

具身认知视角下心理健康教育与思想政治教育协同育人模式新探索

张欣欣

(宜春学院 360000)

摘要: 心理健康教育 and 思想政治教育是高校素质教育的重要组成部分,也是高校育人的重要途径。大学生的心理健康状况,不但影响着高校课程思政教育工作的开展,甚至还决定着学生未来是否能成为承担新时代重任的合格继承人。结合具身认知理论,本文深入研究了当前大学生心理健康教育与思政教育协同育人的实际需求和着力点,并努力探索建立高校心理健康教育与思想政治教育协同育人的可行性模式。

关键词: 大学生;思政教育;心理健康;模式

新时代背景下,面对错综复杂的内外情况,高校大学生的思想政治教育和心理健康教育,引起社会各界的广泛关注和重视,思政教育和心理教育本身也面临着不少新问题和考验。具身认知理论主张认知是身体、环境及其交互活动协同作用的结果,强调的是个体的生理体验和心理体验,利用生理体验激活心理体验,从而发挥出对个体心理健康的培育和引导作用。新时代背景下,高校大学生不但需要具备渊博的专业理论、娴熟的现代职业技能,更为重要的是要具备崇高的职业道德和积极健康的心态。为此,高校应当结合具身认知理论,积极探索思政教育与心理教育协同育人发展模式,有针对性地学生心理健康教育纳入思政课程教学体系中,这对在校大学生的身心成长有着巨大的现实意义。

一、大学生心理健康教育和思政教育协同育人的实际需求

高校作为大学生思政教育的前沿阵地,既要依托思政教育体系树立正确的价值观念,也要引导大学生群体塑造积极健康的心理素质、合理调节自身心态。一般而言,大学生思想观念的形成往往受到内外部的综合影响,包括自身意识观念以及教学、环境等的影响。从教学角度来看,主要包括思政教育的方式、课程结构等方面。比如,如果大学生具有良好的心理健康状况,会对思政教育落地产生正面引导功能,反之则会影响到思政教育的实际效果。由于受教育人群生长的环境背景均不相同,学生的心理特点表现复杂多变,这就要求高校必须促进专业思政教育改革,不断创新思政教育内容和方式,形成符合大学生心理发展特点的思政教育新形式。

二、高校心理健康教育和思政教育协同育人开展的重点

根据大学生成长成才的发展需要,高校思想政治教学应根据专业学科实际,将大学心理素质教育纳入思想政治教育,将两者的内涵与精神互为渗透。因此,找出二者协同育人的着力点,工作方可有的放矢,从而实现协同育人的有效性。

(一)从大学生心理出发,促进心理健康教育和思政教育相结合

正确掌握大学生的心理特点,是优化大学生思想政治教育工作的重要基石。就当前来看,部分大学生群体在心理健康方面存在着问题,成为思政教育开展的羁绊,同时也是思政教育和心理健康教育结合的契机。大学生群体存在的心理健康问题因人而异,包括先天素质、家庭环境和生活刺激等方面影响。就高校大学生而言,除去沉重的专业学习负担以外,对未来的职业走向和风险担忧也导致了許多心理危机,产生的不安或恐惧等心态。大学生尚处于思想发展的转型期,在心智发展、思想观念等方面还没有充分成长,较易受外界条件的干扰,如果能够提高课程思政教育的自主性、预判性和针对性,依据每个学生的心理特征和思想特征,及早注意到每个学生的心理变化动态情况,对发现异常的学生及早予以心理干预和正确引导,就可以提高课程思政教育的总体教学质量和长期实效性。

(二)从教师素养构建出发,促进高校德育心理一体化

思政教育专业教师是进行大学生思政教育的中坚力量,担负着铸魂教育的历史重任。思政教育工作通过隐性和显性的教育方式,

对大学生思维与行动能力产生巨大影响,并引导大学生群体摆脱心理健康和思想道德的认识误区,在大学生思想政治素养和心理健康素养培养的过程中发挥着重要作用。但是,思政教育与心理健康教育协同育人下,思政教师不但要具有更多的理论思想道德和学科基础理论素养,而且还要具有较好的心理素质。思政教师的这种心理健康素养不仅体现在自身的心理健康水平上,同时也要能够融合在思政教育开展的过程中,形成德育心理一体化的教育体系。与其他教师们相比,高校的思政教育者在平时教学工作和日常生活当中难免面临着各种复杂的问题,而工作压力、家庭压力等也将会对其身心健康产生一定的负面影响。但是作为大学生成才的引路人,思政教育工作者的心理健康问题会直接影响着被教学对象,也直接关系到学校教育目标的达成。所以,思政教师们一定要不断加强自身心理调控能力,努力提升自己的良好心理品质,同时高校也要充分的关怀和维护思政教育工作者的良好心理素质。

(三)从教育内容入手,推进学生心理健康教育和思政教育相融合

十八大报告强调:“要加强和改进思想政治工作,注重人文关怀和心理疏导,培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态。”这对新形势下高校思想政治工作提出了新要求和新思路。要将心理健康教学作为高校课程思政教育管理工作中的重要课程内容与方法。思政教育和心理教育表面上属于两种完全不同的课程,既有区别,但又相通相融,一定程度上,思想政治认知影响着心理认知,而心理健康水平又能够影响到思想价值观念。令人担忧的是,某些常见认知误解仍然存在于高校的心理思政教育工作者中:他们认为大学生的心理健康教学超越工作范畴,而应该由心理健康教师承担。但其实学生的思想问题与社会心理问题却常常也是交织在一起的,很多思想问题背后都会掺杂着复杂的社会心理问题,仅凭单纯的思想力量与教学方法无法奏效。思政教育者不要盲目实施心理切割型教学,也不能对学生的心理健康问题不管不顾,特别是针对大学生这一特定人群,更需要积极主动掌握与大学生心理德育有关的教学内容和方式,将之融入进思政教育的全过程中,将育心和育德紧密结合在一起,积极培养大学生健康的性格和优秀的道德修养,使之成为对国家、对社会有益的人才。

三、心理健康教育和思政教育协同育人模式的搭建

大学生心理健康教育和思政教育协同育人模式,需要在实施过程中建立必要的衔接制度,实现教育目标的顺利完成。

(一)建立了大学生健康教育和思政教育协同育人的基本平台

高校思政教育和心理教育均属思想教育领域的重要工作,相互影响,共同推进,均是通过教育对学习者的思维或心理状态进行影响和重塑的,其根本宗旨都是为培育心理健康、全面发展的大学,培养目标的一致性也为二者的进一步融通创造了机会。

第一,建立融合性的课程与辅导材料。大力推进课程思政的推广力度,将专业课程、思想政治教育、心理健康知识融汇贯通,编制相应的教材并开展相关如意卡。在教学中根据不同专业的大学生群体特点,充分运用学科思政教育中显性的育心方式,同时进一步

挖掘隐含存在的教育心理要求,找到二者的结合点,使德育与心理健康教育有机融合,充实大学生课程的思政教育内涵,为有效德育教学提供共通桥梁。

第二,建立融合性的教育系统。基于我国经济社会转型升级,对大学生的心智构成、价值观念等认知构成的重大影响,高校必须同步健全课程思政教育教学管理体系,进一步完善大学生的心理教育教学管理,同时秉承润心铸魂、立德树人的崇高教学宗旨,进一步加大学科思政教育体制改革力度,比如在教学内容与方式上充分考虑了大学生的人格情感需求、个性心理特点及差异,并根据大学生的身心特征,在学科思政教育实践、教学技巧与方式设定、心理教育评估等系列教育环节中有效整合心理教育理念与心理元素,并积极指导大学生维持健全的心理心智状态,为德育教学提供了良好的心态条件。

第三,建立融合性的课程体系。通过优化学科资源与知识结构设置,逐步形成符合院校大学生专业需要的,融合心理、历史、哲学、伦理等教学内容为一身的人文学科体系,以满足大学生知识与发展能力的需要,同时健全了必学科与选考学科、显性学科与隐蔽学科、理论课程与实际课堂、线上课堂与线下教学的知识结构系统,建立富有专业特点的思政知识课程模式,进一步拓展课堂教学的内涵与形式,使人文精神和自然科学精神有机地融为一体,着力培育德才兼备的优秀大学生。

(二) 建立大学生心理健康教育和思政教育融合的导向制度

心理学是有关人的科学,揭示人类心理现象及其影响下的精神功能和行为活动。通过心理健康教育,人类能够更为科学、正确地了解自己、理解别人。心理学教育与思政教育发展密切相关,同时也对课程思政的创新实施有着导向性的影响,为进一步深入扩大课程思政教育提供了关键资料和方向性的指引,是思政教育发展中不能忽略的关键力量。因此高校思政教育,应当以心理学所揭示的心智活动基本规律为指引,严格地按照大学生心智活动成长的阶段性特征与变化规律,了解大学生的心智需求,因材施教。

首先,坚持价值观念引导,以提高大学生的社会责任意识和使命意识。受到多种因素影响,部分大学生对自己促使心理健康发展的意识逐渐淡漠、对他人的生命观念淡漠,责任意识缺失。这就要求教师全面掌握学生的思想情况和内心世界,在德育实施上根据各个大学生的特点,有的放矢地开展个性化教学,主动引领学生形成珍惜生命、追求意义的思想意识,提高学生思想认识水平。

其次,坚持心理情感引导,提高大学生的职业道德素质。在思政知识教学工作中,应该科学掌握品德意识、职业道德情感的发展变化与规律,通过运用各种教育载体和教学活动培育学生职业道德情感,升华道德境界,建立良好品德人格,实现育德功能。

最后,坚持从心理接受引导,建立教育情感。思政教育就是要把握解答心理问题和处理社会现实问题紧密结合一起,把广大大学生思想问题与社会生活现实紧密结合一起,有针对地解决问题。只有通过针对性分析、人性化处理,才能消除学生们的心墙,从而真正成为广大大学生在心理上和学习生涯上的引路人。

(三) 构建本科生心理健康教育和思政教育相结合的互动体系

高校思政教师工作只有不断总结和吸收心理健康教育的有关资源研究成果,使思想政治教育工作越来越接近大学生、更适应大学生的心理特点,从根本上改善了高校思政工作的效果。

首先,建立思政教育对心理健康教育发展的借鉴制度。教育工作者要有意识地把传统心理学思想教育中的聆听、尊敬、真诚、相信、接纳等核心理念渗透到课堂思政教育之中,以形成民主、公正、和睦的良好师生关系。遇事时要多和学生沟通,用心聆听学生的心里话,在交流时还应仔细了解学生的情绪体验和心理感受,全面掌握专业学生的心理需求和思想状况,并采取恰当的教育方式进行心理指导,以提高思政教师的亲和力与感染力,指导学生养成乐观积极向上的心态。并利用有关专业知识,引导大学生在读书、交友、择业、生存等领域作出正确的探索,及时消除心理障碍,从而培养学生处理现实问题的能力。

其次,建立心理健康教育和思政教育协同育人的吸纳方式。打

破了以往的灌输式的教育说服式的教学手段,以学生心智发展为基点,贯彻情感教育与思维启发相结合原则,通过探索灵活多样的教学模式,使课堂教学真正地入脑入心。

最后,建立心理健康教育和思政教育相结合的专业技术手段。根据大学生身心发展特点,建立健全的大学生心理健康评价、筛查、预防、矫正、等分类研究和指导体系,科学掌握大学生的基本思想动态和心理变化规律。通过采取关怀、沟通、心理辅导、心理测量等手段,因势利导,帮助他们在心理源头上解决矛盾,保障其身心健康,提升心理素质,为思政教育工作打下了良好的心理基础。

(四) 建立与大学生思政教育和心理健康培育协调配套的共同教育制度

教学工作作为一种培育人的社会实践活动,是一项综合性的教育工程。大学生心理健康教育和思政教育对学生心态情绪上的影响各有不同。因此在培养大学生健康的心态和正确价值观的道路上,要求各行政部门主动协调支持,相互尊重学生的成长成才规律,将心理健康教育和思政教育任务贯彻培训的整个过程和各环节,以实现高效互动。

首先,强化学生主体责任意识,以激发全员育人的集体力量。高校要强调积极心理教育在素质教育中的基础性作用,积极推动高校思政教育团队与心理健康教育团队之间的联络与交流,定期召开经验交流及研讨会共同商讨大学生普遍存在的心理健康和思想政治问题,充分调动思政教师、心理学教师、辅导员、班主任等教育主体的积极性、主动性和创造力,共同探讨并建立协同教育的长效机制,不断创新心理教育方法,以达到与主流价值导向和健康心理引领的同频共振。

其次,实现持续性教学,以培养全过程教育联合的力量。把思政教育和心理教育工作融于大学生教育全过程中,并根据大学生在各个阶段出现的各种主要思维特征和心理健康问题,采取相应的教育教学措施和管理举措,坚持因时而进、因势而新的教育教学管理工作创新路线,循序渐进地推动教育教学管理工作。比如对新入校学生开展心理普查,逐步形成学生的心理档案,并采取调查、分类、对比的方法持续地跟踪研究学生在各个年龄段的主要思维特征和心理健康问题,为有效教学提供了依据。

最后,形成多维的立体系统,以激发整体教育协同力量。提高思政教育效果、实现大学生的全方位发展,需各种学科、各个环节的协调发力。要根据不同专业对大学生思维和心理素质的基本需求,针对各种专业教学特点,把思政资源、心理知识、专业元素有效整合,把思政和心理健康教育要素合理嵌入各种教学的基础理论和实际教育环节之中,使各种教学元素在思政教育、专业教育和心理健康教育协同中同向而行、教育理论和科研工作相互促进,从而产生协同效应。另外,高校也要注意调动学生家长和社区教师的力量,只有形成了校园、家庭、社区的良好教育网络体系,才能共同培育有担当、有社会责任感的卓越专业人才。

参考文献:

- [1] 骆敏.新形势下心理健康教育和思政教育的整合研究[J]. 产业与科技论坛,2022,21(07):125-126.
- [2] 闫华,夏权威.大学生心理健康教育课程开展思政教育的实践研究[J]. 办公室业务,2022(06):42-43.
- [3] 陈宽.心理健康教育与思政教育有机结合路径探析[J]. 现代商贸工业, 2022,43(05):175-177.DOI:10.19311/j.cnki.1672-3198.2022.05.073.
- [4] 刘晓.探究高校心理健康教育与思政教育的高度融合[J]. 陕西教育(高教),2022(01):22-23.DOI:10.16773/j.cnki.1002-2058.2022.01.010.
- [5] 杨玉梅.高校思政教育与心理健康教育的融合探析[J]. 吉林教育,2022(02):33-34.
- [6] 李文波,王丽娟,刘莹莎.大学生心理健康教育课程开展思政教育的探索与实践[J]. 大众文艺,2021(21):138-139.

基金项目:江西省高校人文社会科学研究专项任务项目(SZZX20135)