

立德树人视域下大学生心理健康教育融入“课程思政”的探索

陈凤娟, 李冬*, 金浏

北京工业大学, 北京 100124

摘要: 课程思政教育理念是高校落实立德树人根本任务的主要途径。土木工程专业作为工程教育的重要组成部分, 不仅承担着推动社会发展和经济建设的重任, 更需要为社会培养具有良好的心理品质和道德素养的优质人才。心理健康教育是帮助大学生树立心理健康意识, 优化心理品质, 增强自我心理调适能力的重要保障, 将课程思政融入大学生心理健康教育, 可以形成协同育人局面, 促进学生全面发展。

关键词: 课程思政; 立德树人; 大学生; 心理健康教育

Exploration on Integrating College Students' Mental Health Education into "Ideological and Political Education in Curriculum" from the Perspective of Fostering Virtue through Education

Chen Fengjuan, Li Dong*, Jin Liu

Beijing University of Technology, Beijing 100124

Abstract: The educational concept of ideological and political education in curriculum is the main way for colleges and universities to implement the fundamental task of fostering virtue through education. As an important part of engineering education, the civil engineering major not only undertakes the important task of promoting social development and economic construction but also needs to cultivate high-quality talents with good psychological qualities and moral qualities for society. Mental health education is an important guarantee to help college students establish mental health awareness, optimize psychological qualities, and enhance self-psychological adjustment ability. Integrating ideological and political education into college students' mental health education can form a coordinated education situation and promote the all-round development of students.

Keywords: ideological and political education in curriculum; fostering virtue through education; college students; mental health education

引言

随着社会经济不断发展和行业的快速转型, 教育压力和社会竞争压力不断加剧, 部分大学生开始出现焦虑紧张、抑郁症、适应障碍、社交恐惧等心理问题, 对其健康成长产生影响。工科类专业的学生承担着较大的学习压力和职业压力, 院校需重点关注土木工程专业学生心理健康问题, 加大教育力度, 促使学生可以健康发展。课程思政是高等院校落实立德树人根本任务的主要途径, 大学生心理健康教育与思政教育具有高度统一性, 二者的有机融合可以形成协同育人的局面。通过针对性的思想教育、价值引导, 教师可以深入了解心理问题的成因, 找到解决方法, 帮助学生消除紧张焦虑的情绪, 促使他们以健康的心态应对大学生活和职场工作, 以此提高他们的社会竞争力和适应力。

一、“课程思政”和“心理健康教育”理论概述

课程思政教育理念是一种将思想政治教育融入各类课程与教学实践中的教育理念, 旨在通过全方位、全过程、全员育人的方

式, 实现知识传授与价值引领的有机统一。随着全球化、信息化的快速发展, 大学生面临着更加复杂多变的社会环境和思想挑战。传统的思想政治教育方式已难以满足新时代大学生的需求, 因此, 课程思政教育理念应运而生。它强调将思想政治教育贯穿

通讯作者: 李冬, 男, 校聘研究员、博士生导师, 入选北京工业大学高端人才队伍建设计划(优秀人才)。2017年博士毕业后进入清华大学从事博士后研究。2020年11月入职北京工业大学。主要从事混凝土材料及结构防灾减灾方面的研究。主持国家自然科学基金青年基金项目1项、中国博士后科学基金面上项目1项、北京市科技新星项目1项。发表学术论文60余篇。邮箱: dong.li@bjut.edu.cn

于专业课程教学的全过程，通过潜移默化的方式，培养学生的社会责任感、创新精神和实践能力，促进学生的全面发展。

心理健康教育是根据学生生理心理发展的规律，运用心理学的教育方法，培养学生良好的心理素质，促进学生整体素质全面提高的教育。随着社会的快速发展和生活节奏的加快，大学生面临的学业、生活和就业压力日益增大，心理问题逐渐增多。心理健康教育旨在通过系统的教育和干预，帮助个体了解心理健康的重要性，掌握应对压力和挑战的技能，从而提升整体生活质量。

心理健康教育与课程思政虽然有着不同的育人特点，但二者在育人目标上具有高度一致性，将课程思政融入土木工程专业学生心理健康教育中，有利于实现“育心”与“育德”的有效结合，对学生的健康发展有着重要的作用^[1]。作为现代化社会的主要建设者，土木工程专业学生的心理健康和正确的思想意识、价值观念直接关系到其未来的发展和社会的进步。在互联网时代下，大学生容易受到社交媒体、游戏、视频等多元文化的影响，从而导致他们的思想意识和价值观念出现偏差^[2]。而高效促进课程思政与大学生心理健康教育的有机融合，可以通过培养学生的价值观和世界观，帮助学生形成正确的“三观”，培养其成为具有社会主义核心价值观、爱国主义精神、创新能力、良好心理素质的优质人才^[3]。

二、大学生心理健康教育融入“课程思政”的现状

土木工程专业学生通常面临繁重的学业负担、实习要求以及未来就业市场的竞争，这些因素可能导致他们承受较高的心理压力。根据相关研究表明，土木工程专业学生的学业压力、就业压力和人际关系压力普遍较高。2024年中国大学生心理健康数据显示，超过70%的大学生报告有心理健康问题，其中焦虑占比高达45.28%、具有抑郁问题的学生占21.48%。对此，高校应认识到大学生心理健康的重要性，积极将课程思政教育理念融入其中，以此促进学生健康发展。

三、大学生心理健康教育融入“课程思政”存在的问题

(一) 心理健康教育和思政教育联系不深

从传统的教育形式上来看，心理健康教育更加侧重于大学生心理问题的分析、解决与干预；而课程思政更加重视学生思想意识、价值观念和道德修养的培养。目前，部分土木工程专业教师对于二者的协同育人还没有形成正确的认知和有效地衔接^[4]。在心理健康教育过程中，教师通常将这两个不同育人形式的教学内容区分开，没有深刻认识到二者之间存在的价值和作用，也没有深入挖掘其中的育人元素，使得学生难以将心理健康理论知识与课程思政教育理念进行结合，从而难以形成更加系统、全面的学习体验^[5]。同时，高校对于心理健康教育与思政教育的协同教学缺乏合理的规划，缺乏统一的指导和管理，导致心理健康教育没有具体的价值引领，从而对二者的深度融合产生影响。

(二) 师资队伍建设不足

在课程思政有效融入大学生心理健康教育教学过程中，大学教师在其中充当着重要的角色，教师的专业能力、育人水平、思政理论知识与讲解能力会对二者融合质量产生重要影响^[6]。部分大学心理教师没有意识到课程思政对于课程育人的的重要性，缺乏对课程思政教育理念的深度理解，难以将思政教育与大学生心理健康教育进行融合，从而对学生的思想意识和价值观念的提升产生影响。同时，大学辅导员通常兼顾心理健康教育和思政教育，虽然他们在思政教育方面经验丰富，但缺乏将心理教育与课程思政相结合的实践经验和方法，进而对育人实效产生影响^[7]。

(三) 教育定位不明确

大学生心理健康教育旨在发展学生的个性和潜能，提高心理素质，保持良好的心理健康状态。通过心理健康教育，帮助学生认识自我、接纳自我和欣赏自我，建立健康的自我形象，促进自信，培养独立自主的能力，并学习与他人发展良好的人际关系^[8]。

加强大学生的认知特点、社会适应能力以及普及学生心理教育知识是心理健康课程的主要内容^[9]。目前，部分高校心理健康课程教学主要以单一的理论知识讲解为主，虽然有少量的实践活动，但效果不佳。教师缺乏对心理教育定位的正确认识，在多样化教学方式和价值引领上拓展较少，不能满足新时代工科专业学生的需求，导致学生对课程教育的期望和关注度与实际教育存在很大的差距，从而影响教育效果。

四、立德树人视域下大学生心理健康教育融入“课程思政”的路径

(一) 明确课程教育定位，融合思政目标

课程思政作为一种新时代的育人方式，对于提升学生的道德品质具有不可替代的作用。因此，将课程思政融入心理健康教育，是促进学生全面发展的关键一环^[10]。在育人理念的引领下，高校和教师必须清晰界定土木工程专业心理健康发展课程的定位。心理健康教育是一门综合性的心理学课程，融合了心理学、教育学、社会学、行为科学、精神医学、生理学等多学科的知识。由此可见，二者在教育定位上具有高度的一致性，其根本目的都是促进学生全面发展，实现立德树人。因此，大学教师应明确课程教育定位，促进二者的深度融合。

若想将心理健康教育与课程思政进行深度融合，教师应当明确心理健康教育课程的定位。具体来说，心理健康教育与思想政治教育不应被视为两个独立的过程，而应是有机融合、相互促进的统一体^[11]。因此，在明确定位过程中，教师不仅需要关注学生的心健康问题，还要将社会主义核心价值观纳入教学内容中，以此引导学生树立正确的世界观、人生观和价值观，增强他们的社会责任感和历史使命感。

此外，在融合教学目标时，教师需要将学生的全面发展作为教育的核心，注重培养学生的思想政治素养，提高他们的政治觉悟和理论水平。以此促使育人目标更加系统和科学，全面提升学

生综合素质。

（二）加大师资建设力度，提升专业能力

加大师资建设力度，提高教师的教育能力对于促进大学生心理健康教育与课程思政融合具有重要的作用。一方面，高校需要打造一支既具备扎实的心理学和思想政治教育理论基础，又拥有丰富的教学经验和较高的实践能力的师资队伍^[12]。这样的团队才可以更好地将心理健康教育与思政教育相结合，为土木工程专业学生提供更为全面、深入的教育指导。同时，为了促进心理健康教育与课程思政更好地融合，教师应树立跨学科融合的教育理念，主动了解和学习思政教育相关知识和方法，以便更好地将心理健康教育与思政教育进行融合。

另一方面，高校需要提供给教师多种培训机会和学术交流平台，引导教师参与研究项目和教学实践，通过实际操作和案例分析，提升教师的教育能力和融合水平^[13]。比如，高校可以通过思政教育培训、大学生心理健康教育讲座、课堂学习、实践活动等形式提高心理健康教育教师的综合素养，促使他们可以及时了解到心理健康教育和思政教育融合的方式和大学生目前的发展需求，以此推动心理健康教育与思政教育的融合发展。

（三）创新教育教学方法，增强育人实效

将课程思政融入大学生心理健康教育课程中，其目标不仅在于传授心理健康知识，更重要的是帮助学生树立正确的价值观，促使他们在处理日常学习和生活问题时可以有正确的判断^[14]。对此，土木工程专业教师需要采取多样化的教学方式，让学生在潜移默化中感受到心理健康教育的积极影响。

第一，利用新媒体平台。教师可以结合学生的认知特点换个

学习需求，利用新媒体平台，推动大学心理健康教育课程与思政教育的有机融合^[15]。土木工程专业教师可以利用官方的公众号、微博、视频等社交平台，定期发布心理健康知识、案例分享、心理调适技巧等内容。同时融入思政元素，如正面价值观、社会责任感等，让学生可以随时随地获取心理健康信息，增强自我认知和自我调节能力。此外，高校还可以在新媒体平台上设立学生心理咨询预约系统，为学生提供便捷的线上咨询服务。心理教育教师可以通过视频通话、在线聊天等方式，为土木工程专业学生提供个性化的心灵支持和指导。学生也可以在新媒体平台上进行留言、提问，形成互动社区，增强学生参与感和归属感，以此促进二者的融合。

第二，运用实际案例法。土木工程专业教师可以从实际工程项目中选取典型案例，包括大型公共建筑、道路桥梁、住宅小区等不同类型的工程项目，让学生通过分析和探究实际项目。首先，教师提前将案例资料发放给学生，要求学生预习案例，了解工程项目的背景、需求、设计、施工等环节；其次，将学生分成若干小组，每组负责分析一个案例环节，如工程设计、施工等。小组成员共同讨论，提出解决方案。促使学生通过工程实践案例教学，可以将理论知识与实际工程相结合，提高了解决实际问题的能力。最后，教师可以结合心理健康教育和思政教育，创设土木工程场景，让学生依据实际案例模拟工程的工程设计、施工、监理等环节，另外，教师可以在工程中设计一些难以解决的项目，以此观察学生的抗压能力和责任意识。然后根据学生的表现进行针对性教育。

参考文献

- [1] 倪献鸟.《大学生心理健康教育》中融入课程思政元素的实践探索 [N]. 市场信息报, 2024-12-20 (007).
- [2] 梁瑛楠, 牛威. 基于 OBE 理念的大学生心理健康教育课程思政教学改革与实践研究 [J]. 大学, 2024, (35): 151-154.
- [3] 张东, 何文文. 课程思政视域下大学生心理素质培育路径研究——以“大学生心理健康教育”课程为例 [J]. 太原城市职业技术学院学报, 2024, (11): 139-141.
- [4] 李楠.“大学生心理健康教育”课程思政建设研究——以“学习心理”专题教学为例 [J]. 新课程研究, 2024, (29): 5-7.
- [5] 孙小烨, 高雯. 课程思政建设路径探索与实践——以大学生心理健康教育课程为例 [J]. 科学咨询(科技·管理), 2024, (10): 217-220.
- [6] 陈金蕾. 育心育德视阈下大学生心理健康教育课程思政建设路径研究 [J]. 辽宁省交通高等专科学校学报, 2024, 26 (04): 58-61.
- [7] 陈香姑. “大思政”视域下高职院校心理健康教育课程思政的教学设计探析——以“大学生自我意识的发展”为例 [J]. 大学, 2024, (20): 154-157.
- [8] 霍刚, 汤伟, 石雨璐, 等. “三教”改革视域下高职院校大学生心理健康教育课程思政改革路径探析 [J]. 成才, 2024, (13): 36-38.
- [9] 王卓. 高校大学生心理健康教育课程思政的功能及其实现路径 [J]. 现代职业教育, 2024, (09): 9-12.
- [10] 王晋江. 基于课程思政视角的大学生心理健康教育模式的思考 [J]. 江汉石油职工大学学报, 2024, 37 (02): 95-97.
- [11] 李萌. 基于情境学习理论的高校课程思政教学设计——以“大学生心理健康教育”为例 [J]. 江苏经贸职业技术学院学报, 2024, (01): 85-88.
- [12] 伍琪. 课程思政视域下高校辅导员开展大学生心理健康教育策略研究 [J]. 成才之路, 2024, (04): 129-132.
- [13] 杨玉鹏, 王维. 课程思政视域下大学生心理健康教育机制优化探析——以“梦想的力量”特色沙龙课程为例 [J]. 吉林教育, 2024, (02): 58-60.
- [14] 谭华玉. 新媒体背景下“大学生心理健康教育”课程改革研究——积极心理学与课程思政的有机融合 [J]. 广东职业技术教育与研究, 2023, (12): 128-133.
- [15] 林艳. 信息化背景下高职院校“大学生心理健康教育”课程思政的探索 [J]. 西部素质教育, 2023, 9 (22): 30-33.