

# 积极心理学融入高校“三全育人”实践的价值和路径研究

张 玉

江苏大学马克思主义学院, 江苏 镇江

收稿日期: 2023年7月20日; 录用日期: 2023年9月5日; 发布日期: 2023年9月18日

## 摘 要

进入新时代以来,我国的高校“三全育人”实践取得了显著的成绩,但在两个大局背景下,面对新的形势,亟需推进高校“三全育人”实践的创新发展。将积极心理学融入高校“三全育人”实践,有助于满足学生全面发展的必须性,增强高校“三全育人”针对性和时效性。二者融合的路径有:转变教育理念,健全积极的全员育人队伍;增强教育实效,建立积极的全过程教育机制;优化教育环境,构建积极的全方位教育体系。

## 关键词

积极心理学, 三全育人, 高校

# Research on the Value and Path of Positive Psychology into the Practice of “Three Complete Education” in Universities

Yu Zhang

School of Marxism, Jiangsu University, Zhenjiang Jiangsu

Received: Jul. 20<sup>th</sup>, 2023; accepted: Sep. 5<sup>th</sup>, 2023; published: Sep. 18<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

Since entering the new era, the practice of “three complete education” in colleges and universities

has made remarkable achievements, but under the two overall backgrounds, facing the new situation, it is urgent to promote the innovative development of the practice of “three complete education” in colleges and universities. Integrating positive psychology into the practice of “three complete education” in colleges and universities is helpful to meet the necessity of students’ comprehensive development and enhance the pertinence and timeliness of “three complete education” in colleges and universities. The integration of the two include: Changing the education concept, improving the positive education team; enhancing the effectiveness of education, establishing a positive whole-process education mechanism; optimizing the education environment, and building a positive and comprehensive education system.

## Keywords

Positive Psychology, Three Complete Education, College

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

进入新时代以来, 高校更加注重以文化育人, 广泛开展文明校园创建, 开展形式多样、健康向上、格调高雅的校园文化活动, 广泛开展各类社会实践(杜玥, 2021)。“三全育人”实践的目的在于培养积极向上, 勇于进取的社会主义建设者和接班人, 积极心理学致力于研究人类的积极心理品质二者在理念、功能和目标上都存在高度重合的部分。探索二者契合的部分, 能够更好对积极心理学进行发掘和利用, 弥补当下高校思想政治教育的不足之处, 有利于引导学生形成积极健全的人格, 实现学生的全面发展。因此, 本研究将积极心理学引入高校“三全育人”理念, 探讨积极心理学融入高校“三全育人”的现实价值和实践路径。

## 2. 相关概念概述

### 2.1. 积极心理学

积极心理学的理念来自马斯洛的人本主义心理学, 该理论将心理学视角引向积极, 为积极心理学奠定了理论基础, 塞里格曼于 1998 年首次提出这一概念。积极心理学以主观幸福感为中心, 认为每个人都蕴藏着积极的人格特质积极心理学, 是一门从积极角度研究研究心理的新兴科学, 主要有三部分研究内容: 积极情感组织系统研究、积极人格特征研究和积极的社会组织系统演研究。(齐道喜, 李然, 2022) 积极心理学重视心理健康的积极预防, 认为心理学的研究对象应该是心理状态健康的正常人, 而不是已经出现心理问题的人, 不仅强调个体的心理对人格的影响还十分重视像政治、经济、教育、家庭等社会因素的影响。在新的历史时代, 积极心理学有助于为高校三全育人提供新的有效途径。

### 2.2. 三全育人

三全育人即全员育人、全过程育人、全方位育人, 要求高校要把立德树人作为根本任务, 在遵循学生成长教育基本规律的情况下, 将思想工作融入科学文化知识教育和社会实践教育的各个环节, 贯穿学生发展的各个阶段。(刘国龙, 陈龙, 2021)

高校“三全育人”实践不是凭空产生的, 它具有深厚的理论基础。马克思主义作为科学的世界观和

方法论,为高校“三全育人”实践提供了理论支撑和行动指南。党中央在新中国成立后,提出了“教书育人、管理育人、服务育人”的“三育人”理念,在改革开放后提出要培育“有理想、有道德、有文化、有纪律”的四有新人、加强青年的政治觉悟和思想道德修养以及要坚持“以人为本”为核心,运用统筹兼顾的工作方法促进学生的全面进步的理念,这为“三全育人”理念的形成打下了基础。进入新时代以来,党中央明确提出要落实立德树人根本任务,把思想政治工作贯穿教育教学全过程,实现全程育人、全方位育人。

### 3. 积极心理学融入高校“三全育人”的现实价值

#### 3.1. 育人规律契合,满足学生全面发展的必须性

“三全育人”理念注重学生的全面发展,遵循人的自由全面发展的规律,引导学生提升自身科学文化和思想道德素养。高校“三全育人”理念是在马克思主义的指导下提出的,坚持以人为本的学生观,认为学生是具有独立意义的人,具有主观能动性,同时把学生作为教育活动的主体,用发展的眼光看学生。目前,高校部分学生存在如“躺平”“emo”等消极心理状态,这就是学生没有发挥人的主体作用,丧失主观能动性的体现。积极心理学研究内容之一是积极的情绪体验,建构对未来的乐观主义态度。积极心理学注重人本身的发展,发扬人的主体意识,认为人通过发挥主观能动性可以实现自我完善和自我发展,从而实现人的全面发展。将积极心理学融入高校“三全育人”的实践,有利于强调学生在教育中的主体地位,调动学生积极性,让学生从被动接受教育向主动在教育中实现自身全面发展转变。

#### 3.2. 育人目标相通,增强高校“三全育人”针对性

2019年2月,中共中央、国务院印发《中国教育现代化2035》,指出:培养德智体美全面发展的社会主义建设者和接班人,加快推进教育现代化、建设教育强国、办好人民满意的教育。(田鹏颖,张琳,2021)这就对人才提出了更高的要求,我们需要的人才不仅要拥有专业知识和技能,也要拥有积极的人格和乐观向上态度,这些恰好和积极心理学所研究的内容有共通之处,二者的育人目标方向是一致的。现在,在高校“三全育人”过程中,已经开始由最初的花费更多精力在出现的问题上向预防问题转变。积极心理学作为一种辅助手段,适应了学生全面发展和心理变化的需要,引导学生体验积极情绪,有助于在高校“三全育人”实践中落实关注学生、发展学生、培养学生这一目标的具体实践。

#### 3.3. 育人方法互补,提升高校“三全育人”实效性

从长远来看,育人方法必须与时俱进。在育人过程中注意学生的独特性,不仅是不同的社会环境成长起来的学生在人生态度和心理承受能力上有显著区别,同一学生在成长的不同阶段,其心理状态也有明显差异。当前高校“三全育人”实践在育人过程中依然以教师为主导,传统的教育模式让学生不能注意到自身的主体意识,不仅不利于调动学生的积极性,也不利于学生独特性和多样性的发展。面对这种情况,高校也在转变教育方法,比如让学生自我教育,去实地参与实践等,也取得了一定的效果,但是还有很大的发展空间。积极心理学的重点在于“积极”二字,不仅有积极的结果,也有积极的过程,从积极心理学的视角出发,我们可以发现在教育过程中主体与客体的界限已经没有那么明确,这说明学生的主体价值逐渐被肯定。积极心理学所主张的积极情感组织系统研究、积极人格特征研究和积极的社会组织系统演研究可以帮助学生实现主体价值,用积极的方式,挖掘学生内心潜在的积极力量。将积极心理学的理念与方法应用到高校“三全育人”实践中,能够很大程度上增强高校“三全育人”实践的时效性。

## 4. 积极心理学融入高校“三全育人”的实施路径

### 4.1. 转变教育理念，健全积极的全员育人队伍

高校中育人主体包括教职工、学校管理者以及学生自身，由于学生在育人方面具有一定的特殊性，所以主要的育人队伍应当是高校的全体教职工。(李沐曦, 2022)高校的所有教职工都应该转变传统的教育理念，树立积极的教育理念，加强对学生的人文关怀。学生是发展的人，每个学生都具有无限的潜力，所以教育者应该对学生充满信心，相信学生并且鼓励学生可以变得更好。高校教育工作者应该关注学生思想发展的需求，培育学生的积极心理，从而促进学生的全面发展。转变教育理念不是喊口号，高校教育工作者可以通过相关书籍，参加相关理论和实践知识培训等方式，积极主动地去学习积极心理学方面的知识，提升自身教学水平。同时，高校教育工作者不仅是教育学生去做一个积极乐观的人，其自身也要保持积极向上的心态，无论是在教学还是生活中都用积极的方式去潜移默化的引导学生，形成一支助力关注学生积极的情感体验、培养学生积极人格的全员育人队伍。

### 4.2. 增强教育实效，建立积极的全程育人机制

世界不是一成不变的事物的集合体，而是过程的集合体。全程育人从时间维度对高校育人提出了要求，高校开展育人活动应该贯穿学生受教育的整个过程。学生在成长的每一个阶段必定会遇到不同的问题，当学生出现问题时，高校教育工作者应该引导学生用辩证的方法看待问题，不仅看到问题消极的一面更要看到其积极的一面，让学生以一种积极的方式去看待面对的问题，从而养成积极的人格特质。高校可以采取定期举办心理讲座、辅导员一对一谈话等方式增强与学生之间的信任，从而引导学生不断去关注和发掘事物积极的一面，引导学生在发展的过程中实现自我教育和自我培养。积极心理学不仅注重培养积极学人格特质，也倡导积极的情感体验。在传统的教育模式中，教育地点往往集中在学校里、在课堂上；教育的方式往往是老师负责将知识传递给学生，学生单方面的去接受知识，这种教育模式具有很大的局限性。现如今，学生的主体意识不断增强，高校在育人过程中应该把学生作为教育的主体，增强学生在教育过程中的参与感。比如，高校可以安排学生在寒暑假假期期间积极参与社会实践活动，不仅能够让学生在课堂上学习到的理论知识和具体的实际联系起来，而且有利于自我价值的实现，提升自我幸福感。

### 4.3. 优化教育环境，构建积极的全方位教育体系

积极的教育环境是学生全面发展具有不可替代的作用，良好的校风、班风有助于学生养成规范的行为习惯和积极的人格。全方位育人从空间的维度对高校育人提出了要求，在互联网等技术高度发达的条件下，学生发展的空间更加广阔，广阔的空间在让更便捷的获得学习资源的同时也存在很多弊端，比如网络上纷繁复杂的消息很容易对学生的认知和价值产生误导。在这种情况下，高校在育人过程中应该整合利用各种环境资源，帮助学生树立正确的价值观念。积极心理学提倡重视“隐形”教育环境的作用，潜移默化的去影响学生。首先，高校的育人模式不能仅仅停留在理论知识的学习上，高校可以组织学生去社区或者实践基地等地方参加一些实践活动，通过实践活动的熏陶塑造更健全的人格。其次，高校应该加强校园环境建设，良好的校园环境会令学生保持更愉悦的心情，更有利于培养积极的情感体验。最后，高校可以利用红色文化资源，加强对学生爱国主义精神的培养，当学生在面对外来不良文化的入侵时，能够始终保持清醒的头脑，坚持正确的世界观、价值观和人生观。以江苏大学暑期“三下乡”社会实践活动为例，2023年7月12日，由江苏大学马克思主义学院6名研究生组成的社会实践团队，依托镇江市“爱心暑托班”活动，走进象山社区和镇江市青年发展中心开展一场爱国主义教育。这次社

会实践不仅培养了暑托班学生们的爱国主义精神，还增加了团队成员与社会接触的机会，增强专业技能，提高自身综合素质。团队成员也在社会实践活动中是自身的价值得到实现，从而获得幸福感。

针对积极心理学融入高校“三全育人”的实践，可以通过专业心理咨询人士的指导、开展相关心理知识讲座、将积极心理学的知识融入到不同课程的专业设置中等做法，在日常生活中增强学生对积极情绪的体验，从而让学生感受到积极心理学的实际效果，提高学生的积极意识。

## 5. 总结

作为“三全育人”的重要手段之一，在新时代背景下，将积极心理学融入高校“三全育人”的实践中，有利于帮助学生塑造积极的人格，树立正确的认知和价值观念，更好的落实立德树人的根本任务。

## 参考文献

- 杜玥(2021). 新时代做好思想政治工作须将显性教育与隐性教育相结合. *北京教育(德育)*, 14(9), 57-61.
- 李沐曦(2022). *新时代高校“三全育人”理论与实践研究*. 博士学位论文, 长春: 吉林大学.
- 刘国龙, 陈龙(2021). 大数据与大学生思想政治教育融合发展研究. *苏州大学出版社*, (5), 144.
- 齐道喜, 李然(2022). 积极心理学视角下大学生积极人格培养问题探究. *黑龙江高教研究*, 40(8), 112-116.
- 田鹏颖, 张琳(2021). 论系统观念视域下党对基础教育的全面领导. *中国教育学刊*, 42(5), 11-15.