

大学生心理健康教育 and 思想政治教育的整合优化策略

王曼曼

宿迁学院 江苏 宿迁 223800

[摘要]随着社会的发展,越来越多的思想文化和意识形态冲击着大学生的心理和思想。而当代大学生的心理健康和思想政治问题越发被社会所关注,大学生的三观问题、心理健康等问题变得十分尖锐。因此,本篇文章通过讨论大学生心理健康教育和思想政治教育的整合,来制定相关的优化策略建议,以此来帮助大学生形成正确的三观和健康心理。

[关键词]大学生心理; 心理健康教育; 思想政治; 整合优化

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.10.021

随着我国社会的发展,大学生的心理健康教育和思想政治教育越发地被社会关注。经济发展和科技发展日新月异,学生的心理健康教育问题也越来越突出。在当今社会中各种各样的思想文化不断地冲击着年轻大学生的思想观念,使得大学生的价值观和意识形态发生了严重的冲击,导致大学生的心理健康和思想政治缺乏一定的认识,造成大学生身心发展受到一定的影响。在如此复杂的社会背景下,对大学生心理健康教育和思想政治教育的整合优化成了重要的工作内容,并对社会培养出高素质人才具有重大现实意义。现代社会不仅要求当代大学生拥有良好的知识水平,更要具备正确的价值观、人生观、世界观,具有爱国主义精神和良好的心理素质。帮助学生建立起一个良好的心理健康环境和对德育思想政治的认识。

一、大学生心理健康教育与思想政治教育整合优化的意义

(一) 心理健康教育与思想政治教育的整合,有利于进一步开展思想政治教育工作

随着社会经济的发展和科学技术水平不断地提升,学生获取知识信息的渠道越发的多元化,相较于传统媒体,学生更偏爱利用新技术新媒体来获取相关知识,但是多元化的知识也造成了大学生思想观念、价值观念变得多元化,混乱的大众娱乐、消费主义、享乐主义都在不断地对学生的思想观念进行着严重的冲击,这直接影响到了大学生正确的人生观、世界观、价值观的形成,造成大学生的思想观念和心理健康都受到严重影响。而这种观念的产生对学生的心理健康影响极为严重。例如:短视频媒体上存在各种各样的炫富视频,造成许多大学生心生羡慕之情,掉进了消费主义的陷阱,为了满足消费欲望而进行超前消费、透支性消费等行为,导致大学生负债严重从而走向违法犯罪的道路。为了防止此类问题的发生,就要帮助学生建立起正确健康的心理和积极高效的教育机制,将心理健康教育同思想政治教育相结合,运用心理学的知识来帮助学生建立正确的思想政治体系。通过心理学上沟通交流的方式,让大学生分享自己生活上所面临的问题,通过交流了解到学生的具体心理情况,消除学生与教师之间的距离,更好地将思想政治教育传授给学

生。通过运用心理学知识积极有效地帮助学生建设思想政治教育,提高思想政治教育的针对性。

(二) 心理健康教育与思想政治教育的整合,充实了大学生的心理,为思想政治工作的开展建设了良好的氛围

心理健康教育是完善和建设大学生正确人格、健康心理的重要教育课程,它是深入学生的心理将思想政治教育工作植根到学生的真理,运用思想政治教育来完善健全大学生的心理。心理健康教育和思想政治教育的整合,能够切实有效的运用心理科学知识,将正确的思想政治更容易更便捷地传播给学生,教师通过使用心理健康教育同学生进行良好沟通,可以增强改善和学生之间的交往关系,提升思想政治的效果。而且运用心理健康教育极大的丰富了思想政治教育的内容,让学生产生了更多的兴趣,让学生想要去了解相关知识,在接受心理健康教育时主动地接受思想政治教育。打破了传统的教师单面对学生教导的教学方式,通过心理健康教育沟通,会谈、分享等方式,教师从原本的讲述者变成了倾听者,更好的去了解学生的心理健康问题,并通过平等交流的沟通方式更好地让大学生们接受思想政治教育。通过彼此之间真情实意的交流,互相倾吐心声的方式构建一个积极有效的心理疏导,帮助学生更好的建设起健康的心理状态,教师通过了解学生的内心世界,才能更好地帮助到学生,这也为思想政治工作的开展建立了良好的氛围。

(三) 心理健康教育与思想政治教育整合,有利于大学生教育功能的优化

在大学生们的思想政治教育工作中,往往重视理论知识的教导而忽视了学生的具体实践和心理接受度,这导致许多学生往往认识了知识却无法正确地理解所学的知识,而传统的思想政治教育上聚焦在学生的学生成绩、政治立场、法律认识等问题上,而忽视了学生个人人格方面的特性,例如心理状态、生活压力、环境适应等实际问题。这也就造成了环境问题和学生个人因素导致的思想政治教育工作无法深入到学生的内心中去。利用心理健康教育来帮助大学生进行正确的自我意识,在对自我有了充分正确的认识后通过思想政治教育工作来帮助学生进行自我调节。运用知识整合穿插使用的方式将原本理论化的知识运用到实践中来,更好的帮助学

生发展健康的身心。因此将心理健康教育与思想政治教育整合,有利于高效地对教育功能的优化。

二、心理健康教育与思想政治教育整合优化策略

(一) 心理健康教育与思想政治教育教学模式的改革

传统心理健康教育课程往往注重理论知识而忽视了大学生们的心理健康教育具体实践活动,这也就需要对大学生的心理健康教育与思想政治教育教学模式进行改革。课程的教学改革要以发展性目标和体验性目标为导向,结合大学生的实际心理需要进行课程内容的设置,建立切实可行的心理健康教育与思想政治教育模式,多采用个性化、灵活化、多元化的教学方案,运用思想政治教育到心理健康教育中去,以现代科学教育技术手段建立起大学生学习发展的教学评价机制,进而真正的提高大学生的心理素质和思想政治水平。例如:在教师教学后,学生根据教师讲述的内容进行心理情景剧的编排,让学生在娱乐中抒发自己的压力,通过情景剧这一具体形式来消除学生的负面情绪,进而帮助学生之间互相感受、互相体会、互相启发、互相支持。通过学生自主选择心理情景剧的内容,来了解学生的学习和心理状况。

(二) 优化教学生活环境,丰富心理健康教育与思想政治教育活动

除了开展心理健康教育课程之外,更要优化教学生活环境,利用校园媒体、广播、校刊等多种媒体对大学生的心理健康教育进行广泛的知识普及和宣传,通过积极有效的方式让学生认识心理健康问题。对学生生活环境产生不良不健康的信息要予以严厉打击,对出现在学校破坏学校学习环境的广告宣传要进行严肃处理,要让师生共同维护好健康的学习生活环境。更要加强学生的课外活动,从生活实践上来加强学生的健康心理和思想政治教育工作。例如学校可以组织社团之间的交流活动,丰富学生们的日常活动,让学生正确健康地进行人际交流。根据社会热点新闻,定期组织学生们进行相关问题的讨论,并通过讨论来向学生们加强思想政治教育工作。聘请相关专家进行心理健康和思想政治教育工作的讲座,让学生通过多种视角学习和了解到心理健康和思想政治教育。鼓励学生积极参加社会活动,例如志愿者、献血、红色教育基地讲解员等方式将所学的知识运用到实际生活中去,更好更全面地理解所学知识,巩固完善健康的心理,为学生未来的发展奠定良好的基础。

(三) 明确学科性质和与地位

心理健康教育和思想政治教育在高校教育系统中都属于基础学科的范畴。高校教师应该明白了解这两种学科教育的基础性质,进而将两种学科紧密地联系起来,实现两个学科之间互相帮助、相互发展和共同进步。以思想政治教育为基础,把心理健康教育作为重要补充手段,更好地实现两种学

科之间的整合优化。明确学科之间的关系才能更好地发展促进教师的教学,更好地让学生学习了解这两个学科,进而实现两种教育的优势互补,建设一个全新的整合教育模式,增强教育效率。例如在思想政治教学过程中,引用心理健康教育知识,通过多角度的分析解释,让大学生更加全面具体的了解思想政治教育,通过鱼骨分析法和头脑风暴等形式,帮助学生发现问题,并分析问题,帮助学生更好的建设起正确的思想政治观,从而完善自身的心理健康。

(四) 加强教师团队的建设

许多教师都是本专业的人才,对于专业交叉教学缺乏相关经验,而且许多教师身兼数职,工作任务繁重,学习进修的机会较少,导致无法更好地满足相关事业的发展。所以要提升教师的专业能力外,更要培养教师的心理和思想政治教育,只有完善好教师对心理健康教育和思想政治教育的认识,才能更好地帮助到学生。例如可以在高校教师中开展相关跨专业教育研讨会,教师们根据自身专业来进行分析,通过交流分享的途径,来增加教师对其余专业的认识,通过交流研讨,加强教师的心理健康素质,提升思想政治水平。

三、结论

综上所述大学生心理健康教育和思想政治教育的整合工作是非常重要的,它不但影响着大学生的心理健康问题还涉及学生的思想政治问题。大学生作为我国重要人才,他们的心理健康问题和思想政治问题直接影响到未来国家的发展,只有完善好大学生心理健康教育和思想政治教育工作,帮助学生完善心理健康加强思想政治教育,才能让学生更好更自信的面对未来的挑战,高校只有做好思想政治教育和心理健康教育工作,才能为国家和社会培养出高素质的优秀人才。

参考文献

- [1] 项乐源. 思想政治教育与心理健康教育的关系研究[J]. 时代报告, 2021(12): 142-143.
 - [2] 吴燕飞, 吴海静. 大学生心理健康教育与思想政治教育的整合策略探索[J]. 中国多媒体与网络教学学报(中旬刊), 2021(09): 57-60.
 - [3] 巩梦丹. 浅谈高校思想政治教育与心理健康教育整合策略[J]. 新西部, 2017(09): 122-123.
 - [4] 吴冉冉. 论心理健康教育及思想政治工作的优化策略[J]. 改革与开放, 2012(24): 176.
 - [5] 吴琦. 论大学生心理健康教育和思想政治教育的整合优化[J]. 兰州学刊, 2008(S1): 210-211.
- 基金或课题项目: 江苏省高校哲学社会科学基金项目《理念、问题与对策: 大学生心理健康教育与思想政治教育协同途径研究》, 项目号: 2021SJA2197.