Advances in Psychology 心理学进展, 2024, 14(6), 106-112
Published Online June 2024 in Hans. https://www.hanspub.org/journal/ap
https://doi.org/10.12677/ap.2024.146386

Hans汉斯

面向新时代的高校思想政治教育：积极心理学视角下的挑战与机遇

于忠卉

南京林业大学马克思主义学院，江苏 南京

收稿日期：2024年4月15日；录用日期：2024年6月5日；发布日期：2024年6月18日

摘　要

在新时代背景下，高校思想政治教育面临着诸多挑战和机遇。积极心理学着眼于发掘人的内在优势与幸福感的源泉，通过对人性的深入理解和积极实践，为高校思想政治教育开辟了全新的视野。通过识别和发展学生的个人优势，可以促进学生的全面发展，也有助于有效地塑造积极健康的社会价值观。借助积极心理学的理论和方法，建立和完善长期有效的积极心理支持体系，能够更好地促进高校思想政治教育的发展。

关键词

积极心理学，思想政治教育，学生

Ideological and Political Education in Universities Facing the New Era: Challenges and Opportunities from the Perspective of Positive Psychology

Zhonghui Yu

School of Marxism, Nanjing Forestry University, Nanjing Jiangsu

Received: Apr. 15th, 2024; accepted: Jun. 5th, 2024; published: Jun. 18th, 2024

Abstract

Under the background of the new era, ideological and political education in colleges and universi-

文章引用: 于忠卉(2024). 面向新时代的高校思想政治教育: 积极心理学视角下的挑战与机遇. *心理学进展, 14(6),* 106-112. DOI: 10.12677/ap.2024.146386

ties faces many challenges and opportunities. Positive psychology focuses on exploring people's inner advantages and the source of happiness, and opens up a new vision for ideological and political education in colleges and universities through deep understanding and active practice of human nature. By identifying and developing students' personal strengths, it can promote students' all-round development and also help to effectively shape positive and healthy social values. With the help of the theory and method of positive psychology, establishing and perfecting the long-term effective positive psychological support system can better promote the development of ideological and political education in colleges and universities.

Keywords

Positive Psychology, Ideological and Political Education, Students

Copyright © 2024 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，作为心理学领域的一个相对新兴分支，其研究主要聚焦于个体的优势、潜力以及生活中的积极体验和情感，旨在探索和促进人类幸福感和良好的心理健康。自 20 世纪末由马丁·塞利格曼和米哈伊·契克森米哈伊提出以来，该领域已经迅速发展，成为心理学研究的重要方向之一。近年来，该领域的研究逐渐拓展至应用领域，探索如何在不同的环境和人群中应用积极心理学的原理和实践，以促进更广泛的社会福祉。

思想政治工作既是维持社会正常运行的手段，又是为社会服务的一种活动形式。高校思想政治教育是以大学生为工作对象，目的是培养全面发展的社会主义建设者和接班人，涵盖了培养学生的情感、能力、价值观等多个方面。在新时期，新的信息社会背景下，高校的思想政治工作必须从学生的成长环境和个体特征出发，并与新的形势、新的需求相适应，做到有目的、有组织、有特色、有成效地开展工作(王琪，2023)。

积极心理学和思想政治教育之间的关联主要体现在促进个体的全面发展和建设积极的社会文化环境两个方面。积极心理学重视发现个人的长处、潜能，引领人追求快乐、积极的人生，思想政治教育的重点则是培养个体正确的价值观和社会责任感，两者都强调个体的自我成长和价值实现。积极心理学可以为思想政治教育提供方法论支持，将积极心理学的理念和方法引入思想政治教育工作中，可以更好地对学生的正面态度、心理状态进行培养，充分发挥其潜能，促进其人格发展与自我实现。同时，积极心理学的运用还有利于营造出正面、积极的社会文化氛围，它能激发人们形成正确的价值观，形成一种良性的社会风气，从而为开展思想政治工作创造一个有利的外部环境，对于思想政治教育的实施也是非常有益的。两者在一定程度上可以相互补充，共同促进个体和社会的积极发展。

2. 积极心理学融入高校思想政治教育的过程

积极心理学在高校思想政治教育中的融入，是一项复杂而深入的工程。它不仅要求教育者深刻理解和透彻掌握积极心理学的理论基础，还需要将这些理论与思想政治教育的实际需求紧密结合。

首先，必须要进行扎实的理论研究，对积极心理学的核心概念、原理和方法(如幸福感、流畅体验、乐观主义、希望理论等)进行深入剖析，并将其与高校思政教育的内涵和要求相结合，建立适合高校教育

环境的理论框架和指导原则。

其次，教育实践是将积极心理学理论应用于实际教学过程的关键。教育者可以通过设计和开设相关课程、组织主题讲座、举办心理健康教育活动等形式，将积极心理学的理论知识传授给学生，并引导他们将所学知识与日常生活和学习实践相结合。例如，在课程设计上，高校可以开设了“积极心理学与个人发展”等课程，运用小组讨论、心理测试等多种教学形式，向学生介绍积极心理学的相关理论和实践方法，使学生了解并体验如何培养积极情绪和心理韧性。此外，学校心理健康工作部门还可以联合学生组织，定期开展“心理健康周”系列活动，开展心理健康讲座、团体辅导、情感分享等活动，通过这些活动向学生传递积极心理学的理念，鼓励他们关注自身心理健康，学会应对压力和挑战。

此外，评估反馈是将积极心理学融入思政教育过程中必不可少的环节。教育者需要定期对教育活动的效果进行评估和反思，了解学生的学习情况和心理状态，及时调整教学方法和内容，以确保教育目标的实现和学生综合素质的全面提升。例如，高校在每学期开展的评教活动，除了对课程内容的反馈外，可以适当增加能够反映学生心理状况的问题，从而更加全面地掌握全校学生的心理状况。

3. 积极心理学视角下高校思想政治教育面临的挑战

3.1. 学生心理健康问题

随着社会竞争的加剧，高校学生普遍承受着来自学业、就业、人际关系等多方面的压力，从而导致了焦虑、抑郁、孤独感以及价值观念混淆等一系列心理健康问题的出现。传统的高校思想政治教育以思想、政治、道德和法制等为重点，侧重于理论知识的传授和理论的灌输，而对学生的心理健康教育则有所忽视(周方遒，郭芮，2022)。心理健康问题的普遍存在会削弱学生接受思想政治教育的积极性和主动性。当学生被个人心理问题所困扰时，其对于思想政治教育内容的关注度和吸收能力随之下降，会影响思想政治教育的直接传递效果。心理健康问题还可能导致学生对现实和未来持悲观态度，这种情绪状态直接影响了思想政治教育培养学生树立积极向上的人生观和世界观的目标。心理健康状况不佳的学生更容易对社会现实产生扭曲的认识，对于国家和社会的发展持有怀疑甚至否定的态度，这会阻碍思想政治教育关于理想信念教育目标的实现。此外，还可能加剧学生之间的隔阂，影响团结协作的集体主义精神的培养。受心理健康问题影响的学生往往倾向于自我封闭，不愿意参与集体活动，这不仅会影响个体的社会化进程，也对集体的和谐发展构成了挑战。目前，高校的思想政治教育工作仍然是基于传统的主流心理学，工作重心放在如何处理学生已经明显表现出的心理问题上，对学生隐藏的心理健康问题和真实需求的挖掘不足，导致思想政治教育内容与学生需求产生偏差，从而在某种程度上削弱了思想政治教育的效果(周方遒，郭芮，2022)。

3.2. 价值观多元化挑战

在全球化和信息化的时代背景下，信息爆炸和互联网自由获取信息的特点使得学生接触到的思想观念更加广泛。大学生作为网络的特殊群体，受网络环境的影响较大，网络空间中存在着大量虚假失真的信息，“享乐主义”“功利主义”等负面思想被刻意宣传，西方新自由主义、历史虚无主义等错误思潮也借助网络大肆恶意传播，网络环境中的消极因素分散和消解了主流的舆论导向，冲击着部分大学生已有的认知观念和价值取向，阻碍了大学生形成正确的认知，制约着高校思想政治教育的有效开展(黄宗芬，刘社欣，2018)。

此外，市场经济的快速发展和消费文化的兴起，导致一些学生过分追求物质享受，忽视精神追求和社会责任感的培养；个性化和自我实现的需求日益凸显，一些学生可能对集体主义和社会主义核心价值观持有疑问，不愿接受传统的思想政治教育。这些问题给高校的思想政治教育带来了前所未有的挑战。

3.3. 积极参与度不足

在当前我国高校的思想政治教育工作中，学生积极参与度不足已成为一个值得关注的问题。该问题的表现多样，包括学生对思想政治课程兴趣缺乏、课堂互动参与度低、思想政治活动出席率不高以及对相关内容讨论的热情不足等。

从积极心理学的视角出发，学生积极参与度不足的主要原因有内在动机缺失、正向情感体验不足、个人优势与活动契合度低以及社会支持和归属感不足等。当前我国高校思想政治教育的教学方法以教师讲授为主，学生长时间处于被动接受的学习状态，形成教师单向灌输、填鸭式教学的局面，学生容易感觉枯燥乏味，产生抵触情绪，难以产生积极的学习意愿。而且，部分理论内容过于抽象，如果教师不能将理论与实际相结合，则难以引起学生共鸣(刘海宁，车佳郡，刘静芳，2022)。当学生参与思想政治教育活动主要是基于外在压力，如成绩要求、教师和家长的期望，而非内在兴趣和价值认同时，其参与的主动性和持续性会大大降低。如果教学内容和方式无法激发学生的好奇心、成就感等正向情感，以及缺乏对学生个人优势的认识和挖掘，不能给提供与学生个人优势相契合的参与方式，都会影响学生的积极参与度。而且，积极心理学研究表明，社会支持和归属感对个体的积极参与也具有重要影响。在思想政治教育过程中，如果学生感受到的社会支持不足，或缺乏与同伴、教师之间的有效互动和连接，也可能会导致其参与度下降。

4. 积极心理学视角下高校思想政治教育的机遇

4.1. 积极情绪与态度的培养

积极情绪的培养是积极心理学的核心概念之一，有助于大学生自我成长，转变态度面对压力，在日常生活中产生更多的积极体验，拥有更多的“正能量”(刘海宁，车佳郡，刘静芳，2022)。将积极心理学理论融入高校思想政治教育中，不仅是创新教育模式的需要，也是深化学生理想信念教育的有效途径。

运用积极心理学理论，设计和实施富有吸引力的教学活动，如角色扮演、情境模拟、案例分析等，能够引起学生的求知欲和探究欲，并能使他们在学习中获得正面的情感体验。在教学过程中，教师还可以通过积极的反馈、鼓励和赞扬等方式，提高学生的自信心和成就感，这些都是积极情绪的重要来源。再者，积极心理学强调建立积极的人际关系，这对于思想政治教育中的集体主义教育尤为重要。通过团队合作项目、志愿服务活动等，学生可以在互助合作中体验到归属感和社会支持，这些正面的人际经验有助于学生形成积极的社会责任感和集体荣誉感，从而促进其对社会主义核心价值观的认同。运用积极心理学理论在高校思想政治教育中培养学生的积极情绪和态度，不仅可以提高教育活动的吸引力和有效性，也有助于深化学生的理想信念教育，培养全面发展的社会主义建设者。

4.2. 个人优势和潜能的发掘

积极心理学在识别和发展学生的个人优势、促进其全面发展和价值观塑造方面显示出独特的优势，通过挖掘个体的潜能和优势来实现个体的最佳状态，为思想政治教育注入了新的活力。

根据积极心理学的观点，每个人都是教育者，每个人都有促进个人积极成长的积极心理潜能，是个体实现全面发展的基础(李海涛，王晓为，2021)。这一理念为教育者开展思想政治教育提供了新的角度，充实了思想政治教育的方法与内容。因此，思想政治教育工作者首先应通过科学的方法识别学生的个人优势，如可以采用优势发现问卷等工具，帮助学生自我探索和识别自己的核心优势。一旦识别了学生的个人优势，接下来的教育过程中就需要有意识地设计活动和课程，以便让学生在实践中发展和应用这些优势。例如，对于具有高度同理心的学生，可以鼓励他们参与志愿服务活动，通过实际行动培养和强化

他们的同理心，同时也培育他们的社会责任感和集体主义精神。利用积极心理学提倡的目标设定理论，教育工作者可以指导学生根据自己的优势和兴趣设定短期和长期目标，并鼓励学生通过实际行动去实现这些目标。在这一过程中，学生不仅能够体验到获得成功的满足感，还能够通过实践锻炼加深对社会主义核心价值观的理解和认同。

4.3. 增强学生的社会责任感和集体主义精神

积极心理学的核心要素包括积极情感、积极性格、积极关系、积极体验和积极成就。通过培养这些要素，可以提升个人的幸福感和社会适应能力。积极心理学的核心理念和方法为高校思想政治教育的创新提供了科学依据和实践途径。通过培养学生的积极心态、优化其心理状态，积极心理学有助于提升学生的自我认知能力、社会责任感和集体主义精神，这些都是思想政治教育所追求的核心价值。在思想政治教育课程中，通过案例分析、角色扮演等教学方法，强调助人、团结等品质的重要性，鼓励学生在面对困难和挑战时积极应对，有利于引导学生树立增强集体责任感，塑造积极的社会价值观。设计与社会责任和集体主义精神相关的教育内容。例如，开展主题为“我为社区做贡献”的项目学习活动，让学生在实践中学习如何识别社会问题、提出解决方案并付诸行动，从而体验到个人行动对社会的积极影响。通过组织志愿服务活动、社会实践活动等，有利于学生在帮助他人的过程中体验到满足感、成就感和幸福感，进而增强他们的社会责任感。例如，通过参与贫困地区支教活动，学生不仅能够为社会做出贡献，还能在过程中体验到自我价值的实现。

5. 积极心理学融入高校思想政治教育的应用建议

新时代的高校学生成长于信息爆炸、价值多元的社会环境中，他们的思想活跃，个性鲜明，对传统教育模式的接受度逐渐下降。面对新时代的挑战与需求，高校思想政治教育的发展必须紧跟时代步伐，探索与时俱进的教育模式。

5.1. 更新教育观念，关注学生积极品质

在高校思想政治教育中，融合积极心理学的应用需要更新教育观念，特别是要把培养学生的积极品质放在更加重要的位置。美国心理学家埃利斯指出：“人们的痛苦与悲伤和事件本身并无多大关系，而是不合理的想法所造成的情绪困扰。”积极心理学理论中的乐观和希望认知方式能够帮助个体从积极角度看待挑战，因此，高校思想政治教育应当重视对学生积极认知方式的培养，引导他们用积极的情绪正确应对生活中遇到的困境(高洁，贾琼，2023)。

教育者在高校思想政治教育中起着主导作用，需要适时地更新自己的教育观念。将积极心理学理论转化为行动，在教育过程注意以欣赏的眼光、鼓励的言语对待身边的学生，加强师生之间的正向互动，创建开放、包容的学习环境，提升学生接受思想政治教育的主动性、自觉性。“积极品质是人与生俱来的，也是能够在成长过程中受到环境的影响而产生的(王文娟，2017)。”教师要树立积极的品质是可以培养的观念，把教育重点放在如何挖掘和发挥学生的品格优势上。处理学生在学习、生活、就业等方面的压力和问题，教师要始终以学生为中心，关注学生的思想波动，对学生进行正确价值观的引导，同时要注意途径和方法，使学生切实意识到自身的问题，将注意力真正放在关注自身发展和成长上。用积极的学生观和积极的预防观开展学生的思想政治工作，可以使学生的正面人格得到发展，积极品质得到加强，进而推动他们的思想道德水平提升(王云莉，2022)。

5.2. 创新教育方法，应用积极情感体验法

在教育实践中，关注学生内心的情感世界，能够有效地调动他们的内在潜能。这种方法不仅有助于

提升学生的学习兴趣，还能促使他们积极参与到思想政治教育活动中来。当学生在学习过程中感受到尊重、理解和支持等积极的情感体验时，就更有可能对所学内容产生深刻的认识和认同，进而更加自觉地将其应用于日常生活和社会实践之中，以实现教育的最终目的——塑造全面发展的人。

积极情感体验法是指“以积极心理学理论为基础，使个体暂时或持续地获得积极情感体验并发展其主动体验积极情感的能力的一系列手段和方法”。教师需要有意识地在教学过程中引入积极心理学的核心概念和实践技巧，结合讲座、小组讨论、角色扮演、案例分析等多种教学方法，能够使教育过程更加富有吸引力，让思想政治教育更加生动、有效。通过互动和体验，学生获得积极的情感体验，能够提升他们的兴趣和参与度。

建立正面反馈机制也是培养学生积极情感体验的有效方法，教师在教育活动中应注意发挥表扬激励的重要作用。在课堂教学、社会实践、志愿服务等活动中，通过表彰优秀的个体和团队，不仅可以使优秀的学生获得成就感、满足感，还能起到榜样作用，激励其他学生，增强学生的集体荣誉感和归属感。

5.3. 优化教育环境，建立长期发展机制

积极心理学认为，个体存在于各种社会组织和环境之中，个体的成长和经验获取受到积极互动环境的影响。良好的教育环境不仅是个体产生积极情绪体验的重要资源，也是塑造积极人格的关键载体。积极良性的校园文化具有思想导向、行为导向、激励导向和理想导向的功能，渗透到高校思政教育的各个环节中，能够潜移默化地挖掘、激发和培养学生的积极品质，鼓励他们以积极、开放的态度面对未来的挑战与机遇(王庆鸾，2015)。因此，优化教育环境、建立积极、良性的校园文化是将积极心理学融入高校思想政治教育的关键举措之一。

优化高校的教育环境，首要前提就是了解学生，关注学生的真实需求。当学生所处的校园环境、社会环境以及教师和同学都能够为其提供正向的支持和关心时，他们才最有可能对内建立起积极的思维方式，对外部世界进行积极的归因。高校应结合积极心理学理论，制定科学的教育计划，明确教育目标、内容、方法和评估体系。建立一套完善的积极心理素养评价体系，定期评估学生的心理健康状态和积极心理素质的发展情况。通过问卷调查、面谈、心理测评等方式，及时发现问题，调整教育策略。通过课程教学、工作坊、讲座等多种形式，系统地向学生传授积极心理学知识，培养其积极情绪和人际交往能力。设立专业的心理咨询中心，配备经过专业训练的心理咨询师，为学生提供个体化的心理辅导服务。通过面对面咨询、小组辅导等方式，帮助学生解决心理问题，提升其心理韧性和应对能力。利用现代信息技术，如在线心理健康平台、移动应用程序等，为学生提供便捷的心理健康资源和服务。通过在线课程、互动论坛、心理测评工具等，拓宽心理教育的渠道和形式，提高教育的覆盖面和效率。

6. 结语

结合各领域的先进知识，汲取各领域的精华，是丰富思想政治教育内容的重要途径之一，对于创造良好的思想政治教育氛围，提高高校思想政治教育的实效性具有十分重要的作用。运用积极心理学的理念、内容、方式方法，有利于高校更新思想政治教育理念、创新教育方式，是培育学生积极人格，引导学生成长成才，落实立德树人根本任务的有效举措。

参考文献

王琪(2023). 积极心理学融入大学生思想政治教育的路径探究. *辽宁工业大学学报(社会科学版), 25(3),* 99-101.

周方道, 郭芮(2022). 积极心理学应用于大学生思想政治教育探究. *辽宁经济管理干部学院学报, 121(3),* 90-92.

黄宗芬, 刘社欣(2018). 积极心理学视阈下高校思想政治教育亲和力的提升. *广西社会科学, (1),* 208-211.

刘海宁, 车佳郡, 刘静芳(2022). 积极心理学视阈下高校思想政治教育创新对策研究. *产业与科技论坛, 21(18),*

101-104.
李海涛, 王晓为(2021). 积极心理学理念融入高校思想政治教育路径探析. *常州工学院学报(社科版), 39(3),* 130-134.
高洁, 贾琼(2023). 积极心理学在新时代高校思想政治教育中的实效性研究. *产业与科技论坛, 22(12),* 120-121.
王文娟(2017). 大学生积极心理品质的培育对策研究. *开封教育学院学报, 37(1),* 183-184.
王云莉(2022). *积极心理学视域下大学生思想政治教育研究.* 硕士学位论文, 西安: 长安大学.
王庆鸾(2015). 积极心理学在大学生思想政治教育中的功能及运用. *教育评论, (8),* 105-108.