

高职院校心理健康教育课程思政体系构建

高敏 闫可心

(菏泽职业学院, 山东 菏泽 274000)

【摘要】高职院校是培养应用型人才、高技能型人才的关键。高职院校学生心理特点与本科院校学生存在差异。本文梳理了高校心理健康课程思政的研究发展优势与不足,探讨高职院校心理健康教育课程思政的体系构建以及内容模式,以期对增强高职院校心理健康教育课程思政工作的实效性提供参考。

【关键词】心理健康;课程思政;高职院校

引言

2016年12月9日,习近平总书记在全国高校思想政治工作会议中指出,“高校思想政治工作关系高校培养什么样的人、如何培养人以及为谁培养人这个根本问题,要坚持把立德树人作为中心环节,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,努力开创我国高等教育事业发展新局面。”各大高校积极响应政策,开展各学科各专业的课程思政融入工作。在党和国家的全方位引领和整体推进下,随着各大高校课程思政工作的逐步落实,形成了新时代背景的“大思政”建设模式。

面对世界百年未有之大变局,中国社会主义现代化建设高速发展,但是国际环境动荡不安,国内环境竞争激烈,促使我国新时代大学生心理压力陡增,从而出现了一系列更加复杂的心理问题。心理健康教育的课程思政建设是符合时代发展需要和学生自身成长需要的重要举措。教育部印发的《高等学校学生心理健康教育指导纲要》中提到,坚持育心与育德相统一,促进学生心理健康素质与思想道德素质、科学文化素质协调发展。深度融合育人与育心,让学生增强自我心理保健和心理危机预防意识,提高自我认知能力、人际沟通能力和自我调节能力,帮助学生解决在学习、生活、人际关系等方面的烦恼;培养其良好的道德意识、促进其身心和谐,将自我发展与家国命运相联系,树立远大的理想目标,断发挥自身潜能,为社会创造价值。

一、高校心理健康教育课程思政概述

高校心理健康教育课程思政意义:

(一) 理论意义

(1) 符合国家政策导向。教育部印发的《高等学校学生心理健康教育指导纲要》中提到,坚持育心与育德相统一,促进学生心理健康素质与思想道德素质、科学文化素质协调发展;(2) 学科发展的需求。思想政治教育学科的发展,越来越重视心理学的一些理论在思想政治教育中应用,如思想政治教育心理学学科的出现;(3) 两者结合是一致性客观需求。心理健康教育和思想政治教育的比较分析认为二者相结合是因为有共同的教育目标、教育内容交叉性、教育途径相似性等内在根本因素决定。(4) 新形势下思想政治教育面临形式单一、资源匮乏等困境,心理健康教育同样面临当代大学生心理承受能力差,就业压力大等新挑战。二者结合能提升其针对性与实效性,是适应时代发展的需要,也是解决当前问题的现实需要。

构建高职院校心理健康教育课程思政体系丰富了当下高校思想政治教育内容。传播主流意识形态,帮助学生树立正确的政治意识,树立正确的世界观、人生观和价值观,形成中国特色社会主义价值体系,勇于承担社会责任,努力学习专业知识,不断提高职业技术,为社会主义建设贡献自己的力量。本课题分析高校心理健康教育课程思政具体体系构建,为提高新形势下思想政治教育实效性和解决大学生心理问题提供具有指导意义的研究框架。

(二) 现实意义

首先,增强了大学生思想政治教育的工作实效性。高校心理健康教育的“育心”作用与思想政治教育的“育德”相结合,实现高校立德树人的根本目的;其次,形成本土化的大学生心理健康教育模式:开

展大学生心理健康教育与思想政治教育相结合研究,构建适合中国文化,适应中国特色社会主义的大学生心理健康教育模式,就是促进大学生心理健康教育本土化的过程;最后,有利于实现高校教育教学模式的多元化发展,促进二者共同繁荣发展。

二、大学生心理健康教育课程思政研究趋势与不足

目前有关高校心理健康教育课程思政的研究主要从心理健康教育与思想政治教育的关系研究,两者结合的必要性以及实践等方面展开:

第一,二者关系研究主要有以下三种观点:包含关系,并列关系,互补共生关系。包含关系认为思想政治教育包含了心理健康教育的内容。心理健康教育作为思政工作的一部分,在学科建设、价值领域等方面具有现实意义;并列关系从差异性出发,强调二者从属学科不同,在理论基础、课程教学目标、具体教学内容等方面存在区别,应看作是相互独立的系统;互补共生关系认为心理健康教育和思想政治教育之间联系密切,互为前提。开展心理健康教育有利于思想品德的形成发展,思想政治教育对心理健康教育也有引导作用。

第二,二者结合的必要性研究从国家政策要求、学科发展需求、客观需求、现实需要四个方面论述。

(1) 国家政策导向。教育部印发的《高等学校学生心理健康教育指导纲要》中提到,坚持育心与育德相统一,促进学生心理健康素质与思想道德素质、科学文化素质协调发展;(2) 学科发展的需求。思想政治教育学科的发展,越来越重视心理学的一些理论在思想政治教育中应用,如思想政治教育心理学学科的出现;(3) 两者结合是一致性客观需求。心理健康教育和思想政治教育的比较分析认为二者相结合是因为有共同的教育目标、教育内容交叉性、教育途径相似性等内在根本因素决定。(4) 新形势下思想政治教育面临形式单一、资源匮乏等困境,心理健康教育同样面临当代大学生心理承受能力差,就业压力大等新挑战。二者结合能提升其针对性与实效性,是适应时代发展的需要,也是解决当前问题的现实需要。

第三,二者结合的实践研究。(1) 教育内容上将两者内容体系同构共建,有机整合成一份完整的教育规划。建立结合二者于一体的新课程体系;(2) 教育方法上,相互整合,相互借鉴、优势互补,充分

发挥综合优势。可以运用心理的理论和方法探讨思想政治教育的方法,同时也可以运用思想政治教育的理论和方法构建心理咨询的模式和方法;(3) 教育体制机制上,在高校的教育和管理工作中把思想政治教育和心理健康教育有机结合起来,形成有效的“双元结构”工作机制;(4) 教育队伍整合上,对思想政治教育者和心理健康教育者队伍进行统一领导和管理,建立统一的领导机构,纳入统一的工作机构中,便于两支队伍在工作中及时地沟通交流学习,教师要有双重角色定位,针对性培训,改善教师的知识结构。

心理健康教育课程本身便蕴含十分丰富的思想政治元素,并且有着许多共通之处,比如:教育对象一致、教育目标契合、教育内容相似性和教育方法的互通,两者在内在关系上优势显著。并且有多项政策支持,势在必行。有调查研究显示大部分教师拥有非常高的心理育人意识,对大学生心理健康教育融入课堂思政比较认可。但是在实际的课程实施进程中,许多教师反映感觉到有一定困难。对比问卷数据发现,大部分教师存在对心理健康教育课程进行课程思政高度认可,实际应用效果不佳等问题。综合来看目前的不足之处主要体现在:首先,教育理念滞后导致心理健康课程思政生硬,缺乏有机结合,其次,教学资源不足,大部分心理健康教育的教材中国化元素。在高校心理健康教育课程思政教学过程中,相关的教学资源较少,课程体系尚不健全,造成了一定的阻碍,心理健康教育的核心理论知识一般都是来自西方理论,虽然这些理论具有一定先进性,并有借鉴意义,但并不能直接套用在中国大学生群体上。有的教师“照本宣科”,将西方的心理健康理论和中国的思想政治教育内容直接照搬到了心理健康课堂中,既没有有效融合,较为生硬,学生体验感不佳。最后,缺乏统一有效的教学工作评价教育教学方法的完善。

三、高职院校心理健康课程思政教学体系构建

(一) 教学内容方面,心理健康的基础理论多源自西方,生搬硬套增加了学生理解的难度。应以教材为出发点,深度串联和挖掘思想政治元素,聚焦当前时代背景,选取有代表性案例,寻求契合点,帮助学生对相关内容的理解。此外,针对不同年龄阶段的不同心理特点和需求,大学心理健康教育课程应分阶段落实到每个学段。可以适当增加与心理健康相关的课程,比如增设幸福心理学积极心理学等选修课程,使

表 1 课程思政元素融入心理学教学相关示例

教学单元（章节）	思政主题	思政元素融入方法
心理健康导论	善养心者则治未病之病	1. 讲解健康新概念以及心理健康与生理健康的关系时，通过黄帝内经中的理念例如，《黄帝内经》中指出：“心者，五脏六腑之主也……故悲哀忧愁则心动，心动则五脏六腑皆摇。”古代所讲的“心”不是指心脏，而是指大脑的神经活动，指心理活动。任何情志的失调都可伤心心伤则会引起其他脏腑功能失调。 2. 在讲授如何拥有健康心理的建议时，围绕要有积极的生活态度、正能量展开。
学生适应心理健康	“适”时务者为俊杰	1. 讲适应性心理问题，正面引入赵武灵王胡服骑射的典故，据《史记》卷四十三《赵世家》使军队中宽袖长衣的正规军装，逐渐改进为后来的衣短袖窄的装备。从而顺应了战争方式由“步战”向“骑战”发展的趋势，为国家的稳固和发展奠定了基础。反面例子引入橘生淮南则为橘生于淮北则为枳，反应不适应环境的后果。
学习心理健康	学而时习之不亦说乎	1. 在讲自主学习策略，引入东晋时期将领祖逖闻鸡起舞的故事，来激励学生自主学习的动力，在引入周总理年少时为中华之崛起而读书的故事，加强学生的使命感与责任感。 2. 在讲授为什么要学习时，引导学生学习是为了实现自身人生价值，为了社会，为了国家。
健全人格的塑造	不要人夸颜色好只留清气满乾坤	1. 在讲解气质类型时，可引导学生分析中国四大名著中经典人物性格特点加以分析，比如林黛玉是抑郁质，王熙凤是多血质，讲解人物表现，使同学更容易理解什么是气质类型，不同气质类型的表现。 2. 在讲授人格塑造时，注重与社会主义核心价值观结合。比如，社会文化，榜样人物对于人格塑造的影响。
情绪管理	自古逢秋悲寂寥我言秋日胜春朝	讲情绪的影响时，引入中医情绪与疾病的关系，忧伤心怒伤肝等，说明情绪对健康的影响。 讲情绪管理时，引入毛泽东三劝许世友读《红楼梦》的故事说明如何用扩大眼界，调整认知的方式调整情绪。
自我意识调适	知人者智自知者明	在讲自我价值时，带领学生阅读《滑稽列传》，分析本来社会地位低微的淳于髡如何突破自我，做出一番事业的，引导学生建立正确的三观，坚定理想信念，将自我成就与社会发展结合，将个人理想与社会理想结合。
人际交往与沟通	海内存知己天涯若比邻	引入马克思主义的相关理论：人是一定社会关系的总和，人不是独立存在的，而是从属于一定社会关系下的，人不可能脱离社会关系而继续发展，只有在一定的社会关系和社会条件下，这样的人才具有历史意义。运用马克思主义理论说明人际关系的重要性。
恋爱与心理健康	两情若是长久时又岂在朝朝暮暮	展示榜样人物和英雄事例，感受革命英雄人物将个人的感情隐藏于国之大爱之后为革命事业奉献终身的伟大爱情。让大学生真正认识爱情，感受大爱，树立健康的恋爱观。 重视大学生爱的能力培养。讲到恋爱中的男女差异通过，融入“平等”“尊重”的思政元素，引导学生懂得在恋爱中尊重彼此，远离不平等自私的爱情。
心理危机干预	千磨万击还坚韧认为东南西北风	1. 观看抗击疫情，感受生命的脆弱与伟大，感受中华民族在灾难面前爆发出的伟大精神。 2. 引导学生将个人前途与国家命运相结合。 3. 引导学生大爱大我 / 自爱爱他，构筑心理防线和社会支持系统，摒弃漠视生命的行为。

心理健康教育实现全覆盖。同时心理健康课程要关联同期的思政要点内容相结合,这样学生更容易接受,形成协同效应。

(二)课堂教学方面,以学生为主体,教师作为课堂组织者和引导者。高职院校学生普遍更活泼,心理健康教育更加注重学生的体验感与参与感,应多组织学生进行心理健康知识与课程思政相融合的案例分析讨论、心理剧、重共情体验等活动,重视学生体验情感升华,创造心理课堂育人育心育德的氛围。另外,心理健康教育过程中可以借鉴思想政治教育课程的教学方法。例如通过榜样教育、实践活动等进行心理健康教育知识的普及。

(三)师资队伍建设方面,打造专业化职业化的师资队伍。要重视对师资队伍的心理健康教育以及思想政治教育两个专业方向培养、交流学习、培训和考核,提高教师专业知识技能,努力打造一支专业化的师资队伍。以原有的心理健康教育教师为主辅导员为辅组成特色教师团队,保障心理健康教师的专业地位,提高教师工作的积极性。多级行政系统共同参与心理育人工作。高校心理健康教育部门和思想政治教育部门互帮互助,高效对接,统筹规划。

(四)考核方式方面,应更加灵活,比如,设计心理相关主题的社会实践活动,通过参加实践,学习到心理健康知识,同时提高心理和思想素养。并且设计评价考核系统,重视学生体验感与学生评价反馈。

(五)教学手段方面,在具体教学实施过程中,大学生心理健康教育作为一种显性教育方式呈现,思想政治教育作为一种隐性教育的辅助手段出现。思政元素真正做到化盐于水的效果,学生在潜移默化中达到育人目标。实现一种心理健康的育心与思想政治教育的育人深度融合的重要作用。

四、心理学课程思政课程内容构建

按照教育部《普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求》,结合学院实际情况,根据课程内容,充分挖掘相应的思政元素,构建大学生心理健康课程思政方案。首先,为每一章节选取中国传统古诗或名言作为主题,使学生能够迅速掌握本章的主旨。如讲情绪用“自古逢秋悲寂寥,我言秋日胜春朝”来说明情绪调节能力,讲自我意识用“知人者智,自知者明”来说明自我认知的重要性等等,既耳目一新又

一目了然。其次,在课程开始分别呈现相应的中国传统故事,如,讲新生入学适应问题引入赵灵王胡服骑射的典故,讲自我意识时引入女娲造人、盘古开天辟地融合中华优秀传统文化精髓于教育过程,让不同专业的学生潜移默化中既学到了心理健康知识,又受到传统文化熏陶,增强文化自信。最后,在讲到一些心理提升与完善措施的时候,结合社会主义核心价值观、家国情怀、民族复兴等观念,培育学生树立正确的人生观和价值观。

五、结语

综上所述,高校心理健康教育课程思政势在必行,心理健康教育进行思政工作具有天然优势,并且高职院校在这方面还需要充分考虑高职学生的心理特点,加强对心理健康教育与思政教育的针对性深入研究,在推进高职心理健康教育课程思政体系构建过程中,教师应认识到心理健康教育的渗透性和思想政治教育的根本性,以学生需求为中心,以学生发展为目标,结合职业人才培养的新要求,积极促进高职大学生心理健康教育的有序开展。实现了课程思政背景下“显性”心理健康教育与“隐性”思政教育的融合,真正把育人与育心结合落到实处。

参考文献:

- [1] 习近平.把思想政治工作贯穿教育教学全过程开创我国高等教育事业发展新局面[N].人民日报,2016-12-09.)
- [2] 孙莹.高职心理健康教育融入“课程思政”的思考[J].辽宁高职学报,2019,21(09):100-103.
- [3] 李娜.高职院校心理健康课程融入“课程思政”路径研究——以成都农业科技职业学院为例[J].农家参谋,2020(09):261.
- [4] 周凌云.立德树人视域下高职院校心理健康课程思政实施路径研究[J].才智,2021(21):109-111.
- [5] 邓剑虹.课程思政视域下大学生心理健康教材建设的改革与创新[J].武汉交通职业学院学报,2023,25(01):86-90+102.
- [6] 朱婷婷.论高校心理健康教育与思想政治教育的融合[J].大学,2021(08):140-141.

基金项目:全国职业教育科研规划课题 2023QZJ054