

积极心理学融入课程思政的路径与探索

任洁 苟长青 李亚鹏 肖海兵

塔里木大学 新疆维吾尔自治区阿拉尔市 843300

摘要: 积极心理学聚焦人类积极主观体验、个体特质与社会环境,课程思政旨在将思想政治教育融入课程教学。二者契合点在于育人目标及教学实践等方面相互补充促进。积极心理学融入课程思政有满足学生全面发展、提升思政教育效果、适应新时代教育要求的必要性,但面临教师认知与能力不足、课程体系与教学内容整合难、教学方法与评价机制不适应等挑战。通过教师提升素养与教学设计融合、课程内容整合优化与实践活动设计、体验式教学等多种教学方法应用以及构建多元化评价指标体系并结合过程性与终结性评价等路径,可推动二者有效融合,助力教育教学质量提升与学生全面发展。

关键词: 积极心理学;课程思政;融合路径;教育教学

引言:

在当今教育领域不断发展变革的背景下,积极心理学与课程思政成为重要的研究与实践方向。积极心理学对人类积极方面的深入探索,为教育注入了关注个体幸福与优势发展的活力。而课程思政则承担着培养学生思想政治素养,塑造全面发展人才的重任。二者的融合具有深远意义,它不仅关乎学生个体在知识、品德、心理等多方面的综合成长,也与新时代教育创新、人才培养模式优化以及教育体系的整体进步紧密相连。深入研究积极心理学与课程思政的融合,有助于教育工作者更好地把握教育内涵,创新教学实践,为培养适应社会发展需求的高素质人才提供有力支撑与全新思路。

1. 积极心理学与课程思政的理论概述

1.1 积极心理学的核心概念

积极心理学主要聚焦于人类的积极主观体验、积极个体特质和积极社会环境。积极主观体验涵盖愉悦、兴趣、自豪、满足等情感,它研究人们如何获得和维持这些积极情绪以提升生活质量。积极个体特质包括乐观、韧性、创造力、善良、自我效能感等性格优势,致力于探索如何培养与强化这些特质使个体更好地应对挑战并实现自我价值。积极社会环境则着眼于良好的家庭、社区、学校等环境因素对个体积极发展的促进作用,强调个体与他人、社会之间的积极互动与相互支持对心理健康和幸福的重要性。

1.2 课程思政的内涵与目标

课程思政的内涵是将思想政治教育元素融入各类课程

教学之中,深度挖掘各类学科专业课程里所蕴含的思想政治教育资源,如历史文化、哲学思想、价值观导向等。其目标在于实现知识传授与价值引领相统一,在传授专业知识技能的过程中,潜移默化地对学生进行思想政治教育,培养学生的爱国主义情怀、集体主义精神、职业道德素养、科学精神以及正确的世界观、人生观、价值观,使学生不仅成为专业领域的人才,更成为具有高尚道德情操和社会责任感、符合国家和社会发展需求的全面发展的高素质人才。

1.3 积极心理学与课程思政的契合点

从育人角度看,二者均致力于学生的全面发展。积极心理学关注学生积极心理品质的塑造以促进其健康成长和幸福追求,课程思政着重学生思想道德和政治素养的提升以培养合格的社会公民与建设者,二者相互补充完善育人体系。在教学实践方面,积极心理学的一些教学策略如情境创设、体验式学习等有助于课程思政教学更生动形象地开展,增强学生对思政内容的接受度;而课程思政所强调的全员全过程全方位育人理念也为积极心理学在教育领域的广泛渗透提供了思路与平台,二者在教学方法、教育理念以及对学生成长的综合关注上存在诸多可融合共通之处,共同助力教育教学质量与效果的提升。

2. 积极心理学融入课程思政的必要性

2.1 满足学生全面发展的需求

积极心理学关注人的积极品质与潜能开发,融入课程思政可助力学生全面发展。它不仅能帮助学生在学业上掌

握知识，还能在品德塑造方面给予引导，让学生树立正确价值观与道德观。同时，积极心理能增强学生自我认知与情绪管理能力，培养坚韧意志与乐观心态，使其在面对生活挫折时有良好应对能力，在人际交往中构建和谐关系，从而在知识、品德、心理和社交等多维度实现综合提升，为未来人生奠定坚实基础。

2.2 提升课程思政教育效果

课程思政注重思想引领，但传统方式易显枯燥。积极心理学的融入可改变这一现状，其丰富的教学方法如情景模拟、案例分析等能让思政教育鲜活起来。通过挖掘思政素材中的积极元素，激发学生内在学习动力，使其从被动接受转变为主动思考探索。它能深入学生内心世界，触动情感共鸣，让思政理念在潜移默化中被学生理解与接受，进而有效转化为学生的自觉行为，真正达到思政教育塑造学生思想与行为模式的目的，极大提升教育的实效性。

2.3 适应新时代教育发展的要求

新时代教育强调创新与综合素养培养。积极心理学融入课程思政正契合这一趋势，体现跨学科融合思维，为课程思政开辟新路径、提供新方法，丰富教学内涵与手段。同时，这也是以人为本教育理念的彰显，关注学生个体的心理感受与发展需求，使教育更加人性化、精准化。在新时代背景下，这种融合既有利于培养适应社会多元需求的创新型人才，又能推动教育体系不断优化升级，促进教育与社会发展紧密相连，构建富有活力与前瞻性的新时代教育生态。

3. 积极心理学融入课程思政面临的挑战

3.1 教师的认知与能力不足

教师作为课程思政的主导者，其对积极心理学的认知程度和运用能力至关重要。部分教师受限于传统教学观念，缺乏对积极心理学内涵的深入理解。例如在文学课程中，教师可能擅长文本分析，却难以挖掘作品中人物经历所蕴含的积极心理元素，并与思政教育相联系，如引导学生从主人公困境中汲取乐观坚韧的精神力量，助力其形成正确价值观。这反映出教师在跨学科知识融合与创新教学方面的能力欠缺，制约了积极心理学在课程思政中的有效融入。

3.2 课程体系与教学内容的整合难度

各学科课程体系完整且独立，将积极心理学融入其中面临诸多阻碍。以体育课程为例，其本身有严谨的技能训

练和体能提升体系。若要融入积极心理学与课程思政，在教学内容整合上存在挑战。比如讲解团队运动时，既要传授战术技巧，又要融入团队协作精神培养和积极心态塑造的内容，很容易出现二者结合生硬的情况，使学生难以在运动技能学习和心理素养提升间形成有效衔接，导致教学内容连贯性与系统性受损，影响整体教学效果。

3.3 教学方法与评价机制的不适应

现行教学方法与评价机制多围绕知识传授构建，难以满足积极心理学与课程思政融合需求。在美术课程中，传统教学注重绘画技巧传授，教师示范、学生临摹为主。若要融入积极心理学，如培养学生在创作中表达积极情感与责任感，需采用项目式学习等创新方法，引导学生深入生活创作有内涵作品。但当前评价仍侧重绘画技巧考核，忽视作品背后思想情感与积极心理体现，这使得新教学方法难以推广，融合后的教学成效无法准确评估，阻碍了二者深度融合。

4. 积极心理学融入课程思政的路径探索

4.1 教师层面

4.1.1 提升教师积极心理学素养

教师积极心理学素养的提升是融合的关键。例如，教师可参加专业培训与学术研讨会，深入学习积极心理学理论与实践案例。在历史教学中，教师通过培训理解到不同历史时期人物的乐观信念与坚毅品质对历史进程的推动作用。像长征时期，红军战士凭借顽强的心理韧性克服重重困难。教师将这类感悟融入教学，能更生动地引导学生体会积极心理在伟大事业中的价值，从而在课程思政中自然地渗透积极心理学，使学生在历史学习中汲取精神力量，树立正确的价值观与人生观。

4.1.2 教学设计与实施中的融合

在教学设计与实施阶段，教师要巧妙整合。如在物理课程中，讲解力学原理时，教师可引入科学家在探索过程中面对失败却坚持不懈的故事，像牛顿在研究万有引力时经历无数次实验失败仍不放弃。这既传授了物理知识，又在课程思政中融入积极心理学，让学生明白科学探索需要坚韧不拔的精神，培养学生面对学习困难时积极应对的心态，使学生在掌握学科知识的同时，获得积极心理品质的滋养与思想政治教育的熏陶。

4.2 课程层面

4.2.1 课程内容的整合与优化

在课程内容整合优化方面,以语文课程为例,可将积极心理学元素巧妙融入经典文学作品解读。如学习《钢铁是怎样炼成的》,教师引导学生剖析保尔·柯察金在战争与建设中的心理变化,从起初的热血冲动到历经挫折后的坚毅不拔,让学生体会积极心态在困境中的支撑力量,同时感悟作品中蕴含的爱国主义等思政内涵。再如数学课程,通过介绍古代数学家在艰苦条件下凭借对数学的热爱和执着取得伟大成就,既加深数学知识理解,又培养学生专注、坚持等积极心理品质,使课程内容的思政教育与积极心理学相得益彰。

4.2.2 课程实践活动的设计

课程实践活动设计是融合的重要环节。例如在生物课程中,设计“生态保护志愿者”实践活动。学生在实地调研本地生态环境时,面对环境破坏等问题,教师引导学生运用积极心理学方法调整心态,将挫折视为挑战,激发内在动力去探寻解决方案。在这个过程中,学生增强了环保意识(课程思政目标),也培养了乐观、勇于担当等积极心理品质。又如在艺术课程中,组织校园文化墙创作活动,学生在创作过程中相互协作、克服困难,提升审美能力的同时,体验到团队合作带来的积极情感与成就感,促进积极心理与思政教育的共同发展。

4.3 教学方法层面

4.3.1 体验式教学

体验式教学能让学生在亲身经历中感悟积极心理与思政内涵。以体育课程为例,组织学生参与户外拓展训练,如攀岩项目。学生在攀爬过程中,面临体力消耗与心理恐惧的挑战,通过自我激励与团队鼓励克服困难,从而体会到坚韧不拔的意志品质(积极心理学)以及团队协作的重要性(课程思政)。又如在手工制作课上,让学生制作传统手工艺品,在精雕细琢的过程中,感受传统文化魅力,培养耐心专注的心理特质,同时增强文化自信与传承意识,实现积极心理学与课程思政深度融合。

4.3.2 案例教学

案例教学借助真实案例将抽象理念具象化。在经济学课程中,讲述一些企业在经济危机时,不裁员反而通过员工培训、创新产品等方式共克时艰的案例。分析企业管理

者积极乐观的心态,以及对员工负责、对社会担当的思政理念。让学生理解在困境中保持积极态度和社会责任意识的重要性,既学习经济决策思维,又能从案例中汲取积极心理力量并领悟思政要点,使教学内容更具说服力与感染力,促进学生全面发展。

4.3.3 互动教学

互动教学通过师生、生生互动达成融合效果。在英语课堂的情景对话练习中,设定关于国际文化交流与合作的话题。学生分组讨论并表演,在互动交流中,不仅锻炼英语口语表达能力,还在探讨不同文化差异与共性过程中,培养尊重多元文化的包容心态(积极心理学),同时树立文化交流促进世界和平发展的理念(课程思政)。再如在物理实验课上,学生分组完成实验并汇报结果,相互评价与提问。在互动中学会欣赏他人优点、反思自身不足,培养积极人际关系认知,也强化科学严谨、实事求是的治学态度。

4.4 评价机制层面

4.4.1 多元化评价指标体系的构建

构建多元化评价指标体系可全面衡量学生学习成果与素养提升。在文学课程中,除了考核学生对文学知识的掌握(如作品分析、文学史背诵),还应评价其在课堂讨论中展现的积极情感表达、对文学作品中蕴含的民族精神与价值观的理解感悟等。例如,评价学生对爱国主义诗歌朗诵的情感投入度,对经典文学人物所体现的道德品质的剖析深度。此外,小组合作完成文学创作项目时,评估团队协作能力与成员间的沟通交流积极性,从知识、情感、态度、合作等多维度综合评价,促进积极心理学与课程思政在评价环节的融合。

4.4.2 过程性评价与终结性评价相结合

过程性评价与终结性评价结合能动态追踪学生成长。以计算机编程课程为例,过程性评价关注学生日常编程练习的态度,如面对代码错误时是否有耐心调试、是否积极查阅资料解决问题(体现积极心理品质)。同时,观察小组合作编程项目中成员的责任担当与互助情况(课程思政元素)。终结性评价则考查最终编程作品的功能实现与创新性。两者结合,既避免学生临时抱佛脚,又能全面反映学生在知识学习过程中积极心理的养成与思政素养的提升,激励学生持续进步,确保积极心理学与课程思政的融合效

果在评价中得以充分体现。

结语：积极心理学与课程思政的融合，是教育领域的创新探索与重要使命。通过多层面的努力，虽面临挑战，但已逐步构建起二者融合的有效框架。这一融合促进了学生全面发展，让知识传授与价值引领相得益彰，提升了教育的深度与广度。在未来教育征程中，需持续强化教师素养提升、课程体系优化、教学方法创新以及评价机制完善。唯有如此，才能充分发挥二者融合的优势，为培养兼具专业技能与高尚品德、积极心理品质的新时代人才奠定坚实基础，推动教育向更高质量发展。

参考文献：

- [1] 朱小曼. 积极心理学视角下的课程思政研究与实践 [J]. 高等职业技术教育, 2018, 10(2), 35-44.
- [2] 魏晨. 积极心理学与课程思政融合路径的现实障碍及对策探析 [J]. 教育理论与实践, 2020, 35(19), 36-40.

[3] 李金福. 积极心理学理念融入语文课程思政的实践探索 [J]. 教学与管理, 2023, 43(10), 41-45.

[4] 杨晨. 教育观照下积极心理学融入体育课程思政的路径探索 [J]. 教育评论, 2023, 2(3), 47-54.

作者简介：

任洁（1980.4-），女，蒙古族，新疆阿克苏人，学历：研究生，塔里木大学农学院，副教授，研究方向：高等教育教学。

基金项目：

塔里木大学课程思政示范课程项目“农业昆虫学（A）”（TDKCSZ22403），塔里木大学高教研究项目“积极心理学融入‘农业昆虫学’课程思政建设思考与实践”（TDGJSZ2406），兵团高校课程思政示范课程项目“植物化学保护”（2201029033），塔里木大学一流本科课程项目“植物化学保护”（TDYLKC202403）。