

# “大思政课”视域下高校心理健康教育价值融入与实践路径研究

孙凯

商洛学院 电子信息与电气工程学院, 陕西商洛, 726000;

**摘要:** 随着“大思政课”理念推进和人工智能时代来临, 高校心理健康教育迎来范式重构机遇。传统模式应对 AI 时代学生心理困扰等显局限性。本文立足“大思政课”视野, 先剖析 AI 时代带来的新挑战与机遇, 再论证将“大思政课”核心要素融入心理健康教育的必要性价值。在此基础上, 构建“目标重塑 - 内容重构 - 方法创新 - 场域拓展 - 评价改革”五位一体实践路径模型, 重点探讨利用 AI 技术赋能融合过程, 旨在构建新型高校心理健康教育体系, 为培养时代新人提供心智保障。

**关键词:** 大思政课; 心理健康教育; 人工智能; 价值融入

**DOI:** 10. 64216/3104-9702. 25. 04. 012

教育是民族振兴、社会进步的重要基石, 是功在当代、利在千秋的德政工程。总书记站在党和国家事业发展全局的高度, 对教育工作作出了一系列重要论述, 深刻阐明了新时代我国教育改革发展的重大理论和实践问题。总书记强调“教育是国之大计、党之大计”, 指明了教育在国家发展和民族复兴中的战略地位; 指出“培养什么人, 是教育的首要问题”, 要求我们始终把握立德树人作为根本任务, 培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人; 提出“要努力构建德智体美劳全面培养的教育体系”, 为新时代教育事业提供了行动指南; 倡导“坚持以人民为中心发展教育”, 推动教育公平发展和质量提升, 让每个孩子都能享有公平而有质量的教育。这些重要论述, 思想深邃、内涵丰富, 为我们办好人民满意的教育、加快推进教育现代化、建设教育强国提供了根本遵循和强大思想武器。

## 1 AI 时代高校心理健康教育的新挑战与新机遇

### 1.1 新挑战: 心理问题的复杂化与教育模式的滞后

(1) 新型数字压力与焦虑: AI 驱动的社交媒体、算法推荐和虚拟世界, 易导致学生陷入信息茧房、社交比较焦虑和网络成瘾。对 AI 技术发展的不确定性和“被替代”的恐惧, 催生了“AI 焦虑症”, 表现为对个人价值、学习意义和未来职业的深度迷茫。

(2) 人际疏离与情感异化: 过度依赖人机交互,

削弱了现实世界中面对面交往的能力与意愿, 导致孤独感、情感冷漠和现实人际关系障碍。学生对虚拟情感的依赖加深, 对真实情感的体验和表达能力下降。

(3) 价值观念的多元冲击: 网络空间中各种思潮、价值观在 AI 算法的放大下激烈碰撞, 学生易陷入价值相对主义甚至虚无主义, 缺乏稳固的价值锚点, 在重大是非问题上容易摇摆。

(4) 传统教育模式的局限性: 传统的心理咨询和团体辅导, 在覆盖面、即时性和针对性上存在不足。教育内容未能及时回应 AI 引发的伦理、社会和心理议题, 方法与技术应用相对传统, 难以吸引“数字原住民”一代。

### 1.2 新机遇: 技术赋能与范式创新

(1) AI 技术赋能精准评估与干预: 利用自然语言处理、情感计算等技术, 可以对学生在论坛、作业文本中的情绪状态进行早期识别和预警。智能聊天机器人可以提供 7×24 小时在线的初步心理支持, 缓解咨询资源紧张问题。基于大数据的分析, 可以实现对学生心理风险的精准预测和个性化干预方案的制定。

(2) 拓展沉浸式教育场景: 虚拟现实 (VR) 和增强现实 (AR) 技术可以创设高仿真情境, 用于社交恐惧脱敏训练、压力管理、共情培养等, 提供安全可控的实践环境。

(3) 提升教育管理的科学性: AI 可以辅助管理者分析全校心理健康状况的宏观趋势, 评估教育活动的效

果,为科学决策提供数据支持,实现从“经验驱动”向“数据驱动”的转变。

## 2 “大思政课”视域下心理健康教育的价值融入

### 2.1 以“价值理性”对冲“技术理性”的异化

AI 时代过度强调效率、数据和算法的“技术理性”,可能导致人的工具化与情感荒漠化。“大思政课”所倡导的马克思主义人学思想、以人为本的价值取向,能够引导学生正确认识人与技术的关系,明确技术是服务于人的工具而非目的。将这种价值理性融入心理健康教育,旨在培养学生的人文精神与科技伦理意识,使其在数字浪潮中保持主体性,追求有意义的、充盈的人生,而非沦为数据的附庸。

### 2.2 以“家国情怀”与“时代使命”锚定个人价值

面对 AI 焦虑和个人价值感迷失,需要更高层次的意义构建。将“国之大者”、中华民族伟大复兴的中国梦等“大思政课”核心内容融入心理成长叙事,可以帮助学生将个人发展置于国家与时代的坐标中,理解个人奋斗与国家命运的紧密联系。这能有效拓宽学生的心理格局,将个体焦虑转化为集体奋斗的动力,在服务国家和人民的事业中实现自我价值,从而获得坚实的精神支

柱和心理韧性。

### 2.3 以“奋斗幸福观”与“挫折教育”培育积极心态

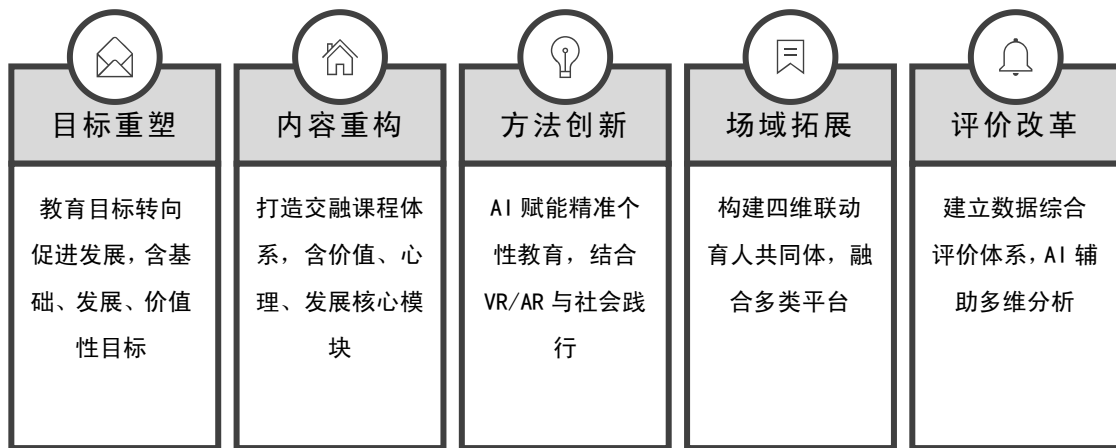
“幸福都是奋斗出来的”。“大思政课”中蕴含的中国共产党人精神谱系——如长征精神、抗疫精神等,是进行挫折教育和培养成长型思维的宝贵资源。通过讲述这些奋斗故事,可以引导学生正视学习、生活中的困难与失败(包括面对技术挑战时的挫败感),将其视为成长的阶梯,塑造乐观向上、坚韧不拔的积极心理品质。

### 2.4 以“唯物辩证法”提供认知重构的思想武器

学生许多心理困扰源于非理性的认知模式,如绝对化、灾难化思维。“大思政课”所传授的唯物辩证法,是关于联系、发展和矛盾的普遍规律的科学,是进行认知调节的顶级方法论。教会学生运用辩证的、发展的、全面的观点看待 AI 技术、社会现象和个人境遇,能够帮助他们打破思维僵局,实现认知重构,从根本上提升心理调适能力。

## 3 构建“五位一体”的融合实践路径

为实现“大思政课”视域下心理健康教育的深度价值融合,并有效回应 AI 时代的特征,我们构建了以下“五位一体”的实践路径模型,其核心逻辑如下图所示:



### 3.1 目标重塑:从“矫治问题”到“促进发展”,培育“时代新人”

融合路径的首要任务是实现教育目标的战略升级。应从过去侧重于心理问题的筛查与干预,转向以“促进全面发展、培育时代新人”为核心的发展性目标。新目标应涵盖:

(1) 基础性目标: 维护学生心理平衡,预防和缓解心理疾病。

(2) 发展性目标: 培养学生积极乐观、自尊自信、理性平和的心态。

(3) 价值性目标: 引导学生树立正确的世界观、人生观、价值观,将个人理想融入国家发展,具备应对时代变革的心理韧性和奋斗精神。

### 3.2 内容重构：打造“价值-心理-科技”交融的模块化课程体系

基于新目标，需要对心理健康教育内容进行系统性重构，形成三大核心模块：

（1）价值引领与意义追寻模块：将马克思主义哲学、党史国史、时事政策中的心理学元素提取出来。例如，开设“《矛盾论》《实践论》与心理调适”、“奋斗者的人格魅力——从英模事迹中汲取心理力量”、“AI时代的科技伦理与个人价值”等专题，实现思政内容与心理知识的有机嫁接。

（2）AI时代心理调适模块：直面技术带来的新问题。内容应包括：数字公民素养与网络心理健康、算法思维与批判性思维培养、人机协作中的自我定位、应对“内卷”与“躺平”的积极策略、未来职业变迁与生涯韧性规划等。

（3）积极品质与生涯发展模块：重点引入积极心理学理论，培养学生感恩、宽恕、坚毅、乐观等品质。结合“大思政课”的实践要求，将生涯规划与“到祖国最需要的地方去”的就业观教育相结合，激励学生在服务社会中实现人生价值。

### 3.3 方法创新：人机协同与虚实结合的混合式教育模式

（1）AI赋能，实现精准化与个性化：

①智能筛查与预警：利用先进的情感分析工具，我们针对校园APP的使用数据、图书馆资源检索记录以及学生一卡通消费数据（这些数据均经过严格的脱敏处理并已获得相关授权）展开全面的多模态分析。通过深入挖掘这些多源数据中蕴含的情感倾向与行为模式，我们致力于构建一个科学有效的心理危机早期预警模型，从而实现对心理状态的动态监测与及时干预。

②个性化学习与支持：开发智能心理助教系统，根据学生心理测评结果和学习行为，推送定制化的思政故事、心理知识微课和正念练习。智能聊天机器人（需确保伦理安全）提供常态化心理陪伴和初步疏导。

（2）沉浸体验，深化价值体认与情感共鸣：

①VR/AR情境教学：开发“重走长征路”VR沉浸式教育体验项目，让学生通过虚拟现实设备，亲身经历红军长征途中的恶劣自然环境与艰苦战斗场景，在极端困难的情境中深刻感悟信念的坚定与精神的力量，体会革命先辈不畏艰险、勇往直前的宝贵品质。同时，创设

“AI未来职场”智能模拟训练场景，结合人工智能技术生成仿真职场环境，让学生在压力面试模拟环节锻炼应变与心理素质，通过虚拟团队协作任务提升沟通效率与合作意识，全面增强未来职场适应能力。

②情境式团体辅导：围绕“合作与竞争”“信任与责任”等思政教育核心主题，设计一系列含红色文化元素、贴近社会热点的情境式团体活动，通过互动体验引导学生思考体会思政理念现实意义。如在“合作与竞争”主题下，组织模拟长征团队拓展项目，融入红色故事，让学生在协作竞争中感受集体荣誉感与奋斗精神；在“信任与责任”部分，结合抗疫精神、乡村振兴等热点设计角色扮演任务，使学生实践中理解信任重要性与责任担当。活动增强了思政教育趣味性与代入感，助学生认同内化价值观，提升思想政治素养。

（3）社会实践，在“大课堂”中锤炼心理品质：

①项目式学习（PBL）：组织学生以小组形式，围绕“社区老年人数字反哺”、“乡村AI科普”等真实社会问题开展项目。在此过程中，学生不仅运用了专业知识，更锻炼了沟通、协作、抗压和解决问题的能力，其社会责任感也得到升华。

②志愿服务与劳动教育：将参与志愿服务、生产劳动作为必修的“心理实践课”，让学生在实践体验中奉献的快乐，理解奋斗的意义，巩固积极心理品质。

### 3.4 场域拓展：构建“四维联动”的全方位育人共同体

（1）线下线上智慧课堂：打造集讲授、讨论、VR体验、AI互动于一体的智慧教室和线上教学平台。

（2）校园文化浸润场：通过举办“心理戏剧节”（排演反映时代议题的剧目）、设立“积极心理品质宣传月”、建设“心理主题园林”等，营造积极向上的校园文化氛围。

（3）社会实践大课堂：与革命纪念馆、高科技企业、乡村振兴示范点等共建“大思政课”实践教学基地，同时也是心理健康教育实践基地，让学生在观察和参与中“受教育、长才干、作贡献”。

（4）家校社AI协同云：建立学校、家庭、社区（用人单位）信息共享的云平台（严格遵守隐私保护）。利用AI分析生成学生成长报告，为家校沟通提供依据，形成育人合力。

### 3.5 评价改革：建立基于数据的综合性发展评价体

系

(1) 过程性数据追踪: 记录学生在各类实践活动中的参与度、表现(如项目报告、志愿服务时长), 以及其在 AI 辅助平台上的心理成长轨迹(如情绪稳定性变化、积极行为增加等)。

(2) 综合性素养评价: 将学生的价值观念、心理韧性、社会责任感、创新能力等纳入评价范畴, 采用档案袋评价、表现性评价等多种方式。

(3) AI 辅助的多维评估: 利用 AI 分析学生在特定情境(如 VR 体验、小组讨论)中的行为数据、语言数据, 为其团队协作、领导力、情绪管理等能力提供更客观的评估参考。

#### 4 可能的风险与应对

在推进融合路径时, 需警惕潜在风险:

(1) 价值融入的“生硬化”风险: 避免将思政内容作为标签生硬粘贴, 应追求“盐溶于水”般的自然融入。

(2) 技术应用的“伦理”风险: 必须严格遵守数据隐私保护原则, 明确 AI 工具的辅助性定位, 防止技术滥用和学生数据的过度监控。确保关键干预由人类咨询师主导。

(3) 师资能力的“滞后”风险: 加强对心理健康教师和思政工作者的跨领域培训, 使其既懂心理辅导, 又具备一定的科技素养和扎实的理论功底, 成为合格的

“融合型”教师。

#### 5 结语

在“大思政课”视域下重构高校心理健康教育, 是应对人工智能时代挑战、落实“立德树人”根本任务的战略性选择。这一重构并非简单的修补, 而是一场深刻的范式革命。它要求我们以价值融入为灵魂, 以 AI 技术为引擎, 通过目标、内容、方法、场域和评价的协同创新, 构建一个既能回应学生现实心理关切, 又能赋予其宏大精神格局的新型教育体系。最终, 使高校心理健康教育真正成为培养有志气、有骨气、有底气, 能够从容面对未来一切挑战的时代新人的重要支撑力量。

#### 参考文献

- [1] 王海涛, 朱宇. “大思政”视野下大学生心理健康教育课程发展探析[J]. 江西电力职业技术学院学报, 2021, 34(04): 93-95.
- [2] 郑凯航, 杨翔宇. 高校心理健康教育与思政教育的深度融合[J]. 继续教育研究, 2020, No. 254(04): 92-95.
- [3] 田国庆. 高校心理健康教育与思政教育融合研究[J]. 公关世界, 2022, No. 519(04): 112-113.
- [4] 章少峭. 高校心理健康教育育人功能实现的实然困境与应然路径[J]. 学校党建与思想教育, 2020, 626(11): 80-82.