

# Strategies for Integrating Curriculum Ideology and Politics into Mental Health Education in Colleges and Universities

Palizhati·Fulati

Xinjiang Academy of Arts, Urumqi, Xinjiang, 830049, China

## Abstract

In colleges and universities, mental health education is a compulsory course, which covers many fields such as psychology and education, which provides a good platform for the integration of ideological and political elements, which can have a subtle impact on students' outlook on life, values and other thoughts. To this end, colleges and universities should keep pace with the times, fully realize the importance of integrating ideological and political education into mental health education in colleges and universities, and teachers should change their teaching methods in a timely manner, and actively combine ideological and political elements with the combination of mental health education courses, so as to ensure that the basic mission of establishing morality and cultivating people can be successfully completed, and cultivate high-quality and high-ability talents for our country. Based on this, the paper discusses the strategies for integrating ideological and political education into college mental health education, hoping to provide a reference for the education industry.

## Keywords

curriculum ideology and politics; higher education; mental health education

# 课程思政融入高校心理健康教育的策略

帕丽扎提·甫拉提

新疆艺术学院, 中国·新疆 乌鲁木齐 830049

## 摘要

在高校里, 心理健康教育是一门必修课, 它涵盖心理学和教育学等多个领域, 这就为将思政元素的融合提供了一个很好的平台, 可以对学生的人生观、价值观等思想进行潜移默化的影响。为此, 高校要与时俱进, 充分意识到课程思政融入高校心理健康教育这一工作的重要意义。教师适时地改变自己的教学方式, 积极地将思政元素与心理健康教育课程的结合方式相结合, 保证立德树人的基本使命能够成功地完成, 为中国培养出高素质、高能力的人才。基于此, 论文针对课程思政融入高校心理健康教育的策略进行讲述, 希望可以教育行业提供一份借鉴。

## 关键词

课程思政; 高校教育; 心理健康教育

## 1 引言

目前, 中国一些高校的学生在生活适应、就业和人际关系等方面都出现一些问题, 所以提高高校学生的心理素质, 开展高校心理健康教育是培养高素质人才的关键。课程思政中蕴藏着大量的心理教育资源和机会, 教师应结合学生的特点, 采用多种形式的教学手段, 多种途径探索心理健康教育与思政的结合方式, 开展有针对性的心理健康教育, 从而更好地实现立德树人的教育目标。

【作者简介】帕丽扎提·甫拉提(1994-), 女, 维吾尔族, 中国新疆乌鲁木齐人, 硕士, 助教, 从事心理健康教育研究。

## 2 课程思政融入高校心理健康教育的必要性

### 2.1 教育现状的反思和需要

高校的培养目标是“有理想、有道德、有文化、有纪律”的四有新人, 培育正确的世界观、人生观、价值观是对学生进行思想政治教育工作的重要内容, 而这正是引导他们培养积极的心理素质的关键。所以, 在开展心理健康教育课程时, 不能仅仅局限于学生的心理健康问题, 而应该对心理健康问题进行更深层次的研究, 从而创造出一种新型的、行之有效的心理健康教育方式。当前, 中国高校学生的心理健康教育工作开展得如火如荼, 但是, 不难看出其中的问题。例如, 课程过于简单, 侧重于解决一些表面的心理问题, 很少能从根源上解决学生的世界观、人生观、价值观、道德观问题, 这就要求高校课程思政的主动性、预防性和全面性, 渗透到

心理健康课程的教学之中,达到二者的有机结合。另外,由于中国的传统文化,不少高校的学生还没有意识到心理健康教育的重要意义,而在心理辅导方面,也存在着算命、占卜等方面的误区,有很大一部分的学生都不愿意去求助,心理的介入与干预效果并不明显。

## 2.2 落实立德树人根本任务

高校每一门学科的设置,都要以“立德树人”为根本使命,而不是单纯地向学生灌输“知识、能力”。因此,在高校开展心理健康教育课时,除了要注重“育心”,更要注重“育人”,将思政因素引入到心理健康课程中,需要老师们真正地了解到学生的想法,把握住学生不同的心理问题的原因,以便有针对性地进行教育,在课程思政融入高校心理健康教育时,教师要引导学生的价值观,实现知识的传递与人才的培养,从而达到教育的合力。并且,通过课程思政融入高校心理健康教育,可以提升学生的个人修养,可以使学生的精神面貌不断地充实,在遇到任何问题的時候都能勇敢地应对,坚定信念,并且能一直保持良好的心态,随时能掌控自己的情绪情感,这样才能更好地进行学业和人生发展。

## 2.3 有助于学生心理健康发展

课程思政融入高校心理健康教育,二者有机结合,可以互相促进,互相补充。尽管两者关系紧密,但在模式、特征上仍存在较大差异。因此,在教学中,如果把思政教育和学生的心理教育相融合,就可以很好地解决传统的心理健康教育无法解决的问题,从而大大提高心理教育的效果。通过对当代大学生的心理健康状况进行分析,可以看出,造成他们心理畸形,甚至患上“空心病”,很大一部分原因就是他们没能为自身准确定位,对自己缺乏信心,无法用客观的眼光来审视自己。有些同学把自己摆得过高,志向远大,常常把自己的理想放得过高,这就叫“眼高手低”。而这些问题的产生,很大程度上是因为他们没有对自己进行正确的认识,缺乏对自己的了解。同时,也有一些学生过分地低估自己,忽略自己的长处,对自己没有信心,这种心理状态下,不管是在生活上,还是在学业上,都会让他们陷入困境,更别说跟其他同学交流了,缺乏社会支持资源,这对他们的发展非常不利。在把思想政治教学融入大学生的心理健康教育以后,运用思想政治教育的有关概念,可以使学生们清楚自己的前途,并为自己的发展指明方向,也可以降低这些状况发生的概率,就算大学生在今后发展过程中遇到的困难和挫折,也会有正确的价值观进行面对。

# 3 课程思政融入高校心理健康教育的策略

## 3.1 重视人才建设,打造高端师资队伍

首先,加大高校师资队伍建设。尽管心理健康教育课程在高校的教学系统中不是一门专门的学科,但是它却是新时期培养德智体美等全方位发展人才的一门重要课程,对提高人才的心理素质和综合道德水平起到不可替代的作用。

为此,应加强对心理健康教育师资的培养,提高对师资队伍的认识。这就要求高校要做好招聘工作,在招聘心理健康教育课程的老师时,要对其进行全面的考试,尽可能地招聘有丰富的经验和专业技能,并且熟悉思想政治教育方面知识的对象。

其次,重视当前高校的心理健康教育师资力量建设。高校在引进复合型心理健康教育师资时,应注意对已有人员的培养,采取一种科学的方法,帮助他们走出“安逸圈”,获得更大的发展。比如,定期地邀请心理健康专业人员到学校对他们进行专业培训,指导心理健康教育教师的工作并和他们进行交流分享,建立一个互相影响的氛围,让他们在长久的交流与协作中提高自身的心理健康教学水平。相关部门可以组织来自不同学校的心理健康教育教师开展定期的研讨会,进行学术研讨,分享各自的专长,从而达到良好的德育渗透作用<sup>[1]</sup>。

最后,建立长效的人力资源管理体系。高校是培养学生的主要场所,而教师又是学校发展的基石。因此,要充分利用心理健康课程的功能,让思想政治教育更好地融入学校,就必须建立长效的人力资源管理体系。比如,建立一个人才储备库,把高校当中心理健康教育专业水平比较高的老师组成一个人才储备库,同时按照心理健康教育和思想文化的结合和渗透的现实需要,来培育和引入一些储备的人员,和目前所具备的心理健康教育教师互相交流学习,让这些教师能够不断地提高自己的综合能力。其次,建立公正的聘用和考核制度,把聘用的标准和要求、考核的成绩和个人的工资联系起来,保证心理健康教育教师能胜任自己的工作,达到人才的优胜劣汰。另外,学校要加速对有潜质的教师进行培训,让他们在不断的探究中取得进步,增长才干,更好地学习思政教学技能。

## 3.2 丰富课程思政视角下大学生心理健康教育工作方式

在课程思政的视野下,高校学生的心理健康教育工作要通过多种形式的教学手段,教师要把思政要素有机地整合到学校的教学课堂之中,以此来加深学生对知识的了解和把握,促使学生把有关的思政教育思想落实到自己的日常学习和生活之中。

第一,理论与实践相统一。在将课程思政要素和大学生心理健康教育的内容相融合的过程中,需要将教育内容的学理性和实践性有机地融合起来,在实施教学的过程中,除了要为学生针对心理健康和思政理论方面的知识进行讲解之外,也要对学生进行实践教学,让学生对心理课程和思政概念在现实中的应用有一个清晰的认识,从而使他们的心理健康和思政实践能力得到进一步的提高。

第二,采用“翻转式”授课方式,充分发挥教师的主体作用;教师可以利用翻转课堂这种教学模式,让同学们在业余时间,利用网络信息技术,全面地查询有关的信息资源,

发掘出课程思政和大学生的心理健康教育的共同点,并让同学们在课堂上用自己的方法来解释有关的知识,教师会对这些知识进行进一步的补充和改进,提高大学生对课程思政视野下的大学生心理健康教育的参与程度,从而让学生更加清楚地认识到,课程思政理念和大学生心理健康教育的联系是多么的紧密。

第三,采用故事讲授的方法,可以使学生在学习过程中积极参与课程思政的教学内容。课程思政要素和学生的心理健康教育的内容具有很高的逻辑性和严谨性,为此,教师可以通过讲故事的方式来进行教学,通过轻松、有趣的教学氛围来提高学生对课程思政融入高校心理健康教育的了解。

### 3.3 拓展层面目标,丰富教学载体

在学生的心理健康教育课程中,利用现有的新媒介平台,可以实现与学生的“融合”。教师可以利用社团公益活动、红色文化参观活动等多种形式来建立高校的心理健康教育的第二课堂,把高校的心理健康教育的课程向校外扩展,指导学生用马克思主义的观点与方式去解决问题,把所学到的知识与观念融入生活中,加强对学生的精神品质的培养。比如,以“大学生如何克服自身发展过程中的迷茫焦虑”为主题,可以通过社会组织心理健康教育宣传文章和海报评选等各类特色活动,让广大大学生加入有关问题的研讨中来,并利用所学到的理论,提出“要成为有文化的大学生”“有梦想的大学生”等不同的回答。在开展这些活动的过程中,教师可以对学生目前的心理状态进行实时的了解,并根据课程教学目标和内容进行相应的调整,并利用心理互助小组、班级心理委员等队伍,将正确的价值观传播给学生,这样既可以营造一个良好的学习环境,又可以为有心理问题的同学提供合理的指导。在新媒介平台的影响下,可以构建高校的和谐育人的教学氛围,保证了第二课堂教学的成功进行,还可以让学生增强自己的信念,在遇到问题的时候,要有勇气去解决,这样才能成功地冲破自己在精神上的困境<sup>[2]</sup>。

另外,可以利用信息技术的平台,提供师生之间的心理和思想交流的媒介,保证老师能够在课堂上对学生的状况进行实时的掌握,并在适当的时候,将思政因素加入进来,强化对学生的教育和指导,这样才能使心理健康教育课程的教育水平得到进一步的提升。在教学的过程中,学生对移动媒体的关注程度较高,可以利用微信公众号和QQ等平台与同学开展主题研讨,并采用“匿名”的方式表达观点。针对学生提出的问题,教师可以利用好时机将爱国电影和有意义

的纪录片播放给他们,以此来激发他们的思维,使他们能够积极面对生活中的问题。通过将爱国、敬业等社会主义核心价值观有目标地传递给学生,以解决他们的心理上的疑惑,这样才能保证每个学生都能听懂课堂上的知识,从而培养学生健康的个性心理品质。

### 3.4 将思政课程内容与正能量精神有机融合

只有当学生对积极的、健康的心理素质具备正确的认识和掌握,他们才能确保自己始终保持积极向上的心态。心理健康教育教师要把思政课程的内容和正能量精神有机地结合起来,利用学生课余时间,使同学们在学习的时候,对正能量精神的现实含义和在思政课程内容中的表现进行深刻的理解,在教学过程中,教师发掘课程内容中的正面价值观和积极思想,帮助学生树立正确的世界观、人生观和价值观。教师可以采用启发式或者是寓教于乐的方法,给学生讲一些与正能量精神相关的人物或者是时政热门话题,利用多媒体设备进行播放社会中的热点内容,让学生了解身边的好人好事,让他们对正能量的精神有更深刻的了解。将思政课程内容与正能量精神有机融合,引导学生体会到正能量的意义,并将其有效地运用到实际生活中去<sup>[3]</sup>。

## 4 结语

心理健康教育的目标是提高学生的身心健康水平,思政课程对学生的人生观、价值观和道德感的培养则是其目的,这两个方面既有不同点,也有相互融合之处。大学生的心理健康状况是思想品德成长的重要条件,其最终目的是立德树人。因此,将“立德树人”的课程思政要素与学生的心理健康教育课程有机地融合起来,既能促进学生树立正确的道德规范,又能学习到如何进行心理调节,两者之间的优势互补,对新时期的高校大学生的理想信念、价值观念和道德观念进行进一步的培养,充分发挥新时代的特点,让大学生的身心健康得到更好的发展,充分地实现高校的立德树人的基本使命。

### 参考文献

- [1] 潘丽华.浅析思政元素融入高校“心理健康教育”课程[J].文教资料,2022(20):116-119.
- [2] 狄欣.思政元素融入高校心理健康教育课程教学的策略[J].西部素质教育,2022,8(11):57-59.
- [3] 梁瑛楠.高校大学生心理健康教育课实施课程思政的路径创新策略[J].高教学刊,2022,8(6):36-39.