

# 课程思政融入高校心理健康教育教学路径探析

赵梦园

南京林业大学马克思主义学院，江苏 南京

收稿日期：2023年7月4日；录用日期：2023年8月1日；发布日期：2023年8月14日

---

## 摘要

心理育人是思政教育教学的重要构成。高校教育教学工作不仅要关注学生知识能力的培养与学习，更要关注学生心理素质的锻造与发展。教学实践表明，基于教育心理学理论，课程思政融入高校心理健康教育教学工作，充分发挥课程思政的优势，有利于落实立德树人根本任务，全面提高人才培养质量。目前，二者融合过程中仍存在诸多问题，对此，高校应以学生为主体，加强思政元素的融入，在强化师资队伍力量的基础上，找准课程定位，不断推进心理健康教育教学课程思政建设，促进学生全面发展。

---

## 关键词

课程思政，高校，心理健康教育

---

# An Analysis of the Teaching Path of Integrating Curriculum Ideological and Political Education into Mental Health Education in Colleges and Universities

Mengyuan Zhao

School of Marxism, Nanjing Forestry University, Nanjing Jiangsu

Received: Jul. 4<sup>th</sup>, 2023; accepted: Aug. 1<sup>st</sup>, 2023; published: Aug. 14<sup>th</sup>, 2023

---

## Abstract

Psychological education is an important part of ideological and political education. The education

and teaching work in colleges and universities should not only pay attention to the cultivation and learning of students' knowledge ability, but also pay attention to the forging and development of students' psychological quality. Teaching practice shows that based on the theory of educational psychology, the integration of curriculum ideological and political education into the teaching of mental health education in colleges and universities, giving full play to the advantages of curriculum ideological and political education, is conducive to the implementation of the fundamental task of cultivating people with morality and comprehensively improving the quality of personnel training. At present, there are still many problems in the process of the integration of the two. In this regard, colleges and universities should take students as the main body, strengthen the integration of ideological and political elements, and on the basis of strengthening the strength of the teaching staff, identify the curriculum positioning, and constantly promote the ideological and political construction of mental health education and teaching courses to promote the overall development of students.

## Keywords

Curriculum Ideological and Political Education, Colleges and Universities, Mental Health Education

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

高校心理健康教育自建立就一直与思想政治教育有着密切的关系。2020年5月发布的《高等学校课程思政建设指导纲要》指出，高校要把思想政治教育贯穿到整个教育体系中，全面加强课程思政建设，发挥每门课程的育人作用(潘丽华, 2022)。同时，文件指出，任课教师在进行心理健康教育过程中，应将思政元素适时地应用于课程教学中，坚持育心与育德相统一，达到立德树人的根本目的。心理健康教育的价值在于通过育心实现育人(姜松梅, 王冰洁, 2022)。心理健康教育与课程思政的融合为促进高校学生全面发展提供强有力的支持，二者具有较高的互通融合度。将课程思政融入高校心理健康教育教学全过程，是“显性教育”与“隐形教育”紧密结合的表现，是培育时代新人的必然选择。本文拟进行课程思政与高校心理健康教育教学融合的实践探索。

## 2. 理论依据

### 2.1. 积极心理学理论

积极心理学是心理学领域的一场革命，是一门从积极角度研究传统心理学研究的东西的新兴科学。马丁塞利格曼是积极心理学之父。该理论研究内容主要分为：研究个体对待过去、现在和将来的积极主观体验研究；对个体各种现实能力和潜在能力加以激发和强化的积极人格特质的研究；对个体积极社会环境的研究。积极心理学理论在对心理学的批判与继承的基础上，倡导研究和探索人类的美德。重视对心理防患的预防，旨在通过有效测量个体的积极心理品质，弄清它们的形成路径，并通过恰当干预来塑造这些心理品质。随着积极心理学的蓬勃发展，塞利格曼最新研究出“幸福2.0”的理论，提出幸福的5个要素，即积极情绪、投入、意义、积极的人际关系和成就。在积极心理学理论的影响下，高校在为学生解决心理问题的同时，应高度重视学生积极人格的构建，进一步提高高校心理健康教育教学工作的科学性。

## 2.2. 建构主义理论

建构主义理论是认知心理学的分支，是以皮亚杰为代表，主要研究学习活动与教学活动的理论。建构主义理论的核心观点是以学生为中心，强调学生对知识的主动探索、主动发现和对所学知识意义上的主动建构。建构主义理论认为，既强调学习者的认知主体作用，又不能忽视教师的指导作用。教师要通过创设符合教学内容要求的情境和提示新旧知识之间联系的线索，帮助学生建构当前所学知识的意义。同时，为了激发学生学习兴趣，教师应在可能的条件下组织协作学习，启发诱导学生自己去发现规律、自己去纠正和补充错误或片面认识。为了提高高校心理健康教育课程立德树人的时效性，教师应探究以生为本的“课内课外 + 线上线下”双融合的教学策略。

## 2.3. 混合式教学理论

混合式教学是传统教学与网络化教学优势互补的一种教学方式，既发挥教师引导、启发、监控教学过程的主导作用，又充分体现学生作为学习过程主体的主动性与创造性。为了进一步提升心理育人质量，高校在推进知识教育的同时，应大力建设《大学生心理健康教育》在线课程，通过互补性模式、翻转型模式、合作型模式等，因材施教，更有效地实现“五育并举”，全面提升教育质量。与此同时，实施混合式教学模式，能够在强化教师能力的基础上，实现不同要素的整合与优化，最终获得有效的教学评价。这契合了高等教育改革的优势，不仅成为推动高校课堂教学改革的有力抓手，而且是促进学生深度学习的有力手段。

# 3. 课程思政融入高校心理健康教育教学现状及成因分析

## 3.1. 课程思政融入高校心理健康教育教学现状

在国家政策的推动下，高校心理健康教育课程思政建设取得良好进展，思想政治教育与心理健康教育同属意识范畴，都是个体在实践基础上对外在客观现实的能动反应，具有教育目标、服务对象、实施方式上的一致性。但是由于诸多因素影响，高校课程思政与心理健康教育的融合仍面临诸多问题。

### 3.1.1. 教学工作定位模糊

在课程思政融入高校心理健康教育教学过程中，明确的课程定位与发展规划，能够为师生的教与学工作指明方向。但是在实施过程中，部分高校对于课程思政的融入具有模糊的定位，极大地影响了教学任务的有序推进。其一，高校对于心理健康教育课程思政内外环境以及学生心理健康教育实际情况认识不足。高校在工作过程中，未根本实现心理健康教育课程思政内外环境的优化，对于本校已有的心理健康教育资源的数量与质量了解有限，存在实际课程定位与高校实际相脱离的状况，很大程度上影响了高校心理健康教育教学各项工作的顺利开展(尹凤英, 2023)。其二，高校对于本校生源质量了解有限。为了顺利推进课程思政与心理健康教育融合工作，高校应充分了解学生的心理状况、学习能力、知识基础，从而因人制宜，制定出符合学生身心发展规律的学习计划。但是存在高校对于学生知识储备程度了解不够，导致教学计划安排过早或者课程定位过高的情况，严重影响教学质量。其三，人才培养目标的精确度有待提高。思想政治融入心理健康教育是一项长期性工程，需要从学生角度出发，高度重视学生心理健康教育，制定精准可行的人才培养目标。目前，部分高校在人才培养目标的制定上较为笼统模糊，导致思想政治教育理念与大学生心理健康教育的结合缺乏科学性与规范性，导致学生逐渐丧失学习积极性，不利于形成良性的师生互动。

### 3.1.2. 教学内容有待丰富

教育者是教学的主体，精准把握教育内容是教育者的重要任务之一。在课程思政融入大学生心理健

康教育教学工作中，部分高校的教育内容过于心理学化而缺乏思想政治教育性，课程内容可以涵盖人际交往、情绪管理、自我与人格发展、恋爱与情感等多方面。由于这些内容过于专业化，易导致高校心理健康教育演变成单纯心理学专业教学，一味地理论灌输达不到理想的教学效果，缺乏对学生世界观、人生观、价值观的培育与引导，心理健康教育的直接目的也仅仅是提高大学生心理素质，其教学内容应较多涉猎培养大学生人际交往技能，培育感恩、宽恕等积极心理品质。在二者互融的频率上，大多数高校皆是偶尔融入。相关教师认为，对于课程思政方面的内容，融入频次取决于不同类型思政内容的多少。并且融入内容的难度方面，部分高校未经严密的研究与分析，内容深浅决定学生学习效率与教学成果。对于难度系数大的内容，学生容易丧失学习积极性，采用敷衍的态度对待课程内容，更侧重专业知识，忽视心理健康教育课的重要性。对于太过浅显的内容，学生无法形成乐善好学的学习态度，课程实践性大幅下降，很大程度上影响教学效果。

### 3.1.3. 学生主体性作用未得到足够重视

学生是教育的根本、本源。从教育本体论的基本原理出发，学生在教育事业和教育实践中具有主体地位与属性(杜杰, 2013)。然而，在课程思政融入高校心理健康教育教学过程中，在对教育对象心理特点的把握上，大部分高校采用一套固有模式来开展工作，忽视学生身心发展特点的差异性。从心理特点与心理行为上看，学生由于成长环境与生活方式等的区别，心理需求以及心理压力就会产生很大的差别，面对多层次和多样化的发展，高校应以学生为本，通过测验调查了解学生实际情况，制定合理的个性方案开展工作。在教学手段的应用上，大部分高校采用线下方式进行，较少部分学校采取“线上 + 线下”形式开展工作，网络载体未能充分发挥作用。高校大学生的课程压力较高中时减轻很多，教学载体的单一化容易忽视学生主体作用，导致学生参与积极性不高、学习兴趣低落的现象，严重影响教学效果。在教育氛围的营造上，大部分高校也只是在“5.25 心理健康活动月”举办心理健康活动，形式主义较重，学生无法真实感受积极的校园氛围。高校应加强主题体验式教育模式的运用，在实际行动过程中，基于建构主义，激发学生学习兴趣与积极性，加强自身能力培养，在文化传承与延续中增强文化自信。

### 3.1.4. 师资队伍教学水平尚需提升

将课程思政融入心理健康教育全过程，教师是关键。在教学过程中，部分教师对于课程思政育人理念尚不可取，依然将理论灌输作为中心工作，对于出台的政策文件也仅仅是形式上的了解，并未进行研究且将其融入教学内容中。有些教师执拗于以往的惯性教学方式，对于课程思政理念这样的新事物接受程度较低，思政意识比较淡薄。在思政要素的把握方面，部分教师认为，要想精确且充分地从大学生心理健康教育内容中挖掘思政要素，是一项比较有难度的研究，二者内容的抽象导致无法把握其科学性与规范性，同时身边少有专业人士可以指导，导致教师对于思政元素把握不到位的现象。在实践锻炼方面，虽然部分教师可以规范整理出大学生心理健康教育中的部分思政元素，但是如何将其合理的切入课堂是一件困难的事情，如何融入、怎样科学融入都是要深思的问题。由于在实践过程中的处处碰壁，部分教师又会退回自己擅长的领域，对于课程思政融入高校心理健康教育教学的实践工作表现出形式上的“敷衍”态度。在教学评价设计方面，对于大部分高校，实施教学效果评价的主要途径是教师评价，由于缺乏充分实践加上对思政要素把握不到位，部分教师设计出的教学效果评价体系是有所浅薄的，导致评价结果的不准确性，从而影响教学评价内容的针对性与规范性，也没法达到教学评价结果的真实性与客观性，严重影响教学进程。

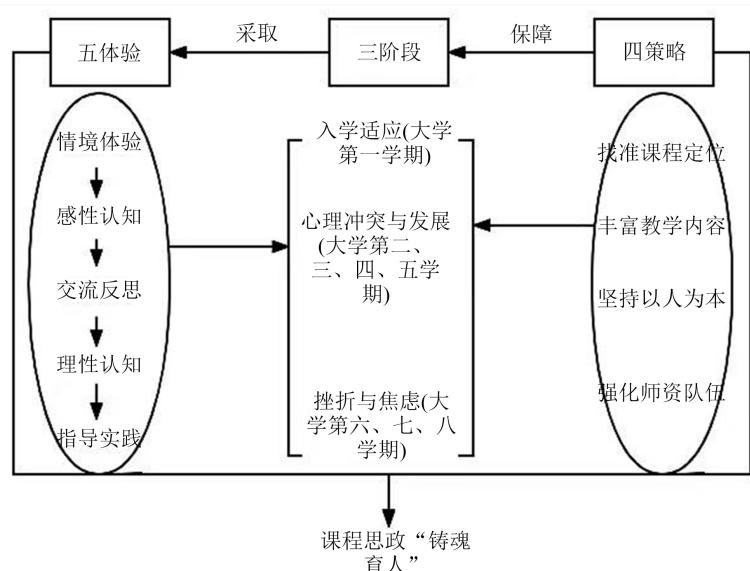
## 3.2. 成因分析

随着应试教育向素质教育的转化，课程思政是构建心理育人体系的有效落脚点。二者是外在的刺激，

为了实现共同的教育目标，需要学生心理内化为信念、外化为行为。许多学者在思考如何将课程思政融入高校心理健康教育，培育全面发展的人才，但大部分研究只停留在理论阐述与分析论证上，缺乏实践检验。课程思政融入高校心理健康教育教学路径需要长期探索，主要成因在于：由于二者性质与任务的不同，课程思政与心理健康教育教学融合时面临如何协调主动与被动原则、平衡个体教育与群体教育等技术难题，出现“两张皮”现象；二者的实施主体大多是学校，单向式灌输的教育模式影响课程思政融入教学的实效性，导致学生学习效果反馈不佳；心理健康教育内容过于学理化，课程思政内容过于理想化、绝对化，二者内容的片面性，导致教学工作显得乏力且单薄；二者融合的必要性未得到充分重视，经济的增长使得人们思想活动的独立性、多变性、差异性明显增强，心理与思想都是人脑的机能，思想是心理的升华，如果心理健康教育教学过程中缺乏思想价值观念的引导，不利于学生积极品质与积极力量的形成，如果只有思想政治教育，学生在受教导的过程中，可能会产生一些负面情绪，如反感、自暴自弃和消极逃避等。

#### 4. 优化高校心理健康教育教学课程思政建设的策略

大学生群体在不同的学习生活阶段，身心需求具有很大的差异。因此，高校应通过“三段推进”课程思政融入高校心理健康教育教学，即入学适应阶段(大学第一学期)，帮助大学生了解自我、接纳自我、提升自信，适应大学生活环境与学习方式；心理冲突形成与发展阶段(大学第二、三、四、五学期)，提升大学生在人际交往、恋爱情感、情绪调节等方面的能力；挫折与焦虑阶段(大学第六、七、八学期)，帮助大学生从容应对毕业、就业等带来的心理压力，摆脱焦虑心理，学会正确应对挫折。通过“五步体验式”教学方法，即利用情境使学生获得情感体验；通过团队体验活动使学生获得感性认知；通过小组讨论方式使学生能够交流反思；通过理论升华使学生获得理性认知；做到知行合一，理论指导实践，对学生进行差异性、发展性和积极性教育。在此基础上，高校应通过找准课程定位、丰富教学内容、坚持以生为本、强化师资队伍等策略，保障“五步体验式”教学方法的实施，推动课程思政与心理健康教育实现互济互补。应图如下图1：



**Figure 1.** The teaching path map of integrating ideological and political education into mental health education

**图 1. 课程思政融入心理健康教育教学路径图**

#### 4.1. 明确教学工作定位

在高校开展大学生心理健康教育工作的过程中，明确的课程定位对教师教学方案的制定与学生学习计划的选定起着方向引领的作用，能够保证教学目标的顺利实现。其一，高校要明确了解大学生心理健康教育的实际情况。针对本校大学生心理健康教育工作的日常状况，包括大学生心理健康教育资源以及课程思政教育资源的质量、数量，调整大学生健康教育工作定位，为课程思政背景下高校心理健康教育教学工作顺利开展指明方向。其二，明确了解生源质量与师资力量。高素质的师资队伍、雄厚的师资力量是促进院校高质量发展的重中之重。高校对于师资力量与生源质量的了解程度影响着教育工作的开展。因此高校应定期组织考核与测验，适时了解学生对于心理健康知识的掌握程度与学习效率方面的问题，同时加强与教师的沟通，听取教师意见，合理调整课程思政融入高校心理健康教育教学工作定位，保障教学程序顺利进行。其三，精确大学生心理健康教育工作目标。高校思想心理和谐发展的必经之路是思政元素与心理理论的融合。高校应及时更新课程思政理念，综合考虑大学生心理健康教育内容的特点，把握课程定位，制定合理科学的工作目标，正面引导，提升学生心理素质，健全高校大学生的心理健康发展。

#### 4.2. 精准提炼思政元素，融入教学内容

思政元素是课程思政有效建设的核心与关键。在高校心理健康教育教学工作中，教师应当采用积极取向的课程内容体系，充分挖掘教材中的思政元素，促进二者的有机融合。在学习这门修心育心必修课的过程中，学生应当端正学习态度，重视自身心理健康，全面系统了解心理学理论知识，并做到知行合一，将理论指导于实践。教师在授课过程中应重视学生主体性作用，积极探索学习我国优秀传统文化，有意识的将思政元素融入教学内容，重视对学生价值观念的培养与引导，使学生能够在学与行中寻找契合点，提升教学效果。例如，将《健康中国行动(2019~2030 年)》政策文件作为思政元素，来完成大学生心理健康教育导述，帮助学生了解心理健康的重要性，掌握心理学理论的相关知识，提高理论涵养；通过引入感动中国十大人物的案例，引导学生弘扬无私奉献、爱岗敬业、以小我融入大我的爱国精神，帮助学生正视生命的意义，预防心理危机，提高适应能力。通过引入孝文化、和文化、生态文化等文化要素，能够使学生感受文化的赓续与传承，增强文化认同感。

#### 4.3. 建构以学生为中心的学习共同体

在课程思政融入高校心理健康教育教学工作的过程中，教师应探究以生为本的“课内课外 + 线上线下”双融合的教学策略，以学生心理特点为根基开展思想政治教育工作。学者罗杰斯提出了非指导性教学观念，他认为教学的基础不是课程内容，更加不是思维过程，而是人际关系，积极的人际关系能够促进个体的快速成长(梁瑛楠, 2022)。教师应充分了解学生实际情况，以学生为主体，加强与学生的沟通交流，同学生相互促进、共同成长。首先，在心理健康教育教学中，教师可以通过自我介绍、游戏分组等活动，激发学生学习兴趣，同时增强彼此之间信任感。其次，在讲授内容过程中，采用合理的教学方式，引领学生走进情境，相互讨论、各抒己见，营造良好教学相长的氛围，培养学生乐观积极的态度。在对理论知识进行讲授的过程中，可以采用案例分析、角色扮演等活动，培养学生认知思维能力，不断更新教育理念，以身作则，强化学生心理体验与行为训练，塑造学生正确的世界观、人生观、价值观。最后，教师应坚定与时俱进的师生发展成长理念。根据不同学生特点，提升自身应变能力，在教育理念与方法不断更新的前提下，时刻关注时事政治，提高自身综合素质，帮助学生在接受知识的同时，产生积极的内在体验，推动学生全面发展。

#### 4.4. 强化师资队伍建设

教师是学校教育服务的主体、教学的主导力量，是学校的第一资源、办好教育的关键。在课程思政背景下，教师团队力量是决定高校心理健康教育水平的直接因素。首先高校要保证师资力量充足，完善师资队伍结构，合理配置教师队伍资源，建设相对稳定的兼职教师队伍，促进专兼职教师有机结合，为学校可持续发展提供可靠保障。与此同时，高校可以定期召开心理健康教育会议，聘请心理专家前来分享经验与案例，强化专业课教师与思政教师的职业实践。采用理论知识检测、心理咨询、实地考察等方式促进思政教师向着心理健康教育方向转型发展，提高思想政治教育教师的心理素质、高尚品德、扎实心理学知识与能力，提高心理健康教育教师专业素养与综合能力，优化教师队伍，保障工作有效进行。除此之外，高校可以建立在校大学生心理健康教育培养的制度和有效机制，各阶层设立心理咨询师与心理委员，发展培养学生团队，形成教育协同互助模式，通过向他们传递心理健康知识与思政知识，发挥榜样示范作用，提高大学生自我管理与监控能力，增强学生自信心。

### 5. 结语

高校心理健康教育是高校人才培养体系的重要环节，也是高校思想政治教育与社会综合治理工作的重要组成部分。内卷型社会节奏使得大学生学业与就业压力增大，学生心理问题日益突出。结合“立德树人”课程思政元素，将课程思政融入高校心理健康教育教学工作，加强对学生心理健康教育，引导学生掌握调适心理压力的方法，有利于帮助学生完善人格，形成正确的道德标准，培育新时代大学生理想信念、道德情操和价值观念。尽管课程思政融入高校心理健康教育教学工作中仍存在诸多问题，但是各高校会努力克服难题，奋勇直前，不断更新思政教育理念，构建高校教育教学新生态，培养术德兼修的卓越人才。

### 参考文献

- 杜杰(2013). 多学科背景下学生主体论. *学校党建与思想教育(高教版)*, (4), 65-68.
- 姜松梅, 王冰洁(2022). “大思政”视域下高校心理健康教育课程思政建设路径. *湖南工程学院学报(社会科学版)*, 32(3), 107-112.
- 梁瑛楠(2022). 高校大学生心理健康教育课实施课程思政的路径创新策略. *高教学刊*, 8(6), 36-39.
- 潘丽华(2022). 浅析思政元素融入高校“心理健康教育”课程. *文教资料*, (20), 116-119.
- 尹凤英(2023). 课程思政视角下高校大学生心理健康教育路径探析. *长沙航空职业技术学院学报*, 23(2), 71-75.