

# 新冠疫情下课程思政与网络心理健康教育体系思考

李懿

(武汉大学哲学学院)

**[摘要]**在全育人和课程思政理念下,大学生思想政治教育与心理健康教育是深度融合和统一的关系。大学生心理健康教育课程思政不仅是指通过心理学专业课程或者大学生心理健康教育课堂渗透思政教育内容,而是以一个完整体系,除了课堂课程教学之外,还应该是一个包括课外实践环节、社团和团体活动、教材教学资源等内容在内的课程体系,高校辅导员也在该体系中起到关键作用。新冠疫情后,使高校开展思想政治教育、心理健康课程思政教育,集中到了网络平台。运用网络新媒体优势,构建高校网络心理健康教育体系,不仅是高校思想政治教育和心理健康教育内容的重要补充,更是提升工作效果的重要法宝。

**[关键词]**思想政治教育;课程思政;心理健康;新媒体

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.08.052

## 一、大学生思想政治教育与心理健康教育辩证统一关系

在全育人和课程思政理念下,应该说大学生思想政治教育还是心理健康教育是深度融合和统一的关系。

1. 理念与目标的一致性。首先,他们的理念与目标都是一致的,大学生思想政治教育关注学生的精神品质,心理健康教育关注学生的精神状态。他们共同的根本任务都是立德树人,促进学生成长成才,培养学生形成社会主义核心价值观。

2. 内容上具有一致性。从内容上来说,心理健康教育和思政教育可以做到无缝对接深度融合。人的社会心理和社会行为总是发生在一定的社会生活条件之下,不同的政治、经济、文化背景对人的心理状态影响巨大,而社会心理和社会行为,也可以挖掘出理想信念、价值观教育、责任心、自信力、自制力,合作精神、沟通能力培养等诸多思政教育元素。

因此通过心理学或者大学生心理健康教育开展课程思政,是非常具有优势的可以做到自然流畅,不突兀、不生硬、不晦涩,学生在学习心理学或心理健康教育专业知识的同时就可以自然而然潜移默化地接受思想政治教育,润物无声,内化于心。

## 二、高校思想政治辅导员在心理健康教育课程思政体系中的角色定位

大学生心理健康教育课程思政不仅是指通过心理学专业课程或者大学生心理健康教育课堂渗透思政教育内容,而应该是一个完整体系,除了课堂课程教学之外,还应该是一个包括课外实践环节、社团和团体活动、教材教学资源以及朋辈辅导等内容的课程体系。高校辅导员在这个体系当中的角色,应该包含三个层面:

第一,高校辅导员可以是心理学专业教师在专业教学中融

入思政教育内容和元素的推动者。

这个推动并不是指的简单的行政要求,而是通过实实在在的适合的工作方法,推动专业教师在开展课堂教学时融入思政元素的主动意识和准确方向。例如高校辅导员可以主动旁听心理学教师的专业课,只有通过旁听课程,掌握了课堂内容中社会角色规范和政治社会化等概念,课后才有可能与专业教师们深入的开展交流。通过沟通让专业教师了解学生思想动态、促进老师在讲到一些概念时能自然融入与学生精神世界密切相关的思政内容。例如社会角色规范概念,就可以通过理论的讲解,自然的引导学生正确认识自己的社会角色培养社会责任感和遵章守纪意识。

第二,高校辅导员作为课程思政的直接承担者也可以在形势政策课上运用这些专业概念,引起学生注意和共鸣,直接开展课程教育、直接引导。

第三,高校辅导员作为课外实践环节、社团活动、团体活动的主要策划与组织者,学生学习共同体的主要成员,辅导员还是心理健康课程思政体系中重要的补充力量。

## 三、新冠疫情背景下网络心理健康教育工作体系思考与实践

2020年新冠疫情期间,笔者作为高校辅导员身份,参与了所在高校的辅导员网络工作室工作,成为知心同行心理健工作室骨干成员,开展了一系列网络心理健康教育课程与活动,获得较好的工作效果。具体措施包括两个方向,四个板块的内容:

1. 通过开展直播课程讲座和主题文章推送的形式,完成网络心理健康教育内容的议程设置

议程设置理论是传播学中的重要内容,从李普曼的“拟

态环境”这一假说中逐渐形成。1963年,美国政治学家伯纳德·科恩在《报纸与外交政策》中提道:“媒介在告诉读者怎么想这点上大多不怎么成功,但在告诉读者想什么方面却异常有效。”这表明,通过大众媒体既能通过传达信息引导受众思考些什么,又能通过不同程度的强调来告诉读者如何思考。这个规律和课程思政规律是一致的。课程思政的进行也是一种信息传播活动,将思想政治教育相关的内容传递给学生,运用议程设置的理论规律来设置课程思政的议题,(也就是主题讲座和推文的议题)从而引起学生的思考与注意,提高课程思政的效果。

2. 搭建形成学生心理健康学习共同体,开展线上团体辅导、你问我答心理问答、云上家长会等活动。学习共同体,是指与学习者及其助学者(教师、专家、辅导员等)共同构成的团体,他们彼此之间经常在学习过程中进行沟通交流,分享各种学习资源,共同完成一定的学习任务,因而在成员之间形成了相互影响、相互促进的人际关系,形成了一种规范和文化。在此过程中,教师展现出的积极的人生观、价值观与世界观,以及求知好学的精神,虽无声无形却无处不在地影响着学生,从而提升心理健康教育与思政教育实效。形式和内容可以包括且不限于:

(1) 为了给学生搭建有效的线上心理健康学习共同体,2020年疫情期间笔者所在的工作室连续开展10期心理支持线上团体辅导,共吸引来自所在高校全校23个院系的百余名学生深度参与,主题涵盖自我探索、情绪管理、亲情互动、行为实践四大类别,极大地满足了学生疫情期间多元化的心理和成长需求。线上团体辅导采用正念训练、音乐治疗、绘画体验、法庭游戏等形式,将疗愈因子与同学们喜闻乐见的活动有机融合,学生参与性强、融入度高,总体反馈满意度高达93%,成效显著。

(2) 推出线上“你问我答”栏目,为学生建立“秘密树洞”和倾诉空间,以个体回信的方式予以回应,正面回应和引导学生化解困惑与心结,做到成长路上的知心相伴。工作室对来信一对一回复。虽是个体来信,但也都是学生最关心的亲子关系、恋爱问题等普遍共性问题。通过特邀心理学专业专家

教授负责回信的方式。使学生看到自己的来信被回,感到很兴奋,看到自己的辅导员推文,也会来关注,达到比较好的传播效果。

(3) 策划邀请研究亲子关系领域的专家学者作为嘉宾,开展“云”家长会,就“亲子沟通对学业的促进、父母的位置、信任与期待的力量”等方面进行主题讲座,从资深大学教师、大学生父母和心理学专家三个不同的角度与家长分享解读疫情下“如何在家宅出积极的亲子关系”。

#### 四、结语

新冠疫情特殊时期,使高校开展思想政治教育、心理健康课程思政教育,集中到了网络这一平台。这不仅开拓了心理健康教育的新领域和阵地,也为更好的完成高校心理健康教育和思想政治教育任务,提供了新的平台和契机。虽然线上心理健康教育活动还存在着内容有待丰富、教育覆盖面需更进一步拓宽、学习体验有待提高的问题,但借助新媒体运营成功经验,将网络心理健康教育工作不断进行完善,设计常态化运作模式,不断积累,势必对成为高校心理健康教育工作重要补充和有力支撑。

#### 参考文献

- [1] 习近平. 习近平在全国高校思想政治工作会议上强调:把思想政治工作贯穿教育教学全过程开创我国高等教育事业发展新局面[N]. 人民日报, 2016-12-09.
- [2] 《习近平总书记教育重要论述讲义》编写组. 习近平总书记教育重要论述讲义[M]. 北京: 高等教育出版社, 2020.
- [3] 黄娟. 大学生网络心理健康现状及应对策略[J]. 智库时代, 2019(14)
- [4] 张娜艳. 基于互联网环境的职业院校心理健康教育改进策略[J]. 传播力研究, 2019, 3(34)
- [5] 陈洁 应雅泳. 新冠疫情下的网络心理健康教育: 内容、效果与不足[J]. 心理月刊, 2020, 15(17)
- [6] 任娟. 体验式教学在大学生网络心理健康教育课程中的应用研究[J]. 决策探索(下), 2021(03)
- [7] 卫思谕. 推动思政课与专业课协同前行[N]. 中国社会科学报, 2020-07-24