

成人高校如何在课程思政中渗透与应用积极心理学

张佳宁 魏淑丽

(承德开放大学, 河北 承德 067000)

【摘要】学生的积极的人格特征主要有: 积极的个性特征、积极乐观的态度、稳定的情感体验、积极的认知态度及处事方式。以“课程思政”思想为指引, 心理学学科对高校学生的积极心理素质培育具有重要意义。从课程目标的调整、课程思政内容的植入和教学方式的改革三个层面提出策略, 旨在提供参考。

【关键词】课程思政; 心理学; 积极心理学

引言:

高校学生是中华民族伟大复兴和“中国梦”的重要组成部分, 他们人生观、世界观、价值观的正确与否, 以及良好的精神状态, 将会影响党和国家的未来和民族的命运。在自媒体不断发展的社会中, 资讯的快速、高效和海量的传播方式已经成为人们关注的焦点。在网络上, 大量的利己主义、自由主义思想和价值观在网络中泛滥, 部分大学生在这些思想的感染下, 变成了一群忘记自身的职责的“利己主义者”。此外, 目前, 我国还处在一个转型时期, 在调整的过程中, 经济体制的变化, 思想观念的变化, 都对学生的心态产生了一定的影响。从目前的情况来看, 对高校学生进行积极的心理教育既是必需又十分迫切。

一、课程思政的内涵

长久以来, 我国始终注重对大学生价值导向和道德修养的培养。2016年召开会议上强调的“立德树人”理念, 要以“立德树人”为核心, 发挥好“课堂教学”的主要作用, 所有的学科都要与“思想政治理论课”齐头并进, 发挥“合力”的作用, 将“思想政治工作”贯彻到整个教育教学活动的各个阶段, 做到“全过程育人、全方位育人、全员育人”。

“课程思政”就是以构建全过程、全方位的课程育人模式, 使各类课程和高校的思想政治理论课齐头并进, 形成合力, 以“立德树人”为基本任务的全方位的教学观念。“课程思政”的核心在于“思政”, 实质上就是将德育与智育有机地融合在一起, 对学生价值导向, 培养良好的道德品质, 是“教育”的核心内容。“课程思政”建设以“课程”为基点, 其终极目标就是要充分利用高质量课程对学生起到良好的教育效果。

二、积极心理品质的内涵

20世纪中期, 以马斯洛和罗杰斯为代表的美国心理学学派兴起了一股“人本”浪潮。马斯洛是“人

本”的奠基人, 他对“人”的人格与“人”的重要地位给予了高度的肯定, 并主张人的本性应当得到最大程度的开发。马斯洛认为, 人类具有快乐、公正、真善美等内在本质, 是人类共有的伦理准则与价值取向, 因此, 心理学应当对人类的这种心理特征进行研究。提高人们对自身的认识, 使其能够意识到自己的价值和潜力。人本教育的最终目的是要达到人类自身的完整。人本思想注重培养学生的个性特征, 如爱心、责任感、创造性和自主性等。

积极的心理素质能够指导人们采取正向的行动。归纳起来, 积极的个性特征包括: 积极的态度, 稳定的情感体验, 积极的认知方式, 以及处事方式。积极的心理素质可以帮助学生在人生中得到更美好的体验, 凝聚起社会中的正面力量, 从而达到自己的目标, 实现自身的人生价值。

21世纪初, 美国的心理学家们把重点放在了对大学生的积极心理素质的培育上。他们的研究工作开始得比较早, 涉及的领域也比较广泛, 而且非常注重对人才的开发。对大学生积极认知、积极情感体验、积极行为和积极个性特征的培养研究已趋于成熟。心理学家对此采取了慢慢渗入的方法, 使其加强自身的认识和修养, 然后再进行相关的专题培养, 以巩固这种关键的能力。在学校里, 通过开设人格教育和幸福教育等心理课程, 使学生能够更快地了解自身具有哪些积极的素质, 并且明白这种积极素质对于人生发展的重要性。另外, 美国的“教学研究中心”也专门设立“快乐教学计划”, 以培养出杰出的教师。该项目非常注重对老师积极的教学技能的开发, 主要是在教学过程中如何从心理学角度激发学生的积极性, 在生活中给予积极的指导, 这些都是对学生积极心理素质进一步发展的保证。此外, 哈佛和耶鲁这样的名牌大学, 都将积极心理教育作为重点内容, 并且体系越来越成熟, 为大学生良好的心理素质培养打下了基础。

美国的积极教育本质上是一种以人为本的价值导向与道德修养的培养,这一点与我国倡导的“课程思政”思想是契合的。

三、课程思政发挥心理学积极因素的实践策略

心理学是一门对人的普遍心理现象及其规律进行研究的学科。在《心理学》这门课上所引入的有关的理论与试验,具有价值中性和客观性。心理学学科本身并无价值取向,但从“课程思政”在培育大学生道德情操、积极心理素质等方面的重大作用出发,必须把“课程思政”的思想纳入心理学的理论系统和实践之中,选择更多的积极有益的内容充实到教育实践之中。在教学中融入积极心理的内容,使学生在接受教育的同时,达到思想政治教育的双重教育。具体来说可采用以下方式。

(一) 优化教学目标

积极心理学是一门研究人的心理现象及其规律的学科,致力于探索人类思维、情感和行为背后的积极力量和机制。在教育领域中,优化教学目标是关键所在,通过积极心理学的教育实践,可以有效地引导学生形成积极的心态与态度。

教授积极心理学的课程不仅仅是为了让学生了解心理学的基本知识和原理,更重要的是引导他们在学习过程中培养积极的精神状态和情感态度。通过了解人的思维、情感和行为之间的关系,学生可以更好地理解自己和他人,培养出积极的个性特质和情感表达方式。

在教学中,教师应该注重引导学生发展健康的心理素质,培养他们的自我意识和情感管理能力。通过激发学生的积极心理,教师可以帮助他们建立良好的人际关系技巧,提高自身潜力,成为身心健康的青少年榜样。

积极心理学的最大意义在于将理论知识与实践相结合,让学生将所学的心理学知识应用于实际生活中。通过不断实践和反思,学生可以逐渐培养出积极、乐观的心态,提升个人的情感智慧和社会适应能力。优化教学目标意味着通过积极心理学的教育方式,帮助学生树立正确的学习目标,提升学习效果,培养出全面发展的人才。

(二) 凸显思政内容

成人高校是成年人继续教育的重要平台,承载着培养社会主义核心价值观和中华优秀传统文化的使命。在成人高校的成人心理学课程中,思政内容的融入至关重要。

马斯洛的需要层次理论不仅仅是心理学的重要理论,也是思政教育的重要依托。随着中国经济的飞

速发展,人们的需求逐渐从物质向心灵转变。这种变化背后蕴含着国家发展的巨大成就,也体现着人们对更高层次生活需求的追求。成人心理学的教学应当引导学生认识到自身的内在需求,激发他们对更高层次目标的追求和实现。

在成人高校的思政教育中,传承和弘扬中华民族的爱国情怀和国家情怀至关重要。通过讲述那些崇高品德的事例,如为国捐躯的英雄们,可以唤起学生的情感共鸣,激励他们树立正确的人生观和价值观。这些珍贵的精神财富对于塑造学生的道德品质和人格品质有着深远的影响。

将成人高校打造成思政教育的热土,将成人心理学课程注入思政内容,不仅有助于学生全面发展,更能够引领他们在追求个人成长的同时,热爱祖国、珍爱和平、奉献社会。这样的教育理念和实践将为社会培养更多具有使命感和责任感的优秀人才,为国家建设和发展贡献力量。

(三) 创新教学方法

对原有的教育方式进行了变革,运用现代科技手段对学生进行全面的素质教育。

1. 混合式的教学模式。目前,心理学的网络教学项目已基本建成,在线教学视频、个案视频、课件、教材及相关的教学资源均已制作完毕。线上的资源是进行混合式教育的先决条件,这种混合教育将传统的课堂授课用微课的方式提前进行,从而能够将珍贵的上课时间设计成分享、讨论、报告等各种话题的互动式沟通学习。让学生在课余的时候自行完成对教材知识进行自我学习,让他们有足够的时间来完成自己的学业,尽量使每位学生都有更好的知识储备,这样才能使课堂讨论的质量得到全面的保证。长此以往,学生的能力将会得到极大的提高。

2. 个案研究法。选择一些具有代表性的心理实验或者是典型的个案作为研究主题,让学生首先在组中交换看法,并得出自己的结论,再进行分组讨论。该方式能够促进学生对知识的了解和吸收,增强其获得知识的积极性和创造性,使其学习积极性和潜力得到充分发挥,再借助竞赛和协作得到不断的进步。

3. 练习与经验方法。在实践过程中,带着学生做沙盘游戏,绘画测验,让学生体会到,在外显的游戏中,可以将抽象的思维方式展现出来,提高其的兴趣,激发其学习热情。

4. 课外阅读。课堂安排学生进行文学和电影的阅览,为他们提供大量的网络资源,让其对所学的内容进行重新加工和反思。这样可以增强学生自主学习的能力,使他们能够在规定的课时里学会自己获得知

识,从而实现“授人以渔胜于授人以鱼”的教学目标。

(四) 采用情境互动

要充分利用大学校园环境的隐形教育职能,推动个人和环境之间的互动,促进学校教育的共融。

1. 营造体现课程思政的物质氛围,培养学生的主观能动性,提高学生的素质和品位。要充分利用当地蕴含思政教育意义的实践基地,例如烈士陵园、董存瑞烈士纪念馆、塞罕坝等承德地区可作为思政实践基地。同时,学生本身在工作场景、工作经历以及工作内容中所体现的积极向上的思政因素也是重要的教育资源。通过营造这些实践基地和工作场景中的氛围,塑造榜样,激发学生的主观能动性,提高其素质和品位。

这些实践基地和工作场景不仅仅是为学生提供实践机会,更是教育的延伸。通过这些场所,学生能够直接感知到思政教育的深刻内涵,从而使其在工作 and 生活中的价值观得到提升和培养。这种实践教育模式能够让学生在参与中自觉地接受教育,潜移默化地改善其思想品质,培养其积极向上的意识和行为。通过这样的方式,学校能够构建全面的立德树人教育模式,使教育更加贴近学生的实际需求,促进学校教育的共融。

2. 营造促进课程德育工作的人际氛围,丰富学生的情绪体验,促进其品德修养。大学校园是一种以“教学情景”为主体的社会互动活动空间,由人与人之间的互动所构成的人际交往关系,具有隐性的教育作用。在实践中,教师与学生之间是一种由双方相互作用而产生的一种特殊的人际关系。因而,教师与学生之间的交往频繁与否,对课程思政工作的成效有很大的作用。

(1) 课堂教学中教师与学生交往的应有状态。

“知识传授”“技能训练”“价值观引导”是“课程思政”的“三位一体”。在师生之间,教师可以做到平等、双向互动,将对学生问题理性回答与对学生的情绪和态度的价值指导有机地融合在一起,将自身的职业知识、学术资源转变成一个教育要素,帮助他们提高学习动力、激发其学习兴趣、加强其学习意志、促进其获得感和满意度。要做到“言教”和“身教”并重。在师生交往中,教师的言行举止,是对其个人思想品德、精神品质等方面的反映。通过以德立身、以德立学、以德施教的典型榜样,使学生的品行得以在不知不觉中得到锤炼,品德得到提高,品位得到改善。(2) 教师与学生在课下互动的现实途径。课堂外的教学活动中是贯彻“三全育人”思想的一个重要方面,也是当前大学课程思政

工作中比较薄弱的一环。教师应该在课堂上扮演好自己的角色,同时也要在教室外、校园内、网络上与学生进行密切的交流,充分激发学生的积极心理。以学习的知识、技能训练为中心,把课程和就业相结合;以职业生涯规划和心理成长为目标,进行有针对性的指导,使学生更加积极地面课程思政;通过组织学生的社会实践活动,指导其在亲身实践中进行经验性的反思,促进他们的能力提高和服务社会的协调发展。课下的师生交流既是老师的专业素养和献身精神的一种真正表现,同时也是一种对老师进行思维启蒙、价值引导、情绪认可等潜在的教学因素,是培养学生德育和促进其个性发展的一条重要途径。

四、结束语

在教学改革中,实施课程思政是提升学生品德的机会。通过对心理学积极因素的分析,来提升学生的学习积极性。后续的教学活动中可以将课堂上的知识和思想政治元素相结合,让每个学生都能积极地参加到课程中来,通过对课程思政教学计划进行改进,从而推动专业教育和德育教育的深入结合。

参考文献:

- [1] 彭彪,王晓玲.课程思政视域下高校心理健康教育课程教学改革[J].中学政治教学参考,2023,(12):21-23.
- [2] 郑春雨.课程思政的心理学机理分析与路径探赜[J].改革与开放,2022,(19):53-57+65.
- [3] 姜松梅,王冰洁.“大思政”视域下高校心理健康教育课程思政建设路径[J].湖南工程学院学报(社会科学版),2022,32(03):107-112.
- [4] 陈芳妹,张忠.课程思政对大学生心理健康教育源头管理优化的启示与借鉴[J].大连大学学报,2022,43(04):129-134.
- [5] 张利萍.高校心理健康教育课程思政建设路径探析[J].长春大学学报,2021,31(06):35-38.

该文系河北开放大学 2023 年度科学研究项目“积极心理学在成人高校课程思政中的应用研究”支持文章(编号 YB202312)

作者简介:

张佳宁(1989.11-),女,河北承德人,理学学士,讲师,研究方向:心理学。

魏淑丽(1977-),女,河北宽城人,教授,研究方向:成人教育。