

# 论社会主义核心价值观融入大学生心理健康教育 教育的意义及路径选择

常溟夏

江苏大学马克思主义学院, 江苏 镇江

收稿日期: 2023年9月12日; 录用日期: 2023年10月27日; 发布日期: 2023年11月7日

## 摘要

社会主义核心价值观是当代中国精神的集中体现, 它凝结着全体人民共同的价值追求。对大学生而言, 随着我国社会经济的快速发展和西方价值观的不断传入, 大学生的心理很难不受到多元化价值观的影响, 而从教育层面来讲, 社会主义核心价值观在调节大学生的认知、塑造大学生的人格等方面发挥着重要作用, 因此, 各大高校应将社会主义核心价值观融入到大学生的心理健康教育中去, 使大学生的身心得到健康全面的发展。

## 关键词

社会主义核心价值观, 大学生, 心理健康教育

## On the Significance and Path Choice of Integrating Socialist Core Values into College Students' Mental Health Education

Minxia Chang

School of Marxism, Jiangsu University, Zhenjiang Jiangsu

Received: Sep. 12<sup>th</sup>, 2023; accepted: Oct. 27<sup>th</sup>, 2023; published: Nov. 7<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

Socialist core values are the concentrated embodiment of contemporary Chinese spirit, which condenses the common value pursuit of all the people. As for college students, with the rapid development of China's social economy and the continuous introduction of western values, it is dif-

difficult for college students' psychology not to be influenced by diversified values. From the perspective of education, the socialist core values play an important role in regulating college students' cognition and shaping their personality. Major colleges and universities should integrate the socialist core values into the mental health education of college students, so that their physical and mental health can get healthy and comprehensive development.

## Keywords

Socialist Core Values, College Students, Mental Health Education

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

在我国改革开放不断深化、与世界各国密切交流的大背景下,社会环境也随之向多元化的方向发展,各种不同的观念影响着大众,针对高校大学生这一群体而言,他们的价值观也由此受到波动,进而产生心理健康问题。而高校作为大学生思想政治教育的主阵地,担负着大学生价值观教育的神圣职责(曹立庆, 2022),因此,高校应重视大学生的心理健康教育工作,并将社会主义核心价值观融入到大学生心理健康工作中去,以此增强大学生的认知,树立正确的价值观,使其更好的成为中华民族伟大复兴的建设者和接班人。

## 2. 社会主义核心价值观的背景

社会主义核心价值观是顺应纷繁复杂的国际国内局势需要而产生的。其中,我国的国际影响力不断增强,需要更强大的话语体系和价值取向,同时伴随着西方价值观的不断渗透,某些不符合我国核心价值观的观念滋生,这不可避免地会影响人们的价值评判,因此,我们要加快培育社会主义核心价值观,让人们建立正确的价值观念。此外,在中国市场经济日益发达的今天,人们的生活水平不断提高,对精神文化方面的要求也越来越高,同时伴随着互联网的迅猛发展,网络成为获取信息和交流信息的重要渠道,也成为人们反映社会问题的重要平台,对我们国家的核心价值观也提出了全新要求。

## 3. 当代大学生心理健康现状

心理健康是大学生成人成才不可或缺的因素之一,有助于提高大学生的积极性和独立性,推动国家未来蓬勃发展(熊继新,徐雨悦,顾佳丽等, 2022)。与其他群体相比,大学生是一个特殊群体,他们将逐步完成从青少年向成年人的过渡和转变,因此,他们的心智尚未成熟,遇到问题和困难时难免会产生焦虑、紧张等情绪,如果不对他们进行及时的疏导和帮助,随着时间的推移,就会对他们的心理健康产生负面影响。

### 3.1. 不成熟性和可塑性

对当代大学生而言,他们的身体发育已经基本完成,但心理还具有不成熟性。相对来讲,他们的理论知识较为丰富,但社会实践的能力和比较匮乏,因此他们很难适应复杂的社会环境,加上其心理承受能力较弱,很容易表现出情绪化、极端化等心理不成熟的现象。另一方面,大学生的心理又具有可塑性。他们是具有开拓性建设与创造的主力军,是推动社会进步的主要人群,他们接受新鲜事物的能力

比较强，即使受到错误观念的影响，他们也能及时的调整过来。因此，针对大学生存在的心理健康问题，各大高校应通过恰当的渠道和方式大力宣传社会主义核心价值观，让大学生接受社会主义核心价值观，并将其内化于心，外化于行。

### 3.2. 多样性和复杂性

从大学生自身角度来看，他们主要面临以下常见心理问题：一是学业问题。他们从紧张机械的高中生活到相对自由的大学生活，他们的生活环境发生了很大的变化，这一变化会让很多大学生开始放飞自我，享受当下丰富多彩的大学生活，进而忽视了自己的学业；二是人际交往问题。这里主要指与同学、室友、老师、恋人之间的交往。造成此问题的主要原因有以下三点：首先，现在很多大学生都是独生子女，缺乏谦让的态度，和别人相处起来比较自我，进而容易与他人产生矛盾；其次，由于大学生们来自五湖四海，地域差异比较大，很容易因风俗习惯、饮食习惯、作息习惯不同而产生矛盾；最后，大学生的心理还处于成长阶段，没有成熟的恋爱观，对于情感问题比较敏感，有时难以很好地处理因单相思、失恋而导致的负面情绪，甚至会出现过激行为；三是就业问题。随着社会环境的不断变化，就业形势越来越严峻，当大学生面临就业过程的挫折时，很容易产生自我怀疑，并增加他们的心理负担。通过上述心理问题的分析，我们可以看出大学生心理健康具有多样性和复杂性。

### 3.3. 不稳定性和易变性

随着互联网的日益普及，智能手机、电脑等电子设备不断推陈出新，给人们的生产生活带来了翻天覆地的变化，尤其是对于还未步入社会的大学生来说，互联网更是对他们产生了深远影响。加之大学生们处于心理变化的关键时期，很容易受到外在环境的影响。如一些视频平台中，社交质量相对较低，视频内容参差不齐，使得很多学生难以分辨网络世界的真假信息，很容易受到不良舆论的影响，再加上社会中遇到挫折，他们的心理会受到很大的影响，不能正确解决将会影响他们的一生。由此可以看出，大学生的心理健康具有不稳定性和易变性。因此，我们应以社会主义核心价值观作为指导思想，让每个大学生都认识并正确理解社会主义核心价值观，帮助他们有效解决心理健康问题。

## 4. 当前大学生心理健康教育的现状

近年来，大学生因自身心理状态等原因伤害他人甚至伤害自己的高校危机事件数不胜数，这不仅给学生及其家庭带来了恶劣的影响，也引起了社会的广泛关注。就目前来看，大学生心理健康教育的现状具体表现为以下方面：一是对心理健康教育的重视程度不够。虽然教育部为推进大学生心理健康教育颁发了诸多文件和政策，强调各大高校要加大心理健康教育力度。但部分高校还是以关注学生的学业为主，注重培养他们的能力，对他们心理健康状态的关注较少；二是心理健康教育的师资力量不够。心理健康教育部分任课教师存在“半路出家”的情况，缺乏丰富的心理健康教育或者心理疏导的经验，很难对大学生的心理健康起到促进作用；三是教育内容缺少创新，教学手段老套。多数教师在开展心理健康教育的过程中仍局限于教材中的知识点，偏向理论，难以熟练灵活地应用并解决大学生存在的实际心理问题。

## 5. 社会主义核心价值观融入大学生心理健康教育的意义

近年来，我国在经济、政治、文化等方面取得举世瞩目的成就的同时，人们的价值观念也随之变化，而对大学生而言，他们正处于迷茫时期，他们的价值观很容易受到多元文化的影响，除此之外，因价值取向不清晰而生成心理健康问题也在逐渐增加。基于此，大学生心理健康教育应顺应新形势，贯彻落实与时俱进的教育理念。而社会主义核心价值观在有效引导大学生的价值取向、为他们注入强大的精神引力、丰富学校的课堂教育内容等方面有着重要意义，因此，高校应重视社会主义核心价值观在大学生

心理健康教育中的融入，以此来提升大学生心理健康教育的效果。

### 5.1. 能够有效引导大学生的价值取向

从古至今，优秀的伟人都有自己的价值追求，当代大学生要想成长为一个优秀的人，自然也要有自己的理想和价值追求。社会主义核心价值观在个人发展层面提出的爱国、敬业、诚信、友善等价值理念，能够有效引导大学生的价值取向。将社会主义核心价值观融入到大学生心理健康教育中，这不仅是进行大学生心理健康教育的内在要求，也是社会主义核心价值观发挥价值引领作用的表现。在大学这一阶段，大学生随着学习和见识的增长，其思想也在不断变化，社会主义核心价值观融入大学生心理健康教育，能从心理层面加强大学生引领，使得大学生具备正确的价值判断和价值取向，并能发现当前自身的不足之处以及今后努力的方向。例如，在大学生心理健康教育中，通过弘扬爱国、敬业、诚信、友善等思想内容，使大学生对个人发展层面具有深入的理解，增强大学生对社会主义核心价值观的认同感，进而不断鞭策自己成长，提高自身的综合素质。

### 5.2. 能够为大学生注入强大的精神引力

社会主义核心价值观作为实现国家、社会和个人目标相统一的价值引领，是当代中国精神的集中体现(马媛媛, 2022)。同时，它也是铸魂育人的重要力量，能够为大学生注入强大的精神引力，在大学生心理健康教育中发挥着重要作用。一方面，在社会主义核心价值观融入大学生心理健康教育的过程中，大学生会逐渐增强其对社会主义核心价值观的认同，并对自己的民族和国家产生一种特殊的情感；另一方面，社会主义核心价值观蕴含的“理想、责任、成长”思想，能帮助大学生正确应对日常生活和学习中遇到的挑战和挫折，解决他们精神上的焦虑，给予他们强大的精神支持，催人奋进，进而引导大学生将个人发展的“小我”融入到实现中华民族伟大复兴中国梦的“大我”中去，与国家同呼吸，共命运。

### 5.3. 能够丰富学校的课程教育内容

大学生心理健康教育是高校教育工作不可或缺的组成部分，同时，加强大学生心理健康教育是全面推进素质教育，培养中国特色社会主义合格建设者和可靠接班人的前提(王雪芹, 2022)。他们是一个承载着社会和家庭高期望值的群体，在成长过程中面临着很多压力，也就不可避免地会产生各种心理问题，因此有必要对他们进行心理健康教育，在这个过程中，社会主义核心价值观的融入为大学生素质教育注入了新的元素，可以通过传统文化故事、公益广告、歌曲、绘画等不同方式、形式加以展现，向大学生传递正能量的思想观念，让他们从情感层面真正地对社会主义核心价值观产生情感认同，并给予大学生正面的影响，这不仅丰富学校的课堂教育内容，也可以为大学生未来发展指明方向。

## 6. 社会主义核心价值观融入大学生心理健康教育的路径选择

大学生作为现实的人，其教育思想来源必须符合时代发展要求，既满足个体需求又符合时代发展的社会主义核心价值观便成为大学生的价值取向的科学指引(包雅玮, 2022)。因此，对于高校而言，在重视大学生理论知识教育的同时，还要重视他们的心理健康教育，并要采用恰当有效的路径将社会主义核心价值观融入到大学生心理健康教育中去，这样才能达到良好的效果。

### 6.1. 认识到社会主义核心价值观的教育价值

青年大学生是我国未来建设社会主义现代化国家、实现中华民族伟大复兴的中坚力量，而社会主义核心价值观是建设社会主义现代化强国的主导价值观念，青年大学生对社会主义核心价值观的认同和践行对于国家建设和民族复兴至关重要(骆明阳, 2021)。因此，我们要认识到社会主义核心价值观的教育价

值。它将国家、社会、个人三个层面的基本目标进行有机统一，将近期目标与未来愿景、理想愿景与现实目标全面结合，具有目标激励导向作用。对高校而言，高校教育的实践应践行素质教育，以大学生多样化全面性发展为教育实践准则，围绕立德树人，有组织、有意识、有计划地将社会主义核心价值观融入大学生发展层面中(张英琦, 2021)。除此之外，高校在重视大学生学业的同时，也要关注大学生的心理健康教育实施，健全他们的人格品质。对心理健康教师而言，在社会主义核心价值观融入大学生心理健康教育的过程中，心理健康教师应避免宣讲式教育，这容易造成学生对心理健康教育的抗拒。相反，在教育过程中，心理健康教师可以通过讲榜样故事的形式去感染大学生，教育大学生，尤其是同辈群体的个人事迹，更是缩短了他们与榜样的距离，容易激发大学生的进取心、行动力，进而实现社会主义核心价值观的教育价值。

## 6.2. 充分发挥高校心理咨询中心的作用

在进行大学生心理健康教育过程中，仅依靠课堂教学不能真正解决大学生的心理健康问题，需要高校心理健康教师采取心理咨询的方式，运用专业化的心理学知识，帮助大学生针对性解决心理问题，切实提高个体大学生的心理素质水平(王晓明, 2021)。心理咨询同样也是培养大学生健康心理状态的有效途径，但值得注意的是，高校需要转变传统观念，要将大学生心理健康与社会主义核心价值观结合起来，同时要创新两者结合的教学手段和教学方法，避免以宣讲或灌输的方式对学生进行教育，这样不仅不利于问题的解决，还会使学生产生较强的逆反心理，进而不利于社会主义核心价值观的融入。再者，心理健康教育师资作为大学生心理健康教育工作有序开展的中坚力量，必须有效提升教师社会主义核心价值观综合素养及水平，只有在具备高素养和高水平的心理健康师资团队的教育引领下，才能使核心价值观和心理健康教育相得益彰(刘维婷, 2022)。心理健康教师也要和学生建立良好的咨询关系，认真分析学生的问题，并帮助学生制定解决方法，并在此基础上有针对性地进行社会主义核心价值观教育。同时，心理健康教师在和学生交流的过程中，要以价值观分析为主，并要采用恰当的表达方式，这样更易于学生接受，从而审视和评估自身的价值观，树立正确的价值观。

## 6.3. 开展形式多样的心理实践活动

有实践证明，人在动情状态下对事物的接受程度能大大提高，用感性去触动个体心理能更有利于促使其接受各种新的事物(唐志雄, 2021)。因此，我们可以在心理实践活动中充分有效激发学生的情感体验，使社会主义核心价值观更好地融入进去。具体来讲，我们可以采取以下途径：一是举办心理主题征文、心理主题黑板报等实践活动。大学生们通常对这类实践活动感兴趣，参与度会比较高，因此，我们可以将社会主义核心价值观有效地渗透其中，这不仅能提升学生的情感体验，还鼓励他们积极的去思考问题和解决问题；二是举办心理游戏赛、心理话剧表演等实践活动。这类实践活动通常需要和其他同学相互配合才能完成，同学之间的互动能够活跃气氛，进而提升社会主义核心价值观引导的效率，因此，心理教师可以结合活动主题有效地将社会主义核心价值观融入其中，这样学生在快乐的实践活动中对知识的接受度大大提高，潜移默化地影响着他们对社会主义核心价值观的认知；三是充分利用志愿服务等实践活动。高校要积极引导、有效组织大学生参与到志愿服务等活动中去，让他们在活动中感受社会，在活动中更加深入地认识和理解社会主义核心价值观，提升为人民服务的能力。

## 7. 结语

综上所述，社会主义核心价值观和心理健康教育都是促进大学生身心健康发展的不可或缺的部分，同时，社会主义核心价值观也为当代大学生的价值观取向指明了方向。因此，各大高校应通过多种形式将社会主义核心价值观融入到大学生的心理健康教育中去，帮助大学生在道德修养、心理健康等方面实现

协同发展, 从而引导大学生以更加理性、平和的心态融入社会, 创造未来。

### 参考文献

- 包雅玮(2022). 论社会主义核心价值观对大学生心理健康教育的引领. *盐城工学院学报(社会科学版)*, 35(1), 13-17+79.
- 曹立庆(2022). 社会主义核心价值观融入高校立德树人实践路径. *科教文汇*, (19), 28-31.
- 刘维婷(2022). 社会主义核心价值观融入大学生心理健康教育研究. *淮南职业技术学院学报*, 22(1), 1-3.
- 骆明阳(2021). 高校学生工作体系在大学生社会主义核心价值观培育和践行过程中的作用及优化措施. *中国多媒体与网络教学学报(上旬刊)*, (12), 131-133.
- 马媛媛(2022). 新时代青年社会主义核心价值观教育路径选择. *品位·经典*, (20), 114-116.
- 唐志雄(2021). 社会主义核心价值观在大学生心理健康教育中的内化研究. *教育观察*, 10(22), 48-50.
- 王晓明(2021). 社会主义核心价值观融入大学生心理健康教育研究. *淮南职业技术学院学报*, 21(6), 32-33.
- 王雪芹(2022). 大学生心理健康教育课程思政建设的实施路径分析. *黑龙江科学*, 13(15), 121-122+125.
- 熊继新, 徐雨悦, 顾佳丽, 等(2022). 大学生心理健康状况及对策研究. *大众文艺*, (20), 136-138.
- 张英琦(2021). 社会主义核心价值观融入到大学生心理健康教育的价值及路径. *湖北开放职业学院学报*, 34(20), 124-125.