“三全育人”理念下教育资源的时序整合与持续发力,为培养德心共育的时代新人提供制度保障。

1.3.3 全方位整合——线上+线下预警平台建设

构建线上线下一体化的心理健康预警平台,是实现全方位整合育人的重要技术支撑。该平台通过融合课程思政资源与心理健康大数据,打造多维联动的智能监测系统:线上依托校园数字平台实时采集学习行为、网络言论等数

字足迹,结合自然语言处理技术识别心理危机信号;线下整合心理咨询、课堂表现、党团活动等结构化数据,形成“思想-心理-行为”的全息画像。

2 高校心理健康预警机制的困境

2.1 预警指标体系的片面性

高校心理健康预警指标体系长期存在重心理轻思想的片面倾向,与“三全育人”要求的德心融合目标存在显著差距。现有评估体系过度依赖心理学量化工具,未能将价值观取向、政治认同等思政要素纳入评估维度,导致预警机制难以捕捉思想困惑引发的心理危机风险。唯有实现思想指标与心理指标的系统性融合,才能使预警机制真正发挥“防未病”的育人功能,为培养德心兼修的时代新人提供保障。

2.2 课程思政与心理评估的“两张皮”现象

当前高校心理健康工作中,课程思政与心理评估存在明显的“两张皮”现象,二者在理论建构和实践操作层面未能形成有机融合。思想政治教育侧重于价值引领和意识形态培养,而心理评估则聚焦于症状识别和危机干预,两个系统各自为政导致育人效能分散。

在“三全育人”视域下,课程思政元素应当深度嵌入心理评估指标体系,使价值观认知、社会责任感等维度成为预警机制的重要组成部分。只有克服“两张皮”的割裂状态,才能真正发挥“全员、全过程、全方位”育人的系统优势,为大学生健康成长提供更加全面有效的保障。

2.3 家校协同的机制缺位

家校协同机制的缺位成为制约高校心理健康预警效能的重要瓶颈。当前家校沟通往往局限于事务性联系,未能建立常态化的育人合作体系,导致家庭环境这一关键变量在心理评估中长期处于真空状态。只有打通学校教育和家庭教育的壁垒,使思想政治教育与心理健康工作在家庭场域得到延伸,才能真正实现“全员、全过程、全方位”的育人目标,为大学生构建无缝衔接的成长支持系统。

3 融入课程思政的预警模型设计

3.1 三维预警指标体系创新

3.1.1 思想动态——政治认同度与社会责任感

思想动态维度聚焦政治认同度与社会责任感的评估,这是课程思政融入预警机制的核心体现。通过系统考察学生在思政课程参与度、党团活动表现、社会热点事件立场等

指标,建立价值观取向的量化分析模型。

政治认同度反映学生对国家发展道路和意识形态的接受程度,社会责任感则体现个体与集体关系的认知水平,二者共同构成心理健康的深层保护因素。将思想动态纳入预警体系,能够从价值观念层面识别可能引发心理危机的认知偏差,使预警机制具备思想引领的前瞻性功能。

3.1.2 心理状态——SCL-90量表

心理状态维度以SCL-90量表为基础框架进行优化拓展,在保持专业性的同时增强与课程思政的适配性。传统心理量表侧重症状识别,改进后的评估工具应增加价值观冲突、人生意义感等与思想动态相关的测评项目。通过因子分析建立思想指标与心理指标的相关性模型,使抑郁、焦虑等情绪问题能够回溯到价值观困惑等思想根源。心理评估不再局限于症状描述,而是置于“三全育人”的整体框架下,成为连接思想教育与心理健康的关键纽带。

3.1.3 行为表现——网络行为大数据分析

行为表现维度重点运用网络行为大数据分析技术,实现对线上线下行为的全景式监测。学生在学习平台、社交媒体的数字足迹能够客观反映其思想倾向和心理状态的变化轨迹。网络发言的情感倾向、信息关注偏好、社交互动模式等行为数据,与思想动态测评和心理评估结果相互印证,形成多维交叉验证机制,共同构成课程思政视域下“思想-心理-行为”一体化的预警模型。

3.2 “课程-活动-服务”三方干预路径

3.2.1 思政课中的心理韧性培养模块

思政课中心理韧性培养模块的教学内容设计要注重将党的奋斗历程中的精神资源转化为心理资本,使学生在价值观念认同过程中自然提升抗挫折能力。教学方法采用情境模拟、案例研讨等互动形式,促进认知重构和情感体验的结合,实现思想启迪与心理素质提升的双重目标。

3.2.2 志愿服务与心理调适的结合

志愿服务与心理调适的结合创新了实践育人模式,使社会参与成为心理建设的有效载体。通过精心设计志愿服务项目,将助人过程转化为自我成长经历,学生在履行社会责任的同时获得成就感和归属感。活动组织强调团队协作和反思分享,使志愿服务不仅停留在行为层面,更深入情感体验和价值内化阶段。这种实践模式既培养了学生的社会责任感,又通过正向行为强化促进了心理健康,形成

思想成长与心理发展的良性循环。

3.2.3 党员教师结对帮扶制度

党员教师结对帮扶制度建立起专业支持与思想引领相结合的服务网络。选拔具有心理学背景或相关培训经历的党员教师担任帮扶导师,定期开展面对面交流,既关注学生的学业发展,也重视思想动态和心理状态。帮扶过程注重运用倾听、共情等专业技巧建立信任关系,在解决实际困难的同时传递积极价值观念。

4 结论与展望

本研究基于“三全育人”理念,构建了课程思政视域下高校大学生心理健康预警机制的理论框架与实践路径。通过将思想政治教育元素系统融入心理健康预警体系,实现了价值引领与心理疏导的有机统一,为培养德心兼修的时代新人提供了机制保障。研究提出的三维预警指标体系、“课程-活动-服务”干预路径及智慧化平台建设方案,形成了思想动态监测、心理状态评估和行为表现分析的闭环系统,体现了全员参与、全过程覆盖、全方位整合的育人优势。这一研究方向的拓展,将推动高校心理育人工作向着更加科学化、系统化和精准化的方向发展。

参考文献:

- [1] 梁秀娟,田井秀.“三全育人”视域下高职院校课程思政的改革与探索——以《大学生心理健康教育》为例[J].公关世界,2021(22):42-43.D0I:10.3969/j.issn.1005-3239.2021.22.016.
- [2] 韩美芳.三全育人视域下高校心理健康教育融入思政元素探索[J].成才之路,2022(18):142-144.D0I:10.3969/j.issn.1008-3561.2022.18.046.
- [3] 马艺源.“三全育人”理念下“大学生心理健康教育”课程的实践研究[J].文教资料,2023(20):186-189.D0I:10.3969/j.issn.1004-8359.2023.20.045.
- [4] 郭忠芳.“三全育人”视角下高校心理健康教育课程改革探讨[J].广西教育(高等教育),2020(2):112-113.
- [5] 林珣,梁虹,文迪.三全育人视角下高校思政及心理健康教师一体化育人路径探索研究[J].奥秘,2024(22):181-183.
- [6] 丁花琼.“三全育人”背景下高职思政教育与心理教育协同育人的路径研究[J].文存阅刊,2025(13):13-16.