

积极心理学视域下大学生思想政治教育工作 创新路径研究

董伟武, 梁巧君, 洪晓琴

广西大学马克思主义学院, 广西 南宁

收稿日期: 2026年5月3日; 录用日期: 2026年6月4日; 发布日期: 2026年6月11日

摘要

在新时代背景下, 大学生思想政治教育工作面临着全新的挑战和考验。积极心理学的理念不仅能够为此项工作注入新的活力, 还可以推动其进一步发展。目前, 我国高等院校的思想政治教育工作在实施过程中, 普遍存在对学生鼓励不足和理论灌输较多的情况, 而积极性教育方法的应用相对较少。针对这些问题, 本文从三个方面提出了具体的创新策略和建议, 旨在为高等院校思想政治教育工作的顺利推进提供有力参考。

关键词

积极心理学, 大学生, 思想政治教育, 创新路径

A Study on Innovative Approaches to Ideological and Political Education for College Students from the Perspective of Positive Psychology

Weiwu Dong, Qiaojun Liang, Xiaoqin Hong

School of Marxism, Guangxi University, Nanning Guangxi

Received: May 3, 2026; accepted: June 4, 2026; published: June 11, 2026

Abstract

In the context of the new era, ideological and political education for college students faces entirely

new challenges and tests. The principles of positive psychology can not only inject new vitality into this work but also drive its further development. Currently, in the implementation of ideological and political education at Chinese universities, there is a widespread tendency to provide insufficient encouragement to students and rely heavily on theoretical indoctrination, while the application of positive education methods remains relatively limited. In response to these issues, this paper proposes specific innovative strategies and recommendations from three perspectives, aiming to provide a solid reference for the smooth advancement of ideological and political education in higher education institutions.

Keywords

Positive Psychology, College Students, Ideological and Political Education, Innovative Approaches

Copyright © 2026 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

积极心理学作为一门新兴学科，打破了传统心理学的局限，更加关注个体的积极情感、幸福感和潜能的发掘，把重点放在提升个体和群体的心理健康和生活满意度上[1]。新时代高校的思想政治教育工作目标是增强大学生的心理健康，并通过系统的心理健康教育，帮助大学生培养积极心态，增强心理韧性。将积极心理学理论融入大学生的思想政治教育，可以帮助学生培养乐观、自信和积极向上的心态。积极心理学通过关注学生的心理需求和情感体验，促进他们的心理健康，减少焦虑、抑郁等心理问题的发生。

2. 积极心理学研究的概述

积极心理学在 20 世纪末兴起于国外心理学界，是一种新兴心理学思潮。1988 年，美国心理学家马丁·塞利格曼首次提出这一概念，积极心理学是研究人类优势和美德等积极方面的心理学思潮[2]。传统心理学更多关注心理疾病、情绪障碍和行为问题等消极方面，而积极心理学则侧重于研究积极情感、个人潜能、幸福感等积极品质。传统心理学往往以病理学为导向，致力于诊断和治疗心理问题；而积极心理学则以正向心理学为导向，关注如何提升人们的生活满意度和心理健康，致力于研究并提升人类的幸福感，关注个人的主观幸福和生活满意度。在大学生思想政治教育工作中，积极心理学的理论范式可以带来创新和提升。通过积极心理学的方法，帮助大学生培养积极情感和健康的心理状态，减少焦虑、抑郁等消极情绪的影响。

在国外，无与“思想政治教育”直接对应的概念，但在“道德教育”“公民教育”和“政治社会化”等领域积累了丰富的心理学应用成果。例如，Jin 等(2026)在协作推理中引入道德基础理论，探讨了人工智能角色对个体道德判断的影响[3]；Hytti 等(2026)从情绪工作理论出发，研究了民主教育中“不适感”对深度反思的促进作用[4]；Eroglu 等(2025)基于大样本跨国实验，检验了公民教育对提升民主态度的有效性[5]。从这些研究中发现国外学者更倾向于通过实验设计和量化方法验证心理学干预在价值引导、道德推理和公民意识培养中的实际效果。

在国内，积极心理学与思想政治教育的融合研究近年来呈现快速增长态势。在理论层面，郭尚维与王晶磊(2025)立足积极心理学视域，采用实验组 - 控制组前后测的准实验设计，实证检验了积极心理学训练对学生思政活动满意度和参与意愿的提升效果[6]。许栩与余开华(2026)系统阐述了优势视角、积极情

绪、支持性关系、意义感四大核心要素，提出高校思政工作应从“精细呵护”向“赋能成长”转型，强调回归教育本质[7]。在策略研究层面，魏雪梅(2025)提出重构思政教育内容应从“价值灌输”转为“品质培育”，革新教育方法应从“单向说教”转为“互动体验”[8]。尹洁与姚冬梅(2024)从理念、实践、现实三方面论证了积极心理学赋能学校思想政治教育的内在逻辑[9]。

现有研究仍有不足，大多数研究对积极心理学的西方个体主义底色与我国思政教育集体主义导向之间的潜在张力缺乏深入反思，忽视了价值重心的冲突。可操作化的教学模块仍待完善，虽有学者提出“赏识教育”“积极环境营造”等宏观建议，以及“三维赋能”等实践体系，但具备明确操作流程、可评估指标、便于不同高校复制推广的标准化教学模块仍然较少，导致优秀经验难以规模化应用。基于现有研究，梳理并明确揭示了积极心理学与思政教育在价值层面的潜在冲突，并尝试提出冲突消解与协同转化的理论路径，提出一个可操作、可评估的教学模块示例对当前将心理学应用于思想政治教育具有重要意义。

2.1. 积极的情绪和体验

1988年，美国心理学家马丁·塞利格曼在库马尔会议上首次提出了积极心理学的主要内容，他强调研究和促进人类积极品质和幸福感的重要性。他的理论将情绪体验划分为三个时间段：过去、现在和未来。通过这种划分，他探讨了不同时期情绪对人类心理健康和幸福感的影响[10]。研究者认为，个体在判断生活是否有意义时的主观感受是幸福感的重要构成[11]。在积极心理学中，积极情绪体验包括过去的积极情绪、现在的积极情绪和未来的积极情绪。心理上的积极情绪与感官上的积极情绪相比，其影响更加持久和重要。感官上的积极情绪通常是短暂的，由外部刺激引起，例如美食、音乐或其他感官，而心理上的积极情绪则是由内在心理状态和认知过程引发，具有更深远的影响。积极的人格力量可以通过增强个体固有的积极的心理品质来预防心理疾病[12]。积极情绪研究中，著名心理学家 Barbara Fredrickson 提出了“拓展-建构理论”(Broaden-and-Build Theory)。她认为，积极情绪不仅能够使个体感觉良好，还能拓展其认知和行为的范围，促进个人资源的积累和建设。具体来说，Fredrickson 的理论包括以下几个关键点：拓展认知与行为范围、积累个人资源、长期效应以及提升整体福祉。Fredrickson 认为，积极情绪的积累和资源建设能够显著提升个体的整体福祉。通过积极情绪的培养和保持，个体能够更好地实现自我价值、提升生活质量，并在社会中发挥更积极的作用。

2.2. 积极的人格特质

Hillson 和 Marie 指出，积极的人格特征包括以下几个方面：乐观、韧性、同理心、感恩、幽默和自我效能感。这些具体的心理品质不仅能够提升个体的幸福感，还可以有效缓解心理疾病从而促进心理健康。积极心理学就是研究人类如何发现自身的美德，从而激发个体内在的积极品质[13]。乐观的人倾向于以积极的视角看待生活中的事件，即使在面对困难和挫折时也能保持希望和信心。研究表明，乐观可以减少抑郁和焦虑症状，提高个体的心理韧性。积极心理学强调的是积极的人格特征和心理品质，相比于传统心理学更关注个体的潜能和优势，而不仅仅是治疗心理疾病[14]。积极心理学的目标是促进个体的全面发展和生活满意度，通过增强积极情感和品质，预防心理问题的发生。从预防心理疾病的角度，塞利格曼将人格特质分为两种类型：悲观型人格和乐观型人格。悲观型人格的人往往倾向于看到事情的负面，认为不好的事情会持续发生且无法改变。这种思维方式容易导致抑郁、焦虑和无助感，增加患上心理疾病的风险。乐观型人格的人倾向于看到事情的积极面，相信自己能够应对挑战并改变现状。乐观的态度可以增强心理韧性，减少负面情绪，提高幸福感和生活满意度。通过对比悲观型和乐观型人格特质，可以发现：乐观型人格的人在面对挫折时，更加积极主动，寻求解决问题的办法；而悲观型人格的人则可

能消极回避，感到无助。乐观型人格的人更容易体验到积极情感，如希望和满足；悲观型人格的人则容易陷入负面情感，如失望和沮丧。乐观型人格的人心理健康水平较高，患上抑郁、焦虑等心理疾病的风险较低；悲观型人格的人则相反，心理健康水平较低，患病风险较高。

2.3. 积极的社会组织系统

心理学家认为，积极的家庭、学校和社会环境对个体的心理健康和全面发展具有重要作用，这些积极的社会组织系统有利于形成良好的个体人格特质和积极的社会行为。积极心理学通过自身的优势帮助更多人实现“美人之美，美美与共，天下大同”[15]。“积极心理学认为个体的积极品质和幸福感与积极的社会环境密切相关，”[16]一个积极的家庭环境通常充满关爱、理解和支持，这有助于培养孩子的自尊心和自信心，促进他们的情感稳定和心理健康。研究表明，来自积极家庭环境的孩子更容易形成健康的人际关系，表现出较强的社会适应能力和学业成就。积极的学校环境有助于形成安全、支持和激励的氛围，激励学生积极参与学习和社会活动。这样的环境不仅有助于学业上的成功，还能促进学生的心理健康和社交能力的发展，学生在积极的学校环境中更容易感受到归属感和成就感。积极的社会环境提供广泛的网络资源，有助于建立积极的人际关系。这种环境有助于提升个体的幸福感和生活满意度，增强其社会责任感和公民意识。传统心理学通常认为，个体的心理健康和行为主要受内部因素的影响，如遗传、个性和心理过程，更多关注如何治疗和改善个体的心理问题，而较少关注外部环境的积极影响。马克思主义唯物史观认为，社会环境对个体的发展起着决定性作用。从马克思主义唯物史观看，积极的社会组织系统能够为个体提供良好的发展条件，促进其全面发展。相反，如果社会组织系统对个体起到阻碍作用，个体的发展将受到严重影响。

3. 积极心理学与高校思想政治教育的契合点

3.1. 人文关怀的一致性

积极心理学通过挖掘和培养个体的积极品质帮助他们提高幸福感和生活满意度，体现了对个体的人文关怀，其核心理念是帮助个体发现自身潜能，增强自信心和乐观精神，从而提升整体生活质量[17]。同样，大学生思想政治教育关注学生的思想动态和心理状态，并通过关心和引导学生的思想和心理发展，促进他们的全面成长，两者的契合点在于致力于促进学生的全面发展。积极心理学关注学生的心理健康和积极品质，帮助他们应对生活中的挑战和压力，提升心理韧性和幸福感。思想政治教育通过思想引导和价值观教育，帮助学生形成正确的人生观和世界观。两者相互补充，可以为学生的健康成长提供有力支持。例如，通过积极心理学的理论和方法，思想政治教育可以更有效地关注和解决学生的心理问题，提高教育工作的实效性。同时，思想政治教育可以为积极心理学提供理论支持和实践平台，使其更好地服务于学生的心理发展和成长。

3.2. 教育目标的相通性

在当今时代，文化思潮和价值观念对大学生产生了深远影响，学生处在一个关键的成长阶段。由于心理和社会成熟度不足，学生在应对压力和挫折时常显得较为脆弱，因此高校教育需要加强思想引领和价值观教育，同时关注学生的心理健康。思想政治教育旨在培养学生的社会责任感、爱国情怀和正确的价值观念，它注重引导学生思考和应对社会和生活各种各样的问题，从而促进其全面发展，积极心理学在这一过程中可以发挥重要作用。积极心理学有利于引导大学生养成积极的情绪和乐观的心态[18]。通过挖掘个体的优秀品质，如乐观、自信、坚韧等帮助学生增强心理韧性，提高应对压力和挫折的能力，促进心理健康发展。积极心理学与思想政治教育的目标高度一致，都是为了促进学生的全面发展，提高大学

生的社会适应能力。思想政治教育中的价值观引导和积极心理学中的积极品质培养两者相辅相成，共同提升学生的综合素质和心理健康水平。两者的结合可以帮助学生更好地应对当代社会的各种挑战，形成健康的心理和积极的社会态度。

3.3. 教育功能的互补性

积极心理学的核心在于培养个体的积极态度，增强个体的心理韧性，让个体在遇到困难时能够积极应对。这对于大学生在面临学业压力、人际关系、未来规划等方面的挑战尤为重要。“积极心理学倡导建立积极的组织系统与教育强调的系统性不谋而合。”[19]通过积极心理学的干预和引导，学生可以学会积极思考，增强自信心和抗压能力，从而更好地适应大学生生活和未来的社会生活。高校思想政治教育具有很强的引导作用，通过政治理论课、思想道德教育等方式，帮助大学生树立正确的行为准则。例如，通过政治理论课的学习，学生可以更好地理解和认同正确价值观念，抵御享乐主义和奢靡之风的侵袭，而思想政治教育中的心理梳理功能，则可以帮助学生在思维困惑和心理压力下找到正确的应对方法。积极心理学与高校思想政治教育在功能上可以互信互鉴从而形成有机结合。积极心理学的心理干预和思想政治教育的理论引导相结合，可以更全面地帮助学生在思想、心理和行为上实现全面发展。例如，思想政治教育工作者可以运用积极心理学的方法，开展心理辅导和团体活动，帮助学生树立积极心态，增强心理韧性。同时，积极心理学的研究成果也可以为思想政治教育提供新的视角和方法，推动思想政治教育工作的创新和发展。通过两者的有机结合，可以更好地促进大学生的健康成长，形成科学、系统、有效的教育体系。

4. 当前我国高等院校大学生思政教育工作普遍存在的问题

4.1. 教育者普遍缺乏对积极心理学方法的应用

当前，我国高等院校大学生思政教育工作普遍存在一些问题。教育者普遍缺乏对积极心理学方法的应用。在实际工作中，思想政治教育往往采用传统的单一授课方式，主要依靠灌输理论，缺乏互动和体验式教学，这种方法难以凸显学生的主体地位，未能达到理想的教育效果。积极心理学的方法在思想政治教育中的应用不足限制了学生的积极品质和潜能的挖掘。传统做法虽然意图强调学生的主体地位，但在实际操作中往往流于形式，无法真正激发学生的内在动机。此外，积极心理学中的许多理论和实践方法在实际工作中未能得到充分体现，导致教育效果欠佳。运用积极心理学方法可以有效改善高校思想政治教育工作中传统单一的教育模式。教师可以通过关注学生的优点和积极情感，设计体验式教学活动，增强学生的参与感和认同感。鼓励师生间通过积极心理学方法去良性互动来建立师生间彼此信任关系可以为师生之间建立良性的纽带[20]。这种创新路径不仅可以提升教育效果，还能促进学生的全面发展和心理健康，为他们的健康成长提供有力保障。

4.2. 批评教育较多，激励教育较少

当前，我国高等院校大学生思政教育工作普遍存在的问题之一是批评教育较多，而激励教育较少。教育从业者普遍以一种高高在上的身份进行工作，缺乏与学生平等交流和互动的方法。教师通常采用惩罚、劝阻和说服的方式对大学生进行教育，这种方法容易引起学生的反感情绪，甚至可能会产生严重的后果。高等院校的思想政治工作对学生闪光点的挖掘也不够深入，往往出现以偏概全的情况。部分学校在学习环境建设上缺乏持续性，影响了思想政治工作的效果从而产生了负面的影响，积极心理学可以为解决这一问题提供新的思路。积极的教育体系有利于培养个体的优良品质[21]，通过积极心理学的方法，教师可以更加关注学生的优点和潜力，给予他们更多的肯定和支持，从而提升学生的自信心和积极性，减少对思想政治教育的排斥情绪，促进问题的有效解决。

4.3. 理论灌输较多，实践体验较少

传统教育思维中，高校倾向于通过灌输理论来进行思想政治教育，将复杂的观点以灌输的方式强加给学生，难以让学生产生实质性的理解和共鸣。现在的大学生普遍为00后，这一代人希望在校园生活中得到尊重。他们看待事物的方式逐渐多元化和个性化，传统的教育方法已经不能适应当代大学生的需求。传统教育方法对当代大学生群体的适应性不强，容易引起他们的情感和心理上的不良反应。积极心理学则提供了一种更具人性化和体验性的教育方式，通过关注学生的积极体验和实践活动，增强他们对思想政治教育的兴趣和参与度。高校可以将积极心理学与校园环境相结合，营造积极向上的校园文化[22]。实践证明，通过积极心理学的理念，教育者可以设计更多的体验式教育活动，让学生在参与中理解和认同思想政治教育的内容，提升政治觉悟和社会责任感。

5. 积极心理学个体主义与思政教育集体主义的冲突与协同

积极心理学发轫于西方文化语境，以个体幸福、自我实现、个人潜能挖掘为核心导向，呈现出鲜明的个体主义理论底色，其研究重心聚焦于个体情绪体验、人格特质与主观幸福感，强调以个体为中心的心理赋能与成长。而我国高校思想政治教育以集体主义、国家主义为核心价值导向，以培养担当民族复兴大任的时代新人为目标，注重个体对集体、国家的责任认同与价值归属，强调个人发展与国家发展、集体利益的有机统一。二者在理论根基、价值重心与教育目标上存在天然差异，既存在潜在冲突，也具备深度协同的可行性，厘清冲突、构建协同路径，是积极心理学与思想政治教育深度融合的关键。

5.1. 潜在冲突

首先，二者之间存在价值重心的冲突。积极心理学以个体为价值核心，关注个体自身的积极情绪、心理韧性与自我实现，将个体幸福感作为终极追求，易弱化个体与集体、国家的联结，陷入“自我中心”的价值误区。思想政治教育以集体与国家为价值根基，强调集体利益高于个人利益，倡导个人融入集体、服务国家，要求个体在集体与国家发展中实现自我价值，二者在价值优先级上存在分歧。

其次，存在关注维度的不同。积极心理学的核心关注维度是个体内在心理世界，聚焦积极情绪、心理韧性、人格优势、主观幸福感等心理品质的培育，以促进个体心理健康、自我接纳与潜能实现为主要内容，其分析单元与成长落点均以个体为中心。高校思想政治教育的核心关注维度则是个体与家国、社会、集体的关系建构，重在引导大学生树立正确的国家观、历史观、民族观，强化家国情怀、社会责任感与集体主义精神，强调将个人成长置于国家发展与民族复兴的大局之中，实现个人价值与社会价值的统一。

最后，存在实践路径的不同。积极心理学的实践路径以心理赋能与自我调适为主，通过积极情绪激发、优势识别、心理疏导、团体辅导等方式，帮助大学生优化心理状态、提升抗压能力、构建积极认知，属于向内的心理建设路径，重在唤醒与滋养。思想政治教育的实践路径以价值观念塑造与思想引领为核心，依托理论教学、文化浸润、实践体验等方式，引导大学生形成稳定、正确的价值立场与行为准则，属于向外的价值建构路径，重在引导与规范。

5.2. 协同路径

一是以个体幸福助推家国认同。针对价值重心的冲突，二者并非不可调和。积极心理学所关注的个体幸福感与思想政治教育倡导的家国情怀可以是相互促进、相辅相成的：个体的自我实现离不开集体与国家的支撑，只有在服务集体、报效国家的过程中，个体才能获得更深层次的意义感与幸福感。换言之，个体幸福可以成为家国认同的心理基础与内在动力。在育人实践中，教育者应帮助学生在积极心理体验

中建立对集体和国家的正向情感联结,避免将个体幸福孤立化、绝对化,使个人成长与国家发展形成良性互动,从而化解价值优先级上的表面分歧。

二是以积极品质支撑核心价值。积极心理学所倡导的乐观、坚韧、感恩、自我效能感等积极人格特质,与思想政治教育所要求的责任感、担当精神、奋斗精神等核心价值观念具有内在一致性。思想政治教育可以借助积极心理学的理论工具,将抽象的价值观念转化为具体的心理品质培育目标——例如,培养学生的责任感可以从增强其自我效能感和归属感入手,培养学生的奋斗精神可以从激发其内在动机和希望感入手。通过积极品质的培育,为核心价值观教育提供心理支撑,使思想政治教育在关注个体内心世界的同时,自然导向对家国责任的认同。

三是以内生激励优化价值引导。传统思想政治教育侧重外部的价值输入与行为规范,而积极心理学擅长通过情绪激发、优势识别、体验式活动等方式实现个体的内生长。思想政治教育可以引入积极心理学的体验式教学、团体辅导等方法,增强教育过程的参与性和感染力,让学生在积极的情绪体验中主动内化价值观念。通过心理赋能降低价值认同的心理阻力,使国家观、集体观、社会责任等内容从外在理论要求,转化为学生内在愿意接受、乐于认同、主动践行的心理信念。

6. 以积极心理学为导向,创新大学生思想政治教育的可行性方法

6.1. 拓展大学生思想政治教育的途径与方法

为了拓宽大学生思想政治教育的途径和方法,积极心理学提供了一条创新路径。通过积极心理学的视角,教育者可以建立平等的教育关系去促进学生的全面发展。首先,要注重赏识教育。积极心理学强调认可和欣赏学生的优点和潜力,这有助于提升学生的自信心和积极性。教师应当多鼓励学生,发现并表扬他们的闪光点,激发学生的内在动机,增强其学习兴趣和动力。其次,要实行角色轮换制度。让学生在不同的角色中体验和学习,可以培养他们的多方面能力和团队合作精神,这不仅有助于学生理解不同角色的责任和挑战,还能增强他们的适应能力和创新意识。再者,要培养学生的积极人格。积极心理学注重培养乐观、坚韧和自信的人格特质。教师可以通过各种心理辅导和实践活动,帮助学生树立正确的价值观,培养他们应对困难和挫折的能力,从而促进心理健康。“教师是否以积极的心态面对教育活动影响教育成效。”^[23]此外,要营造积极的教育环境。利用微信公众号和各种媒体平台宣传正向社会价值理念,发挥思想政治教育的隐性功能。通过丰富多样的线上线下活动潜移默化地影响他们的行为和思想。

为将积极心理学的方法切实融入大学生思想政治教育,设计一个基于积极心理学“优势理论”的思政课教学模块也是非常必要的。例如在“发现我的优势:积极价值观培育工作坊”这一模块中,将教学目标设计为帮助学生理解积极心理学中“优势理论”的基本概念如六大美德与24项性格优势,并能识别至少5项自身突出的性格优势。培养学生运用自身优势分析社会现象、解决实际问题如团队合作、志愿服务策划的能力。通过优势的发现与应用,增强学生的自我效能感和对集体价值的认同感,引导学生将个人优势与“友善”“敬业”“爱国”等价值观建立联结,形成“用优势服务集体、在集体中实现价值”的积极认知。在教学过程中,教师需引导学生完成简版VIA-24项性格优势识别问卷,使学生当场获取自己的前5项核心优势,再将班级学生进行分组,每位成员轮流分享自己的一项优势,并举一个真实的生活或学习案例说明该优势曾如何帮助自己或他人。接着每组选出一名代表,向全班分享“我们组的优势如何与国家发展需要相契合”。在实践方面,学生需以小组为单位,设计一项“用我的优势服务校园或社区”的微型实践方案,如组织一次旧衣回收、策划一次班级读书会、制作一个正能量短视频等,明确每位成员在任务中发挥的核心优势,说明该任务如何体现至少一项正向价值观。最后,教师选取1~2个优秀案例进行展示和表扬,总结强调“个人优势不是孤立存在的,只有在服务他人、集体和国家时,优势才有真正的意义和价值”。

6.2. 长期坚持挖掘高校学生积极心理，调动学生内心积极性

为了推动大学生积极心理的开发，高校思想政治教育需要长期致力于这项工作。大学竞赛作为一种重要的教育手段，能够有效调动青年大学生参与的积极性，增强他们的学习自信心。培养大学生积极的人格有利于提升大学生的幸福感[24]。通过各类学科竞赛，如数学建模竞赛、创新创业大赛、学术论文竞赛等，不仅可以让学生在实际操作中验证和应用所学知识，还能提升他们的创新能力和团队合作精神。例如，理工科学生通过参加科技创新大赛，可以培养他们的创新思维和动手能力；人文学科学生通过参加辩论赛、演讲比赛等活动，可以提升他们的逻辑思维和表达能力。竞赛的过程既是知识的再学习过程，也是学生展示自我和互相学习的机会。教育工作者应当在竞赛中给予充分的指导和支持，帮助学生从竞赛中获得成就感和自信心，从而激发他们的内在积极性。丰富的校园社团活动可以延伸学生的兴趣爱好，发挥他们的特长优势。社团活动包括文艺类、体育类、科技类、志愿服务类等多种类型，学生可以根据自己的兴趣选择参与。思想政治教育工作者应当充分关注学生的兴趣爱好，积极组织和指导各项校园活动并鼓励学生参与。这些活动不仅能培养学生的多样化能力，也能增强他们的社会责任感和集体荣誉感。通过这些方式，可以有效调动学生成长道路上的内心积极性，帮助他们树立积极的人生态度。积极心理学强调培养学生的积极心理品质，心理健康教育和辅导是其中的重要组成部分。高校应设立专门的心理辅导机构，提供个体心理咨询和团体辅导服务。通过开展心理健康讲座等活动，帮助学生掌握基本的心理调适方法，增强他们的心理韧性。例如，定期组织学生参加心理健康知识讲座，邀请专业心理咨询师开展专题辅导，帮助学生了解和应对学习生活中的各种心理问题。此外，通过心理拓展训练活动，提升学生的自信心和团队合作能力，增强其心理韧性和抗压能力。通过这些措施，长期挖掘和培养学生的积极心理，促进他们的全面发展。

6.3. 构建积极的校园环境，为大学生提供坚实的环境基础

构建积极的校园环境是思想政治教育的重要任务。高校需要坚持立德树人的教育模式，将思想政治工作贯穿到各个教育环节。立德树人是教育的根本理念，通过课程思政、实践活动、校园文化建设等多种途径，培养学生的正确价值观念。例如，在课程设置中，将思想政治教育融入专业课程，通过学科知识的传授和思想政治教育的有机结合来实现三全育人的目标。同时，通过社会实践活动，让学生在实践中感悟和践行正确的价值观。通过创建以核心价值观为导向的校园文化环境，营造积极向上的学习氛围。校园文化包括校训、校歌、校徽等物质文化，也包括校园活动、社团文化等精神文化。高校应当注重校园文化的引领作用，通过各种形式的文化活动，传递积极的价值观。此外，通过校园广播、微信公众号等多种媒介，宣传正向的社会价值理念，发挥思想政治教育的隐性功能。通过这些措施，构建积极的校园文化环境，营造良好的学习氛围。对于有困难的学生，高校需要立足实际情况，提供切实的帮助。家校合作是构建积极校园环境的重要环节，高校应定期举办家长座谈会，通过电话或社交软件与学生家长沟通，形成稳定的反馈机制，帮助家长构建良好的亲子关系。例如，定期组织家长会、邀请家长参与学校的教育活动和了解学生的学习和生活情况等等。同时，通过电话、邮件等方式与家长交流形成教育合力。此外，还可以通过家校互动平台，提供家庭教育指导，帮助家长树立科学的教育观，营造积极的家庭文化氛围。这不仅能为学生提供更好的家庭支持，也有助于营造积极的家庭文化氛围从而推动家庭教育的稳步发展。通过长期挖掘学生的积极心理去调动他们的内在积极性，并构建积极的校园环境，可以有效提升思想政治教育的效果。

本文从积极心理学视域出发，提出了大学生思想政治教育的三条创新路径及具体教学模块设计，但在不同类型高校、不同专业背景学生中的适用性可能存在差异，还未就此进行分层讨论。其次，积极心理干预通常存在“短期激发、长期衰减”现象，本文提出的策略能否产生持续性的行为改变和价值观内

化, 仍有待追踪研究验证。未来可以深入探索调节变量与边界条件, 引入学生心理韧性水平、班级氛围等变量, 考察不同条件下积极心理学方法的差异化效果, 继续进行纵向追踪, 设计 3~6 个月的追踪测量, 检验干预方案的持续效果等。

基金项目

《思想道德与法治》课堂教学互动实效性提升研究与实践: 2025 年度广西高等教育本科教学改革工程项目【2025JGB106】。

参考文献

- [1] 王兴浩. 积极心理学在大学生思想政治教育中的应用路径研究[D]: [硕士学位论文]. 大连: 大连海洋大学, 2022.
- [2] 李金珍, 王文忠, 施建农. 积极心理学: 一种新的研究方向[J]. 心理科学进展, 2003, 11(3): 321-327.
- [3] Jin, Y., Martinez-Maldonado, R., Shi, W., Huang, S., Zheng, M., Han, X., et al. (2026) When Machines Join the Moral Circle: The Persona Effect of Generative AI Agents in Collaborative Reasoning. *British Journal of Educational Technology*, 0, 1-24. <https://doi.org/10.1111/bjet.70067>
- [4] Hytti, M., Sandström, N. and Bodfield, K. (2026) Emotional Work in a Safe-Brave-Compassionate Ecology: Staying with Discomfort in Education for Democracy. *Frontiers in Political Science*, 8, Article 1761729. <https://doi.org/10.3389/fpos.2026.1761729>
- [5] Eroglu, M.H., Finkel, S.E., Neundorf, A., et al. (2025) Choosing Democracy over Party? How Civic Education Can Mitigate the Anti-Democratic Effects of Partisan Polarization. *British Journal of Political Science*, 55, e65.
- [6] 郭尚维, 王晶磊. 积极心理学视域下大学生思想政治教育入脑入心路径研究[J]. 天津师范大学学报(社会科学版), 2025(3): 117-125.
- [7] 许栩, 余开华. 从“精细呵护”向“赋能成长”: 积极心理学视域下高校思政工作的育人深化[J]. 大众心理学, 2026(4): 22-23.
- [8] 魏雪梅. 基于积极心理学理念创新高校思政教育[N]. 青海日报, 2025-10-22(007).
- [9] 尹洁, 姚冬梅. 积极心理学赋能学校思想政治教育的思考[J]. 新课程导学, 2024(25): 78-81.
- [10] Sheldon, K.M. and King, L. (2001) Why Positive Psychology Is Necessary. *American Psychologist*, 56, 216-217. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.56.3.216>
- [11] Heintzelman, S.J. and King, L.A. (2016) Meaning in Life and Intuition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 110, 477-492. <https://doi.org/10.1037/pspp0000062>
- [12] 王燕. 培养积极心理品质——预防和治理家庭中问题孩子的新思路[J]. 遵义师范学院学报, 2018(1): 149-151.
- [13] 孟万金, 王新波, 张冲. 中国学校积极心理健康教育实验与推广[J]. 中国特殊教育, 2011(9): 8-15.
- [14] 朱艳楠, 陈婷. 基于积极心理学导向简析大学生心理健康教育课程探索——评《大学生心理健康教育: 积极心理学的运用》[J]. 科技管理研究, 2023, 43(22): 237.
- [15] 免平清. 费孝通的“和而不同”与“天下大同”思想——兼论民族研究的文化自觉与理论自觉[J]. 学海, 2014(4): 24-32.
- [16] 李新. 积极心理学视角下的青少年心理健康教育——评《新时代青少年心理健康教育: 原理、操作与实务》[J]. 中国教育月刊, 2023(11): 145.
- [17] 席居哲, 叶杨, 左志宏, 等. 积极心理学在我国学校教育中的实践[J]. 华东师范大学学报(教育科学版), 2019, 37(6): 149-150.
- [18] 李花, 苏扬. 积极心理学视域下高校家庭经济困难学生健全人格的教育对策研究[J]. 思想教育研究, 2019(9): 129-130.
- [19] 边玉芳, 何妍, 吴洪健. 积极心理学背景下中小学心理教师的角色定位[J]. 中国青年社会科学, 2018, 37(4): 122.
- [20] 王岩, 张逸飞. 积极心理学: 引导师生积极健康发展[J]. 人民教育, 2021(23): 39-40.
- [21] 胡济林, 陈冠龙. 积极心理学视野下的高职思政课教学改革[J]. 教育与职业, 2018(13): 100-101.
- [22] 席文彪, 张世财. 积极心理学视域下高职院校心理健康教育实践路径探析[J]. 教育理论与实践, 2024, 44(27): 53-56.
- [23] 蒋平. 趋向积极: 积极心理学视野下高校教师的角色认同与自我发展[J]. 继续教育研究, 2015(5): 49-51.
- [24] 齐道喜, 李然. 积极心理学视角下大学生积极人格培养问题探究[J]. 黑龙江高教研究, 2022, 40(8): 113.