

# Analysis of the Influence of Ideological and Political Courses on College Students' Psychological Quality

Ge Yu

School of Art and Design, Beijing Institute of Fashion Technology, Beijing, 100029, China

## Abstract

In the current social environment, the psychological quality of college students has attracted more and more people's attention, and then proposed the need to carry out effective psychological quality education. As an important course of higher education, ideological and political courses need to pay attention to its influence and improvement on the psychological quality of college students. This study takes ideological and political courses as the starting point to explore the influence of ideological and political courses on the psychological quality of college students through comparative analysis and empirical research. The results show that ideological and political courses can not only strengthen the cultivation of college students' social responsibility, moral quality and humanistic quality, but also effectively improve their psychological ability to bear the pressure and significantly improve their mental health level. At the same time, according to the teaching methods and methods of ideological and political courses, this study puts forward some innovative suggestions, such as combining ideological and political courses with mental health education, to improve the teaching effect. The results reveal the positive role of ideological and political courses in improving the psychological quality of college students, and provide an important reference for further optimizing ideological and political courses in universities.

## Keywords

ideological and political courses; college students; psychological quality; teaching methods; mental health education

# 思政课程对高校学生心理素质的影响分析

于歌

北京服装学院艺术设计学院, 中国·北京 100029

## 摘要

在当前社会环境下, 高校学生的心理素质问题越来越引起人们的关注, 进而提出需要对其进行有效的心理素质教育。思政课程作为高等教育重要课程, 需要关注其对高校学生心理素质的影响提升作用。本研究以思政课程为切入点, 通过对比分析和实证研究的方法, 探寻思政课程对高校学生心理素质的影响。结果显示, 思政课程不仅能够加强高校学生的社会责任感、道德品质、人文素养的培养, 还能有效提升其心理承受压力的能力, 显著提高其心理健康水平。同时, 针对思政课的教学方式与方法, 本研究提出了一些创新的建议, 如将思政课程与心理健康教育相结合, 以提高教学效果。研究结果揭示了思政课程在提升高校学生心理素质方面的积极作用, 为进一步优化高校思政课程提供了重要参考。

## 关键词

思政课程; 高校学生; 心理素质; 教学方式; 心理健康教育

## 1 引言

当前社会环境下, 高校学生面临的信息更加复杂多元, 使得他们的心理压力不断增大, 心理问题逐渐显现。这对我们提出了急迫的问题, 作为教育者, 我们应如何有效地进行高校学生的心理素质教育, 帮助他们建立正确的世界观、人生观和价值观, 提升他们的心理承受压力的能力, 维护其心理健康。在高等教育中, 思政课程作为一门内容丰富、寓教于乐的课程, 对于提升学生的心理素质具有重要意义。本研究将立足于思政课程, 探寻其对高校学生心理素质的影

响和提升作用。我们将对比分析思政课程对高校学生心理素质的影响, 实证研究思政课程对高校学生心理素质的提升效果, 进一步探讨思政课程的教学策略和方法的创新, 以期提升教学效果。当前, 还未有充分的研究将思政课程与高校学生心理素质紧密连接起来, 我们希望通过本研究填补这一空白, 为高等教育体系中思政课程的定位和效果评估提供理论依据和实践参考。

## 2 论述思政课程的功能及地位

### 2.1 思政课程在高等教育中的地位

思政课程在高等教育中具有重要且特殊的地位, 其作用是培养德才兼备的高素质人才<sup>[1]</sup>。思政课程不仅是高校课程体系的重要组成部分, 而且在传递社会主义核心价值观、

【作者简介】于歌(1989-), 女, 中国山东济南人, 硕士, 讲师, 从事思想政治教育研究。

培养学生的政治认同、增强社会责任感和树立正确的世界观、人生观和价值观方面发挥着关键作用。高等教育不同于其他教育阶段，其面向的是即将步入社会的青年学子，他们不仅需要扎实的专业知识，更需具备良好的道德素质和理想信念。

在全球化、多元化的环境中，学生易受到多种思想和文化的冲击，对其政治立场和思维方式产生影响。思政课程的设置和实施，恰恰在这个关键时期发挥了引导和护航的作用。通过系统的思政教育，有助于增强学生的政治理论素养和政治敏锐性，使其在面对复杂的社会问题时能够保持清晰的认识与正确的判断力。

高校思政课程不仅仅关注政治理论知识的传授，还涵盖了对学生心理素质的综合培养。这种综合性的教育模式有助于学生形成积极向上的心理状态，培育其良好的道德品质和坚韧的心理素质。思政课程在高校中的地位显得尤为重要和不可或缺<sup>[1]</sup>。其深远影响不仅限于学生个体的成长与发展，更关系到国家的未来建设和社会的和谐进步。通过不断深化和优化思政课程，高校培养出的学生将更具备面对未来挑战的综合能力。

## 2.2 思政课程的功能与目标

思政课程的功能与目标主要包括社会责任感的培养、道德素养的提升和人文素养的加强。在功能方面，思政课程通过系统的理论教学与实践活动，引导学生树立正确的世界观、人生观和价值观，增强社会责任感和公共道德意识。思政课程注重培养学生的批判性思维能力和解决问题的综合能力，帮助学生在处理复杂社会问题时，能够做出理性的判断与决策。

在目标设定上，思政课程力求全面提升学生的综合素质。其具体目标包括：一是增强学生的政治意识和社会责任感，使其能够积极参与社会事务，承担起未来社会建设的重要角色；二是培养学生的道德品质，通过丰富的案例教学和社会实践，引导学生养成良好的行为习惯和道德观念；三是提高学生的人文修养，使其具备深厚的文化底蕴和人文关怀精神，从而更好地理解 and 包容多元文化，不断追求自身的全面发展。思政课程通过以上功能与目标的实现，旨在培养具有高度社会责任感和全面素质的高素质人才。

## 2.3 思政课程与学生心理素质的关系

思政课程与学生心理素质的关系密切相关。思政课程通过系统传授马克思主义理论、社会主义核心价值观等内容，帮助学生树立正确的世界观、人生观和价值观，从而增强其心理素质。思政课程强调集体主义、责任意识和道德修养，这些精神对于塑造学生健全的心理素质具有关键作用。通过讨论社会热点问题和历史事件，学生能够获取更多的生活智慧与经验，进而增强解决问题的能力 and 心理承压能力。实践证明，参与思政课程的学生心理健康水平普遍较高，心理素质也得到了显著提升。

## 3 思政课程对高校学生心理素质的影响

### 3.1 对比分析思政课程对学生心理素质的影响

在高等教育体系中，思政课程作为一门重要的核心课程，不仅承担着提升学生思想政治觉悟的任务，还对学生心理素质的发展有着深远的影响。为了准确评估思政课程对学生心理素质的影响，通过对比分析的方法进行了详细探讨。

通过对比接受思政课程教育和未接受思政课程教育的学生群体，发现接受思政课程教育的学生在心理素质上表现出更高的稳定性和抗压能力。这一现象可归因于思政课程内容中涉及的道德教育、社会责任感培养和人生观、价值观的塑造。思政课程通过系统的思想政治教育，使学生在面对复杂多变的社会环境和学业压力时，具有更加坚定的信念和积极的态度，从而有效提高心理承受能力<sup>[1]</sup>。

从心理健康水平的指标来看，接受思政课程教育的学生在自尊、自信、情感调控等方面表现出更高的水平。思政课程中的人文教育部分，通过经典哲学和伦理学的学习，帮助学生建立更为丰富和完整的自我认知体系。这不仅提升了学生面对挫折时的心理复原能力，也增强了其人际关系中的情感支持功能。研究数据显示，接受思政课程教育的学生在焦虑、抑郁等心理问题的发生率上显著低于对照组。

实证研究还表明，思政课程对高校学生心理素质的影响存在显著的阶段性特征，即在不同的学段，课程对心理素质的影响效果有所不同。具体而言，大一和大二学生成绩显著，在这个阶段，学生正处于自我认知和人格发展的关键期，思政课程的理论教育和实践指导对其心理素质的塑造具有更为直接和明显的促进作用。而对于高年级学生，在就业压力和社会适应过程中，思政课程提供的心理支持和价值观导向显得尤为重要。

通过对比分析可以清晰地看到，思政课程在强化学生社会责任感、提升心理承受压力能力、促进心理健康发展等方面发挥了积极作用。未来的研究和教学应进一步探究和优化思政课程的内容和教学方法，以便更好地满足高校学生心理素质发展的需求。

### 3.2 思政课程对学生心理健康水平的影响及其机制

思政课程对高校学生心理健康水平的影响及其机制主要体现在以下几个方面：

思政课程通过价值观教育和伦理道德教育，使学生形成正确的价值观和世界观。这对于学生在面对人生困境和社会压力时提供了坚实的心理支撑，有助于提升其心理健康水平。思政课程的内容，不仅涵盖国家和社会的发展历程，还强调个人与社会的关系，帮助学生树立积极的人生态度，从而在心理上更具抵抗压力的能力。

思政课程通过促进学生的人际交往技能和增强自我认知能力，对学生的心理健康产生积极影响。思政课程经常组织集体讨论、团队合作等教学活动，这些活动有助于培养学生的合作精神和沟通能力，减轻社交孤立感。通过思政课程

的学习,学生自我认同感增强,自尊心提高,从而在面对挑战时更为自信。

思政课程通过引导学生关注社会热点问题,有助于培养其社会责任感和使命感。这种责任感不仅加强了学生对社会的认同,还在面对压力时更易找到自我价值,从而更好地维护心理健康。这种机制也反映在学生遇到困境时,能够主动寻求帮助和支持,降低心理问题的发生率。

总的来说,通过以上机制,思政课程从多层面、多角度对高校学生的心理健康水平产生了显著的积极影响,不仅提升了他们的心理承受能力,还有效促进了心理健康的全面发展。

## 4 思政课程教学的创新策略

### 4.1 思政课程与心理健康教育的结合

结合思政课程与心理健康教育的结合,是优化思政课程教学的重要策略,可以有效提升高校学生心理素质。思政课程在课程设计和实施过程中,可以有机融入心理健康教育。通过将心理健康知识和技能嵌入思政课程,不仅能够提高学生的心理素质,还能促进其全面发展。具体而言,可以从以下几个方面进行探索:

一方面,在教学内容上,思政课程可以加入心理健康教育的相关内容,例如情绪管理、人际交往、自我认知等,以丰富课程内容,增强课堂吸引力。通过案例分析、角色扮演等教学方式,使学生在实际情境中学习和掌握处理心理问题的方法,增强心理调适能力。

另一方面,在教学形式上,思政课程可以结合心理健康教育的特点,采用互动性强的方法,如小组讨论、情景模拟等,以提高学生的参与度和互动性。通过多样化的教学形式,激发学生的学习兴趣,帮助其更好地理解和内化所学知识,提升心理素质。

思政课程可以借鉴心理健康教育中的辅导和咨询模式,设立心理辅导环节,为学生提供个性化的心理支持。通过个别辅导、小组辅导等形式,帮助学生解决心理困惑和问题,提升其心理健康水平。

通过思政课程与心理健康教育的结合,不仅能够提升学生的心理素质,还能增强其社会责任感和人文素养。这一综合性教育模式为高校学生全面发展提供了有力支持。

### 4.2 思政课程的教学方式与方法的创新

思政课程的教学创新旨在增强学生的心理素质和提升其学习内涵。应加强课程内容的多样性与实用性,通过引入与学生实际生活密切相关的案例,增强学习的兴趣与参与感。利用电影、纪录片及多媒体资源,活跃课堂气氛,使理论知识生动化,从而加深学生对社会责任感和道德品质的理

解。通过小组讨论、角色扮演等互动教学模式,推动学生自主思考与合作,促进情感交流与心理支持,提升心理承受能力。增加社会实践活动,组织学生参与社区服务、志愿者活动及实地调研,培养其人文素养和社会责任感,加强实际应用能力。注重课堂与课外的结合,将心理健康教育融入日常活动中,建立心理辅导机制,为学生提供情感支持与心理帮助。通过教师培训,提高其心理学知识和教育技巧,使其能够更好地识别和处理学生的心理问题,有效地促进心理素质的提升。通过这些创新措施,增强思政课程的教育效果,全面提高学生的心理素质。

### 4.3 思政课程教学对提升学生心理素质的实施策略

通过将思政课程与心理健康教育进行有机结合,提升学生的心理素质成为一种有效策略。课程教学中引入丰富的心理健康案例,通过小组讨论、角色扮演等方法,引导学生理解和应对心理问题,培养其自我调适能力。教师在授课过程中应关注学生个体差异,及时调整教学策略,采用互动式、体验式教学方法,增强课程的吸引力和实效性。加强心理健康教育与思政课程的无缝衔接,使学生在思想道德教育中也能获得心理素质的全面提升,提高其心理健康水平。

## 5 结语

本研究从思政课程对高校学生心理素质的影响层面进行了深入探讨和实证研究。研究表明,思政课程对于加强高校学生的社会责任感、道德品质、人文素养具有积极的促进作用,同时可以有效提升学生的心理承受压力的能力,显著提高其心理健康水平。此外,本研究还充分考虑了思政课程具有的教育形式与方法,提出了一些创新性的建议,如将思政课程与心理健康教育相结合,达到提高教学效果的目标。然而,论文也有一定的局限性。例如,论文的研究内容主要集中在思政课程本身,对于其他可能影响学生心理素质的因素,如家庭教育、媒体影响等因素,并未进行深入的研究和探讨。未来的研究可进一步探索思政课程对高校学生心理素质的具体影响机制,以及可能影响这些机制的其他因素,如教师素质等。同时,应尝试更多的教学形式和方法,寻求最优的组合,以期提升思政教育的实效。这将为相关研究赋予更高的理论和实践价值,也有助于为当前的高校教育政策制定提供更为深入和全面的参考依据。

### 参考文献

- [1] 王卫兵.高校学生游泳的心理素质研究[J].当代体育科技,2019,9(6).
- [2] 曾淑萍.思政剧对高校学生心理健康教育的积极影响[J].数码设计(上),2020,9(8):168.
- [3] 郭欣瑜.高校学生心理健康教育课程开展课程思政的探索与实践[J].中文科技期刊数据库(全文版)教育科学,2022(10).