

教育心理学视域下 大学生心理健康教育与思政教育课程改革的数字化转型研究

纪聪慧¹ 刘丹¹ 李毅²

1 广州软件学院, 广东 广州 510900; 2 广东农工商职业技术学院, 广东 广州 510507

摘要: 新媒体与数字化技术的快速发展正在深刻影响高校教育教学的内容与形式, 也为大学生心理健康教育与思想政治教育的课程改革提供了广阔空间。本文基于积极心理学与课程思政融合的基本理念, 结合数字化手段在高等教育中的应用, 总结新媒体背景下大学生学习心理特点, 从教育心理学、数字化技术、课程思政等多维度出发, 提出大学生心理健康与思政教育同步改革的思路与实施路径, 以期高校课程改革和数字化转型实践提供参考。

关键词: 教育心理学; 大学生心理健康教育; 思政教育; 数字化转型; 积极心理学

Research on the Digital Transformation of College Students' Mental Health and Ideological-Political Education Curriculum Reform from the Perspective of Educational Psychology

Ji, Conghui¹ Liu, Dan¹ Li, Yi²

1 Software Engineering Institute of Guangzhou, Guangdong, Guangzhou, 510900, China

2 Guangdong AIB Polytechnic, Guangdong, Guangzhou, 510507, China

Abstract: The rapid development of new media and digital technologies is profoundly impacting the content and forms of higher education, while also providing broad opportunities for curriculum reform in college students' mental health and ideological-political education. Based on the integration of positive psychology and curriculum-based ideological education, combined with the application of digital means in higher education, this paper summarizes college students' learning psychological characteristics in the new media context. From multidimensional perspectives of educational psychology, digital technology, and ideological education, it proposes synchronized reform ideas and implementation paths for mental health and ideological education, offering references for curriculum reform and digital transformation practices in universities.

Keywords: Educational psychology; College mental health education; Ideological-political education; Digital transformation; Positive psychology

DOI: 10.62639/sspehe30.20250103

引言

随着信息技术的飞速发展, 新媒体与数字化技术在社会生活中的渗透日益加深, 高校的育人环境与教学方式也迎来了深刻变革。当代大学生生活在“数字原住民”时期, 他们的价值观、心理状态与行为模式深受新媒体环境影响^[1]。因此, 高校既要利用数字化手段丰富教育资源, 也要直面学生在互联网环境下所产生的多元心理与价值冲突, 进一步思考大学生心理健康教育与思想政治教育如何融合开展、协同推进。在此背景下, “数字化转型”不仅是高校课程改革的趋势, 更是提升育人成效、贯彻立德树人使命的重要依托。教育心理学研究指出, 个体的认知、情感与行为发展会受到外部环境的持续性影响, 信息环境与学习环境的变革会对大学生的心理认同与价值取向产生明显推动或制约作用^[2]。与此相呼应, 高校思政教育与心理健康教育都需要在数字化环境中寻找新的落脚点与推进方式, 强调知识技能与价值观念双向提升, 即从“心”与“德”的双向培育出发, 兼顾补救性与发展性并重

(稿件编号: EHE-25-3-1034)

作者简介: 纪聪慧 (1990-), 女, 汉, 吉林长春人, 硕士, 讲师, 主要研究方向为高校心理育人, 公益劳动教育, 青少年人际交往与创新创业, 青少年心理发展等。

刘丹 (1992-), 女, 汉, 湖南常德人, 硕士, 讲师, 主要研究方向为思想政治教育。

李毅 (1992-), 男, 汉, 湖北十堰人, 硕士, 助教, 主要研究方向为思想政治教育, 高校宣传思想工作等。

的教育策略。由此, 在“教育心理学—数字化技术—课程思政”三者交叉领域深入研究, 有助于在理论与实践上为新时期高校心理健康教育和思政教育协同优化提供科学依据。

一、新媒体与数字化技术对大学生心理与思政教育的影响

(一) 价值多元与认知分化: 数字化场域中的大学生心理发展挑战

在新媒体与数字化技术的推动下, 高校学生的生存方式与学习方式变得多元且开放。移动互联网、社交媒体等技术提供了跨地域、跨文化的信息交互平台, 学生在轻松获取海量信息的同时, 也面临着各种复杂舆论与价值观念的冲击。根据教育心理学视角, 这些外部环境因素对大学生认知模式、价值判断以及行为决策影响深远。学生可能会在网络社群中迅速接收到多元甚至相互矛盾的信息, 一方面使得他们在价值观选择上更加“个体化”, 另一方面也导致部分学生出现思考

深度不足、批判性思维薄弱等问题^[3]。

同时,海量信息与社交媒体带来的冲击也会产生“碎片化学习”“浅表化阅读”等现象。对于尚在成长阶段、易受外界影响的大学生而言,数字环境中的偏见、谣言甚至极端化思潮都可能对其心理认知和价值选择形成误导。如果高校无法及时在课程中融入正确的价值观引导和心理健康干预,就可能在塑造学生的生命观、价值观上失去关键时期的有力支撑。因此,如何将心理健康教育与思政教育有效结合,并借助数字化渠道对学生进行正向支持,是当前教育工作者亟待解决的重要课题。

(二)数字化学习场景的双刃剑效应:机遇与挑战并存

在教学实践中,数字化学习资源的便利性与交互性,为知识传授和自主探究提供了高效途径,但也对师生的角色关系与教学环境产生冲击。一方面,线上学习与线上社群互动能够打破时空限制,为大学生提供丰富的学习素材与多元体验,更便于教师实施个性化与分层次教学;另一方面,学生自律能力不足、沉迷手机娱乐、线上学习效果无法保证等现象也屡见不鲜,使得部分大学生在自我管理上出现了明显短板。

教育心理学强调,“情感-认知-行为”的协调统一对于学习者的全面成长至关重要。但现实当中,在数字化学习场景中,如果没有配合恰当的教学引导和心理干预,学生往往会因为缺乏自主规划与内在动力,而产生“知行分离”、功利化学习倾向,甚至进一步衍生出焦虑、倦怠等不良心理状况。与此同时,新媒体背景下的信息过载与网络负面情绪也会进一步诱发大学生的心理失衡。如何在数字化教学环境中保持学生的积极心态,引导他们形成正确人生观、价值观,并与学科知识的学习相结合,成为高校思政教育和心理健康教育共同面临的新挑战。

二、教育心理学视域下大学生心理健康教育与思政教育协同改革的必要性

(一)“育心”与“育德”不可分割:大学生成长的整体性诉求

大学生心理健康教育与思想政治教育在本质上都指向学生的身心健康与价值观培育,是“立德树人”目标下的有机统一。教育心理学研究表明,人的认知与情感互为依托,心理成长水平影响着道德判断和行为取向。同理,正确的思想政治观念能在一定程度上调节与塑造个体的心理品质,帮助其以更积极、理智的方式应对环境挑战。两者的协同不仅是课程建设层面的统一,更是关乎学生全面素质发展的“双轮驱动”。

积极心理学强调通过发展个体的心理潜能、调动积极情绪来保持持续的学习动力与生活热情。“大学生心理健康教育”课程可以帮助学生正确认识自我、培养积极的人格品质;思政教育则通过理想信念与价值观教育,促使学生将个体成长与国家民族发展相结合。当两者能够在教学理念与教学活动中有机融合时,就能使大学生更

好地认识社会与自我,在学习与生活中获得归属感与使命感。

(二)数字化背景下的协同改革:应对新形势与新挑战的必然选择

当下,网络与新媒体已成为大学生思想文化与社会交流的重要载体,高校若在传统课程教学与育人理念上仍停留在传统模式,就难以有效应对数字化场景对大学生心理和价值导向产生的深刻影响。教育部近年来多次强调,要把课程思政建设与心理育人工作一体化推进,把数字化手段运用于教学实践之中,使学生能够随时随地获得正面引导与心理支持。

因此,在数字化浪潮之下,通过大数据、云平台、线上线下混合式教学等方式,将大学生心理健康教育与思政教育深度融合已成为教育改革的核心议题。借助数字化手段,高校可以在课程资源上实现更有深度与广度的整合,推动“大学生心理健康教育”与“课程思政”从单一科目式教学走向整体式育人体系,以满足学生多层次的成长需求。

三、新媒体背景下大学生心理健康教育与思政教育课程改革的数字化转型路径

基于前文对数字化环境影响和“心德共育”重要性的阐述,下文将从课程内容、师资培训、教学方法与评价体系四个维度,探讨如何落实大学生心理健康教育与思政教育课程改革的数字化转型,以期实现“发展性”与“补救性”双重任务的有效兼顾。

(一)优化课程内容设计:融合积极心理学与思政元素

1. 深化“积极心理学”理念

在修订或编写大学生心理健康教育相关教材或课程大纲时,应将积极心理学的核心理念融入其中,更加关注学生的优势、潜能与积极心态的塑造。通过设置有关自我认知、情绪管理、人际沟通、职业规划等主题,让学生从培养自信、自尊、自律等积极品质入手,在“自助”与“助人”中提升综合素质。同时,要敏锐捕捉学生对数字化技术的兴趣点,引导他们合理使用新媒体资源,学会筛选信息并进行深度思考。

2. 整合思政教育元素

在每个核心章节或知识点中,要有意识地梳理蕴含的思政资源。可结合当代社会热点,如疫情防控、国家科技创新、乡村振兴、生态保护等,启发学生进行心理学与社会学的跨学科探究。通过家国情怀、社会主义核心价值观、职业道德等内容的植入,使学生在心理认知和政治认知上实现双向提升,从而在学习与实践中形成正确的责任担当与价值判断。

(二)加强师资队伍建设:实现心理学与思政教育的学科联动

1. 构建“心理学+思政”教学团队

“大学生心理健康教育”课程思政能否开展得深入扎实,与师资队伍专业背景的多元化程度关系密切。高校应积极推动心理健康教师与思政

课教师的跨学科交流, 定期组织专题研讨、集体备课与课题合作研究。通过资源共享与教研互动, 让心理教师在理论教学中更好地把握政治敏锐性与思政元素, 思政教师也能深入了解和运用心理学方法, 形成双向互补的协作机制。

2. 开展数字化素养培训

数字化转型背景下, 对于高校所有专兼职教师而言, 信息技术应用能力与数字化素养都是必备技能。学校可通过政策激励、培训项目、教研督导等方式, 提升全体教师在线上教学资源创建、数据分析工具使用、网络舆情识别与心理危机干预等方面的综合能力, 确保他们能够在多元媒体平台上开展高质量的心理健康与思政教育。

(三) 创新教学方法: 打造线上线下相融合的“心德共育”场域

1. “翻转课堂”与混合式教学

以数字化平台为依托, 将部分知识型内容进行在线化微课或慕课发布, 让学生提前在课外自行学习。课堂内则以案例分析、情景讨论、角色扮演等互动环节为主, 以加深学生对心理理论与思想政治内涵的理解。在案例选择上, 可关注时事热点与大学生身边的真实经历, 引导学生用心理学知识去分析人物心理与行为, 并把社会主义核心价值观落实到分析与反思中。

2. 运用新媒体工具构建教学共同体

通过微信、QQ、线上论坛、虚拟学习社区等形式, 搭建课内课外的学习与交流通道。让学生在数字平台上随时分享问题、心得并获得教师与同伴的反馈。通过任务驱动、协同探究等方式, 引导学生搜集资料、撰写观点, 最终将心理学知识与思政元素有机结合。

3. 嵌入式心理辅导与思政引领

除了常规的教学环节, 还可在数字化平台中加入定期的心理测评与实时情绪监测模块, 设置“思政微课堂”或“心理微语音”栏目, 引导学生在平台中及时进行自我反思与价值澄清。当学生出现明显的负面情绪或思想偏差时, 教师和辅导员能迅速介入, 及时开展补救与指导, 真正实现“发展性”与“补救性”并重的融合式教育。

(四) 完善评价机制: 赋能学生成长与课程改革的持续优化

1. 多维度评价学生的“心德”成长

在评价设计中, 既要考核学生对心理学知识的掌握程度, 也要关注他们在情感态度、价值观念、社会责任感等方面的进步。可采用过程评价与终结性评价相结合的方式, 通过课堂参与、线上社区互动、项目报告、问卷测评等数据综合评估学生的学习态度、心理健康水平与思政认同度。评价结果不仅反馈学生个人成长, 也为课程改革提供客观依据。

2. 建立教师与课程改革的自我反思机制

高校应定期对“大学生心理健康教育”与思政融合课程进行效果评估, 收集学生与教师的反馈, 结合数字化平台的使用数据分析教学中的优点与不足。通过教学反思与改进循环, 不断优化教学模式、内容设计和线上线下融合机制, 形成可持续的改革路径, 使数字化转型与“心德共育”

的价值真正落地。

四、数字化转型推动大学生心理健康教育与思政教育融合的关键保障

要确保数字化转型在“大学生心理健康教育”与思政教育课程改革中的顺利推进, 需要从政策支持、资源投入、技术平台建设与安全防护等方面协同发力。

(一) 政策层面: 顶层设计与专项扶持

教育管理部门需在立德树人宏观框架下, 为高校数字化转型和“心德共育”协同改革提供明确指引与政策保障。可通过专项资金或奖励机制, 激励高校研发符合本校特点的数字化教学平台与课程资源, 并提供师资培训、技术支持、教学研究等配套服务。

(二) 技术层面: 构建开放与安全并重的数字化环境

在建设线上教学与心理支持平台时, 要兼顾开放性与安全性。数据资源的收集与分析必须遵守相关法律法规与伦理规范, 确保学生隐私不被侵犯。同时, 系统需要具备良好的交互性与可扩展性, 可与学校已有的信息化系统或教学平台无缝对接, 不断迭代升级, 以适应学生日益多元的学习与交流需求。

(三) 文化层面: 强化全员育人、全课程育人的共识

数字化转型不仅是技术的升级, 更需要全校上下形成“心理育人、思政铸魂”的文化氛围。要倡导所有任课教师、管理人员、辅导员、班主任等, 在日常工作中共同关注学生的心理状况与价值观成长, 通过多种数字化工具向学生传递积极向上、关怀备至的育人态度。只有当全体教职工都意识到心理健康与思政教育并非“额外负担”, 而是教育教学工作的一部分时, 数字化改革的效力才能真正渗透到每个学生的心中。

五、结语

在教育心理学视域下, 大学生心理健康教育与思政教育相辅相成, 前者关注身心健康与人格发展, 后者致力于价值观引领与社会责任塑造。数字化转型为两者融合带来了新机遇, 使知识与价值、线上与线下得以整合共生。实现这一目标需要高校在顶层设计、师资建设、教学改革等方面统筹推进, 通过优化课程内容、创新教学方法, 实现“发展性”与“补救性”同步发力。高校应充分利用数字化资源, 将心理教育与思政教育深度融合, 培养德才兼备、身心健康的高素质人才, 为“教育强国”与“健康中国”战略提供坚实支撑。

参考文献:

- [1] 陈欣欣. 课程思政视角下高职艺术设计类专业大学生心理健康教育课程教学改革与实践[J]. 中国教育技术装备, 2021, (09): 93-94.
- [2] 刘涵涵. 大学生心理健康教育课程思政教学改革与探索[J]. 濮阳职业技术学院学报, 2023, 36 (03): 44-47.
- [3] 闫红丽. 高职大学生心理健康教育课程思政改革探析[J]. 兰州石化职业技术学院学报, 2022, 22 (04): 50-53.