

思政元素融入高职院校心理健康教育的途径探索

戴晓伟

重庆工贸职业技术学院，重庆涪陵，408000；

摘要：在新时代高职教育全面推进课程思政建设的背景下，本研究聚焦于思政元素在高职院校《大学生心理健康教育》课程中的有效融入。通过文献梳理、现状剖析及实践探索等方法，深入探究融合的重要意义与实施路径。融入思政元素有助于促进学生思想道德与心理素质协同发展，全面提升其综合素质，实现全面发展。同时，显著增强课程的育人效果，使心理健康教育课程更具吸引力与感染力，助力学生在心理成长过程中树立正确价值观。从政策层面看，这一融合举措高度契合国家教育方针政策，为培养德才兼备的高素质技术技能人才提供有力支撑。研究挖掘了社会主义核心价值观、中华优秀传统文化、职业素养与职业道德等思政元素，并从教学目标、内容、方法及评价等多维度提出具体融入策略，经教学实践检验成效显著，为高职院校心理健康教育课程改革提供了新思路与实践范例。

关键词：思政元素；高职院校；大学生心理健康教育

Exploring Approaches to Integrating Ideological and Political Elements into Mental Health Education in Vocational Colleges

Dai Xiaowei

Chongqing Industry&Trade Polytechnic,Chongqing,408000;

Abstract: In the context of comprehensively advancing the integration of ideological and political education into curriculum construction in vocational education in the new era, this study focuses on the effective incorporation of ideological and political elements into the course "Mental Health Education for College Students" in vocational colleges. Through literature review, current situation analysis, and practical exploration, it thoroughly investigates the significance of this integration and the implementation approaches. Integrating ideological and political elements helps promote the coordinated development of students' moral values and psychological qualities, comprehensively enhancing their overall competence and achieving holistic development. At the same time, it significantly strengthens the educational effectiveness of the course, making mental health education more engaging and impactful, thereby assisting students in establishing correct values during their psychological growth. From a policy perspective, this integration aligns closely with national education guidelines, providing strong support for cultivating high-quality technical and skilled talents with both moral integrity and professional competence. The study explores ideological and political elements such as the socialist core values, outstanding traditional Chinese culture, professional literacy, and professional ethics, and proposes specific integration strategies from multiple dimensions including teaching objectives, content, methods, and evaluation. Verified through teaching practice, the results demonstrate remarkable effectiveness, offering new ideas and practical examples for the reform of mental health education courses in vocational colleges.

Keywords: ideological and political elements, vocational colleges, mental health education for college students

DOI: 10. 64216/3080-1494. 25. 06. 007

大学生心理健康教育是高职院校人才培养体系中的重要环节，旨在帮助学生提升心理素质、应对心理问题、促进心理健康发展。然而，传统的心理健康教育课程往往侧重于心理学知识的传授和心理调适技能的培养，对学生的思想政治教育关注不足。在新时代背景下，将思政元素融入高职院校《大学生心理健康教

育》课程教学，不仅是响应国家教育政策的号召，更是满足学生全面发展需求、提升高职教育质量的必然选择。高校心理健康教育课程应进一步推进心理课堂“课程思政”教学改革的创新与实践，将思想政治理论教育融入心理健康教育教学中，从而达到思政育人与心理育人相融合的目的。^[1]

1 思政元素融入心理健康教育的重要意义

1.1 响应党和国家教育政策的必然要求

党和国家高度重视高校思想政治教育工作,强调要把思想政治工作贯穿教育教学全过程,实现全员、全程、全方位育人。2020 年 5 月,教育部印发的《高等学校课程思政建设指导纲要》明确指出,要将思想政治教育元素融入各类课程教学,推动课程思政建设与心理健康教育课程的有机结合。^[2]这为高职院校在《大学生心理健康教育》课程中融入思政元素提供了政策依据和指导方向。

1.2 培养学生全面发展的重要举措

大学生心理健康教育具有特殊的性质,既要传授心理学知识于学生,又要在行为训练中促进学生能力的提升。^[3]高职院校的学生正处于身心发展的关键时期,面临着学业、就业、社交等多方面的压力和挑战,容易出现各种心理问题。同时,他们的世界观、人生观和价值观也在形成过程中,需要正确的引导和教育。将思政元素融入心理健康教育课程,能够在帮助学生解决心理问题的同时,引导他们树立正确的理想信念、价值观念和道德规范,培养他们的爱国情怀、社会责任感和职业素养,促进学生的全面发展。

1.3 促进高职教育质量提升的关键环节

将思政元素融入《大学生心理健康教育》课程教学,有助于丰富课程教学内容,创新教学方法和手段,提高课程的吸引力和实效性。通过将思想政治教育与心理健康教育有机融合,能够形成协同育人的效应,提升高职教育的整体质量,为社会培养更多德才兼备的高素质技术技能人才。

2 思政元素的挖掘与选择

2.1 社会主义核心价值观

社会主义核心价值观是当代中国精神的集中体现,凝结着全体人民共同的价值追求。在高职院校心理健康教育的教学内容中,融入社会主义核心价值观、创新价值观教育形式,使思政元素有效融入,体现课程思政的成效。^[4]

2.1.1 “爱国”价值观融入方面

通过讲述历史上仁人志士的爱国事迹,如林则徐虎

门销烟、岳飞精忠报国等,激发学生的爱国热情和民族自豪感。在心理健康教育课程中,当讲解情绪管理章节时,可以引入这些爱国故事,让学生思考在面对国家利益和民族尊严受到威胁时,先辈们是如何控制情绪、坚定信念的,引导学生将爱国情感转化为实际行动。结合时事热点,如我国在科技创新、国际合作等方面取得的成就,让学生了解国家的发展现状和未来趋势,增强学生对国家的认同感和责任感。在探讨就业心理时,鼓励学生将个人职业发展与国家需求相结合,到祖国最需要的地方去建功立业,培养学生的家国情怀和奉献精神。

2.1.2 “敬业”价值观融入方面

可以从介绍行业先进人物的敬业精神入手,邀请行业专家、优秀校友走进课堂,分享他们在工作中的敬业故事和经验。如大国工匠徐立平为导弹固体燃料发动机的火药进行微整形,几十年如一日地坚守岗位,精益求精。在讲解职业心理章节时,引导学生学习这些先进人物对待工作的认真态度、专注精神和责任感,培养学生的职业素养和敬业精神。同时,通过组织学生参与企业实践、实习等活动,让学生亲身体验职场环境,了解敬业精神在工作中的重要性,引导学生在学习和未来的工作中树立敬业意识,努力做到干一行、爱一行、专一行。

2.1.3 “诚信”价值观融入方面

可通过案例分析的方式进行,选取一些因诚信问题导致人际关系破裂、职业发展受阻的案例,如学术造假、商业欺诈等,让学生分析这些行为产生的原因和后果,引导学生认识到诚信是做人的基本准则,是建立良好人际关系和职业发展的基石。在讲解人际交往心理时,强调诚信在人际交往中的重要性,教育学生在与他人交往中要诚实守信,做到言行一致,培养学生的诚信品质。

2.1.4 “友善”价值观融入方面

注重在教学过程中培养学生的人际交往能力和团队合作精神。通过组织小组讨论、角色扮演等活动,让学生在互动中学会关心他人、尊重他人、帮助他人,如在心理健康教育课程的团体辅导活动中,设计一些需要团队协作完成任务,让学生在合作中体会友善的力量,学会与他人友好相处。

2.2 中华优秀传统文化

中华优秀传统文化源远流长、博大精深，蕴含着丰富的哲学思想、道德观念和人文精神，为高职院校《大学生心理健康教育》课程教学提供了丰富的思政元素资源。以儒家思想为例：其强调的“仁爱”思想，倡导人与人之间要相互关爱、尊重和包容，这对于培养学生良好的人际关系和社会适应能力具有重要意义。

在心理健康教育课程中讲解人际交往心理时，可以引入儒家“己所不欲，勿施于人”“己欲立而立人，己欲达而达人”的思想，引导学生学会换位思考，理解他人的感受和需求，培养学生的同理心和善良品质。儒家的“修身”思想也不容忽视，“修身齐家治国平天下”，将修身作为人生的首要任务，强调通过自我修养来提升道德品质和个人素养。在课程中，可以引导学生学习儒家的修身方法，如：“吾日三省吾身——为人谋而不忠乎？”

2.3 职业素养与职业道德

在高职院校人才培养过程中，职业素养与职业道德的培养是关键环节。《大学生心理健康教育》课程为融入这些思政元素提供了良好的平台，能够帮助学生在掌握心理健康知识的同时，塑造符合职业发展需求的素养和道德观念。

职业素养涵盖多个方面，包括职业意识、职业能力、职业态度等。在心理健康教育课程中融入职业素养培养，首先要引导学生树立正确的职业意识。通过职业规划课程，让学生了解自己的兴趣、优势和职业倾向，明确未来的职业目标。引入职业成功人士的案例，分析他们在职业生涯中如何保持积极的心态，应对各种挑战，从而培养学生的职业意识和目标感。在讲解压力管理章节时，可以以职场中常见的工作压力为切入点，教导学生如何正确认识压力，运用心理调适方法缓解压力，提高自己的抗压能力，这也是职业素养的重要体现。通过组织学生参加企业实习、社会实践等活动，让学生亲身体验职场环境，了解职业规范和要求，培养学生的职业能力和适应能力。在实践活动中，学生可能会遇到各种人际关系问题、工作任务压力等，教师可以引导学生运用心理健康知识去解决这些问题，提升学生的职业素养。

3 思政元素融入心理健康教育的路径与策略

3.1 教学目标融合

教学目标是教学活动的出发点和归宿，将思政目标融入心理健康教育教学目标，是实现思政元素有效融入的关键。在制定教学目标时，应充分考虑思政教育与心理健康教育的内在联系，明确知识与技能、过程与方法、情感态度与价值观三个维度的目标，使思政教育贯穿于整个教学过程。

3.1.1 知识与技能维度目标

不仅要让学生掌握心理健康的基本知识和技能，如心理调适方法、人际交往技巧等，还要引导学生理解思政元素所蕴含的思想内涵和价值观念。在讲解心理健康的标准时，可以引入社会主义核心价值观中关于人的全面发展的理念，让学生明白心理健康不仅包括心理状态的良好，还包括积极向上的价值观和道德品质。在传授情绪管理技能时，结合中华优秀传统文化中关于修身养性、情绪调节的思想，如“心平气和”“制怒”等，使学生在在学习心理技能的同时，受到传统文化的熏陶。

3.1.2 过程与方法维度目标

应注重培养学生的自主学习能力、分析问题和解决问题的能力，以及团队合作精神。通过组织学生开展小组讨论、案例分析、角色扮演等活动，引导学生运用思政理念和心理健康知识去分析和解决实际问题，培养学生的批判性思维 and 创新能力。在讨论大学生就业心理问题时，可以引入职业素养与职业道德的思政元素，让学生分析在就业过程中如何树立正确的职业观和价值观，如何遵守职业道德规范，通过讨论和交流，提高学生的职业意识和职业素养。

3.1.3 情感态度与价值观维度目标

是将思政教育的核心目标融入心理健康教育教学目标的重要体现。要引导学生树立正确的世界观、人生观和价值观，培养学生的爱国情怀、社会责任感和敬业精神。在教学过程中，通过讲述英雄模范人物的事迹，如“共和国勋章”获得者袁隆平、张桂梅等，激发学生的爱国热情和敬业精神，让学生明白个人的发展与国家和社会的发展息息相关，从而培养学生的社会责任感和使命感。同时，要关注学生的情感体验，营造积极向上的课堂氛围，让学生在学习过程中感受到正能量，培养

学生积极乐观的人生态度。

3.2 教学内容整合

在高职院校《大学生心理健康教育》课程中,将思政元素与心理健康教育内容进行有机整合,是实现课程育人目标的关键环节。通过深入挖掘思政元素与心理健康教育内容的契合点,能够丰富课程教学内容,提升课程的思想性和教育性。

3.2.1 在“自我认知”方面的融入

引导学生运用马克思主义的辩证唯物主义和历史唯物主义观点来认识自我,帮助学生树立正确的自我观。通过让学生分析自身的优点和不足,以及这些特点与社会环境、家庭背景等因素的关系,使学生明白个人的发展是在社会历史进程中实现的,从而培养学生的社会责任感和历史使命感。

3.2.2 在“情绪管理”方面的融入

引入中华优秀传统文化中关于情绪调节的思想,如道家的“清静无为”、儒家的“中庸之道”等,让学生了解古人在情绪管理方面的智慧。同时,结合社会主义核心价值观中的和谐、友善等理念,引导学生学会控制自己的情绪,保持良好的心态,以积极乐观的态度面对生活中的各种挑战。

3.2.3 在“人际交往”方面的融入

融入社会主义核心价值观中的友善、诚信等内容,教育学生在人际交往中要尊重他人、关爱他人、诚实守信。通过组织学生开展小组合作活动、角色扮演等方式,让学生在实践中体会人际交往中的道德规范和行为准则,培养学生的团队合作精神和人际交往能力。

3.2.4 在“时政热点”方面的融入

除了在各章节内容中融入思政元素外,还可以结合时事热点和社会现象进行教学内容的整合。关注国内外时事热点,如抗击疫情、脱贫攻坚、科技创新等,将这些热点事件中的思政元素引入心理健康教育课程。在讲解应对挫折心理时,可以以抗疫英雄们在面对困难和挫折时的英勇表现为例,让学生学习他们坚韧不拔、勇往直前的精神,增强学生应对挫折的能力和信心。同时,引导学生思考这些热点事件背后所蕴含的社会价值观和道德准则,培养学生的社会责任感和爱国情怀。结合社会现象,如校园欺凌、网络暴力等,引导学生运用心理健康知识和思政理念去分析和解决问题。通过案例分

析、小组讨论等方式,让学生认识到这些现象的危害,以及如何在日常生活中避免和抵制这些不良行为,培养学生的道德判断力和行为自律能力。

3.3 教学方法创新

创新教学方法是实现思政元素有效融入高职院校《大学生心理健康教育》课程的重要手段,能够激发学生的学习兴趣,提高教学效果。案例教学法和体验式教学法在课程中具有独特的应用价值,能够促进学生对知识的理解和应用,增强学生的思想感悟和情感体验。

3.3.1 案例教学法

通过引入真实的案例,将抽象的心理健康知识和思政理念具体化、生动化,使学生更容易理解和接受。教师在选择案例时,应注重案例的真实性、典型性和针对性,确保案例能够涵盖心理健康教育和思政教育的相关内容。在讲解心理健康问题的应对策略时,可以引入大学生在面对学习压力、情感困扰、人际关系冲突等问题时,如何运用正确的价值观和心理调适方法解决问题的案例。通过分析这些案例,引导学生思考在类似情况下应该如何应对,培养学生分析问题和解决问题的能力。同时,案例教学法还能够促进学生的团队合作和交流讨论,学生可以在小组讨论中分享自己的观点和经验,相互学习和启发,增强学生的合作意识和沟通能力。在讨论过程中,教师应引导学生从思政角度分析案例,挖掘案例中蕴含的思政元素,如爱国主义、集体主义、社会主义核心价值观等,使学生在在学习心理健康知识的同时,受到思政教育的熏陶。

3.3.2 体验式教学法

该方法强调学生的亲身参与和体验,通过创设特定的情境和活动,让学生在实践中感受和领悟心理健康知识和思政理念。在课程中,可以组织学生开展心理健康主题班会、心理拓展训练、心理咨询志愿服务等活动。在心理健康主题班会中,学生可以围绕某个心理健康主题,如“挫折应对”“情绪管理”等,进行讨论和交流,分享自己的经历和感悟。在心理拓展训练中,学生通过参与团队合作项目,如信任背摔、盲人方阵等,体验团队合作的重要性,培养学生的团队精神和责任感。在心理咨询志愿服务中,学生可以为他人提供心理咨询服务,在帮助他人的过程中,提升自己的心理素质和社会责任感。这些体验式教学活动能够让学生在实践中加深对心

理健康知识和思政理念的理解,增强学生的情感体验和
行为实践能力。同时,教师在体验式教学过程中,应注
重引导学生进行反思和总结,帮助学生将体验转化为知
识和能力,促进学生的全面发展。

3.4 教学评价优化

构建全面、科学、合理的教学评价体系,是确保思
政元素有效融入高职院校《大学生心理健康教育》课程
教学的重要保障,能够全面、准确地考核学生的思政与
心理素养,促进学生的全面发展。

3.4.1 采用多种方式开展评价

除了传统的考试外,还应增加课堂表现评价,观察
学生在课堂讨论、小组活动中的参与度、团队协作能力
以及对思政元素的理解和运用能力;作业评价也应注重
学生对思政元素与心理健康知识结合的思考和分析,鼓
励学生通过撰写心得体会、案例分析报告等形式,展示
自己的学习收获和思想感悟;实践活动评价则关注学生
在心理健康教育实践中的表现,如心理咨询志愿服务、
心理拓展训练等,考察学生在实践中运用知识解决问题
的能力以及体现出的思政素养。

3.4.2 确保评价主体的多元化

除了教师评价外,应充分发挥学生自评和互评的作
用。学生自评可以让学生对自己的学习过程和成果进行
反思和总结,发现自己的优点和不足,从而有针对性
地进行改进。在完成一个教学项目后,学生可以从知识掌
握、技能提升、思想认识等方面对自己进行评价,思考
自己在学习过程中对思政元素的理解和内化情况。互评
则能够促进学生之间的交流和学习,学生在评价他人的
过程中,能够从不同角度发现问题,拓宽自己的思路。
此外,还可以引入家长评价和企业评价等外部评价主体。
家长可以从学生的日常生活表现中,观察学生在思想道

德、心理健康等方面的变化;企业评价则可以从学生的
实习表现、职业素养等方面,反馈学生在思政与心理素
养方面的实际水平,为教学评价提供更全面的参考。

3.4.3 坚持评价内容全面客观

在评价过程中,要注重对学生思想道德和心理素养
的全面考核。不仅要考核学生对思政知识和心理健康知
识的掌握程度,更要关注学生在价值观、情感态度、行
为习惯等方面的发展变化。

参考文献

- [1]于丹丹,周芳蕊,田来.融合思政元素:大学生心理
健康教育课程创新与实践[J].湖北开放职业学院学报,
2024(8):17-19.
- [2]教育部关于印发《高等学校课程思政建设指导纲要》
的通知(教高〔2020〕3号)[EB/OL].中华人民共
和国中央人民政府,2020-05-28.
- [3]贾威.大学生心理健康教育中融入思政元素的探索
与实践[J].湖北开放职业学院学报,2025(1):87-92.
- [4]徐薇,叶笑云.“课程思政”融入大学生心理健康教
育的探索和实践[J].黑龙江教师发展学院学报,2023
(3):154-156.

作者简介:戴晓伟(1985.06—),男,重庆江北人,
重庆工贸职业技术学院副教授,硕士。研究方向:大
学生思想政治教育,心理健康教育,基层党团建设。
基金项目:本文是重庆工贸职业技术学院2023年度校
级教学改革研究项目:高职院校《大学生心理健康教
育》课程思政建设研究(项目编号:JG20230102)的
阶段性成果;是重庆市教育委员会2024年职业教育教
学改革研究项目:新质生产力背景下职业院校学生心
理健康教育改革研究(项目编号:Z2241284)的阶段
性成果。