

大学生思想政治教育与健康教育的融合研究

李婷

湖南电子科技职业学院

摘要：在当今社会，大学生面临着来自学业、人际关系、职业发展等多方面的压力。随着社会的迅猛进步与深刻变革，当代大学生群体的思想观念与价值取向展现出了前所未有的多元化特征；与此同时，心理健康议题在大学生群体中愈发显著，具体表现为焦虑情绪的普遍化、抑郁倾向的增加以及复杂人际关系带来的困扰等；鉴于此，深化大学生思想政治教育与健康教育之间的有机融合，不仅是对提升大学生综合素质的迫切需求，更是促进其身心健康、实现全面发展的关键路径，具有深远的现实意义。

关键词：大学生；思想政治教育；心理健康教育；融合研究

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2025.01.206

引言

高校，作为培育社会主义建设者与接班人的核心基地，其核心使命在于立德树人，旨在塑造学生坚定的信仰、健康的体魄与完善的人格。在此教育愿景下，大学生思想政治教育与健康教育相辅相成，共同构筑学生成长的坚固基石。思政教育聚焦于强化学生的思想政治素质、道德观念及社会责任感，引导学生树立正确的世界观、人生观、价值观；而心理健康教育则侧重于学生的内心世界，助力学生自我认知、情绪管理与压力应对能力的提升。二者的深度融合，不仅优化了学生的心理健康生态，还深化了其思想道德修养，为培养综合素质全面的优秀人才奠定了坚实基础。

一、大学生思想政治教育与健康教育融合的意义

（一）促进大学生全面发展

大学生的全面发展，根植于思想政治素质与心理健康水平的双重提升。思想政治教育犹如灯塔，为大学生照亮前行之路，赋予其社会责任感与使命感，确保在复杂多变的社会环境中，他们能保持正确的世界观、人生观与价值观；而心理健康教育，则细致入微地关注大学生的情绪管理、人际交往及逆境应对，通过强化心理调适与抗压能力，助力他们游刃有余地应对生活种种挑战。当两者深度融合，大学生不仅心怀坚定信念，更兼具坚韧不拔的心理素质。面对学业压力、人际考验及未来未知，他们能以乐观向上的心态坦然面对，逆境中展现不屈精神，顺境中保持谦逊之心。

（二）增强教育实效性

在教育实践中，思想政治教育与健康教育的结合展现出显著的互补优势；前者侧重理论引导与宏观视野，通过系统学习和主题教育构建学生正确的世界观；后者则细腻入微，利用心理咨询与团体活动，关注并回

应学生个体层面的情感与心理需求。将这两种教育模式有机结合，能够创造出更加全面且灵活的教学策略，确保教育内容贴近学生的真实生活与成长困惑，进而提升教育的精准度和有效性。具体而言，将心理辅导技巧融入思想政治教育，有助于教师更深刻地洞察学生内心，使教育内容更具亲和力与说服力；同时，在心理健康辅导中融入思想政治教育元素，能够帮助学生建立积极向上的价值观，增强面对挑战时的心理韧性与调适能力。

（三）营造良好校园氛围

营造积极向上的校园氛围，是促进学生全面发展的关键要素。通过思想政治教育与健康教育的深度融合，我们旨在构建一个既弘扬社会主义核心价值观又充满团结互助精神的校园文化环境。这一融合不仅为学生提供了明确的价值指引，更在心灵层面播下了健康成长的种子。心理健康教育作为不可或缺的补充，有效帮助学生应对学习生活中的心理挑战，减轻压力，促进内心的平和与稳定。它加深了同学间的相互理解与支持，使校园成为彼此关怀、共同进步的温暖家园。在此氛围中，学生自信满满地追求梦想，勇于自我超越，潜能得以充分释放。他们积极参与校园文化建设，以智慧和热情装点校园，同时也为学校的整体进步贡献青春活力。

二、大学生思想政治教育与健康教育的关系

（一）目标的一致性

大学生思想政治教育与健康教育在目标上具有一致性。前者旨在塑造大学生正确的三观（世界观、人生观、价值观），培育其成为具备理想、道德、文化及纪律的社会主义建设新力量；后者则聚焦于提升大学生的心理素质，促进心理健康，培养其坚韧的心理品质与适应能力。两者共同服务于大学生的全面发展与成长成才，旨在助力他们更好地融入社会、贡献社会。在实际教学实践中，思想政治教育为心理健康教育提供了坚实

的价值基石，引导大学生秉持积极向上的生活态度；而心理健康教育则为思想政治教育提供了必要的心理支撑，帮助大学生跨越心理障碍，增强自我认同与责任感，进而更加开放地接纳并深化思想政治教育的内容与意义。

（二）内容的互补性

大学生思想政治教育与心理健康教育在内容层面呈现出显著的互补特性。前者涵盖马克思主义理论、爱国主义教育、集体主义及社会主义道德教育等核心要素，侧重于塑造大学生的政治觉悟、道德情操及社会责任感；而后者则聚焦于心理健康知识的传授、心理调适技巧的磨炼以及个性化的心理咨询与辅导，旨在提升大学生的心理素质、心理弹性及整体心理健康状态。这两大领域相辅相成，共同编织成大学生综合素质培养的关键篇章。具体而言，思想政治教育为心理健康教育奠定了坚实的思想根基与价值导向，引导学生形成正确的三观，进而强化其心理调适的内在力量；而心理健康教育则以其专业的心理视角与方法，为思想政治教育提供了必要的心理辅助与实证支持，助力学生有效解决心理困扰，提升思想政治教育的实践效果与吸引力。

三、大学生思想政治教育与心理健康教育融合面临的难题

（一）教育内容与学生实际需求的脱节

当前，高校思想政治教育体系存在偏重政治理论与行为规训，而与学生日常生活及心理需求脱节的现象，导致知识传授与学生个人体验间出现断层；此现象削弱了学生的学习共鸣，限制了他们将理论知识转化为个人成长动力的能力。另一方面，心理健康教育虽聚焦于心理健康，但在实践中常停留于理论层面，未能深入学生具体心理困扰，提供个性化分析与辅导；这种内容与需求的不匹配，影响了心理健康服务对学生个性化需求的精准把握，进而制约了整体教育效果的实现。

（二）教育方式的单一性与学生需求的多样性

在教育方法层面，高校思想政治教育与心理健康教育均显现出模式化的局限。一方面，传统思政教育倾向于单向灌输，师生互动匮乏，难以激发学生的主动学习热情与兴趣；另一方面，心理健康教育虽强调心理互动与体验，但实际操作中常受资源限制，难以实施多元化的教学活动。鉴于学生需求的多样性与差异性，这种单一的教育模式难以全面覆盖并满足所有学生的个性化需求，进而造成教育成效的不均衡。因此，如何打破教育方式的单一性，更好地匹配学生需求的多样性，成为思政教育与心理健康教育融合过程中亟待解决的关键问题。

（三）教育资源的分散与整合难度

当前，高校思想政治教育与健康教育的整合之

路，正遭遇教育资源分散与整合难度加大的严峻挑战。首要问题是资源的割裂状态，由于思政教育与心理健康教育分别由不同的部门及教师团队独立承担，这直接导致了教育资源难以有效共享，课程体系间缺乏必要的协同与联动，形成了明显的知识壁垒。另一方面，鉴于思政教育与心理健康教育在目标设定、内容构建及教学策略上的显著差异，如何在尊重并维护各自教学特色的前提下，实现两者之间的无缝对接与深度融合，成为了一个亟待解决的难题。

四、促进大学生思想政治教育与健康教育融合的策略

（一）提高认识，加强领导

大学生思想政治教育与健康教育的深度融合，其重要性无可替代，需高校领导层高度关注，并纳入学校战略发展规划的核心。深化理解此融合，能更精确地把握其对培养全面发展高素质人才的深远价值。在此框架下，大学生思想政治品质与心理健康状态相互依存：良好的思想政治教育犹如导航，引领心理健康发展；而稳固的心理健康，则是内化思想政治教育、实现知行合一的坚实基础。因此，强化领导作用至关重要，以确保融合工作方向明确、资源集中、推进高效。通过科学规划与有力措施，确保融合进程稳健前行，深入人心，为大学生全面发展奠定坚实、全面的教育基石。

（二）加强师资队伍建设，培养融合型教师

构建融合型师资队伍，是推动大学生思想政治教育与健康教育融合的核心。首要任务是加强现有教师的专业培训，拓宽其跨领域知识与技能。具体而言，为思政教师增设心理健康教育课程，增进其对大学生心理问题的认识与处理能力；同时，为心理教师提供思政理论培训，确保心理辅导中融入正向价值观。其次，倡导跨学科合作，鼓励教师参与联合研究与教学交流，通过协同工作与经验分享，提升教师的融合教学能力。此外，积极引进兼具思政与心理教育背景的复合型人才，以新鲜血液强化师资队伍，为融合教育注入创新动力。

（三）创新教育方法，实现多元化融合

为深化大学生思想政治教育与健康教育的融合，需创新教学方法。首先，引入体验式学习模式，如心理情景剧、角色扮演等，让学生在亲身经历中领悟思政教育与心理健康的精髓，增强教育的参与感与认同感，从而提升教学效果。其次，借助现代信息技术，构建线上线下融合的教育体系，如网络课程、在线心理咨询等，为学生提供灵活多样的学习资源和心理支持。此外，通过举办丰富多彩的校园文化活动，如主题演讲、心理健

康周等,将思政与心理教育自然融入,营造积极向上的校园氛围,于无形中促进教育融合。

(四) 完善课程体系,促进融合课程建设

完善课程体系是推动思政与心理健康教育深度融合的关键。首要在于精细调整现有课程,实现两者的有机融合。在思政课中融入心理教育元素,如在价值观塑造中融入心理调适方法,增强学生的心理韧性;在心理教育课程中则渗透思政理念,引导学生以积极心态面对挑战,强化其社会责任感。此外,开发融合性特色课程亦为重要举措,如设立“思政与心理健康”跨学科课程,通过理论与实践的结合,深入挖掘两者的内在联系与协同效应,为学生提供更加多元的学习与成长体验。

(五) 平台建设与管理

构建一个综合性的素质教育与管理平台,其高度互动性成为加速思想政治教育与健康教育深度融合的关键引擎。该平台不仅无缝融合了线上线下的教育资源,还为学生开辟了一片前所未有的学习新天地。平台内资源丰富多样,从在线精品思政课程到心理健康案例分析,再到详尽的学习资料,全面覆盖了学生的个性化学习需求,让他们能够随时随地、灵活高效地获取知识。更为重要的是,该平台构建了一个充满活力的互动交流空间。在论坛与讨论区,学生们不仅能够直接与教师对话,解惑答疑,还能与同学们自由分享学习心得,交流成功经验,甚至共同攻克学习难题。这种互动式的学习模式,不仅促进了知识的广泛传播与深度交流,还激发了学生们思维的碰撞与灵感的火花,为他们的全面发展提供了有力支持。

(六) 实践活动与校园文化

策划并实施多样化的心理健康教育实践活动,对于浓厚校园文化氛围、提升大学生思想政治教育与健康教育成效具有关键作用。具体而言,此类实践活动,如心理拓展挑战、心理情景剧竞技、心理健康专题讲座等,不仅让学生在亲身体验中深刻理解心理健康的价值,还显著增强了他们的心理调适与抗压能力。

另一方面,营造丰富多彩的校园文化环境,是支撑思想政治教育与健康教育不可或缺的一环。学校应积极策划并举办各类文化活动,如艺术瑰宝展览、文学创作大赛、体育竞技会等,这些活动共同编织出一幅积极向上、和谐共融的校园文化图景,让学生在潜移默化中受到教育和影响。

(七) 完善评价方法体系

完善评价方法体系,旨在构建一套全面、客观、公正且精准的评价机制。我们倡导采用多元化的评价手段,融合自我反思、同伴互评与教师专业评判,以多

维度视角审视学生表现,确保评价的全面性与深入性。同时,注重过程性评价与终结性评价的有机结合,不仅关注学生最终的学习成果,更重视其在学习过程中的努力、进步与变化。通过过程性评价,我们能够及时捕捉学生的学习动态,发现其优势与不足,进而提供个性化的反馈与指导,促进学生持续进步。而终结性评价则作为对学生学习成效的总结与检验,为下一阶段的学习提供方向性指导。两者相辅相成,共同构成了一个完整、动态的评价体系,确保评价结果的准确性与有效性。此外,我们鼓励采用创新性的评价工具与技术,如数字化评价平台、学习分析软件等,以科技赋能教育评价,提高评价效率与精准度,为学生的全面发展提供更加有力的支持。

结语

大学生思想政治教育与健康教育的融合,具有深远意义,旨在全面满足学生成长需求,提升综合素养,培育出符合社会主义建设要求的接班人。未来的教育实践需持续探索创新路径,深化融合,为大学生健康成长奠定坚实基础。此外,还需学校、家庭、社会三方面携手并进,形成协同机制,共同关注并促进学生的思想政治与健康发展,为其未来之路保驾护航。

参考文献

- [1] 张航. 思想政治教育视角下大学生心理健康教育的发展研究[J]. 公关世界, 2024, (11): 34-36.
 - [2] 张寿香. 思想政治教育融入大学生心理健康教育路径研究[C]// 中国文化信息协会, 中国文化信息协会文教成果交流专业委员会. 2024年文化信息发展论坛论文集(五). 云南省丽江市丽江师范高等专科学校; 2024: 4.
 - [3] 田亚西. 新时代下大学生思想政治教育与健康教育协同育人的研究[J]. 产业与科技论坛, 2024, 23(01): 107-110.
 - [4] 范乙颖. 思想政治教育与健康大学生心理健康教育融合探赜[J]. 成才之路, 2023, (36): 33-36.
 - [5] 陈珊. 思想政治教育视域下的大学生心理健康教育路径探析[J]. 大众心理学, 2023, (10): 23-24.
 - [6] 陈海斌. 浅析当代大学生心理健康教育与思想政治教育的有效融合[C]// 香港新世纪文化出版社, 2023: 3.
 - [7] 陶馨. 大学生心理健康教育与思想政治教育结合[J]. 科学咨询(教育科研), 2022, (11): 147-149.
- 作者简介: 李婷, 1984年3月, 女, 民族: 蒙古, 籍贯: 内蒙古呼伦贝尔牙克石市, 学历: 本科, 职称: 中小学二级教师。