

# “课程思政”视域下大学生心理健康教育教学路径

朱晓媛

(云南师范大学 云南省昆明市 650500)

**摘要:** 心理健康教育与思想政治教育都属于意识形态教学范畴,基于“课程思政”视域下,大学生心理健康教育更具探索空间。结合现阶段部分高校心理健康教育现状分析,健康学生身心素质、培养其负面情绪调节能力依然任重道远。随着社会经济与科技的发展,新文化思潮不断冲击当代大学生的思想与心理,其影响力不容小觑。心理健康教育正是未雨绸缪的一种教学模式,是现阶段高校育人工作中亟需研究的课题。基于此,本文主要对课程思政教学理念与大学生心理健康教育展开分析,其次浅谈现阶段部分高校心理健康教育现状,整合其存在显著的教学问题,最后结合问题详细论述“课程思政”视域下大学生心理健康教育教学路径,希望有助于教育事业顺利发展。

**关键词:** 课程思政;大学生;心理健康教育;教学路径

## 引言:

大学生正处于三观养成的关键时期,这一阶段的心理健康教育对于学生的影响是终身的。结合心理学相关学者研究表明,就业压力、学习压力是最能影响学生心理健康发展的因素。高校教育顺应时代发展大势,挖掘大学生心理问题产生的根源,并在教育中做到连根拔起,促进学生身心健康发展。思想政治教育作为现阶段立德树人的根本学科,以此为窗口开展大学生心理健康教育具有可行性与针对性。

## 一、课程思政教学理念与大学生心理健康教育分析

### (一)课程思政理念

“课程思政”具体来讲就是建设全课程、全部人员格局的一种形式,将道德层面的知识融合在一起实施教学,包括思想政治教育、传统文化教育教育等等,在相关教学内容的整合中实现全程育人、全员育人。自十八大会议以来,立德树人被视为“课程思政”教学的核心基础,将其贯穿于学科教育始末是现阶段全体教师值得思考的问题。在高校教育过程中,德育教育必须始终占据首位,培养人才需坚持以笃行知行合一为目标,以爱国主义教育为导向,以核心价值观内容为关键,充分发挥知识教育与学术研究优势,在教学中引起学生的情感共鸣,实现教与学的双向奔赴<sup>[1]</sup>。与此同时,“课程思政”理念的提出也是倡导高校教师在教育实践中尝试结合学科教育特点将思想政治教育融入其中,主要包括知识体系、教育体系、课程体系、管理体系等等,力求在彰显学科教育优势的同时落实道德教育。在学科融合教学中,学生的专业知识与道德素养将会双向提升,以心理健康教育为例,在“课程思政”视域下,教师应积极帮助学生的答疑解惑,以道德层面的内容为教育窗口健康学生的心理,促使学生在自我调整过程中正视心理与思想对于个人发展的影响。

### (二)心理健康教育分析

心理健康教育属于意识形态教学内容,是现阶段素质教育中的主要学科之一。随着教育事业的发展,高校在育人方面不断尝试调整最新的教学模式,力求为社会输出全面性人才。而心理健康教育正是促进学生全面发展的核心所在,具体来讲,学生只有具备调整负面情绪的能力,才能在学习与生活中正确处理相关问题。心理健康教育不仅在高校,现阶段已经广泛遍布于中小学教育全程,其重要性可见一斑。大学生作为社会事业建设的新鲜血液,在就业与工作中无疑会受到各种打击,而指导学生在逆境中顺利向前的主要支

撑点就是强大的心理素质,强大的心理素质正是在心理健康教育中养成的。其实不仅是思想政治教育,现阶段部分高校已经将心理健康教育充分渗透至教育教学中,力求在健康学生心理的同时实现管理与教育,为学生的综合发展谋求福祉<sup>[2]</sup>。总而言之,心理健康教育与思想政治教育对于大学生的发展具备同样的重要性,基于“课程思政”视域下,高校教师更应注重学生心理健康教育事业的发展与建设,力求在思想政治教育的作用下促进心理健康教育质量更上一层楼。

## 二、现阶段大学生心理健康教育存在的问题

为深入研究高校心理健康教育教学路径,笔者对于现阶段部分高校心理健康教育现状做出了整合与归纳,在教育现状中发现了两方面重合度较高的问题。教育只有围绕现状改革发展,才能取得理想成果,尤其是心理健康教育这一类意识形态学科。接下来笔者重点对现阶段心理健康教育问题展开详述,问题不具备普遍性与针对性,仅取自部分高校教育实例。

### (一)心理健康教育定位不清晰

心理健康教育定位不清晰是影响这一教学实效性难以充分提升的重要构成部分。由于其教学理念与思想政治教育存在契合点,致使部分高校在教育教学中将其视为思想政治教学的一部分,并未给予心理健康教育一定的教学地位。虽然二者在教育目的上有相同点,即“以培养学生的活动为目的”,但是在教学过程中却各有侧重,笼统的定义将会导致心理健康教育失去教育方向<sup>[3]</sup>。一方面,思想政治教育重在树立学生三观,培养其民族自信,强化学生对于国家经济、政治、文化、制度等方面的了解与掌握。而心理健康教育则是注重学生人格魅力与心理素质的培养,培养学生调控情绪的能力,避免其在学习与生活中出现心理障碍影响自身健康成长。另一方面,心理健康教育与德育教育通常出现概念混淆的问题,部分学者认为,德育教育也是促进学生心理健康的一部分因素,或者心理健康教育有助于推动高校德育教育的发展。两者的互相代替导致教学容易出现弊端,不仅影响了心理健康教育效率,还不利于立德树人目标的全面落实。

### (二)心理健康教育缺乏针对性

心理健康教育是健全学生人格魅力的关键所在,这就要求学科教育应做到整体实施与因材施教相结合,而现阶段部分高校在心理健康教学中多采用笼统教学的模式,未注重因材施教理念的融合。结合现阶段高校学生的心理表现,最需要心理指导的群体是初

次步入校园的新生与面临毕业的学生群体。新生在初次步入校园时,其对于周围的环境较为陌生,加之告别了高中学习生涯,紧张的学习氛围发生了改变,在学习环境与生活环境的双重改变中,学生的心理难免会受到影响。毕业生面临就业,即将告别校园生活,进入社会打拼。这一阶段学生通常较为迷茫,或出现负面心理情绪<sup>[4]</sup>。在理想与现实中难以衡量,对于自己的职业生涯规划不清晰也是常有之事。加之现阶段国家教育部门大力扶持贫困生,在经济上给予了充分的支持。长期受到帮助的贫困生或出现心理自卑的现象,这一群体也是教师需要充分关注的对象。而现阶段部分高校在心理健康教育管理中,并未针对不同群体界定行之有效的教育模式,心理健康教育单一局限,导致教育难以在短期内取得理想化成果。

### 三、“课程思政”视域下大学生心理健康教育教学路径

思想政治教育与心理健康教育具备共同的教学目标,基于“课程思政”视域下,心理健康教育教学路径更具探索空间。本着健康学生心理,提升其心理素质的原则分析,接下来重点立足于“课程思政”教育视角探索教学之路,力求在思想政治与心理健康教育的有机结合中推动学生思想与心理的双向发展,促进高校综合型人才培养目标的有效实现。

#### (一) 正确认识心理健康教育,理清其与思想政治之间的关系

课程思政是围绕学科建设的思想政治教育课程,在心理健康教育中渗透思想政治教育符合这一教学理念<sup>[5]</sup>。由于心理健康教育与思想政治教育之间存在紧密关联,致使高校心理健康教育在实践过程中出现与思想政治教育混淆的问题。为改善这一现状,全体教师应正确认识心理健康教育,明确其教育方向,理清心理健康教育与思想政治教育之间的共通性与不同点。对于相同目标,应做到相互促进、相辅相成,在结合教育中实现心理健康教育相关目标;对于不同的目标,应尝试以心理健康教育为主,以思想政治教育为辅,避免出现主次不分、教育混乱的情况。

基于“课程思政”视域下,理清思想政治教育与心理健康教育之间的关系是现阶段全体教师亟需研究的课题。具体来讲,思想政治教育侧重于学生的三观培养、以丰富学生的阅历视野与加强其政治认知能力为主;心理健康教育则以培养学生的人格魅力、健全其心理素质为主。教学应注重围绕心理健康教育重点内容与思想、理念等挖掘思想政治资源,在结合中促进心理健康教育实效性稳步提升。只有理清二者教育关系,分清主次,才能在教育中彰显二者教学优势,确保学生在学习过程中主辅分明。一旦具备明确的教学目标与学习方向,不仅可以实现教与学的相互协调,还能促进教学质量循序渐进地提升。

#### (二) 结合课程思政育人目标,提升心理健康教育针对性

大学生心理健康教育课程是一门将知识讲解、实践训练、心理体验融为一体的课程<sup>[6]</sup>。要想全面贯彻课程思想,教师在实践教学中必须对于学生的心理现状、心理标准深入了解,同时明确心理健康教育的作用、意义、价值。在明确教育与学生之间关联的同时实施教学更能加强学生的自我心理健康保障意识。基于这一层面开展教育有助于学生灵活运用知识,促进其在实践中感受心理健康教育,进而在知识运用与实践强化自身心理素质。

现阶段,大学生心理辅导员主要是由辅导员、专业的心理健康教师担任,会结合新颖的教学方式帮助学生正确对待自己的心理问题,深入了解自己,在强大自身的同时提升学生的心理素质,如预防负面心理、调控负面情绪、减缓或消除心理压力等能力。思想政治教育从狭义角度分析,主要是从教育活动与社会层面对于学生思想进行干扰的一种方式,旨在培养学生的三观认知能力、社会适

应能力、政治掌握能力等等。从广义角度分析,心理健康教育有助于学生逐步形成正确三观,具备良好的道德品质。由此可见,“课程思政”育人的最终目的是育心与育德相结合,使大学生端正自己思想态度的同时以积极的心理面对生活,面对学习,做好新时代有担当的社会主义事业接班人。与此同时,教育针对性还应尝试从学校学生群体心理健康教育现状出发,确保针对于不同学生群体设计不同的教学模式,凸显心理健康教育的针对性与有效性。

#### (三) 全面贯彻以生为本思想,家校共育合建心理健康教育平台

学生是教育中的主体,高校在心理健康教育中可以尝试构建和谐的校园氛围,实现环境育人。如教师可以鼓励学生积极参与各项活动,培养学生的热情与兴趣,以求在学生的共鸣中提升教学效率。具体来讲,教师可以担任好引导者的角色,引领学生掌握思想政治相关内容,搜索关键信息,创设良好的校园环境。在校园环境构建中,教师与学生之间的互动更加频繁,而这正是促进学生主动思考、合作探索的关键所在,更是贯彻以生为本的主要途径。

家庭教育是弥补校园教学的主要渠道,心理健康教育一旦脱离家庭教育的支持,将会举步维艰。尤其是在“课程思政”视域下,心理健康教育不仅仅是一门学科,更是促进学生全面发展的潜在动力<sup>[7]</sup>。在二者结合中,学生的道德品质、心理素质、实践技能、知行合一等方面的能力都是家校合作中应重点关注的对象。互联网背景下,高校心理健康教育可以建设网络平台,时刻向家长传递最新教育理念,鼓励家长在家庭中完成教育与监督。在学校与家庭双向合作中,学生将受教育面积更大、范围更广。学校教育重在培养学生的理论与实践能力,家庭教育重在维护其良好习惯与行为品质,二者都是促进学生成长成才中的关键,在合作教育中无疑是拓展了人才培养之路。基于此,高校在心理健康教育中应走好家校融合之路,构建合作教育实践平台,促进学生综合发展。

#### 四、结束语

综上所述,“课程思政”视域下大学生心理健康教育需要挖掘思想政治教育内容,走好二者融合之路,力求将立德树人目标全面落实。心理健康教育是一项需要长期坚守的教学任务,思想政治教育的渗透无疑是拓展了其教育空间,如何搭乘思想政治教育这一顺风车落实心理健康教育值得高校教师深入思考。

#### 参考文献:

- [1]许鹏飞.高职院校《心理健康教育》课程的焦点解决模式探新[J].山西青年,2022(19):193-195.
- [2]李翠华.积极心理学在高校《心理健康教育》课程教学中的融入与建构[J].山西青年,2022(19):181-183.
- [3]宋洋,彭建兵,董小倩.高校二级心理辅导站建设意义及作用研究——以内蒙古工业大学为例[J].山西青年,2022(19):184-186.
- [4]心之所至,静水流深——湖南省湘阴县第一中学心理健康教育掠影[J].中小学心理健康教育,2022(28):81-82.
- [5]阙淑锦,卞振涛,李颖,郭攀.大学生心理健康教育课程的实效性调查研究——以宿州学院为例[J].才智,2022(30):122-125.
- [6]饶芳,谭菊华,程术兵.道德法律与心理健康教育对大学生成长的重要价值[J].中国学校卫生,2022,43(09):1441-1442.
- [7]徐乐薇,贺鹭.信息化时代大学生心理健康问题的新变化——评《网络环境下的大学生心理健康教育》[J].中国学校卫生,2022,43(09):1276.

作者简介:朱晓媛,1988.2,女,汉族,云南省昆明市,讲师,硕士研究生,研究方向:教育学,心理学,语言学。