

# 高校心理健康教育与思想政治教育融合创新路径研究

尹艳阳

南京邮电大学马克思主义学院, 江苏 南京

收稿日期: 2023年10月31日; 录用日期: 2023年12月11日; 发布日期: 2023年12月22日

## 摘要

为满足大学生心理需求, 引导其进行正确发展, 各高校均加大了对心理健康教育以及思想政治教育的关注力度, 希望通过将两者有效融合的方式, 更好地完成育人工作。在新时代背景下, 思政教育应坚持人本理念, 深化心理健康教育内涵、提高心理健康教育力度, 通过开展心理咨询活动, 加深心理教育与思政教育的内在联系, 提升学生培养的质量。结合心理教育在思政教育中的作用, 探究了思政教育与心理教育相互融合的问题, 提出了强化心理教育作用的思路, 以确保立德树人根本任务的实现。

## 关键词

大学生, 思想政治教育, 心理健康教育

# Research on the Integration and Innovation Path of Mental Health Education and Ideological and Political Education in Universities

Yanyang Yin

School of Marxism, Nanjing University of Posts and Telecommunications, Nanjing Jiangsu

Received: Oct. 31<sup>st</sup>, 2023; accepted: Dec. 11<sup>th</sup>, 2023; published: Dec. 22<sup>nd</sup>, 2023

## Abstract

In order to meet the psychological needs of college students and guide their correct development,

colleges and universities have increased the attention to mental health education and ideological and political education, hoping to effectively integrate the two ways to better complete the education work. Under the background of the new era, ideological and political education should adhere to the humanistic concept, deepen the connotation of mental health education, improve the intensity of mental health education, deepen the internal connection between psychological education and ideological and political education through psychological counseling activities, and improve the quality of student training. Based on the role of psychological education in ideological and political education, this paper probes into the integration of ideological and political education and psychological education, and puts forward the idea of strengthening the role of psychological education in order to ensure the realization of the fundamental task of moral education.

## Keywords

College Students, Ideological and Political Education, 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. 高校思想政治教育与心理健康教育的内涵及关系

### 1.1. 高校思想政治教育的内涵

思想政治教育是一种以理论为中心,以培养符合社会需求的合格人才为目标的社会实践活动。高校的思想教育是根据特定的需求,有目的、有计划、有组织地将有关的理论知识传授给学生,调节学生的道德行为,潜移默化地影响学生,使之成为社会所需的思想和道德品质,对大学生的世界观、人生观、政治观、道德观、法制观进行五个层面的教育(姜姗, 2019)。

### 1.2. 大学生心理健康教育的内涵

心理健康是指一个人在智力、情感和人际关系等各方面都表现出正常和健康的状态。大学生心理健康教育利用心理学原理帮助学生加强自我认知,调整不良情绪,并重视激发学生的个人潜力,如思维、情感和品德。这一教育形式的目标是让学生学会面对和克服困难,增强抗压能力。它不仅着眼于解决学生的具体心理问题,还强调预防和为大多数学生构建正面的心理状态。大学生的思维活跃、独立性和参与度都与其健康的成长密切相关,因此心理健康对他们的全面发展至关重要。对大学生来说,要热爱自己的生活,保持乐观的情绪,学会表达,及时排解自己的困惑,帮助别人,用宽容、信任、善良等积极的态度与别人交往,培养自己的兴趣爱好(陈君, 2019)。

高校心理健康教育应整合课内与课外资源。过去的心理辅导主要基于面对面的方式,但这存在隐私保护问题和时间约束,可能导致学生错过疏导时机。在当前的互联网背景下,线上心理健康教育为学生提供了新的渠道,并受到他们的广泛接受。这不仅有助于解决学生的心理问题,还可以增强他们的心理健康意识,从而培育全面发展的人才。

### 1.3. 高校心理健康教育与思想政治教育的关系。

心理健康教育与思想政治教育虽然紧密相关,但它们在本质、理论框架、教育目标及教育模式上存在显著差异。首先,从性质和理论框架来看,心理健康教育主要关注于提升个体的心理健康水平,使用

多学科知识和精神医学理论来解决日常生活中的心理问题。相比之下，思想政治教育属于意识形态教育的一部分，其目的是提升政治意识和政治立场，使用相关的理论知识来指导。其次，两者在教育任务上有所区别。思想政治教育旨在进行理想信念和爱国主义教育，弘扬中华文化，增强民族团结，而心理健康教育则致力于提高学生的心理素质，帮助他们建立正确的自我认识，增强适应社会的能力。最后，在教育模式上，思想政治教育常采用课堂讲授、讨论和辩论等形式，以灌输为主，而心理健康教育则更注重双向互动和平等交流，强调自愿原则。他们的共同点在于：一是教育对象一致。两者的教育对象都是人，在青年领域中，教育的都是青年，在高校中都是为了人的全面健康发展，在教育过程中两者可以相互配合，相互借鉴。二是教育总目标一致。帮助大学生塑造一个健全健康的人格，树立正确的世界观、人生观、价值观，使他们拥有高尚的道德和正确的思想道德素质，为社会主义培养合格的接班人(高彬, 2020)。

要有效实施思想政治教育，首先需要确保学生的心理健康教育得到重视。一个健全和稳定的心理状态是开展思想政治教育的前提。仅当学生心理健康时，他们才能更好地接受和理解更高层次的政治思想。在培养当代大学生、未来国家的承担者时，注重他们的心理素质和全面发展至关重要。同时，思想政治教育也对心理健康教育起着关键作用。在心理健康教育中融入思想政治教育的元素，如正确的价值观、政治立场和道德规范，能在教导学生自我认知、个人成长、应对挑战和人际交往的同时，强化他们的思想政治素养。这种相互补充的教育方式能够显著增强教育的综合效果。

## 2. 心理健康教育与思想政治教育融合创新路径理论基础

虽然国内对思想政治教育和心理健康教育的研究各具特色，但这些研究的内容之丰富和逻辑之严密为两者在育人工作中的协作提供了坚实的理论基础。通过对相关文献的整理和分析，我们可以深入理解思想政治教育和心理健康教育在理论上的深刻性，特别是在它们的共性和差异性方面。首先，二者的差异。学界普遍认为，尽管各有不同见解，但在源起、理论基础、教育目的、内容和方法等方面，两者的区别是有共识的。这一认识对遵循思想政治教育的规律和个体心理健康成长规律，保持二者教育特性的本质具有指导意义。接着，关于二者的联系。一些学者指出，虽然在教育目标、内容和方法上二者存在差异，但在更大的教育框架下，二者的目的是一致的。健全的心理状态是思想建设的重要基石，而个人的心理健康又离不开思想的指导，这是开展二者协同教育的逻辑出发点。最后，关于二者的关系。随着心理健康教育概念的提出，学界进一步探讨了两者的并列、包含、交叉互补和共生相容关系，肯定了心理健康教育在培养新时代青年的强大心理素质和健全人格方面的作用，同时也更加注重思想政治教育在引导价值观和立德树人方面的重要性。

## 3. 高校大学生心理健康问题现状

第一，教育观念滞后。目前，许多高校偏重于向大学生提供专业知识，而忽略了心理健康教育。这导致了许多学生在承受压力、自我管理和人际交往方面的能力未得到充分培养，他们难以妥善处理学业、感情、人际关系和就业等问题。因心理健康问题产生的不良事件也频繁出现。第二，教育模式滞后。目前，大多数高校主要通过课程进行心理健康教育，导致学生缺乏系统的心理健康知识，这限制了他们心理素质的进步。另外，一些高校在实施心理健康教育时，往往忽视对学生现有心理问题的指导和处理，从而妨碍了大学生心理能力的全方位提高。第三，教育方法单一。目前，随着信息技术的快速进步，网络持续影响学生的学习和日常生活。数字化教育改革已经是不可阻挡的趋势。但是，很多高校在实施心理健康教育时，尚未实现信息技术与教学的深度结合。许多教育工作者仍坚持传统的灌输式教学，导致学生被动、机械地接收知识，这不仅打击了他们的学习兴趣，还制约了心理健康教育的有效性。

## 4. 高校思想政治教育与大学生心理健康教育融合路径

### 4.1. 做好顶层设计，保证两种教育渗透效果

为了让心理健康教育与思想政治教育完美结合，我们需要深入了解两者在育人方面的互补性，并对它们的优点进行详尽的研究，进而进行高层次的策划和整体规划。首先，我们应该消除心理健康教育和思政教育之间的隔阂，将它们有机结合，遵循学生为中心的策略，基于大学生的心理需求，进行综合规划。通过对两者进行科学布局，为学生提供有效的心理指导，确保他们所面临的心理问题得到适当的关照。其次，我们应鼓励教育工作者深化对心理教育和思政教育的了解，使其熟练掌握如何将两者资源和知识结合的策略，以便在教学中无缝融合。根据学校的实际环境和学生的需求，利用这两种教育资源，为学生提供有针对性的指导，确保最大化利用两者的长处。我们还应倡导学生积极参与各类团队活动，让他们保持乐观的心态，增强自信和多方面的能力，为他们的全面成长打下坚实的基石。

### 4.2. 加强师资力量互补，发挥教师的专业能力

开展针对心理健康的培训项目，以协助思政教师更深入地理解学生的心理成长过程。有效的教育策略始终需要基于事实和规律来执行。思政教育虽然有其独特的育人原则，但其内部确实包含了关于学生心理发展的原则。为了真正实现培养品德和才能的目标，关键是要了解学生知识、情感、意志、信念和行为发展背后的心理因素。教育部和其他相关机构可以主动组织专门针对这方面的培训，助力思政教师更高效地开展教学工作。此外，强化教师的素质评估制度，着重提高心理健康教育工作者的意识形态觉悟。虽然心理健康教育的方法并不直接反映意识形态，但其目标和实施机制都是在特定社会背景下进行的。在《德意志意识形态》中，马克思已经强调了意识形态的重要性。因此，增强现代主流意识形态的指导是所有学科教育的关键，也是必须遵循的原则。通过定期评估和主题研究活动，可以提高心理健康教育者的政治觉悟，并将评估结果纳入教师的素质评估，进而促进教师在特定文化背景下加强心理健康教育意识。

### 4.3. 创新教育方法，提高育人实效

心理健康教育和思政教育分别来源于不同的学科领域和理论基础。思政教育基于马克思主义的中国化理论来对学生进行引导。而心理健康教育则是多学科的融合，结合了心理学、教育学等领域的知识。尽管两者有很多不同点，但即使采用了多种教学方法，它们在教学内容和方式上仍有所区别。为了达到统一的教育目的，我们应该把心理健康教育的元素整合到思政教育中，以培育出高质量的复合型新时代人才，从而增强思政教育的科学性。例如，通过引入心理健康教育中的对话法和心理测量法，我们可以进一步完善思政教育的方法，从而提高课堂教学的效果。心理测量法可以深入评估学生的心理状况，根据量表得到精确的评价结果。应用这种方法于思政教育，可以更准确地把握学生的心理需求和变化，进而为他们提供更具针对性的教育，确保教学内容的相关性和实效性。教师通过为学生播放思想政治教育信息以及心理健康教育相关视频的方式，以及远程教学辅助等方法，更好地帮助学生了解常见的思政信息内容以及心理健康内容进行学习，确保学生的品德素养以及心理承受能力等均能得到有效提升(郁翠微, 2021)。

### 4.4. 注重教学实践，帮助学生解决各种实际问题

从心理健康的视角出发，在思想政治教育中，针对学生的心理难题和实际心理需求，可以利用信息技术开展在线心理咨询，或者通过设立心理咨询室来为学生提供私人 and 专业的咨询服务，帮助他们解决内心的困扰和问题。进一步地，可以在心理课程中深入探讨思想政治的主题，引导学生提升自身的品质，增强抗逆能力和对心理健康的认知。这样，能确保两者教育的整合效果和价值得到最大化(巴晓娜, 2021)。

## 5. 路径实施效果

通过实施心理健康教育,高等学府可以有效地促进学生形成积极健康的心态,这对他们全面吸收思政教育至关重要。在这一过程中,心理健康教育首先为思政教育打下了心理基础,为其顺利进行提供了必要的支持。学生为了培养高尚的道德品质,需要具备良好的适应性和自我认知能力,包括有效的情绪管理和表达。若学生遭遇心理问题,如孤立、自卑或社交难题,这可能阻碍他们对思政教育的全面和有效接受。进一步地,心理教育还赋予学生自我调节、自我认知、目标设定、应对挑战和自我表达的能力,这些都是形成健全人格的关键。这样,学生不仅能够树立更高层次的价值观,还能在心理上准备好,从而更好地培养出坚定的理想信念和政治方向,并积极参与社会主义现代化建设。

其次心理教育可以丰富思政教育的内容。思政教育在培育学生政治素养、道德品质、人格修养等层面,拥有着举足轻重的重要价值,系统反映了社会发展对青年学生行为规范、道德品质、思想理念及政治素养的要求。在传统思政教育中,教师强调对学生思政素养的提升,并获得了显著的成效。然而在新时期背景下,学生不仅要在品德、政治、思想等层面获得健康的发展,还需要在心理层面上有所提升。所以高校思政教师应注重对青年学生的心理教育,应关注学生的生活、潜能、情感及价值取向,引领学生正确认识自我、看待社会、处理好个体与集体之间的关系,勇敢面对挑战,善于控制情绪,进而学会设计生活、选择职业。因此,在某种层面上,心理教育能够拓展思政教育的内容,延伸思政教育的目标,使思政教育更契合学生的生活,有利于学生的人格完善及身心发展。

## 6. 结语

各高校需要进一步加大对心理健康教育和思政教育融合工作的重视程度,需要通过对两种教育基本特点以及实际教育内容等各方面情况的深度分析,结合学校自身教学条件和学生的实际情况,制订出较为完善的教育融合方式,将心理教育元素和思想政治教育元素有效融入相应的课程教学之中,实现两种教育的有效互补和协同作用,确保能够更加高质量地完成教学任务,能够通过对两种教育优势的充分性使用,对传统教育所存在的不足进行有效弥补,更好地完成人才培养目标。

## 参考文献

- 巴晓娜(2021). 高校思想政治教育和心理健康教育的有效融合路径研究. *大学*, (24), 56-58.
- 陈君(2019). *大学生心理健康教育与思想政治教育相结合研究*. 博士学位论文, 武汉: 武汉大学.
- 高彬(2020). 浅谈大学生心理健康教育与思想政治教育的融合. *决策探索(下)*, (9), 47-48.
- 姜姗(2019). *大学生心理健康教育与思想政治教育契合可行性研究*. 硕士学位论文, 锦州: 辽宁工业大学.
- 郁翠微(2021). “大思政”背景下大学生思想政治教育与健康教育融合与协同发展路径探究. *大学*, (48), 38-40.