

具身认知理论在高校思想政治教育中的应用

蔡彦芳 唐海波

中南大学，长沙

摘要 | 具身认知心理学将认知、身体、环境看作是协同运转的有机整体，其中所蕴含的“身心一体”观念不仅与思想政治教育的理论前提相融相通，而且能够有效弥补高校思想政治教育在实践中存在的身心分离缺陷，为改进和创新思想政治教育方法提供指引。将具身认知理论应用于高校思想政治教育，通过构建情境化认知、打造互动式教学、塑造具身性文化环境，能够帮助提升思想政治教育在育人实践中的渗透力和影响力，从整体上提升教育效果。

关键词 | 具身认知心理学；高校思想政治教育；应用原因；应用方法

Copyright © 2024 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



思想政治教育工作贯穿高校教育教学全过程、涵盖育己育人全方面。习近平总书记在讲话中强调：“要挖掘其他课程和教学方式中蕴含的思想政治教育资源，实现全员全程全方位育人。”^[1]伴随学科融合发展趋势日益增强，跨学科融合研究成为高校思想政治教育的重要议题。具身认知心理学是20世纪晚期认知心理学中的一个新兴研究领域，它坚持“认知—身体—环境”协同作用与一体化建设，注重身心互动与行为实践，其中蕴含的“身心一体”理念为高校思想政治教育提供了丰富的实践启示，为创新思想政治教育方法提供了新思路、新办法。

1 具身认知心理学的兴起与发展

1.1 具身认知的兴起

关于心智的具身性问题最初只是一个关于身心问题的形而上的思考，随着哲学、神经生理学、认知语言学等文化思潮的兴起与科学技术的发展，具身认知逐渐由抽象思辨走向科学实验，成为认知心理学

作者简介：唐海波，中南大学心理健康教育与咨询教师，教授，临床心理学博士，精神科执业医师，中国心理学会临床与咨询心理学注册心理督导师，中南大学硕士生导师，研究方向：心理健康教育与咨询；蔡彦芳，中南大学马克思主义学院2021级本科生，专业方向：思想政治教育。

文章引用：蔡彦芳，唐海波. 具身认知理论在高校思想政治教育中的应用 [J]. 中国心理学前沿, 2024, 6 (1): 94-100.
<https://doi.org/10.35534/pc.0601010>

研究的新范式。与离身认知相对,认知的具身性强调身心一体,主张认知的产生离不开身体与环境,意义不是情境独立的、非具身的和普遍的,而是体现于个体与环境的相互作用和相互关系中^[2]。具身认知理论消解了认知与身体的对立,将身体作为认知的重要组成部分,极大地冲击着西方心理学的“身心二元论”传统,推动了强调具身性、情境性的第二代认知科学的兴起。

1.2 具身认知心理学的“身心一体”观

传统的心理学对身与心、内与外之间的认识在不同时代有不同的侧重,但不论强调哪一方,另一方总能提出相应的反驳意见,身心分离问题并没有得到有效解决。而具身认知心理学正是建立在对传统心理学“身心二元”论观点反驳的基础上,创造性地提出了“身心一体”观点,其兴起与发展有着深刻的文化渊源。

德国哲学家海德格尔探讨了存在在存在世界的存在方式,心智嵌入身体、身体嵌入环境,建立起一套“有根的本体论”。该观点模糊了将过去严格划分的主客体界限,将心智与身体同归于存在着的世界的一部分,一定程度冲击了传统二元论观点,促进了身体与心智的融合研究。美国心理学家威廉·詹姆斯的情绪理论强调了身体动作在情绪体验形成中的作用,成为现代具身认知思潮的先驱者之一。^[3]此外,法国存在主义杰出代表人物之一梅洛·庞蒂反对将身体视为简单的信息接收和条件反射机器,认为知觉是通过身体在情境中的具体体验而形成,打通了身体、知觉与社会文化世界之间的通道,让知觉嵌入实实在在的身体,进而融入环境。这些观点围绕“身心一体”展开并不断深化,使得具身认知理论逐渐进入大众视野。

具身认知,顾名思义,是指人们通过身体的具体体验和活动类型而构成的认知,这类认知重点强调一种具体的、特别的认知,这类认知过程与身体的物理属性、感觉运动系统的体验密切相关,而不是单一、抽象的符号加工。^[4]“身心一体”观是具身认知心理学的核心要素,它强调认知、身体与环境三者的互动关系,主张认知嵌入身体,身体嵌入环境,三者的统一性集中体现在身心一体化关系中。其中,身体在认知产生过程中发挥重要作用,通过身体行动的参与才能获得认知,进而达成对环境的理解和适应,三者认知互动中形成一个不可分割的整体,在行为实践中相互促进。

2 具身认知理论应用于高校思想政治教育的原因

2.1 思想政治教育具备身心一体的思想渊源

2.1.1 马克思主义基于身体的人类发展观

思想政治教育以马克思主义为理论指导,马克思主义十分重视身体在人类活动中的重要地位。马克思以人类的“感性活动”实现了对传统认知理念中心身分离的主客二元对立思维的超越,指出人类首先的活动就是通过物质资料的生产维持人身体的存在,在身体满足基本的生存需要条件后,人会转向寻求和发展更高层次的认知和精神需要。对象性活动基于“视觉、听觉、嗅觉、味觉、触觉、思维、直观、情感、愿望、活动、爱”等,使得“个体的一切器官,正像在形式上直接是社会的器官的那些器官一样,是人的现实的实现”^[5],从而从人的发展的高度阐明身体在人类发展史上的重要作用。恩格斯在《家庭、

私有制和国家的起源》中总结的两种生产理论也指出，不论是满足人的生存需要的物质资料的生产还是满足人类存续需要的种的繁衍，都以人的身体为基础，成为一切活动的基本前提。

2.1.2 中华优秀传统文化中的身心一体思想

中华优秀传统文化是思想政治教育的重要理论基础与思想资源，在中国古代思想史中，身心一体论一直处于核心的地位。儒家思想在中国古代长期发挥主导作用，其“修身、齐家、治国、平天下”的身体政治论既融合了身体的道德修养方法，又导向社会治理之道。

君子修身，是因为从内在的心智到外在的环境之间有着身体主导的作用，道德积累必须建立在身体力行的实践之上，心智与身体不可分割。如孟子提出“形色，天性也，唯圣人然后践形”^[6]，强调身体美与道德美相互促进；朱熹的“格物致知”论主张经由身体之“格”才能通向心智之“知”；王阳明的身心之学融摄了思想史中的身体哲学，构建起身体内外的双向动态平衡，在身心合一的基础上实现知行合一，既实现对传统身心关系的总结与超越，也让身心一体论在中国思想史中的地位得到进一步凸显。

将具身认知心理学融入高校思想政治教育方法之中，既符合马克思主义的观点和方法，又实现与中华优秀传统文化有机衔接，能够有效推动西方具身认知心理学基于中华文明的本土化实践，为优化思想政治教育方法提供宝贵思想资源。

2.2 高校思想政治教育存在身心分离的现实困境

思想政治教育方法是教育者在教育过程中采取的系列思想方法和工作方法。传统的高校思想政治教育多推崇学科化、专业化的教学模式，认为对理论的掌握在学生思想品德形成过程中起关键作用，只有当教育对象真正了解并掌握思想政治教育相关理论，才能自觉以理论指导行动。以此为前提，理论教育法在高校思想政治教育中居于核心地位。尽管理论教育法的初心是以科学知识武装学生头脑，但对理论的掌握与内化是一个漫长的过程，在此过程中学生若缺乏对自身的体验以及与环境互动，思想政治教育传递的价值理念也难以纳入学生已有的价值体系之中。同时，高校以研学实践、社会调研、认知实习等为途径的实践教育法更多地侧重于提升学生的专业水准、技能水平，基于人本身的思想教育理念只零散地融入其中，使学生在实践过程集中于对外部环境的操作，缺乏思想政治教育行为与思想的互动具身体验。受身心关系以及身心与环境关系的影响，高校思想政治教育方法存在实施困境，借鉴具身认知理论以改变思想政治教育身心分离现状，显得很有必要。

2.3 具身认知理论为改进和创新思想政治教育提供方法指引

2.3.1 深化以人为本的教育理念

虽然思想政治教育与具身认知心理学是相对独立的学科，但具身认知心理学以人的心理为研究对象，即研究人的身体与认知对思想和行为的影响，与思想政治教育研究人的思想品德与认知行为发展规律，具有内核和要素的相似之处。它们都以人为研究对象，一方面旨在探究人在认知发展过程中所普遍具有的规律，另一方面尝试对人的思想和行为施加影响以更好实现人的全面发展和社会的全面进步。

对方法的研究贯穿思想政治教育教与学的全过程，有越来越多的教育者认识到思想政治教育方法本

身就是围绕“人”的思想行为、情绪情感、认知实践等的发展而展开的，此过程中人的身体在信息接收与传递、观点表达与交流、方法把握与应用中发挥着举足轻重的作用。引入具身认知心理学的研究视角能够使思想政治教育进一步落实以人为本理念，提升其人本性和渗透力。

2.3.2 拓展具身性教育空间

具身认知的实践观突破信息加工在认知层面的局限，主张认知发生于与身体和环境的互动中，扎根于社会实践，该特性决定具身认知必然建立在大量实证研究和应用实践的基础上。思想政治教育方法是人类思想政治教育经验的结晶，凝结着育人实践中的共性与个性，对其研究既离不开作为主体的教育者和教育对象，也离不开主体所扎根的教育环境。发生于具身情境下的认知与行为能够有效打通教育主体与教育环境之间的实践渠道，帮助打造“认知—行为—环境”一体化的具身性教育空间。总之，基于理论相关、价值相融、实践相通，将具身认知实践观融入思想政治教育方法，具备开放的研究视角与广阔的操作空间。

3 具身认知理论应用于高校思想政治教育的方法

3.1 构建情境化认知，提升学生理论自觉

就认知层面而言，高校思想政治教育方法旨在将外在之知转化为学生自主认知、自觉接受的内在之知，突出对思想政治教育理论知识的内化。

理论教育法的首要任务是界定思想政治教育学科中的相关概念，在教学课堂中帮助学生对概念的内涵和外延有初步理解，进而从整体上把握学科特性与实践要求。从具身认知的视角出发，概念并不是脱离情境的抽象化，而是置身于情境中。^[7]由此出发进行思想政治教育理论教育，应充分将具身情境融入其中，以“场景式”教学增强“知”的效果。一则可以将思想政治教育概念教学融入具体情境之中，例如“思想政治教育队伍”的概念是指按一定结构组合起来从事思想政治教育工作的组合，是思想政治教育工作的组织者和指导者。在界定的过程中可以将其置于某一具体高校的思想政治教育队伍模型之中，通过实际架构来帮助了解思想政治教育队伍的组成要素，还可进一步引申出该校对思想政治教育队伍的基本要求以及如何在工作实践中对队伍进行有效管理。在情境化实例中以链式一环扣一环地呈现思想政治教育知识点并将具体概念融入其中，由特殊及普遍，实现对概念的综合把握。

在进行理论教育的过程中，高校思想政治教育工作者还应当注重加强人文关怀与现实关怀，自觉将课堂所学知识与现实生活相联系，教会学生从情境化的生活实际出发，善读思想政治教育的“无字之书”。融合双重关怀的具身化理论教学使思想政治教育相关概念不再是纯粹的符号或公式，而是回到认知、感觉，扎根现实世界和学习者自身的情境式、体验式信息，这有助于学生构建自主认知，夯实理论基础。

3.2 引入互动式教学模式，增强学生行为体验

习近平总书记强调：“要推动思想政治工作贯通人才培养体系，发挥融入式、嵌入式、渗透式的立德树人协同效应。”^[8]思想政治教育理论最终要转化为学生的行为才能真正体现教育价值，思想政治教育方法也只有运用到实践中才能体现其效果。具身认知心理学强调认知与具身行动相互促进，对知识

的理解离不开身体、身体感觉、身体实践对信息的整体加工。基于此，打造融入式、嵌入式、渗透式思想政治教育必须基于学生的身体和身体活动，激发身体动作的主动性和建设性。

3.2.1 拓展教育思路，引导身心互动

现有的思想政治教育方法大多建立在大班教学、统而教之的授课模式之上，既缺乏对学生个体性的关注，也缺乏学生间的互动体验，离身性教学使教育效果大打折扣。从“身心一体”的角度出发，高校思政教师应充分利用现有条件，以互动式教学将学生从一个个孤立的子符号纳入团体大系统之中，教师与学生之间可通过言语、表情、动作等身体互动来增强课堂的生动性，学生与学生之间亦可通过角色扮演、情境演绎等形式来充分调动身体的能动性。

同时，随着学科之间的交流互鉴，学科融合趋势显著增强，为发展“沉浸式”“体验式”思想政治教育方法提供基础。美育是培养学生欣赏美、感知美、创造美的有效路径，体育是基于身体的美的展现。身体既是审美的主体和对象，也是创造美的源泉和动力。^[9]将美育与体育思想融入思想政治教育之中，发展“美术+思想政治教育”“音乐+思想政治教育”“体育+思想政治教育”等教学方法，有助于打破传统的艺体教育与思想政治教育思维模式，不仅给学生带来全方位的感官体验，激发身体活力，也有助于使其在美的熏陶下产生情感共鸣与精神共振，增强思想政治教育的感染力、吸引力。

3.2.2 转变教育方式，实现“以行促知”

学生对思想政治教育知识的接受和理解是一个长期积累的过程，受理论知识不扎实、经验积累不充分等因素影响，此过程中必然伴随着主客冲突、知行冲突、身心冲突等一系列问题。基于上述情况，倘若一味要求学生以对马克思主义、思想政治教育知识的认同和理解为前提，无疑脱离学生的认知实际，也不符合学生认知发展规律，甚至可能引起学生的抵触心理。引入具身认知心理学的身体观，将认知建立在身体行动之上，对于需要长期内化的复杂知识，思想政治教育者应转变教育思路，引导学生“从做中学”。用红色实践活动培育学生爱国主义精神，用志愿活动培养学生服务意识，逐步引导学生进入持续探究体验的沉浸式学习状态^[10]。从“以行促知”出发，最终实现“知行统一”。

3.3 优化校园文化环境，拓展具身性活动场所

马克思、恩格斯在《德意志意识形态》中指出：“人创造环境，同样，环境也创造人。”^[11]良好的校园文化环境融引导、激励、约束等功能于一体，是高校思想政治教重要的育人场域。具身认知心理学的嵌入式方法主张身体的意义嵌于环境中，环境也对身体实践发挥能动作用，脱离环境则没有身体活动，即个体意识、身体活动、外部环境是一个实时互动的耦合系统。^[12]这启示高校对文化环境的塑造不仅应当渗透思想政治教育元素，还应当注重身体、环境和活动三者的协同，用看得见的文化标识传递思想政治教育理念；用摸得着的文化形态承载教育内容；用说得出的文化语言提升教育效果，营造具身性文化环境，以此充分调动学生的感官因素、提升行为水平。

同时，高校思想政治教育作为社会性的育人活动，不应当仅仅局限在学校“小课堂”之中，而应当积极关注社会“大课堂”，将文化场域充分向社会拓展，借助丰富的社会资源加强“大思政课”建设。“大思政课”不同于传统的课堂，它尤为重视理论与现实的紧密连接，与具身认知心理学的“身心一体”理念具有内在契合之处。为提升实践教育法的教学效果，学校与社会应积极探索学生校外第二课堂体验式

教学场所, 打造实践教育基地, 利用传统文化遗产、红色文化场馆、科技文化体验馆等增强课堂的感染力与说服力, 让学生在实地参观、沉浸体验、互动交流中感受有温度、“会说话”的思想政治教育资源, 通过具身性、情境性、互动性的思想政治教育方法引导学生实现理论知识的内化与外化。

4 结语

具身认知心理学在诸多学科的相互影响下产生并蓬勃发展, 它以独特的身心观、认知观、实践观引起了认知科学的转型与变革, 也为其他学科研究提供了新视角、新方略。将具身认知心理学中的“身心一体”思想融入高校思想政治教育方法, 有助于化解思想政治教育的实践难题, 使教育教学回归对人本身的积极关注, 从整体上提升教育效果。但值得注意的是, 目前关于具身认知心理学的研究尚处于发展阶段, 将具身认知观念融入思想政治教育在理论和实践两方面都有待加强。在未来研究中, 高校应充分把握具身认知心理学为思想政治教育所提供的跨学科的方法指引, 以开放性视野探索两者融合发展的机制与路径, 使思想政治教育在育人实践中能够发挥出更大的优势和能量。

参考文献

- [1] 习近平. 用新时代中国特色社会主义思想铸魂育人 贯彻党的教育方针落实立德树人根本任务 [EB/OL]. (2019-03-18) [2024-01-30]. <https://www.12371.cn/2019/03/18/ART11552914602174896.shtml>.
- [2] 屈陆, 戴钢书. 思想政治教育研究的认知转向 [J]. 学术论坛, 2017, 40 (3).
- [3] 叶浩生. 具身认知——原理与应用 [M]. 北京: 商务印书局, 2017: 19.
- [4] 董晶晶, 姚本先. 威廉·詹姆斯与具身认知心理学 [J]. 心理学探新, 2017, 37 (3).
- [5] [德] 马克思. 1844年经济学哲学手稿 [M]. 北京: 人民出版社2008: 127.
- [6] 杨伯峻. 孟子译注 [M]. 北京: 中华书局, 2016: 533.
- [7] 王柳生, 桑标. 概念的具身认知观 [J]. 南通大学学报 (社会科学版), 2014, 30 (4).
- [8] 习近平. 思政课是落实立德树人根本任务的关键课程 [J]. 求是, 2020 (17).
- [9] 张之沧. 身体美论 [J]. 体育与科学, 2012, 33 (4).
- [10] L·W·安德森. 学习、教学和评估的分类学 [M]. 皮连生, 译. 上海: 华东师范大学出版社, 2008: 5-8.
- [11] 马克思恩格斯选集: 第1卷 [M]. 北京: 人民出版社, 1995: 92.
- [12] 李厚羿, 秦雨欣. 马克思的“感性”心理学思想论析 [J]. 社会科学家, 2022 (5).

The Application of Embodied Cognition Theory in Ideological and Political Education in Colleges and Universities

Cai Yanfang Tang Haibo

Central South University, Changsha

Abstract: Embodied cognitive psychology regards cognition, body, and environment as an organic whole that operates collaboratively. The concept of “body and mind integration” contained in it is not only compatible with the theoretical premise of ideological and political education, but also can effectively make up for the ideological and political education in colleges and universities. The defects of mind-body separation existing in education practice provide guidance for improving and innovating ideological and political education methods. Applying the theory of embodied cognition to ideological and political education in colleges and universities can help improve the penetration and influence of ideological and political education in the practice of educating people by building contextualized cognition, creating interactive teaching, and shaping an embodied cultural environment. Improve the overall educational effect.

Key words: Embodied cognitive psychology; Ideological and political education in colleges and universities; Reasons for application; Application methods