

积极心理学融入大学生思想政治教育的路径探究

陈苏正 曾俊豪 曾宪慧

湖南应用技术学院

DOI:10.12238/pe.v2i2.7164

[摘要] 随着社会的快速发展,大学生思想政治教育面临诸多挑战。传统教育模式重理论灌输和道德说教,忽视学生心理需求。积极心理学作为新兴分支,关注培养积极心理品质,提升幸福感与成就感。将其融入思政教育,可关注学生内心需求,增强教育实效性,促进全面发展。因此,探究积极心理学在思政教育中的融合路径,具有重要理论和实践价值。

[关键词] 积极心理学; 大学生; 思想政治教育

中图分类号: G621 **文献标识码:** A

Exploring the path of integrating positive psychology into the ideological and political education of college students

Suzheng Chen Junhao Zeng Xianhui Zeng

Hunan Institute of Applied Technology

[Abstract] With the rapid development of the society, the ideological and political education of college students faces many challenges. The traditional education mode emphasizes theoretical indoctrination and moral preaching, and ignores the psychological needs of students. As an emerging branch, positive psychology focuses on cultivating positive psychological qualities and improving happiness and sense of achievement. Integrating them into ideological and political education can pay attention to the inner needs of students, enhance the effectiveness of education, and promote all-round development. Therefore, it has important theoretical and practical value to explore the integration path of positive psychology in ideological and political education.

[Key words] positive psychology; college students; ideological and political education

当今时代,大学生心理健康与全面发展备受关注。思政教育作为大学教育关键一环,旨在引导学生形成正确三观。但传统方法重知识传授与道德规范,忽视学生心理需求。积极心理学为思政教育提供新视角,关注学生内心需求,激发积极情感与潜能,提升教育效果。因此,引入积极心理学理念和方法,对推动思政教育创新发展具有重要意义。

1 大学生思想政治教育应用积极心理学的现实必要性

1.1 促进大学生心理健康发展的必然要求

在当今社会,大学生面临着来自学业、就业、人际关系等多方面的压力,心理健康问题日益凸显。积极心理学强调关注个体的积极心理品质,如乐观、自信、韧性等,这些品质对于大学生应对压力、缓解焦虑、提升幸福感具有重要意义。将积极心理学应用于大学生思想政治教育,可以帮助学生建立积极的心态,培养健康的人格,从而促进其心理健康发展。同时,积极心理学还能够引导学生积极面对生活中的挑战和困难,提高自我调适能力,为未来的成长和发展奠定坚实的基础。

1.2 落实思想政治教育以人为本的必然要求

思想政治教育作为大学教育的重要组成部分,必须坚持以人为本的理念。传统的思想政治教育往往过于注重理论灌输和道德说教,忽视了学生的主体性和个性差异。而积极心理学强调关注个体的内心需求和情感体验,尊重学生的个性差异,这与思想政治教育以人为本的理念相契合。将积极心理学融入思想政治教育,可以更好地关注学生的内心世界,了解他们的真实想法和感受,从而制定出更符合学生实际的教育方案。同时,积极心理学还能够激发学生的主动性和创造性,让他们在参与教育活动的过程中实现自我价值和成长。

1.3 增强大学生思想政治教育实效性的必然要求

传统的思想政治教育方法往往存在形式单一、内容枯燥等问题,导致教育效果不佳。而积极心理学提供了许多新颖的教育方法和手段,如心理测验、心理咨询、团体辅导等,这些方法能够更加贴近学生的实际需求,激发他们的学习兴趣和积极性^[1]。通过引入积极心理学的理念和方法,可以使思想政治教育更加生动、有趣,提高教育的吸引力和感染力。同时,积极心理学还

能够帮助学生建立正确的世界观、人生观和价值观,提高他们的道德素养和社会责任感,从而增强思想政治教育的实效性。

2 积极心理学视角下大学生思想政治教育的困境

2.1 积极心理学促进作用的忽视

在当前的大学生思想政治教育中,积极心理学的促进作用往往被忽视。尽管积极心理学在促进学生心理健康、提升幸福感与成就感等方面具有显著优势,但许多教育者仍固守传统教育观念,认为思想政治教育仅需关注道德规范和知识传授,忽视了学生心理层面的需求和发展。这种对积极心理学理念的漠视,使得大学生思想政治教育难以深入学生内心,难以真正达到引导学生形成正确世界观、人生观和价值观的目的^[2]。此外,部分教育者对积极心理学的认知不足,也导致了其促进作用的被忽视。他们可能不了解积极心理学的核心理念和方法,或者对其在教育中的应用持怀疑态度,从而限制了积极心理学在大学生思想政治教育中的发挥。

2.2 教育对象主体地位的缺失

在大学生思想政治教育中,教育对象的主体地位往往被忽视。传统的教育模式往往以教师为中心,学生被视为被动接受知识的对象,缺乏参与和表达的机会。这种教育模式下,学生的内心需求和情感体验被忽视,他们的积极性和创造性难以得到充分发挥。积极心理学强调关注学生的内心需求和情感体验,尊重学生的个性差异,这与传统教育模式中的学生主体地位缺失形成鲜明对比。在积极心理学的视角下,学生应被视为教育的主体,他们的参与和表达应得到充分的尊重和重视。然而,当前的大学生思想政治教育中,学生的主体地位往往被忽视,这使得教育效果大打折扣。

2.3 教育环境的消极影响

教育环境对于大学生思想政治教育的效果具有重要影响。然而,当前的教育环境往往存在消极因素,对大学生的心理健康和思想政治教育产生负面影响。一方面,校园文化的缺失和功利化倾向使得大学生难以形成积极向上的心态。部分高校过于注重学术成绩和就业率,忽视了对学生人文素养和心理健康的培养,导致校园文化缺乏人文关怀和积极氛围。这种环境下,大学生容易感到迷茫和焦虑,难以形成正确的价值观和人生观。另一方面,社会环境的复杂性和多元性也给大学生思想政治教育带来了挑战。随着互联网和社交媒体的普及,大学生面临着各种信息的冲击和价值观的碰撞。一些消极、负面的信息可能对他们的思想产生不良影响,导致他们对思想政治教育产生抵触情绪。

2.4 教育内容与方法的局限

当前的大学生思想政治教育在内容和方法上存在一定的局限,难以满足学生的实际需求和心理发展。在内容方面,传统的思想政治教育往往过于注重道德规范和政治理论,缺乏对学生心理健康和积极心理品质的培养。这使得教育内容与学生的实际需求脱节,难以引起学生的兴趣和共鸣。在方法方面,传统的思想政治教育方法往往以灌输和说教为主,缺乏互动和实践环节。这种单一的教育方法难以激发学生的学习兴趣 and 积极性,

也难以达到深入学生内心的效果。此外,随着时代的发展和大学的变化,传统的思想政治教育方法也需要不断更新和完善。然而,当前的教育者往往缺乏创新意识和能力,难以根据时代的需求和学生的特点调整教育方法,这也限制了思想政治教育的效果。

3 大学生思想政治教育实施积极心理学的策略

3.1 采用积极心理暗示,优化教育成果

积极心理暗示是一种有效的教育手段,能够潜移默化地影响学生的心态和行为,进而优化教育成果。在大学生思想政治教育中,教育者应善于运用积极心理暗示,通过正面的语言、表情和动作,向学生传递积极的信息和能量^[3]。在教育过程中,教育者可以经常使用鼓励性的语言,肯定学生的进步和成绩,激发他们的自信心和积极性。同时,教育者还可以通过微笑、点头等积极的肢体语言,向学生表达对他们的认可和赞赏。这种积极的心理暗示能够帮助学生形成积极的自我评价和自我认知,提高他们的自尊水平和自我价值感,进而促进他们的全面发展。

例如,高校在大学生思想政治教育中积极运用积极心理暗示,取得了显著的教育成果。在一次主题班会中,教育者通过讲述一位优秀校友的成长故事,向学生传递了积极向上的价值观和人生态度。同时,教育者还针对学生的实际情况,给予他们个性化的积极评价和建议。对于学习成绩优秀的学生,教育者鼓励他们继续保持并发扬光大;对于在学习上遇到困难的学生,教育者则给予他们鼓励和支持,帮助他们树立信心。在这次班会中,教育者还通过一系列积极心理暗示的活动,如小组讨论、角色扮演等,让学生在互动中体验到成功的快乐和团队合作的力量。这些活动不仅增强了学生的自信心和积极性,也促进了他们之间的交流和合作。通过积极心理暗示的运用,学生们的心态发生了积极的变化,他们更加自信、乐观和积极,学习成绩和综合素质也得到了显著提升。这次教育活动的成功实践,充分证明了积极心理暗示在优化教育成果中的重要作用。

3.2 采用积极心理理念,助推情感升华

积极心理学强调个体的积极情感体验和情感升华,这对于大学生思想政治教育具有重要意义。在教育过程中,教育者应关注学生的情感体验,引导他们积极面对生活中的挑战和困难,培养他们的乐观、自信、坚韧等积极心理品质。教育者可以通过组织丰富多彩的校园文化活动,让学生在参与中体验成功的喜悦和团队合作的快乐;同时,教育者还可以关注学生的情感需求,通过谈心、咨询等方式,帮助学生解决情感问题,促进他们的情感健康发展^[4]。这种积极心理理念的运用,能够帮助学生建立积极的心态和情感模式,提升他们的幸福感和满足感,助推他们的情感升华。

例如,高校的思想教育课堂上,教师采用积极心理理念,通过一系列活动助推学生情感升华。课堂上,教师引导学生分享自己的成长经历,鼓励他们从中挖掘积极因素,如努力、坚持和收获等。在分享过程中,学生们逐渐认识到自己的成长与进步,内心充满了自豪和喜悦。接着,教师组织学生进行团队合作游

戏,让他们在轻松愉快的氛围中体验团队合作的乐趣。通过游戏,学生们学会了相互信任、支持和包容,情感得到了进一步的升华。最后,教师还通过讲解积极心理学知识,引导学生们形成积极向上的心态和思维方式。学生们纷纷表示,这次课堂不仅让他们收获了知识,更让他们在情感上得到了极大的满足和提升。这次教学活动充分展现了积极心理理念在助推学生情感升华方面的重要作用,也为今后的思想政治教育提供了有益的借鉴和启示。

3.3采用积极心理手段,影响学生行为

积极心理学不仅关注学生的内心世界,还关注其行为表现。在大学生思想政治教育中,教育者可以采用积极心理手段,通过设定明确的目标、提供及时的反馈和奖励等方式,引导学生形成积极的行为习惯。教育者可以帮助学生制定个人发展计划,明确他们的学习目标和职业规划,激发他们的学习动力和职业发展意愿;同时,教育者还可以通过表扬、奖励等方式,对学生的积极行为进行正向强化,促使他们形成良好的行为习惯。这种积极心理手段的运用,能够帮助学生建立积极的行为模式和价值观,提高他们的自我管理和自我约束能力,促进他们的行为改善和素质提升。

例如,在高校大学生思想政治教育中,教育者针对部分学生课堂消极参与问题,积极运用积极心理手段改善学生行为。他们设定明确目标和期望,与学生共同制定学习计划,并设立奖励机制,激发学生积极性。同时,教育者及时给予正面反馈和认可,每当学生取得进步,都予以鼓励和肯定,提升学生自我效能感。经过一段时间的实践,学生行为显著改变,课堂参与度提高,学业成绩也得到提升。这一案例充分证明了积极心理手段在影响学生行为方面的有效性,为高校思政教育工作提供了有益借鉴。

3.4加强积极心理学融入校园文化建设

校园文化是大学生思想政治教育的重要载体,加强积极心理学融入校园文化建设,对于提升教育效果具有重要意义。高校应重视校园文化建设,通过举办各种积极向上的文化活动、讲座和展览等形式,营造积极健康的校园文化氛围。同时,教育者应积极参与校园文化建设,将积极心理学的理念和方法融入其中,通过潜移默化的方式影响学生的思想和行为^[5]。此外,高校还可以加强校园网络建设,利用网络平台传播积极心理学的知识和

理念,拓宽学生的视野和思路。通过加强积极心理学融入校园文化建设,可以为学生提供一个良好的学习和生活环境,促进他们的全面发展。

例如,学校组织了一系列积极心理学讲座和研讨会,邀请专家学者为学生和教师普及积极心理学的知识。这些活动不仅提升了师生对积极心理学的认识,也激发了他们对美好生活的向往和追求。同时,学校还充分利用校园媒体和网络平台,积极传播积极心理学的理念和故事。通过校报、广播、微信公众号等渠道,学校定期发布关于积极心理学的文章和案例,引导师生用积极的视角看待生活中的挑战和困难。通过加强积极心理学融入校园文化建设,该校营造了一个积极向上、充满活力的校园环境,有效提升了师生的心理健康水平和幸福感。

4 结论

通过对积极心理学在大学生思想政治教育中的应用进行深入研究,不难发现其巨大的潜力和价值。积极心理学不仅关注学生的心理健康与全面发展,更是为思想政治教育提供了全新的视角和方法。将积极心理学的理念和方法融入思想政治教育中,不仅有助于提升教育的实效性,更能引导大学生形成积极向上的心态和行为模式。展望未来,期待更多教育者能够深入研究和探索积极心理学的应用,不断创新和完善思想政治教育的方式方法,为培养更多具有健康心理、高尚品德和创新能力的新时代大学生贡献力量。

[参考文献]

- [1]王琪.积极心理学融入大学生思想政治教育的路径探究[J].辽宁工业大学学报:社会科学版,2023,25(3):99-101.
- [2]陈彦如.积极心理学视域下大学生思想政治教育实效性提升路径研究[J].文教资料,2022,(24):72-75.
- [3]郑月红.积极心理学融入大学生日常思想政治教育探析[J].江苏航运职业技术学院学报,2022,21(4):77-81.
- [4]周方道,郭芮.积极心理学应用于大学生思想政治教育探究[J].辽宁经济职业技术学院学报.辽宁经济管理干部学院,2022,(3):90-92.
- [5]陈琳.积极心理学在大学生思想政治教育中的应用[J].中文科技期刊数据库(全文版)社会科学,2022,(10):3.