

高校心理健康教育与思想政治教育融合 路径研究

赵嘉林 丁泽民 龚丽萍

丽江文化旅游学院医学院, 云南 丽江 674199

摘要: 本文探讨了高校心理健康教育与思想政治教育融合的相关问题。首先阐述了二者融合的重要性, 包括促进大学生全面发展、增强思想政治教育实效性、提升心理健康教育水平等方面。接着分析了融合过程中面临的难点, 如教育目标与侧重点存在差异、教育内容与方法衔接不畅、师资队伍专业能力局限等。最后针对这些难点提出了相应对策, 即构建协同教育目标体系、整合优化教育内容与方法、加强师资队伍建设, 旨在为高校实现心理健康教育与思想政治教育的有效融合提供理论参考与实践指导。

关键词: 高校; 心理健康教育; 思想政治教育; 融合; 对策

0 引言

在当今社会快速发展、多元文化相互碰撞的大背景下, 高校大学生面临着诸多压力与挑战, 其心理健康问题日益凸显, 同时价值观的形成也受到复杂因素的影响。高校作为培养人才的重要阵地, 不仅要传授专业知识, 更要关注学生的身心健康与思想发展。心理健康教育与思想政治教育作为高校教育体系中的两个重要组成部分, 二者有着紧密的联系且相互影响。将心理健康教育与思想政治教育有效融合, 对于促进大学生的全面发展、提高高校人才培养质量具有重要意义。然而, 在实际融合过程中存在着诸多难点, 如何突破这些难点, 实现二者的深度融合, 成为当前高校教育工作者需要深入思考和解决的重要问题。

1 高校心理健康教育与思想政治教育融合的重要性

高校作为培养社会栋梁的关键场所, 肩负着塑造学生健全人格与正确价值观的重任。心理健康教育与思想政治教育的融合, 对于学生的全面发展有着不可忽视的意义。从促进学生个体成长层面看, 心理健康教育聚焦于学生的内心世界, 助力学生应对成长中的困惑与压力。例如, 大学新生初入校园, 面临全新的学习环境、人际关系, 容易产生焦虑、孤独等情绪。通过心理健康教育, 如开展新生适应团体辅导, 能帮助学生学会情绪调节方法, 增强心理韧性, 更好地适应大学生活。而思想政治教育则引导学生树立远大的理想信念, 培养社会责任感。像通过组织志愿者活动, 让学生在服务社会的过程中, 深刻理解个人价值与社会价值的统一, 激发内心的使命感。二者融合, 能使学生在心理上保持健康稳定, 在思想上积极向上, 实现

身心的和谐发展。

2 高校心理健康教育与思想政治教育融合的难点

2.1 教育目标与侧重点的差异

心理健康教育与思想政治教育在教育目标上有着显著的区别, 这导致二者在侧重点上大相径庭。心理健康教育的主要目标聚焦于帮助学生解决心理问题, 推动学生心理的健康成长与发展, 其核心在于个体心理层面的调适与优化。以学生的考试焦虑问题为例, 心理健康教育会运用认知行为疗法等专业方法, 引导学生剖析自身不合理的认知模式, 如过度夸大考试失败后果、对自身能力缺乏信心等。通过改变这些不合理认知, 帮助学生缓解焦虑情绪, 增强应对考试的信心和能力, 使学生能够以平和、积极的心态面对考试。

与之不同的是, 思想政治教育的目标在于培养学生的政治素养、道德品质和社会责任感, 引导学生树立科学正确的世界观、人生观和价值观, 更侧重于社会层面的要求与规范。例如, 通过开设思想政治理论课, 向学生系统讲解国家的历史发展脉络、现状以及未来发展方向, 让学生深刻了解国家的发展历程和伟大成就, 激发学生的爱国情怀, 培养学生的社会担当意识, 使学生明白自己作为社会一员所应承担的责任和义务。

2.2 教育内容与方法的衔接不畅

心理健康教育与思想政治教育在教育内容和方法上也存在明显的差异, 导致二者在融合时面临诸多困难。心理健康教育的内容主要围绕心理现象、心理规律以及心理调适方法等展开, 具有较强的专业性和针对性。例如, 在讲解人格发展理论时, 会深入剖析不同人格类型

的特点及形成原因,如内向型人格和外向型人格在社交、情绪表达等方面的差异,以及遗传、环境等因素对人格形成的影响,帮助学生更好地认识自己,理解自己的行为模式和情绪反应。

思想政治教育的内容则涵盖政治理论、道德规范、法律法规等多个方面,具有综合性和广泛性。以学习党的历史为例,不仅会涉及不同历史时期的政治变革,还会涵盖经济、文化等多方面的发展情况,让学生全面了解党在不同阶段所面临的挑战和取得的成就,培养学生的政治敏锐性和历史责任感。

二者在教育内容上虽有交叉,但也存在各自独立的部分,在融合时难以找到合适的切入点将内容有机整合。例如,在讲解职业道德时,思想政治教育会着重强调职业道德的重要性以及具体规范,如诚实守信、爱岗敬业等,引导学生树立正确的职业价值观。而心理健康教育可能更关注如何帮助学生缓解工作压力,保持良好的职业心态,如通过情绪管理、压力释放等方法,提高学生的工作满意度和幸福感。如何将这两方面内容有机结合,让学生既明白职业道德的要求,又能学会应对职业压力,是一个亟待解决的问题。

2.3 师资队伍专业能力的局限

师资队伍专业能力的局限也是制约心理健康教育与思想政治教育融合的重要因素。目前,高校中从事心理健康教育的教师大多具备心理学专业背景,但在政治理论素养和思想政治教育能力方面相对不足。例如,一位心理学专业的教师在面对学生提出的关于社会热点问题的政治看法时,可能由于缺乏系统的政治理论学习,无法从政治理论的角度进行深入分析和引导,难以将心理健康教育与思想政治教育有机结合,为学生提供全面、深入的指导。

而从事思想政治教育的教师虽然政治理论水平较高,但缺乏心理学专业知识和技能。当学生在思想政治教育过程中表现出心理问题时,思想政治教育教师往往由于缺乏相关的心理学知识和辅导技巧,束手无策,无法提供有效的心理支持和辅导,不能及时帮助学生解决心理困扰。

师资队伍专业能力的局限还体现在教学方法的运用上。心理健康教育教师可能不熟悉思想政治教育的课堂讲授方法,习惯于采用案例分析、小组讨论等互动式教学方法,难以将心理知识以生动、易懂的方式通过传统的课堂讲授传授给学生。思想政治教育教师则可能缺乏团体辅导、心理咨询等心理健康教育方法的训练,在开展心理辅导活动时,无法运用有效的方法引导学生,无法开展有效的心理辅导活动。

这种专业能力的局限严重制约了心理健康教育与思想政治教育的融合效果,影响了学生综合素质的提升。

3 高校心理健康教育与思想政治教育融合的对策

3.1 构建协同教育目标体系

高校应明确心理健康教育与思想政治教育的总体目标,即培养具有健康心理、正确价值观和社会责任感的高素质人才。这一总体目标为融合教育指明了方向,使教育工作者在开展工作时能够有的放矢。

根据不同年级、专业学生的特点和需求,制定分层分类的具体目标。对于大一新生,重点在于帮助他们适应大学生活,培养良好的学习和生活习惯,树立正确的自我认知。例如,通过开展新生入学教育系列活动,包括心理健康讲座和思想政治教育课程,引导学生正确认识大学环境的变化,调整心态,积极面对新的学习和生活挑战。对于高年级学生,则侧重于引导他们树立正确的职业观和人生规划,增强社会适应能力。比如,通过职业规划课程和实习实践活动,结合心理健康教育中的压力管理和职业心理调适内容,帮助学生做好进入社会的准备。

3.2 整合优化教育内容与方法

深入挖掘心理健康教育与思想政治教育内容的契合点,将心理健康知识融入思想政治教育课程中。在思想政治理论课中,增加关于压力管理、情绪调节等内容,帮助学生更好地应对学习和生活中的压力。例如,在讲解马克思主义哲学中的矛盾观时,引导学生运用矛盾分析法看待自己面临的问题,学会从不同角度思考,缓解焦虑情绪。将价值观教育渗透到心理健康教育活动中,通过心理拓展训练、主题班会等形式培养学生的团队合作精神和责任感。比如,在心理拓展训练中设置团队合作项目,让学生在体验中感受团队的力量,增强集体荣誉感和社会责任感。

开发融合教育课程和教材,编写具有针对性和实用性的教材,为融合教育提供有力支撑。教材内容应既包含心理健康知识,又融入思想政治教育元素,以生动、有趣的方式呈现,提高学生的学习兴趣。例如,编写以案例分析为主的教材,通过实际案例引导学生思考心理问题与思想问题的关系,学习应对方法。

3.3 加强师资队伍建设

针对心理健康教育教师,需着重提升其政治理论素养和思想政治教育能力。组织他们参

加系统且专业的政治理论学习和培训活动,涵盖党的先进理论、国家政策法规以及社会主义核心价值观等内容。通过定期的集中学习、研讨交流以及线上课程学习等多种形式,让心理健康教育教师不断更新政治理论知识储备,增强政治敏锐性和鉴别力。同时,邀请思想政治教育领域的权威专家为心理健康教育教师举办专题讲座和培训课程。专家们凭借丰富的实践经验和深厚的理论功底,深入剖析政治理论的发展脉络与最新动态,传授思想政治教育的有效方法与实用技巧,如何巧妙地将政治理论融入心理案例分析、怎样通过心理辅导引导学生树立正确的政治观念等,助力心理健康教育教师在教学中更好地实现二者的有机融合。对于思想政治教育教师,则要着重加强心理学专业知识和技能培训。为其开设涵盖基础心理学、发展心理学、社会心理学等内容的课程,帮助他们构建完整的心理学知识体系。同时,开展心理咨询技能培训课程,通过理论讲解、案例分析、模拟演练等多样化教学方式,让思想政治教育教师熟练掌握倾听、共情、积极关注等基本心

理咨询技巧,能够敏锐地初步识别学生的心理问题,并为学生提供简单而有效的心理支持,在思想政治教育过程中更好地关注学生的心理状态,实现心育与德育的有机结合。

4 结束语

高校心理健康教育与思想政治教育的融合是一项长期而艰巨的任务,对于促进大学生的健康成长和全面发展具有重要意义。虽然在实际融合过程中面临着教育目标与侧重点差异、教育内容与方法衔接不畅、师资队伍专业能力局限等诸多难点,但通过构建协同教育目标体系、整合优化教育内容与方法、加强师资队伍建设和等对策的实施,能够有效突破这些难点,实现二者的深度融合。高校应充分认识到融合的重要性,积极探索适合本校的融合模式和方法,不断提高融合教育的质量和水平,为培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人做出积极贡献。

参考文献:

- [1] 周睿. 高校心理健康教育与思想政治教育的融合路径研究 [J]. 河南教育: 高教版(中), 2023(9):35-37.
- [2] 曹丽颖. 新时代高校思想政治教育与健康教育协同育人路径研究 [J]. 职业教育(汉斯), 2024, 13(3):752-756.
- [3] 杨林. 心理健康教育融入高校思想政治教育路径研究 [D]. 东北师范大学, 2020.

作者简介: 赵嘉林(1991.12—), 男, 汉族, 陕西潼关, 硕士(在读), 讲师, 研究方向: 大学生心理健康教育, 大学生思想政治教育。