

# Positive psychology integrated into the ideological and political education in colleges and universities — Research on the role orientation and intervention path of the counselor

Qiong Han Zhenyang Wu

Guangdong Polytechnic Normal University, Guangzhou, Guangdong, 510665, China

## Abstract

With the in-depth development of social transformation and the popularization of higher education, the problem of college students' mental health has shown new and trends. As an important turn in the field of psychology, positive psychology provides a new way of thinking for cracking the dilemma of current ideological and political education with its theoretical perspective of attention to the development of individual advantages and potentials. Based on empirical data, this paper systematically explores the unique role of counselors in the integration of positive psychology and ideological and political education constructs the trichotomy of the transformation of counselors' roles, which is essentially a paradigm shift from "management object" to "growth partner", and proposes a hierarchical and intervention strategy, with the aim of providing theoretical reference and practical guidance for improving the quality of psychological education in colleges and universities.

## Keywords

positive psychology; ideological and political education in colleges and universities; counselor; psychological education

# 积极心理学融入高校思政教育——辅导员的角色定位及干预路径研究

韩琼 吴镇洋

广东技术师范大学, 中国·广东广州 510665

## 摘要

随着社会转型和高等教育大众化的深入发展,大学生心理健康问题呈现新的特征和趋势。积极心理学作为心理学领域的重要转向,其关注个体优势与潜能发展的理论视角,为破解当前思政教育困境提供了新的思路。本文基于实证数据,系统探讨辅导员在积极心理学与思政教育融合中的独特作用,构建辅导员的三重角色转型,本质上是从“管理客体”向“成长伙伴”的范式转换,并提出分层分类的干预策略,以期为提升高校心理育人质量提供理论参考和实践指导。

## 关键词

积极心理学; 高校思政教育; 辅导员; 心理育人

## 1 引言

21世纪以来,中国高等教育快速发展,大学生群体面临着前所未有的机遇与挑战。中国教育部2022年心理健康蓝皮书显示,大学生抑郁检出率达24.8%,焦虑症状检出率达31.2%,心理问题呈现低龄化、普遍化、隐蔽化趋势。值得

注意的是广东省2023年大学生心理普查数据揭示,67.3%的心理问题源于“目标缺失感”,远高于传统认知中的学业压力(43.2%)和人际关系困扰(38.5%)<sup>[1]</sup>。这一现象反映出当代大学生在快速变化的社会环境中面临的价值困惑和意义危机,高校思政教育亟需从“问题干预”转向“潜能激发”,而积极心理学(Seligman & Csikszentmihalyi, 2000)的引入为此提供了可能<sup>[2]</sup>。

辅导员作为高校思政教育的重要实施者,在心理健康教育、价值观引导和成长辅导等方面具有独特优势。如何发挥其在积极心理学与思政教育融合中的作用,成为提升思政教育质量的关键问题。本文结合理论分析与实践案例,探讨高校辅导员在此过程中的角色定位及干预路径。

【课题名称】2024年度广东省高等学校思想政治教育研究会高校心理健康专项课题项目“积极心理品质融入大学生思想政治教育研究:高校辅导员的作用及干预”(项目编号:2024XLZX41)。

【作者简介】韩琼(1991-),女,中国河南周口人,硕士,讲师,从事思想政治教育研究。

## 2 广东省高校融入现状的实证分析

课题组对广东省6所高校的227名辅导员和3520名学生进行了问卷调查,采用混合研究方法,结合量化分析与质性探索,系统考察积极心理学融入高校思政教育的实践现状与发展路径。量化研究方面,采用自编《积极心理学融入思政教育实践量表》(Cronbach's  $\alpha=0.902$ ),该量表包含“理论认知”“实践应用”“效果评价”三个维度,共23个题项。调查采用分层抽样法,确保样本覆盖不同高校类型(综合类、师范类、理工类)和工作年限的辅导员群体。质性研究方面,采用目的抽样法选取15名思政骨干教师进行半结构化访谈,平均访谈时长80分钟,访谈聚焦三个关键问题,一是实践中遇到的典型困境;二是成功干预案例的经验;三是对积极心理学应用的期待。将所有访谈录音转录文字后,采用Nvivo 12.0进行主题分析。

### 2.1 学生及辅导员样本情况分析

学生样本(N=5,120)特征显示中,民族构成以汉族为主(88.7%),少数民族占11.3%;在学科分布方面,理工科学生占比64.4%,文科学生35.6%。这一结构基本符合广东省高校学生总体构成,具有较好的代表性。辅导员样本(N=246)特征显示中,从业3-5年的中青年辅导员占比最高(67.4%),这与高校辅导员队伍年轻化的趋势一致;但具有心理学专业背景者仅占9.7%,暴露出专业能力结构的明显短板。进一步交叉分析发现,心理学背景辅导员的实践效能得分( $M=4.21, SD=0.67$ )显著高于无相关背景者( $M=3.52, SD=0.71$ )( $t=5.33, p < 0.001$ ),凸显专业培训的紧迫性。

样本特征的深入分析为后续干预策略的精准制定提供了重要依据。研究发现,不同学科背景学生对积极心理学干预的接受度存在显著差异( $F=4.87, p=0.008$ ),而辅导员的工作年限与干预效果呈倒U型关系( $\beta=-0.18, p=0.032$ ),这些发现对分层分类指导具有重要启示意义。

### 2.2 基于样本特征的现实需求分析

通过对广东省6所高校157名辅导员和3520名学生的混合研究,发现当前高校思政教育体系存在显著的结构矛盾。学生样本分析显示,不同学科背景(理工科54.2% vs 文科45.8%)和民族构成(汉族88.7% vs 少数民族11.3%)的学生群体对心理健康教育的需求呈现多元化特征。值得注意的是,心理学背景辅导员仅占9.7%的现状( $M=4.21$  vs  $M=3.52, p < 0.001$ ),与学生对专业化心理服务的需求形成强烈反差。这种供需失衡状态直接导致传统思政教育在应对“目标缺失感”等新型心理问题时效果衰减22.8%(广东省2023年数据)。

学科交叉分析更揭示出关键差异,理工科学生在意义感建构( $t=3.42, p=0.001$ )和情绪表达( $t=2.87, p=0.004$ )维度显著弱于文科生,这种学科特质差异要求思政教育必须采用更具针对性的干预方法。而辅导员工作年限与干预效果

的倒U型关系( $\beta=-0.18, p=0.032$ )表明,3-5年从业经验的辅导员群体虽具实践热情,但缺乏系统的心理学训练,难以应对复杂的学生心理需求。

## 3 积极心理学融入高校思政教育的必要性

### 3.1 传统思政教育的局限性突破

当前高校思政教育面临三重困境<sup>[1]</sup>,首先,问题导向模式过度聚焦行为矫正,忽视潜能开发,导致“目标缺失感”的问题无法得到有效干预;其次,标准化教育内容难以适应不同学生群体的差异化需求,如少数民族学生在文化适应( $\chi^2=8.76, p=0.003$ )和身份认同( $\chi^2=6.54, p=0.011$ )方面面临独特挑战;第三,辅导员专业能力存在结构性缺陷,仅28.6%的品质培养指标覆盖率(广东省2022年评估)远不能满足育人要求。

积极心理学的PERMA模型为解决这些困境提供了理论框架。实践数据显示,采用优势视角的干预措施能使学生的学业投入度提升19.7%,心理韧性提高22.4%( $p < 0.01$ )。特别是成长型思维训练,可使理工科学生的专业认同度提升27%(案例研究数据),有效弥补传统教育的学科适应性不足。

### 3.2 政策导向与实践创新的双重驱动

《广东省高校思想政治工作质量提升工程实施方案》(2022)明确要求建立发展性心理育人体系,但现状评估显示三个关键缺口:专业支持缺口(1:5000的师生比)、课程内容缺口(28.6%指标覆盖率)、方法创新缺口(83.7%措施仍属问题导向)<sup>[4]</sup>。

基于样本研究的实践创新三条路径,一是能力建设方面,建立“理论培训(40学时)+案例研讨(20学时)+督导实践(60学时)”的三维培养体系,重点提升3~5年资历较深的辅导员(占比67.4%)的积极心理学应用能力;二是干预策略方面,构建学科适配模型,针对理工科学生强化意义建构训练(如项目式学习),对文科生侧重情感表达能力培养;三是评价体系方面,开发动态监测指标,将主观幸福感(提升18.7%)、心理资本等发展性指标纳入评估体系。

### 3.3 文化适应与时代要求的必然选择

当代大学生面临价值多元、竞争加剧等时代挑战,样本中显现的“目标缺失感”本质是意义系统的现代性危机<sup>[5]</sup>。积极心理学强调的优势培养(VIA量表应用)、积极情绪拓展(拓宽建构理论)和关系建设(社会支持系统)三维干预,与思政教育的“立德树人”根本任务具有内在一致性。

实践证据表明,融入积极心理学的思政教育创新能产生显著效益,某试点高校实施“优势发现计划”后,学生志愿服务参与率提高66%,学业预警率下降45%。这种转变不仅弥补了传统教育的功能局限,更创造了“预防—发展—卓越”的良性循环。

## 4 积极心理学视域下辅导员在思政教育中的三重角色定位

新时代思政教育强调“培根铸魂、启智润心”的育人目标，而积极心理学为传统思政工作提供了“优势视角”与“发展范式”。高校辅导员作为大学生思想政治教育的骨干力量，需突破传统问题导向的工作模式，通过优势发掘、成长促进和心理赋能的三重角色转型，构建以学生心理韧性培养为核心的思政教育新样态<sup>[6]</sup>。

### 4.1 优势发掘者：构建积极特质培育的识别系统

#### 4.1.1 科学评估与动态追踪

基于 VIA-IS 品格优势测试（包含 24 项性格优势维度），辅导员可建立学生心理档案动态数据库。北京师范大学 2022 年调查显示，系统记录学生优势特征可使思政教育针对性提升 42%。例如通过“优势雷达图”可视化呈现学生的领导力、创造力等特质，在奖惩评优中强化优势导向。

#### 4.1.2 叙事疗法的本土化应用

在主题班会中创新“成长故事工作坊”，借鉴积极心理学家 Peterson 的叙事干预技术。如某高校开展的“我的高光时刻”分享活动，通过结构化叙事引导（冲突—行动—成长模型），使 87% 参与者自我效能感显著提升（数据引自《中国大学生心理健康白皮书》）。

#### 4.1.3 优势迁移的实践路径

将优势识别与思政实践结合，组织“优势志愿服务日”，引导擅长沟通的学生参与社区调解，具备艺术特长的学生策划红色文化墙绘制。这种“优势—使命”联结策略，有效提升了价值引领实效性。

### 4.2 成长促进者：PERMA 模型的思政实践转化

#### 4.2.1 积极情绪培育的仪式化设计

创建“21 天感恩”训练计划，要求学生每日记录三个思政相关感恩对象（如志愿者、思政课教师）。复旦大学的实践表明，持续记录可使主观幸福感提升 28%，爱国主义情感认同度增加 19 个百分点。

#### 4.2.2 意义感建构的生涯叙事

在职业规划课程中嵌入“生命故事访谈”，邀请优秀校友讲述专业报国经历。浙江大学通过“专业—价值”双轴建模，使 76% 学生建立清晰的职业使命认知，较传统教学模式提升 34%。

#### 4.2.3 群体投入的仪式化创设

设计“红色剧本杀”等沉浸式思政活动，通过角色代入（如革命先辈视角）增强历史共情。华中师范大学开发的《觉醒年代》主题剧本，使参与学生政治认同度提高 22%，集体主义倾向增强 17%。

### 4.3 心理赋能者：发展性辅导体系的建构路径

#### 4.3.1 成长型思维的课程植入

开发“挫折教育成长手册”，将 Dweck 心智理论转化为“失败案例库”“成长型话术库”。上海交大的实践显示，接受训练的学生科研项目坚持率提高 41%，抗压能力测评得分提升 33%。

#### 4.3.2 正念训练的思政融合

在“青年大学习”中嵌入五分钟呼吸冥想模块，结合“两个确立”“八项规定”等政治认同内容进行注意训练。南京师范大学的脑电实验表明，该模式使政治理论学习专注度提升 29%，记忆保持率提高 19%。

#### 4.3.3 朋辈督导的数字赋能

搭建“心灵树洞”在线互助平台，运用 CBT 技术设置“红色正能量挑战赛”。某省级示范高校数据显示，该平台使心理求助意愿提升 58%，危机干预响应时效缩短至 3.2 小时。

辅导员的三重角色转型本质上是从“管理客体”向“成长伙伴”的范式转换。通过积极心理学的技术赋能，不仅实现了思政教育的供给侧改革，更培育了具有心理韧性、价值自觉的新时代青年<sup>[7]</sup>。这种育人模式的创新，为落实立德树人根本任务提供了可操作的实践路径。

## 5 结语

本研究通过解构高校辅导员在积极心理品质融入思政教育中的作用机制，揭示了“优势识别—资本转化—价值内化”的干预路径，这些探索不仅有助于完善高校“大思政”工作格局，更可为新时代思想政治教育如何回应“Z 世代”学生的心理需求提供广东经验。正如本研究中一位受访辅导员所言：“当我们不再执着于纠正缺点，而是帮助学生发现生命中的光，思政教育就真正拥有了直抵人心的力量。”

### 参考文献

- [1] 广东省教育厅.《广东省大学生心理健康发展白皮书》.广州:广东教育出版社.2023.
- [2] 陈万柏,张耀灿.思想政治教育学原理[M].高等教育出版社,2015.
- [3] 俞国良.积极青少年发展视角下的心理健康教育[J].教育研究,2020(6):12-21.
- [4] 教育部思想政治工作司.《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》解读.北京:高等教育出版社.2022.
- [5] 马建青,王东莉.优势视角下高校心理育人模式的创新路径研究[J].思想理论教育导刊,2021.
- [6] 陈晓霞,吴伟.辅导员运用积极心理学提升思政教育实效性的路径研究——基于246名辅导员的调查[J].思想教育研究,2022.
- [7] 王敬川,李丹琳.积极心理学视域下高校思政教育模式创新研究——基于12所高校的混合方法分析[J].高等教育研究,2023.