

# 心理疏导在新时代大学生道德观教育中的应用研究

杨迪禹

(湖南工业职业技术学院 湖南 长沙 410218)

**[摘要]** 心理疏导是心理学领域的概念,也是心理咨询师和心理健康教育者常常用到的一种工作方法。将心理疏导应用于新时代大学生道德观的教育是对道德教育理念和方法的一种大胆尝试与创新。本文通过研究心理疏导在大学生道德观教育中的应用价值,并对其应用路径进行了详细的探索,提出了强化价值导向、做好情绪宣泄等建议,希望能为未来高校学生道德观教育提供支持。

**[关键词]** 心理疏导;道德观;价值;实现路径

## 前言

道德观的教育是大学生思想政治教育中非常重要的一部分。大学生的道德水平关系到大学生的健康成长,关系到新时代建设接班人的整体素质。当今时代,一部分大学生道德观的扭曲、缺失会引发了一系列问题,甚至造成某些大学生游走在道德和法律边缘,并给个人与社会造成了巨大伤害。对于很多学生而言,心理的扭曲往往是道德观缺失的先导因素,学生在心理承受着巨大的心理压力,无法建立正确的道德观,我们高校思想政治教育者可以尝试从心理疏导的角度探索道德观教育的新方向。

## 一、心理疏导在新时代大学生道德观教育中应用的价值分析

### (一) 有助于创新道德观教育的思路与方法

自十九大以来,高校学生的思想政治工作得到了党和国家的高度重视,例如在报告中强调:“加强和改进思想政治工作,重视人文关怀与心理疏导,培养学生理性平和、积极向上的良好心态。”充分彰显了心理疏导工作的重要性。总书记曾多次指出:“要坚持不懈的促进高校平稳和谐,培养理性平和的健康心理,强化心理疏导与人文关怀,将高校建设成为安定团结之地”。这一指示不仅指出心理疏导在高校道德观教育中发挥着重要作用,也是未来思想政治教育不可或缺的重要组成部分。从长远角度来看,心理疏导能够推动高校道德观教育模式的变革,在心理疏导理念下,通过加强心理服务体系,将心理咨询列入到高校道德观教育范畴,不仅加快高校道德观教育模式变革,也能更好的适应未来教学需求,实现了创新道德观教育的思路与方法。

### (二) 有利于为道德观教育创造良好的心理环境

从学生角度来看,心理疏导已经成为大学生自我调整的必要手段。在高校道德观教育中,其教学效果是否能到达预期取决于道德观教育的方法与技巧,也受学生自我疏导与调整能力的影响。对于很多学生而言,在学习过程中会出现心理障碍以及思想困惑,在这种情况下,面对新的教学要求,教师必须要采用多种方法来调动学生的积极性,使学生具有自我疏导的能力,进而在未来的工作与学习中主动克服问题,最终实现自身的长远发展。心理疏导为大学生强化自我疏导能力提供了必要的环境支持,通过心理疏导,能够充分发挥大学生的主观能动性,学生的自主性得到了显现,从而培育大学生的自我调节能力。从另一角度来看,心理疏导已经成为新时期大学生全面发展的重要因素。对于大学生而言,高校道德观教育中做好心理疏导,能够帮助学生克服心中的疑惑,保证心理健康。

### (三) 有利于增强道德教育的针对性、预见性和时效性

道德观教育能够帮助学生树立正确的三观,并满足学生在精神层面的需求,在教学中使大学生获得鲜明的心理体验与主观感受。因此对于高校教师而言,在未来教学中如何使大学生产生“获得感”,让道德观教育更有吸引力。因此在未来教学期间,道德观教育应该具有针对性、预见性和时效性的特征。结合当前学生教育要求,认识到教育中存在的问题,并对问题进行改进,这样才能提高教学效果。例如目前高校道德观教育中过于强调理论教学,对于很多学生而言,道德观教育都是“高高在上”的,与学生的生活、实践相差甚远;很多教师也忽视了学生的情感体验,十分自信地凭借自己主观感受进行教学设计,造成教学过程比较枯燥,学生参与课堂的积极性得不到保障。而心理疏导则能够有效解决传统教学方法的不足,在心理疏导过程中教师更加关注学生的心理状态变化,主动从学生的实际情况出发,使学生在学期间能够获得更加强烈的心理感受,最终实现了道德观教育模式的变革。

## 二、心理辅导在新时代大学生道德观教育中应用的路径探索

在大学生道德观教育中,心理辅导过程应该从大学生教育需求出发,通过多种教育手段来帮助学生树立正确的道德观,这样才能为实现学生全面发展提供支持。

### (一) 强化价值导向

在心理疏导过程中,教师需要在尊重疏导对象的基础上,不仅要进行价值引导,还需要进一步识别其价值导向的要求,根据其心理特征以及心理活动规律,通过师生双方的共同努力,最终为学生构建正确的三观。作为一个循序渐进的过程,道德观教育能够遵照价值导向的原则,承担着对学生进行疏导以及价值感与的责任。

在道德观教育期间,教师在价值干预期间,应该以尊重对象为前提,通过充分发挥教育对象的针对性,与学生之间建立相互信任的关系,为学生接受科学价值观提供了必要基础。因此在强化价值导向期间,教师应该重视以下工作:(1)教师需要充分识别学生的价值现状,了解学生当前的态度、思想以及行为等可能产生的不良影响,通过列举案例的方法,帮助学生深层次认识到心理与矛盾冲突的根源,最终寻找到出现问题的原因。在道德观教育期间,教师应该努力获得学生的

信任,是教师能够成为学生的朋友,这样学生才愿意将自己心中的问题告知教师,并得到教师的有效引导。(2)教师要通过收集资料的方法、与学生进行交谈,了解学生出现价值冲突的现状,从通过对现状进行引导,激发学生对自身价值观的沉思,引导学生不断反思,了解自己价值观与主流思想的出入;教师在强化价值导向期间,要帮助学生了解价值差异可能对自己生活的影响。之后教师再将新的价值观呈现在学生们面前,使学生能够主动思考新旧价值观的去留问题。对于教师而言,心理疏导的价值导向是一个长久的过程,因此教师需要做好“打持久战”的准备,确保价值导向效果。

### (二) 做好情绪宣泄

情绪是人的一种特殊反应,在心理疏导过程中,通过心理学方法,能够帮助学生疏导在心理中的不良情绪,最终保持心理状态平衡。因此在道德观教育中,教师可以通过情绪宣泄的方法,帮助学生释放心中的不良情绪,最终达到稳定思想情绪的目的。

大学生在生长过程中会遇到各种挫折,而某些重大负性事件没有得到及时宣泄,久而久之会导致为学生出现的焦虑、嫉妒、内疚等负面情绪,最终发展为心理失衡。针对这种情况,教师在心理疏导过程中要重视引导学生的情绪宣泄。其中运动是情绪宣泄的一种有效方法,例如当学生的心情不畅的情况下,可选择洗衣服、收拾屋子以及打扫卫生的日常劳动,这样能够使学生的注意力转移到其他无关琐事上,这种转移注意力的方法能够逐渐淡化心中的不良情绪。同时,教师也可以运用社会支持系统,在产生不良情绪之后,要主动向父母、教师以及其他朋友倾诉,最终释放心理压力。或者教师也可鼓励学生通过网络漂流瓶等方法,将自己的不良情绪发送出去,使网络成为学生疏散不良情绪的有效方法。

### (三) 实现心理疏导与课程教学的结合

在未来心理疏导期间,教师应该将心理疏导内容融入高校课程教育中,这也是未来心理疏导常态化的常见方法。教师主动向学生传递与心理学有关的知识,详细介绍疏导不良情绪的方法。除此之外,很多高校在课程的设置上为心理疏导提供了良好土壤,教师可有针对性的通过心理疏导来构建道德观教育的新路径。例如在《马克思主义基本原理》中,详细介绍了马克思主义的内涵,并对重点阐述了唯物论的基本内容,阐述了人类社会的发展规律。教师在心理疏导期间,应该充分把握学生心理成长规律,以心理认知以及发展变化,帮助学生认识到自身的心理状态变化,最终消除思想压力。

同时,挫折教育也应该成为道德观教育中的重要一环。在日常教学期间,教师可以帮助学生构建不同的挫折环境,例如在考试中适当增加试题难度,让学生发现自己成绩下降后,再进行挫折引导,让学生明白成功并非平步青云,而挫折也是必然存在的,这样才能帮助学生增强心理抗压能力。

### (四) 定期开展心理活动

教师应该结合学生的需求开展不同的心理素质教育活动,使心理疏导能够与学生的学习需求相匹配,这样才能满足道德观教育要求。例如,教师可以开设学习考试焦虑类、情感困惑类、生活困难类方面的讲座,分别针对不同的主题,聘请不同专业的专家进行宣讲,这样能够提高学生参与活动的积极性,强化学生双向交流能力,很多学生对知识点的困惑都能在第一时间得到专业性解答,教育更有针对性。

学生组织也是学生活动的重要场所,教师可以借助社区进行全面的心理疏导以及宣传教育,充分激发学生积极性,使心理疏导更有针对性。为提高道德观教育的有效性,学校可以定期召开心理健康教育,在指定位置摆放心理健康知识宣传栏,这样学生在来回走动时可以受到心理健康知识点的熏陶。除此之外,可在网络上开展心理活动专栏,例如通过开设微信公众号,构建师生直接互动交流的新渠道,使学生的心理问题能够得到教师的针对性指导,促进学生不良情绪改善。

## 结束语

在大学生道德观教育中,心理辅导已经成为不可或缺的一部分,心理疏导模式的出现、发展有助于实现高校道德观教育工作的变革,因此在未来工作中,教师需要充分了解高校大学生道德教育要求,探索多样化的心理疏导路径,使心理疏导更有针对性,满足新时代高校教育的要求。

## 参考文献

- [1] 官欣. 当代大学生心理困境及其疏导模式探讨[J]. 当代教育实践与教学研究, 2020(08): 211-212.
  - [2] 骆鹏飞. 探讨大学生心理疏导存在的问题及有效对策[J]. 心理月刊, 2020, 15(02): 53.
- 本文系2017年湖南省高校辅导员年度人物专项研究课题项目(课题名称:心理疏导在高职学生道德观教育中的应用研究,课题编号:17FDY20)。