

“课程思政”融入大学生心理健康教育反思

于会钊

陕西工业职业技术学院 陕西 咸阳 712000

[摘要]课程思政的提出和发展为高校思想政治工作提供了新的思路 and 路径，尤其在大学生心理健康教育领域，其融入成为提升教育效果的关键。本文深入探讨了“课程思政”融入大学生心理健康教育的现状、意义、挑战及对策，通过理论与实践的结合，提出了具体的教学内容和体系设计，旨在为高校心理健康教育提供新的视角和方法，促进学生心理素质和思想政治素质的共同提升。研究结果显示，大部分学生对“课程思政”融入心理健康教育持积极态度，并认为这种融合有助于提升心理健康水平和思想政治素养。

[关键词]课程思政；心理健康教育；大学生；教学内容体系；协同育人

[中图分类号] G641 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1687-9534(2025)-0079-54 **[收稿日期]** 2025-03-21

一、研究背景

随着社会竞争的加剧和生活节奏的加快，大学生面临的心理压力日益增大，心理健康教育在高校教育中的地位愈发凸显。然而，传统的心理健康教育往往侧重于知识和技能的传授，忽视了对学生思想政治素质的培养。近年来，“课程思政”理念的提出，为心理健康教育提供了新的发展方向。通过将思想政治教育融入心理健康教育，不仅可以提升学生的心理素质，还能培养其正确的世界观、人生观和价值观。因此，深入探讨“课程思政”融入大学生心理健康教育的路径和策略，对于提升高校教育质量、促进学生全面发展具有重要意义。

二、研究目的与意义

本研究旨在通过分析“课程思政”融入大学生心理健康教育的现状，探讨两者融合

发展的路径和策略，为高校心理健康教育提供新的视角和方法。研究意义在于：一是促进心理健康教育与思想政治教育的深度融合，实现协同育人；二是提升大学生心理素质和思想政治素质，促进其全面发展；三是为高校心理健康教育提供理论依据和实践指导，推动教育创新。

三、研究对象与方法

（一）研究对象

本研究选取某高校不同年级、专业、地域的大学生作为研究对象，共发放问卷 800 份，回收有效问卷 740 份，有效回收率为 92.5%。样本具有较高的代表性和广泛性，能够反映大学生的整体情况。

（二）研究方法

本研究采用问卷调查法、文献综述法和案例分析法相结合的方法进行。通过问卷调

查了解大学生对“课程思政”融入心理健康教育的态度和看法；通过文献综述梳理国内外相关研究现状和发展趋势；通过案例分析深入探讨“课程思政”融入心理健康教育的具体实践和经验。

四、研究结果与分析

（一）“课程思政”融入大学生心理健康教育的现状

当前，“课程思政”融入大学生心理健康教育的实践已在全国范围内广泛开展。许多高校在心理健康教育课程中融入了思想政治教育元素，如通过讲解积极心理学理论，引导学生树立正确的世界观、人生观和价值观；通过案例分析，培养学生的社会责任感和公民意识。然而，在实践中仍存在一些问題，如教学内容不够系统、教学方法单一、评价体系不完善等。

（二）“课程思政”融入大学生心理健康教育的意义

1. 促进心理健康教育与思想政治教育的深度融合

“课程思政”理念的提出，为心理健康教育与思想政治教育的深度融合提供了新的契机。通过将两者有机结合，可以实现优势互补、协同育人。心理健康教育可以为学生提供情感支持和心理调适，帮助其解决心理问题；而思想政治教育则可以引导学生树立正确的世界观、人生观和价值观，培养其良好的道德品质和社会责任感。两者相辅相成，共同促进学生的全面发展。

2. 提升大学生心理素质和思想政治素质

“课程思政”融入心理健康教育有助于提升大学生的心理素质和思想政治素质。通过心理健康教育，学生可以更好地认识自己、接纳自己，提高自我认知和自我调节能力；而通过思想政治教育，学生可以树立正确的世界观、人生观和价值观，增强社会责任感和公民意识。这种融合不仅有助于提升学生的个人素质，还能为其未来的职业发展和社会适应打下坚实基础。

3. 推动高校教育创新与发展

“课程思政”融入心理健康教育是推动高校教育创新与发展的重要途径。通过改革传统的教学模式和方法，引入新的教学理念和教育资源，可以激发学生的学习兴趣 and 积极性，提高教学效果和质量。同时，这种融合也有助于推动高校教育体系的完善和优化，为培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人提供有力支撑。

（三）“课程思政”融入大学生心理健康教育的对策与建议

1. 完善教学内容体系

为了推动“课程思政”融入心理健康教育，需要完善教学内容体系。具体而言，可以从以下几个方面入手：一是加强心理健康教育与思想政治教育的理论联系，明确两者之间的关系和相互作用；二是整合心理健康教育与思想政治教育的课程资源，形成系统的教学内容和体系；三是注重实践环节的设计和实施，通过案例分析、社会实践等方式，加深学生对心理健康教育和思想政治教育的理解和认识。

2. 创新教学方法和手段

为了提高“课程思政”融入心理健康教育的效果，需要创新教学方法和手段。具体而言，可以采取以下措施：一是采用多元化的教学方法，如小组讨论、角色扮演、情景模拟等，激发学生的学习兴趣 and 积极性；二是利用现代化的教学手段，如多媒体教学、网络教学等，提高教学效果和质量；三是注重个性化教学，根据学生的不同需求和特点，制定个性化的教学计划和方案。

3. 构建完善的评价体系

为了评估“课程思政”融入心理健康教育的效果，需要构建完善的评价体系。具体而言，可以从以下几个方面入手：一是制定明确的教学目标和评价标准，确保教学内容和方法的针对性和有效性；二是采用多元化的评价方式，如问卷调查、访谈、观察等，全面了解学生的学习情况和反馈意见；三是注重过程性评价和终结性评价的结合，既关注学生的学习成果，又关注其在学习过程中的表现和进步。

4. 加强教师队伍建设

为了推动“课程思政”融入心理健康教育，需要加强教师队伍建设。具体而言，可以采取以下措施：一是加强教师的培训和学习，提高其专业素养和教学能力；二是鼓励教师积极参与科研活动 and 实践探索，不断推动教学方法和手段的创新；三是建立激励机制，对在“课程思政”融入心理健康教育方面表现突出的教师进行表彰和奖励。

五、教学内容体系设计与实践案例

（一）教学内容体系设计

本研究针对大学生心理健康教育课程设计了与“课程思政”融合的教学内容体系。该体系包括以下几个模块：

1. 心理健康基础模块：介绍心理健康的基本概念、心理健康的标准与评估方法、常见心理问题的识别与应对等基础知识。

2. 自我认知与情绪管理模块：引导学生认识自我、接纳自我，提高自我认知和自我调节能力；教授学生情绪管理的方法和技巧，帮助其有效应对情绪问题。

3. 人际交往与沟通模块：介绍人际交往的基本原理和技巧，教授学生如何与他人建立良好的人际关系；通过案例分析，培养学生的沟通能力和团队协作精神。

4. 应对压力与挫折模块：分析大学生面临的主要压力源和挫折类型，教授学生应对压力和挫折的方法和策略，提高其心理韧性和适应能力。

5. 思想政治教育模块：结合心理健康教育内容，融入思想政治教育元素，如爱国主义、集体主义、社会责任感等，引导学生树立正确的世界观、人生观和价值观。

（二）实践案例

以“积极心理学”课程为例，本研究采用了整群随机抽样方式对某高校大学生进行了问卷调查。通过 SPSS 统计软件对调查数据进行分析，结果显示大部分学生对“课程思政”融入心理健康教育持积极态度，并认为这种融合有助于提升心理健康水平和思想政治素养。以下是一个具体的实践案例：

在某高校的“积极心理学”课程中，教师结合课程内容融入了思想政治教育元素。在讲解积极心理学理论时，教师引导学生认识到每个人都有自己的优点和长处，应该珍惜并发挥自己的优势；同时，也要正视自己的不足和缺陷，努力改进和提高。在案例分析环节，教师选取了一些具有代表性的人物事迹和社会事件，如抗震救灾中的英雄人物、志愿服务中的优秀志愿者等，让学生分析其中的积极因素和价值观念。通过这些实践活动，学生不仅加深了对积极心理学理论的理解和认识，还培养了社会责任感和公民意识。

六、讨论与反思

（一）融合过程中的挑战与应对

在“课程思政”融入心理健康教育的实践中，我们也遇到了一些挑战。例如，如何将两者有机结合，避免生硬拼凑；如何确保教学内容的系统性和连贯性；如何评估教学效果等。针对这些挑战，我们采取了一些应对措施。例如，在教学内容设计上注重理论联系实际，通过案例分析等方式加深对知识点的理解和记忆；在教学方法上采用多元化的教学手段和方式，激发学生的学习兴趣 and 积极性；在评价体系上构建多元化的评价方式，全面了解学生的学习情况和反馈意见。

（二）未来发展方向

随着“课程思政”理念的深入推广和实践的不断深入，未来“课程思政”融入心理健康教育的方向将更加明确、内容将更加丰富、方法将更加多样。具体而言，可以从以

下几个方面进行：

1. 深化理论研究与实践探索：加强对“课程思政”融入心理健康教育的理论研究和实践探索，不断完善教学内容体系和教学方法手段，提高教学效果和质量。

2. 加强学科交叉与融合：推动心理学、教育学、思想政治教育等学科之间的交叉与融合，形成跨学科的研究领域和教学模式，为学生提供更加全面、系统的教育服务。

3. 关注学生需求与个性化发展：注重学生的个性化需求和发展特点，制定个性化的教学计划和方案，为学生提供更加精准、有效的教育服务。

4. 加强国际交流与合作：加强与国际先进国家和地区在“课程思政”融入心理健康教育方面的交流与合作，借鉴其成功经验和实践做法，推动我国高校心理健康教育的国际化发展。

七、结语

综上所述，“课程思政”融入大学生心理健康教育是提升高校教育质量、促进学生全面发展的重要途径。通过完善教学内容体系、创新教学方法和手段、构建完善的评价体系以及加强教师队伍建设等措施，我们可以有效地推动“课程思政”与心理健康教育的深度融合。我们应继续深化理论研究与实践探索，加强学科交叉与融合，关注学生需求与个性化发展，加强国际交流与合作，为培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人贡献智慧和力量。

报.2023,28(6).DOI:10.3969/j.issn.1008-8032.2023.06.013 .

参考文献:

[1]温程芳,孙英.课程思政融入"大学生心理健康教育"课程教学探赜[J].成才之路.2024,(22).DOI:10.3969/j.issn.1008-3561.2024.22.030 .

[2]梁悦.课程思政视角下高校心理健康教育工作的定位、融合和优化探索[J].重庆电力高等专科学校学

[3]张艺,秦苗,王红艳,等.新工科背景下高校专业选修课程教学改革探究[J].创新创业理论与实践.2024,7(7).

[4]蔡培培,王威.《大学生心理健康》课程思政建设研究[J].当代教研论丛.2024,10(4).DOI:10.3969/j.issn.2095-6517.2024.04.022 .

Exploration and Practice of Integrating "Course Ideology and Politics" into College Students' Mental Health Education

Yu Huizhao

Shaanxi Industrial Vocational and Technical College Xianyang, Shaanxi 712000

Abstract: The proposal and development of ideological and political education in courses provide new ideas and paths for ideological and political work in universities, especially in the field of mental health education for college students. Its integration has become a key factor in improving educational effectiveness. This article deeply explores the current situation, significance, challenges, and countermeasures of integrating "curriculum ideology and politics" into college students' mental health education. Through the combination of theory and practice, specific teaching content and system design are proposed, aiming to provide new perspectives and methods for college students' mental health education and promote the joint improvement of students' psychological and ideological and political qualities. The research results show that most students hold a positive attitude towards the integration of "curriculum ideology and politics" into mental health education, and believe that this integration helps to improve their mental health level and ideological and political literacy.

Keywords: Course Ideology and Politics; Psychological health education; college student; Teaching content system; Collaborative education