

# 课程思政融入高职心理健康课程教学设计探析

曹勤华

(武昌职业学院, 湖北 武汉 430000)

摘要: 本文围绕课程思政融入心理健康教育的重要性和必要性, 心理健康教育内容显性和隐形价值引领的分析, 对标教育部关于课程思政建设指导纲要, 对标教师教学能力比赛赛事文件要求, 以赛促教、以赛促改, 从课程整体教学设计, 实际教学实施两个板块逐一探析高职心理健康课程的课程思政体系建设。

关键词: 课程思政; 高职心理健康; 课程教学设计

## 一、德育心育共育共成重导向

大学所有课程都应具有价值塑造、知识传授和能力培养的三重功能, 承载着培养大学生世界观、人生观、价值观的作用。课程思政是充分发挥课程的德育功能, 运用德育的思维, 提炼课程中蕴含的文化基因和价值范式, 将其转化为社会主义核心价值观具体化、生动化的有效教学载体, 在“润物细无声”的知识学习中融入理想信念层面的精神指引, 从高站位上要深刻认识到“课程思政”的时代价值, 提升立德树人的针对性和实效性, 即为党和国家培养人, 培养社会主义建设者和接班人。

心理健康教育作为课程思政建设教育内容中的一部分, 大学生心理健康教育课程作为公共基础课, 这两个重要导向性都突显了在明确课程思政建设目标要求和内容重点上, 心育的核心基本属性。心理学既有古代哲学的根基又有理学的渊源, 虽然起源于西方, 但在我国已有百年的发展历史, 心理健康教育课程的讲授更要注重心理学的本土化与国际化。其实, 心理学本土化的百年发展历程本身就反映出了我国心理学家不断创新和努力的过程, 他们为构建具有中国特色的心理学体系做出了重大的贡献。心理健康教育的课程思政不能仅仅停留在理论教学内容上, 适合我国国情的心理学理论和方法的探索历程也是具有重要意义的一部分, 更是闪光点。心育要注重文化背景, 更要抓住文化背景的影响力, 选择适合的教育内容和方法, 要充分考虑到个体和群体的认知模式和行为模式。

立足世情国情, 职业教育如何培养高素质劳动者和技术技能人才, 培育劳模精神、劳动精神、工匠精神等, 基于中华优秀传统文化的育心才更符合中国新一代青年人的情感体验和情感需求, 这是中华民族的精神血脉, 也是中华民族生生不息的丰厚滋养。职业教育过程中, 学生的全面发展、心理素养、职业素养等, 对心育工作提出了高标准和高要求。围绕专业人才培养, 创设职业情境, 助力学生适应能力、创新能力、团队协作能力、抗压能力等综合能力的提升, 充分体现出公共课程与专业课程同向同行, 为实现学生德智体美劳全面发展夯实基础。

## 二、显性隐性价值引领重品质

根据《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)文件精神, 课程思政建设系统展开的六个教育内容本身就包含了心理健康教育, 这一部分的内容不仅是其他课程在建设课程思政体系时要体现的元素, 而且这一部分还可以作为独立的内容体现德育与心育的紧密联系。

认同感和归属感是培养爱国情怀的基础。融入坚定的理想信念, 厚植爱国情怀。学生追求理想自我的同时, 与国家发展相统一。学生树立远大理想, 与国家发展同频共振。通过志愿服务、社会

实践、实习实训等方式, 引导学生深入了解国家发展的实际情况和面临的挑战, 激发学生服务社会的意识和热情, 提高自身学习动力。认同感和归属感是心理学中研究个体与社会互动的重要概念, 这些感觉的缺失有可能导致焦虑、抑郁等情绪, 而强烈的认同感和归属感则有助于提高学生的幸福感。包括社会支持系统的学习, 让学生了解个体从社会关系网络中获得情感、信息和物质帮助, 稳定的社会支持网络能够增强个体的归属感, 减少孤独感和压力。

注意力、问题解决是培育工匠精神的起点。融入精益求精的工匠精神, 学生在完成心理实训的同时, 深刻体验细节的重要性。学生分析讨论心理案例, 从思辨的角度面对问题解决问题。注意力是心理学中研究的一个核心概念, 它涉及到个体如何集中精神资源来处理信息, 包括选择性注意、持续性注意和分配性注意等。问题解决是认知心理学中的一个关键领域, 它涉及到个体如何使用认知策略来找问题的解决方案。解决问题的能力涉及到各种认知过程, 包括注意力、记忆、逻辑思维和创造性思维等。

人际沟通的技巧是提升团结协作的根本。融入团队协作的沟通技巧, 学生在小组任务中, 解决冲突和促进知识分享。学生在完成任务目标的过程中, 创新和创造力的提升, 为今后工作效率打下基础。同理心知识点的学习有助于学生站在他人的角度思考问题, 理解他人的感受和需求。在人际沟通中, 同理心是建立良好关系的关键, 它能够帮助学生更好地理解他人, 从而做出更合适的回应。倾听技巧的学习有助于学生养成尊重他人的品质, 能够在人际交往中有效理解对方的内隐情感, 并给予适当的反馈, 在沟通中保持专注、避免打断、提问以澄清疑惑等。

心理咨询的理解是加强法制意识的途径。根据《中华人民共和国精神卫生法》相关条例, 心理咨询人员不得从事心理治疗或精神障碍的诊断、治疗。让学生了解心理咨询师在其执业活动中, 应当遵守这一规定, 不能越界进行心理治疗或精神障碍的诊断和治疗。这些法律条例的学习, 有助于学生增强法治意识, 合理维护自身权益, 确保自己享受服务时的合法性和专业性。心理咨询与心理治疗的区别相关知识点的学习, 有助于学生明确心理正常与心理异常的范围, 增强自身有效自助和助人的能力。

## 三、以生为本问题导向重设计

从教学整体设计上, 大学生心理健康教育课程是一门有明确国家教育标准的课程, 作为专业人才培养方案中的公共必修课程, 其设置应为32-36学时、2学分。课程内容应设置为三个部分: 第一部分了解心理健康的基础知识(包括大学生心理健康导论、大学生心理咨询、大学生心里困惑及异常心理); 第二部分了解

自我,发展自我(包括大学生的自我意识与培养、大学生人格发展与心理健康);第三部分提高自我心理调适能力(包括大学期间生涯规划及能力发展、大学生学习心理、大学生情绪管理、大学生人际交往、大学生性心理及恋爱心理、大学生压力管理与挫折应对、大学生生命教育与心理危机应对)。课程设置学期应为第一学期,课程旨在使学生明确心理健康的标准及意义,增强自我心理保健意识和心理危机预防意识,掌握并应用心理健康知识,培养自我认知能力、人际沟通能力、自我调节能力、切实提高心理素质,促进学生全面发展。

通过课程教学,使学生在知识、技能和自我认知三个层面达到以下目标。知识层面:通过本课程的教学,使学生了解心理学的有关理论和基本概念,明确心理健康的标准及意义,了解大学阶段人的心理发展特征及异常表现,掌握自我调适的基本知识。技能层面:通过本课程的教学,使学生掌握自我探索技能、心理调适技能及心理发展技能。如学习发展技能、环境适应技能、压力管理技能、沟通技能、问题解决技能、自我管理技能、人际交往技能和生涯规划技能等。自我认知层面:通过本课程的教学,使学生树立心理健康发展的自主意识,了解自身的心理特点和性格特征,能够对自己的身体条件、心理状况、行为能力等进行客观评价,正确认识自己、接纳自己,在遇到心理问题能够进行自我调适或寻求帮助,积极探索适合自己并适应社会的生活状态。

基于授课对象的学情分析。围绕高职教育教学改革,对标教师教学能力比赛赛事标准,公共课要与专业课同向同行,教师团队围绕每一个专业开展课程内容的重构。如人工智能专业,学生在这个阶段面临着从高中到大学的转变,新环境的适应、学习节奏的变化、人际关系的挑战、自我探索的深入、情绪状态的波动等等都亟待于进行理论的学习和行为的训练,形成科学客观的认知,维持个体稳定健康发展的状态。同时,这一专业的学生所学专业技能较为前沿,对高端科技技术比较感兴趣,动手操作能力强,做事情专注度高,电子产品接触时间较长,生理自我关注度较少,人际交往比较内敛含蓄,情绪的流动性较为缓慢,压力应对的方式较为单一。

课程思政体系框架,结合心理学发展的哲学渊源,将中国古代哲学思想与教学任务一一相扣。

表 1 课程思政体系图

思政主线	教学任务	融入路径	思政载体	思政元素
向外看 向内求 向前走	绪论	问题导入	案例分析	知人知己
	心理咨询	介绍流程	行为训练	知行合一
	心理困惑与异常心理	目标追踪	小组任务	谨言慎行
	自我意识及培养	启发探究	话题讨论	壮志凌云
	人格发展与心理健康	实践演练	角色扮演	博采众长
	生涯规划及能力发展	任务驱动	制定规划	奋斗芳华
	学习心理	分析结果	心理测试	学思并重
	情绪管理	共情共理	观影聊心	喜怒有度
	人际交往	参与感悟	游戏互动	爱敬互恒
	性心理及恋爱心理	抒发观点	热点辩论	修身齐家
	压力管理及挫折应对	同辈共享	小组讨论	烟火诗意
	生命教育与心理危机应对	思考探索	情感体验	希光繁行

教学策略和教学方法的智能化。随着 AI 时代的带来,学生对理论知识的学习更加有效和迅速,所欠缺地恰恰是对问题的客观辨析和精准定位。课程的教学运用 OBE 教学理念,以成果为目标导向,以讯飞星火、文心一言、豆包等 AI 职能软件为辅助手段,以学生为本,以优先解决学生诉求来优化教育内容和方式成为了比较合适的一种教学策略。在遵循学生生理、心理特点的基础上创设活动场景,培养积极心理品质,关注学生个体差异更能有效地增强学生的心理健康素质。

考核评价体系多元化。体现过程性评价、结果性评价和增值性评价。注重学生的学习的过程,观察学生的学习策略、学习方法、学习态度等,通过学生的自我评价、同学评价等及时沟通调整。关注学生的学习结果,通过期末考试、标准化测试等及时调整下一轮的教学策略。追踪学生在一定时间内的学习成果与起点相比的增长,尊重个体差异性,因材施教,让学生立足自身成长发展,学有所成,学有所乐。

运用数字技术进行教学设计、教学实施和教学评价。探索数字化技术与思政教育的融合点,利用多媒体智慧教室、在线教学平台等数字化手段,丰富教学内容、提高教学效果。利用数字化技术,如虚拟现实(VR)、增强现实(AR)等,开发具有互动性和沉浸感的心理健康教育课程和资源。通过在线平台发布心理健康知识、案例分析、心理测试等内容,方便学生随时随地学习,提高学习的灵活性和自主性。结合数字化技术与思政教育的相关话题,组织学生进行主题讨论。通过讨论,激发学生的思考和创造力,培养学生的批判性思维和问题解决能力。将线上教学和线下教学相结合,形成混合式教学模式。利用数字化技术的项目式学习任务,让学生在实践中学习和掌握知识。通过项目式学习,培养学生的团队合作能力、创新能力和解决问题的能力。组织学生参与数字化技术相关的社会实践活动,通过社会实践,让学生了解数字化技术在实际工作中的应用情况,增强学生的社会责任感和使命感。鼓励学生利用数字化技术进行创新创业活动。通过创新创业实践,培养学生的创新精神和创业能力,为学生的未来发展奠定坚实基础。

#### 参考文献:

[1] 杨金铨. 中国高等院校“课程思政”建设研究[D]. 社会科学 II 辑, 2022(01).

[2] 杨阳, 高职院校课程思政改革的探索与实践——以《医学心理学》为例[J]. 中国职业技术教育, 2020(12).

本文系湖北省教学科学规划 2022 年度一般课题《课程思政贯穿高职心理健康教育教学全过程研究》(课题编号 2022GB243)研究成果。

作者简介:曹勤华(1984~),女,土家族,湖北恩施人,硕士研究生,副教授。研究方向:高职心理健康教育。