

积极心理学视角下高校心理健康教育路径

□许一芳

作为心理学领域的一股新力量,积极心理学与关注个体心理问题、心理异常和心理疾病的传统心理学不同,其更加关注关注个体的优点、积极情感和心理健康,强调个体自我成长和自我实现的重要性,鼓励个体发挥自身的优势、培养积极的情感、寻找生活的意义和目标,并与他人建立积极的关系,为个体提供了提升生活质量和提高生活幸福感的方法和工具,引领了心理学领域的新思潮。

高校是人才培养的重要场所,开展良好、有效的心理健康教育对于承担起为党育人、为国育才的重要教育使命尤为重要。然而,目前高校心理健康教育还存在着一些问题,如缺乏针对性、实效性不强等。

积极心理学旨在帮助个体实现更高的幸福感、心理健康和个人发展。在积极心理学视角下开展高校心理健康教育,不仅能够丰富、拓展高校心理健康教育的内容,而且十分契合新时代立德树人的高等教育新要求,可以有效提高当代大学生的心理素质和健康水平,促进大学生的全面发展。

基于此,为了有效发挥积极心理学对高校心理健康教育的引领和促进作用,下面探索积极心理学视角下高校心理健康教育的路径。

一、建立多元化的心理健康教育课程体系

积极心理学是一门研究人类积极心理和个人成长的理论。为了提升高校心理健康教育的针对性和实效性,发挥积极心理学对高校心理健康教育的引领作用,在积极心理学视角下开展高校心理健康教育,应建立包括积极心理学理论和实践课程在内的多元化心理健康教育课程体系,培养大学生积极阳光的心态和心理素质,帮助他们更好地应对生活中的挑战和压力。

为了发挥课程的主要载体作用,首先,高校应引进积极心理学理论,完善心理健康教育理论课程体系,开设涵盖积极自我、积极投入、积极品格与美德等多方面积极心理学相

关内容的心理健康教育必修课和选修课;其次,高校应建立多元化的心理健康教育实践课程体系,开设各类有益青年学生身心健康的心理健康教育实践活动,如“班级团队破冰之旅”“积极心理游园会”等,促进青年学生实现德智体美劳全面发展;最后,构建多元化课程体系,注重把握青年学生的身心发展规律及其在各个阶段的实际需求,制定个性化、多层次和多元化的教学方案,提高心理健康教育的针对性和实效性,以满足学生的多样化需求。

二、加强心理健康教育专业师资队伍建设

积极心理学的原则和方法可用于开展积极教育,通过培养学生的积极情感、个人特质和社会技能,提升学生的学习动机、学业成就和整体幸福感。高校心理健康教育教师的教学水平和师资队伍的质量直接影响着积极心理学教育原则和方法的运用,以及心理健康教育的整体效果。为了发挥积极心理学对高校心理健康教育的引领作用,应提升心理健康教育教师对积极心理学原则和方法的运用能力,加强心理健康教育专业师资队伍建设,为在积极心理学视角下开展高校心理健康教育提供重要支撑。

首先,高校可以加强对现有心理健康教师的培训和指导,不断提升其对积极心理学的认识、了解及运用能力;其次,高校可以通过引进外部积极心理学专家,进一步充实心理健康教育师资队伍;最后,高校可以邀请积极心理学专家或行业精英来校开展讲座或鼓励本校教师加强学习交流等,促进心理健康教育专业师资队伍综合素质整体提高。

三、打造良好的校园文化和心理健康教育环境

积极心理学视角下的高校心理健康教育需要良好的校园文化和心理健康教育环境作为支撑。为了更好地发挥积极心理学对高校心理健康教育的引领作用,高校应注重营造积极向上的校园氛围,加强校园文化和心理健康教育环境建设,促进大学生归属感、凝聚力和幸福感的提高。

首先,高校可以开展丰富多彩的校园文化活动或积极心理健康教育活动,如心理健康知识竞赛、心理情景剧比赛、心理健康讲座等,如此不仅有利于营造充满正能量的校

园文化氛围,而且有利于增强大学生的心理健康意识;其次,心理健康教育活动室和心理咨询室等相关硬件设施也是必不可少的,它不仅可以为学生提供一个安全舒适的心灵放松场所,让学生在遇到困难时可以得到及时、有效的帮助和支持,而且可以为教师开展良好的积极心理健康教育提供外部有力保障。

四、强化家校合作,形成心理健康教育合力

家庭、学校和社会是影响大学生成长的重要环境因素,因此,积极心理学视角下的心理健康教育需要强化家校社合作,打造家校社联动的心理健康教育系统网络,推动高校心理健康教育的高质量 and 可持续发展,进而促进大学生的心理健康和全面发展。

首先,高校可以加强对学生家长的教育引导,通过开发利用面向家长的积极心理健康教育网络课程或举办家长积极心理健康教育培训讲座等,提高家长对积极心理健康教育的认识、支持力度和运用能力;其次,高校可以与社会上关注心理健康教育或青年学生健康成长的机构和团体进行合作,共同开展积极心理健康教育宣传活动,不断扩大积极心理健康教育的覆盖面和影响力,引导全社会主动为促进青年学生健康成长创造良好的社会环境;最后,高校可以牵头建立家校社协同育人机制,通过定期开展交流与反馈,全面提升家校对青年学生心理健康的关注与认识程度,从而有的放矢地为青年学生的健康成长提供多层次、全方位的支持。

在青年学生心理健康教育越来越受到国家、社会乃至每个家庭高度重视的新时代背景下,高校作为重要的育人阵地,更应该积极承担起育人使命,探索提高心理健康教育成效的方法和路径,从而促进青年学生健康成长,助力青年学生成为国家栋梁。

[作者系陕西师范大学陕西教师发展研究院博士研究生,西安思源学院讲师;本文系陕西师范大学陕西教师发展研究院研究生创新基金项目(重点项目)“陕西省大学生身心健康非线性动态预测模型建构研究”(编号:2023JSYBZ03)的阶段性成果]

□孙婉霞

在当前的“大思政”教育背景下,将中华优秀传统文化与课程相结合,具有深远的意义。“大思政”理念着重强调了思政教育的育人功能,以思政教育为核心,以课程为载体,为传统文化在课程中的融入提供了前所未有的机遇,同时也赋予了我们这一重大的责任。本文旨在深入探究在“大思政”背景下,如何更好地将中华优秀传统文化与课程教育相融合,以推动优秀传统文化在高等教育思政教育中的深入发展。

一、“大思政”下中华优秀传统文化融入课程的问题

(一)对传统文化价值认识不足

“大思政”虽然鼓励将优秀传统文化融入课程,但在实际上,部分教师与高校对优秀传统文化价值认识存在不足,表现为教师教学中侧重传授政治理论,忽略了对学生道德情感与社会责任感和传统文

(二)传统文化与课程融合较难

中华优秀传统文化融入课程并非易事,“大思政”下需要将优秀传统文化与现代社会、政治、伦理等主题融合在一起,让课程能实现多维度教学。而融合需要教师具备跨学科能力与创新教学方法,此为教学中的挑战。如,教学中需要教师能将儒释道等优秀传统文化与现代社会价值观念融合,以便能引发学生深度思考。但在实际上,融合存在一定难度,无法发挥预期作用。

(三)缺乏系统教材与资源支持

“大思政”下,将中华优秀传统文化融入课程,需要有教材与资源支撑。但在实际上,目前缺少系统化的优秀传统文化教材,造成教师教学中存在材料不足的情况,此形势直接阻碍了教师的教学设计与教学实践,对教学进度产生阻碍。

二、“大思政”下中华优秀传统文化融入课程的实践路径

(一)更新思政课的教育理念

党和国家颁布了一系列关于思政教育的指导性文件,使高校的思政建设从最初尝试转变成普遍改革实际。因此,高校思政教学需积极创新已有教育理念,将中华优秀传统文化融入其中。具体而言,教师需正确认识优秀传统文化与思政教育融合,使学生能正确理解优秀传统文化所具有的精髓部分,促使学生能形成正确的三观。例如,教师教学中可融入故事形式,将古代名人孔子、孟子、屈原等生平与思想融入课程中,引导学生进行思考,讨论这些古代名人的价值观对现代社会的启示。利用此种教育形式,使学生能进一步感受到优秀传统文化所具有的深刻内涵与价值。

(二)思政融入优秀传统文化

中华优秀传统文化作为社会主义文化不可或缺的一部分,需积极探讨如何将其融入课程中,将其所具有的内涵挖掘出来,使学生能认识与理解其中所蕴含的智慧。要解决优秀传统文化在实际社会的应用问题,助推其成为学生道德观念中的重要组成部分。课堂教学中可将传统古诗词、典故等融入其中,与社会中常见的伦理道德问题融为一体,让学生能认识到优秀传统文化智慧在现代社会中的重要。以《论语》中的“己所不欲,勿施于人”为例,将该内容与社会公德心、责任感结合,能使学生认识到传统智慧的价值所在,让优秀传统文化更好地融入课程中。同时,还要引导学生参与到一些文化创意设计项目中,将优秀传统文化融入其中,设计一些具有中国传统文化元素的服装、家具等。利用此种实践性教学方式,让优秀传统文化能更好地融入课程,使学生积极参与其中,将自身的见解直观体现出来。

(三)提高师资队伍素质

思政教育队伍人才的专业化十分重要,教师是否理解中华优秀传统文化,并将其融入课程中,具有重要意义。因此,需重视对教师培训,鼓励与引导教师参与培训,提升自身的优秀传统文化知识水平,为其融入课程奠基。例如,学校要邀请有关优秀传统文化专家、名家等到校,与教师共同担当思政课程教学任务,不仅能激发学生

(四)现代媒体传递文化机制

中华优秀传统文化的传播,离不开现代化技术设备。为此,高校要利用微信公众号、官网等载体,使其成为中华优秀传统文化的强有力工具,对学生的三观与行为产生积极影响。一方面,高校要利用微视频、微电影等形式,为学生生动地展示一些中华优秀传统文化,以此吸引学生的兴趣,让学生能主动参与其中。另一方面,通过利用网络媒体,组织开展主题活动,鼓励与引导学生参与其中,使学生能在亲身体验中直观地感受到中华优秀传统文化的魅力与价值。例如,学校可建立一个以中华优秀传统文化为主题的微信公众号,每周定期发布有关此方面的文章、视频、音频等,对学生进行宣传,在潜移默化中使学生的文化素养与道德修养得以提升。在校园官方网站中设立中华优秀传统文化课程,让学生自主进行选择与学习,确保学生能在参与课程中发展自我,形成良好的世界观、人生观及价值观。通过系列举措,更好地传递中华优秀传统文化,让更多人认识与接受中华优秀传统文化,成为传播优秀传统文化的一员。

(五)营造浓厚校园文化氛围

良好的校园文化能助推学校持续发展,可以将中华优秀传统文化融入校园文化中,深化校园文化建设路径。具体而言,学校可举办各种各样的演出活动,营造良好的校园文化氛围,使学生能直观感受到中华优秀传统文化的内涵。在校园文化环境创设中,融入一些中华优秀传统文化的元素,使学生能在无形之中加深对中华优秀传统文化的认同感。同时,还可以设置一些中华优秀传统文化的展览活动,将中华优秀传统文化各个方面体现出来,包括书法、绘画、古诗词等,让学生能在良好的文化氛围熏陶中,主动参与与中华优秀传统文化传承与发扬工作中,进一步扩宽学生的文化视野。

三、结语

综上所述,中华优秀传统文化蕴含宝贵的精神财富,对高校教育教学工作具有推动性作用,将其融入课程中,更能有效培养学生的社会主义核心价值观,使学生能自觉应对不良文化的入侵,成为具有正确辨别能力的时代新人。同时,也能让学生主动参与到传统

[作者系合肥经济学院助教,安徽医科大学思想政治教育专业硕士,研究方向为思想政治教育]

「大思政」下中华优秀传统文化与课程融入研究

高校思政课实践教学资源开发:谱系·特点·进路

□刘秀华

思政课是落实立德树人根本任务的关键课程,作为理论教学的延伸拓展,实践教学是落实“坚持理论与实践性相统一”的根本途径,是提高思政课实效性的重要保障。高校思政课实践教学资源谱系开发遵循与国家社会发展重大问题相契合、理论教学相结合、思政课程之间相耦合的“三合”原则,以理论教学为主线,以课程目标为导向,基于学生专业特点推动教材体系向实践教学体系的转化,着力解决理论教学中的难点和热点问题。思政课程纵向层层推进,横向课程之间协调发力、同向同行,形成课程合力,在传授知识的同时发挥思政立德育人、铸魂育人的功能和作用。根据各门思政课程特点,内涵式开发和创新性利用实践教学资源,构建具有思想性、理论性、操作性的资源谱系。

思想道德与法治:德法谱系

思想道德与法治课程要涵养“德”与“法”,根据马克思主义的人生观、价值观、道德观、法治观等教学内容,开发以德法谱系为主的参与式社会实践资源,特点是参与式之“行”,课程关系体现为以行承史,以行践道,以行拓厉,以行悟政。在德法谱系实践教学资源开发中,以“如何培养担当民族复兴大任的时代新人”为结合点,重在开发以德涵行、依法履责的实践教学资源,在实践应用中引导学生筑牢理想信念之基,践行社会主义核心价值观,提升学生领悟时代新人的责任担当,树立远大理想,在实践中提升学生的思想道德素质和法治素养。

中国近现代史纲要:中国革命精神谱系

中国近现代史纲要课程要回溯“史”与“要”,根据中国近代以来争取民族独立、人民解放和实现国家富强等教学内容,开发以中国革命精神谱系为主的沉浸式社会实践资源,特点是沉浸式之“史”,课程关系体现为以史践行,以史信道,以史见历,以史续新。在中国革命精神谱系实践教学资源开发中,以“中国共产党为什么能”为结合点,重在开发

以史立信、以要鉴新的实践教学资源,让学生在沉浸式体验场景中与历史对话,了解党史、新中国史、改革开放史和社会主义发展史,深刻领会历史和人民的“四个选择”,更好地认识过去、把握当下、面向未来,厚植爱国主义、家国情怀和政治认同,树立中国特色社会主义的理想信念。

马克思主义基本原理:经典著作谱系

马克思主义基本原理课程要塑造“论”与“道”,根据反映马克思主义世界观和方法论基本原理的教学内容,开发以马克思主义经典著作谱系为主的创作式实践教学,特点是创作式之“道”,课程关系体现为以道引行,以道言史,以道论历,以道识政。在经典著作谱系实践教学资源开发中,以“马克思主义为什么行”为结合点,重在开发以论启思、以道化行的实践教学资源,让学生学会运用马克思主义的立场、观点、方法分析问题和解决问题,把读经典、悟原理当作生活习惯和精神追求,引导学生感悟真理的力量,从而涵养正气、淬炼思想、升华境界、指导实践,树立远大理想和共同理想,提升马克思主义理论素养。

毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论:中国特色社会主义历程谱系

毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论课程要回归“历”与“路”,根据马克思主义中国化时代化两大理论成果的教学内容,开发以中国特色社会主义历程谱系为主的回归式实践教学资源,特点是回归式之“历”,课程关系体现为以历塑形,以历探史,以历载道,以历开新。在中国特色社会主义历程谱系实践教学资源开发中,以“中国特色社会主义为什么好”为结合点,重在开发以历筑信、以路树信的实践教学资源,帮助学生理解马克思主义中国化时代化理论成果既一脉相承又与时俱进,让学生在纵向对比中感悟新时代中国特色社会主义制度的优越性,引导学生把青春正能量凝聚到实现中华民族伟大复兴中国梦的进程中。

习近平新时代中国特色社会主义思想概论:新时代时政热点谱系

习近平新时代中国特色社会主义思想概论课程要对话

“政”与“任”,根据“十个明确”“十四个坚持”“十三个方面成就”以及新时代我们党治国理政重大原则方针等教学内容,开发以新时代时政热点谱系为主要的对话式实践教学资源,特点是对话式之“政”,课程关系体现为以政观行,以政赅史,以政持道,以政映历。在新时代时政热点谱系实践教学资源开发中,以“如何实现中华民族伟大复兴”为结合点,重在开发以政育人、以任树人的实践教学资源,让学生在对话时政热点中聚焦社会热点,引导学生领会十八大以来党和国家事业取得的历史性成就,正确认识世界和中国发展大势,把握时代脉搏,推动党的理论创新成果进课堂进学生头脑,用习近平新时代中国特色社会主义思想思想铸魂育人,激发学生投身新时代中国特色社会主义建设的内驱力,提高学生认识和把握担当新时代中国特色社会主义建设的历史使命与责任,培养担当民族复兴大任的时代新人。

高校思政课课程协同构建思政课实践教学资源,坚持理论、历史与实践有机关统一,利用历史古迹和红色文化等场馆资源,开发地方文化、道德模范、红色故事、法律法规、时政热点、展现社会主义发展历程及新时代伟大成就等方面的虚拟仿真资源,挖掘新媒体的育人优势,扩充有效资源并增强运用能力。把思政小课堂同社会大课堂结合起来,学思用贯通,知行信统一,引导学生关注时代、关注社会,从实践教学

[作者系黄淮学院马克思主义学院副教授,博士;本文系2020年度教育部高校思想政治理论课教学研究专项一般项目“融媒体时代思政课实践教学资源谱系开发与利用研究”(20JJD5ZK124)、河南省高等学校青年骨干教师培养计划项目(2021GGJS157)、河南省哲学社会科学规划高校思政课研究专项(2022ZSX070)阶段性成果]

以教育家精神为核心锻造思政金师

□杨晓娟 王雨笛

2023年9月9日,在第39个教师节来临之际,习近平总书记在全国优秀教师座谈会上致信全国优秀教师代表,开创性提出中国特有的教育家精神,并对其科学内涵、核心要义和实践要求进行深刻阐释,即心有大我、至诚报国的理想信念,言为士则、行为世范的道德情操,启智润心、因材施教的育人智慧,勤学笃行、求是创新的躬耕态度,乐教爱生、甘于奉献的仁爱之心,以及胸怀天下、以文化人的弘道追求。教育家精神言简意赅且内涵丰富,为教师完善和发展自我指明了方向、提供了动力、开辟了新路。思政教师作为开展思政教育的重要主体,肩负着落实立德树人根本任务的重任,更应以教育家精神的六大要义为核心导向,进行自我提升和自我重塑,逐步成长为堪当时代育人重任的思政金师。

一是要坚持“为党育人、为国育才”的教育理念,全身心投入思政教育事业。思政教育以德育为核心内容,在塑造学生价值观念、思想信念、人生理念方面发挥着重要作用,是推动立德树人根本任务更好更快完成的核心环节。思政教师应充分认识到这点,将自身的工作视为崇高使命,以严谨的态度、创新的精神、严格的原则、全力以赴的姿态对待育人工作,把握教育教学过程中的每一处细节,切实扮演好学生的引导者、管理者、指路者、疏导者等角色,通过循循善诱的教导、无微不至的关心、全面有效的管理呵护学生健康成长,助力其成为新时代所需的德才兼备的高质量人才。

二是要重视自身道德素养的培育,以实际行动争做距离学生最近的思政榜样。思政教师的言行举止会在潜移默化中对

律、传播正能量,让学生充分认识到中国特色社会主义制度的优越性和先进性,通过一言一行引导学生厚植家国情怀、坚定理想信念。另一方面,思政教师应积极参加各种公益性质的实践活动或者志愿服务,在活动中与不断提升自身道德素养,并以此实现知行合一,为学生投入思政实践树

三是要富有创新精神和教学智慧,全力推进思政教学内容和方法的优化改进。传统的教学模式已经无法充分满足学生多样化的学习需求,唯有立足于学生的学习特点和群体特征进行不断创新,才能推动育人工作提质增效。思政教师应将社会热点事件、经典案例融入教学内容,对思政理论进行补充和延伸,进一步增强教学与现实生活的内在联系;创新应用小组讨论法、翻转课堂法、头脑风暴法等新兴教学方法以提高学生的课堂参与度和学习自主性,并将网络技术巧妙融入教学,构建线上线下混合式教学模式,推动思政教育的信息化发展,充分迎合学生网络时代原住民的群体特征。

四是要树立终身学习的人生观念,通过多样化渠道不断提升思政教育胜任力。新时代,教育不断创新改革,并对教师提出了更高更新的要求,思政教师需要通过多种渠道不断完善和发展自我,满足思政教育发展的需要。一是要将学校视为成长平台,积极参加学校开展的学术讲座、专业培训和教学研讨等活动,在思想碰撞中提升自身教学水平。二是要定期进行自我评价并广泛听取和采纳学生对于自身的看法和意见,以此发现自身在个人素养、教学水平等方面存在的不足,采用针对性举措加以自我改进和自我完善,在评价和改进的良性循环中逐渐成长为具有完备职业素养的优秀教师。三是要坚持以研促学,积极开展以思政教育为主题的学术科研活动,持续探索思政教育开展的新方向、新趋势和新途径,不断增强思政教育教学本领。

五是要贯彻以学生为中心的教育思想,将学生培养作

为教学工作的重中之重。无论教育经历怎样的变革和发展,学生始终是思政教育的核心,助力学生全面发展和成长成才始终是思政教育的主要目标,由此思政教师应坚持生本理念,以实际行动与学生建立亦师亦友的教师关系。在课堂上,与学生积极交互,平等对待每一位学生,细致解答学生在理论学习中遇到的问题,帮助学生构建完善的思政理论体系;在课余时间,利用QQ、微信等社交媒体与学生保持密切联系,以平等友善的态度与学生进行交流,关注其学习情况、心理状态和情绪变化,针对性地进行引导和疏导,争做学生的知心朋友。

六是要提升自身的文化素养,充分发挥文化熏陶作用来为人才培养蓄势赋能。中国拥有体系庞大完整、类型丰富多样的文化体系,包括中华优秀传统文化、红色文化、社会主义先进文化等,其代表着中国人民超凡的文化智慧和

教师是立教之本、兴教之源,思政教师要在教育家精神的引领下严格要求自己,实现卓越成长,争做“经师”和“人师”相统一的思政“大先生”,以实际行动切实做好思政教育工作,落实好立德树人这一根本任务。

[作者系陕西服装工程学院讲师;本文系陕西省教育厅2023年度科学研究计划项目(项目编号:23JK0023)“新时代中国马克思主义科技创新理论融入高校思想政治教育路径研究”阶段性成果]