

# 大学生心理健康教育融入思想政治教育的价值和途径

李朝辉

广东岭南职业技术学院

**[摘要]**当代大学生是我国社会主义建设的卓越建设者，他们的发展与民族的未来有着密切的关系。加强大学生的思想政治教育，是实现现代素质教育的必然要求，加强大学生思想政治工作的科学化、实效化，是实现大学生思想政治工作的一个重要手段。通过对大学生的心理健康教育和思想政治工作价值的分析，指出了大学思想政治工作应采取的措施，使二者的教育目标相互融合，从而更好地促进大学生的素质教育。

**[关键词]**大学生；心理健康教育；思想政治教育

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.11.419

## 引言

随着我国经济体制的逐步完善，我国大学生所处的社会、家庭、校园等环境逐渐复杂，学业、就业、经济、情感等方面的压力日益增加，心理问题也随之日益突出。近年来，由于心理疾病、精神疾病等原因造成的自身伤害也日益增加，在社会上引起了极大的重视。如何将思想政治教育与心理健康教育相结合，使其在社会中的作用得到最大限度的发挥，从而使大学生的健康发展成为当前大学思想政治教育工作者亟待解决的问题。

### 一、加强大学生心理健康教育的必要性

#### 1. 加强大学生心理健康教育是促进社会和谐发展的需要

如今社会高速发展，人们面临着日益严峻的社会竞争和压力。大学生是一个重要的社会群体，在社会稳定和发展中起着重要的作用。大学生的心理素质是否稳定，对整个社会的整体心态和心态的稳定性有很大的影响。当前，大学生普遍存在着较弱的心理承受力、调节能力和自我意识的增强等心理问题。大学生的总体心理健康状况不容乐观，是当今社会的一个重大问题。

#### 2. 加强大学生心理健康教育是实现大学生全面发展的需要

大学的办学宗旨是：培养德、智、体、美、劳全面发展的“四有”人才，使大学生自由、全面、和谐地发展，培养社会主义事业的合格建设者和可靠接班人。当代教育思想认为，对学生进行综合发展，必须对其进行心理素质的培养。心理素质、社会适应能力、挫折能力等良好素质，可以有效地保障当代大学生对新知识的掌握，要适应社会的高速发展，提高自己的整体素质，就必须具备良好的心理素质和心态，这也是当今大学生掌握所学知识和能力、全面发展的必要条件。

### 二、大学生心理健康教育融入思想政治教育的价值作用

#### 1. 有利于增强大学生思想政治教育的全面性

加强大学生的心理健康教育，丰富思想政治内容，探讨大学生思想政治工作的有效方法，有利于加强大学生的全面发展。一方面，心理健康教育在大学生思想政治教育中占有举足轻重的地位。当代大学生思想活跃、个性独立、渴望受到教育工作者的关爱。心理健康教育打开一个全新的视野，它能尊重、了解、信任每一个人的发展潜力，而不以学业成

绩、智力、家庭背景、经济状况等因素来评判，需要关心他们的需要，无条件地接受他们优点和缺点。另一方面，大学生的心理健康教育也为其提供了一种新的途径。传统的思想政治教育方式是以说服教育、理论灌输为主，教育者是主导者和权威者，学生是受教育者。要改变当前大学思想政治工作的消极现状，必须在强化对学生进行正面教育和知识的灌输的基础上，对大学生采用心理健康教育手段，了解大学生的“心理危机”和“行为障碍”及其个性特征，使之与思想政治教育形成有效的互动，提高其作用。

#### 2. 有利于增强大学生思想政治教育的科学性

思想政治教育的科学性，一是指思想政治教育理论的科学性，二是以科学的原理和方法，加强大学生的思想政治工作。将心理素质与思想政治教育相结合，这是目前大学思想政治工作的重要内容。心理健康教育是以人的心理为出发点，以专业的科学知识为支撑，通过科学、合理的方法和生动的教学内容，来提高学生的思想素质、道德素质、思想道德修养水平，进而推动思想政治工作的科学化进程。国内外的实践表明，心理健康教育既是一种教学手段与技术，也是一种先进科学的教学理念。大学生的思想政治素质的形成，本质上是一种内在的认知体验和道德规范。开展心理健康教育，有利于培养大学生树立正确的世界观、人生观和价值观，形成正确的自我意识和社会意识，进而提升自己的思想政治水平。

#### 3. 有利于增强大学生思想政治教育的针对性

思想政治教育要具有针对性，在实施思想政治教育时，要充分考虑到教育环境和受教育者的特征，针对不同时间、地点、受教育者的不同情况，采用不同的教学形式和内容，采取积极、适当的措施，以达到有的放矢、对症下药、突出目标价值的目的。在社会转型期，大学生的思想、心理越来越复杂，他们面对着就业、学业、恋爱等多种压力。在思想政治教育工作中，如果不能正确地掌握大学生的心理特征，老师就很容易把学生地认识偏差、情感失调、过失行为等归咎于他们的思想品德问题。这种简单化、人格化倾向的思想政治教育，不但增加了大学生的烦恼，也影响了大学生思想政治工作的实践。当前，想有效地解决大学生心理问题，就需要从心理学的视角研究大学生的性格、心理特点，并结合学生自身的实际情况，进行心理辅导和教育，获得他们的认可，把

思想政治教育真正的融入学生的心中，达到思想政治教育的成效。

#### 4. 有利于增强大学生思想政治教育的实效性

首先，心理健康教育是大学思想政治工作的重要组成部分，良好的精神状态是提高政治觉悟和道德修养的先决条件。心理健康教育的全过程都是一个探讨的过程，教育工作者绝不会强行灌输某些观念，而应以培养其健全的个性为教育理念，以主体性、发展性、自愿性为教育原则，运用心理辅导的方式进行教育。其次，加强大学生的心理健康教育，是提高思想政治工作实效的重要手段。在心理健康教育中，人们在认知调整、调动积极情绪、形成行为习惯等过程中，从各方面进行心理和行为的改变。思想政治教育是当今大学生的重要内容之一，其重要性不亚于知识的传授。作为大学生学习课程的重要内容，它具有一定的规律性，应针对其特点，采取科学的教学手段，以取得最佳的教学效果。大学生正处在一个巨大的时代变迁和各种思潮的冲击之中，致使思维也具有复杂性。在心理健康教育中，应充分发挥心理健康教育的正面作用，恰当地运用谈话、讨论、调查、心理测量、生活技能训练、角色扮演和行为矫正等心理教育手段，以实现教育的终极目的。

### 三、大学生心理健康教育融入思想政治教育的途径

#### 1. 树立科学观念，促进心理健康教育与思想政治教育的良性互动

很多人对大学生的心理健康教育和思想政治教育都存在误解：有些人将两者相混淆，认为心理健康教育本身就是思想政治教育；有人将其与思想政治教育明显区分开来，认为两者毫不相干。教育者必须从一定的理论层面上来理解和把握两者之间的差异，同时又相互联系、相互影响，共同推动着大学生的健康发展。大学生是一个不断思考、选择、探索生命成长的重要阶段，其心理、思维表现为对社会问题的重视，但缺乏辩证思维；对生活的理想追求，但是其动机却是功利的；智能发育达到高水平，但是判断力下降；有较强的设计欲望，但对自己的评估存在着主观的偏颇；情感丰富、激烈，但波动更大；自主意识发展速度快，有一定的依赖性。为此，教育工作者应转变观念，统一观念，从学生的现实出发，使其与思想政治教育形成良性的互动关系。一方面要加强思想政治工作，另一方面要从思想政治工作中树立正确的思想观念，对其进行调整，维持他们的良好状态；在这一过程中，要注意培养大学生的心理素质，了解他们的个性特点，积极探索正确的解决方法，培养学生良好的心理素质，成为一位优秀的建设者和接班人。

#### 2. 创建良好师资队伍，提升心理健康教育与思想政治教育的相融

学生的心理问题与思想问题往往互相关联，教育者要把它与思想问题联系起来，这就要求教师要有心理健康教育和思想政治教育的基础知识。但就当前的形势来看，大学思想政治工作队伍的整体素质有待于进一步提高和调整。目前，

大学生的心理健康教育由班主任、辅导员、专职政工干部、两课教师共同负责，并不能实现队伍相互协作、共同培养的目标。同时，要加强与大学生心理健康教育工作的沟通，加强对大学生心理问题、思想问题的分析与讨论，以提高教学质量。大学要培养一批训练有素、务实、敬业的教师，并与大学生的思想政治工作紧密结合，把他们的思想政治工作与心理健康教育相结合，发挥其应有的育人功能。

#### 3. 开展点、面结合的心理健康教育

大学生的心理问题是一个复杂、多元化的社会问题。开展点、面结合的心理健康教育，使其在思想政治工作中的作用得到充分的发挥。一方面，由于客观条件的多变，学生的心理特点和自身发展的特殊性，决定了在课堂上不可能通过集中的讲解和辅导来解决学生的全部心理问题。在个性化辅导中，老师要认真倾听，对所讲的内容作出反应，让他们从多个方面看待自己的挫折，并在适当的时候向来访者透露自己的经历，增进与来访者的情感联系，从而在亲切自然的谈心活动中实现思想政治教育的作用。同时，应加大对大学生心理健康教育的宣传力度。通过集中授课、辅导等方式，在一定程度上可以有效地预防和解决学生的普遍存在心理问题，缓解个体心理咨询的压力。另一方面，加强对大学生心理健康教育的广泛、多样化的宣传和教育工作。通过广播，学校报纸，墙报，宣传单，专题讲座等活动，使学生进一步认识到心理健康的基本知识和标准，掌握维护和提高心理健康的基本方法和渠道，认识心理咨询的性质、任务和服务范围，树立心理保健观念，在出现心理问题时，进行积极的心理咨询，能够自我调整，保持良好的心理状态，努力使自己成为一个全面发展的杰出人才。

#### 结束语

大学是培养高质量人才的重要基地，大学思想政治工作与心理健康教育工作相结合是我国教育发展的现实情况。要把大学生培养成一个合格的建设者和接班人，就要在加强思想政治工作的基础上，进行良好的心理健康教育，使之成为新时代的一条新的道路。不仅要加深对这两类教育的理解和研究，而且要在实践中不断地发现新的问题和新的思考，重视预防心理问题道德化倾向，积极寻找二者的最佳结合点，以不断提高二者结合的效果，为大学生思想政治工作和心理健康教育工作创造新的新局面。

#### 参考文献

- [1] 韦平, 韦平妮. 大学生心理健康教育与思想政治教育有机结合的策略[J]. 学园, 2021, 14(16): 74-76.
- [2] 江婷, 熊英. 思想政治教育在大学生心理健康教育中的效用研究[J]. 科教导刊, 2021(07): 181-183.

#### 作者简介:

李朝辉(1985-), 女, 汉, 湖南邵阳, 研究生(硕士), 讲师, 副院长, 研究方向: 大学生心理健康教育, 思想政治教育。