

大学生心理健康教育与思想政治教育的融合路径研究

夏敏

南昌职业大学

摘要：大学生心理健康教育与思想政治教育对于培养全面发展的高素质人才具有至关重要的作用。本文深入探讨大学生心理健康教育与思想政治教育融合的重要性、现状及有效路径。通过对两者关联性的分析，揭示融合对大学生全面发展的积极意义。研究发现，当前融合存在课程设置、师资队伍、协同机制等方面的问题。基于此，提出优化课程体系、加强师资培养、构建协同机制等具体融合路径，以提升大学生心理健康水平和思想政治素养，促进其全面成长。

关键词：心理健康教育；思想政治教育；融合路径

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2025.04.021

引言

在社会快速发展的当下，大学生面临着学业、就业、社交等多方面的压力，心理健康问题日益凸显。相关调查显示，近年来大学生心理健康问题的发生率呈上升趋势，部分学生出现焦虑、抑郁、自卑等心理问题，严重影响了他们的学习和生活。与此同时，思想政治教育作为高校育人的重要组成部分，对于引导大学生树立正确的世界观、人生观和价值观起着关键作用。然而，传统的心理健康教育与思想政治教育往往各自为政，未能充分发挥协同育人的作用。将心理健康教育与思想政治教育有机融合，既能满足大学生心理健康需求，又能提升思想政治教育的实效性，对于促进大学生全面发展具有重要的现实意义。

从理论层面来看，深入研究两者的融合路径，有助于丰富和完善高校教育理论体系，拓展心理健康教育和思想政治教育的研究视角。从实践角度而言，能够为高校教育工作者提供切实可行的教育方法和策略，提高教育教学质量，培养出更多身心健康、德才兼备的高素质人才。

一、大学生心理健康教育与思想政治教育的关联性分析

（一）目标的一致性

大学生心理健康教育的目标是帮助学生认识自我、接纳自我，培养良好的心理素质，提高心理调适能力，预防和缓解心理问题，促进学生身心的和谐发展。思想政治教育的目标则是引导学生树立正确的政治观念、道德观念和价值观念，培养学生的爱国主义、集体主义、社会主义思想，提高学生的思想政治素质，使其成为有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义建设者和接班人。虽然两者的侧重点有所不同，但根本目标都是为了促进大学生的全面发展，培养符合社会需求的高素质

人才。心理健康教育为思想政治教育奠定了良好的心理基础，只有具备健康心理的学生，才能更好地接受思想政治教育；思想政治教育则为心理健康教育提供了正确的方向指引，引导学生树立积极向上的人生态度和价值取向。

（二）内容的互补性

心理健康教育的内容主要涵盖心理健康知识普及、心理问题预防与干预、心理调适技能训练等方面，关注学生个体的心理状态和心理发展规律。例如，通过心理健康课程，学生可以学习到情绪管理、人际交往、压力应对等方面的知识和技巧。思想政治教育的内容则包括马克思主义理论教育、思想道德教育、法治教育等，侧重于培养学生的社会责任感、道德品质和政治素养。例如，在思想政治理论课中，学生学习马克思主义基本原理，树立正确的世界观和方法论；学习社会主义核心价值观，培养良好的道德行为习惯。两者的内容相互补充，心理健康教育能够帮助学生更好地理解和践行思想政治教育的内容，而思想政治教育则为心理健康教育提供了更广阔的社会背景和价值导向。

（三）方法的相通性

在心理健康教育中，常用的方法包括心理咨询、心理辅导、心理测评、团体心理训练等。例如，心理咨询师通过与学生建立良好的信任关系，运用倾听、共情、引导等技术，帮助学生解决心理问题；团体心理训练则通过组织各种形式的团队活动，培养学生的团队合作精神、沟通能力和心理调适能力。思想政治教育也采用了多种方法，如课堂讲授、案例分析、实践教学、榜样示范等。例如，教师在课堂上通过讲解理论知识，引导学生进行思考和讨论；通过选取典型案例，让学生分析问题、解决问题，提高学生的思想政治素养；组织学生参加社会实践活动，让学生在实践中体验和感悟思想政治

教育的内涵。可以看出,两者在方法上有很多相通之处,都注重以学生为中心,通过多种方式引导学生积极参与,实现教育目标。这种方法上的相通性为两者的融合提供了可行性。

二、大学生心理健康教育与思想政治教育融合的现状分析

(一) 融合的成效

近年来,随着高校对大学生心理健康教育和思想政治教育的重视程度不断提高,两者的融合取得了一定的成效。部分高校开始尝试将心理健康教育内容融入思想政治理论课程中,通过案例分析、小组讨论等方式,引导学生关注自身心理健康,培养积极的心理品质。例如,在讲解“人生观”“价值观”等内容时,结合心理健康教育中的自我认知、情绪管理等知识,帮助学生更好地理解和树立正确的人生价值观。同时,一些高校也积极开展心理健康主题的思想教育活动,如举办心理健康知识讲座、主题班会、心理剧表演等,将思想政治教育的元素巧妙地融入其中,增强了活动的吸引力和感染力,提高了学生参与的积极性。此外,高校还加强了心理健康教育与思想政治教育师资队伍的交流与合作,通过开展联合培训、教研活动等方式,促进了两支队伍的专业成长,为两者的融合提供了有力的师资保障。

(二) 存在的问题

尽管取得了一定成效,但大学生心理健康教育与思想政治教育的融合仍存在一些问题。

在课程设置方面,虽然部分高校尝试将两者内容进行融合,但整体上缺乏系统性和连贯性。心理健康教育课程和思想政治理论课程各自独立,教学内容和教学方法未能充分整合,导致学生在学习过程中难以将两者知识有机联系起来。例如,心理健康教育课程侧重于心理知识的传授和心理技能的训练,而思想政治理论课程则更注重理论知识的讲解,两者之间缺乏有效的衔接和互动。

师资队伍方面,心理健康教育教师和思想政治教育教师的专业背景和知识结构存在差异。心理健康教育教师大多具备心理学专业背景,在心理问题的诊断与干预方面具有优势,但在思想政治教育方面的知识相对薄弱;思想政治教育教师则在思想政治理论知识和教育教学方法方面经验丰富,但对心理学知识的了解和掌握不足。这种差异导致在教学过程中,教师难以全面、深入地开展融合教育,影响了教育效果。

在协同机制方面,高校内部各部门之间的协同合作不够紧密。心理健康教育中心、思想政治理论课教学部、学生工作处等部门在开展工作时,往往各自为战,缺乏

有效的沟通与协作。例如,在组织心理健康教育活动和思想政治教育活动时,没有充分考虑两者的融合,活动内容和形式较为单一,无法满足学生的多样化需求。此外,高校与家庭、社会之间的协同合作也有待加强,未能形成全方位、多层次的育人合力。

三、大学生心理健康教育与思想政治教育的融合路径

(一) 优化课程体系,实现课程内容的深度融合

构建融合型课程体系是实现大学生心理健康教育与思想政治教育融合的关键。高校应打破传统课程设置的界限,对心理健康教育课程和思想政治理论课程进行优化整合。在课程目标设定上,明确将培养学生的心理素质和思想政治素质作为共同目标,使两者相互促进、协同发展。在课程内容选择上,深入挖掘心理健康教育与思想政治教育的契合点,将心理健康知识、心理调适技能与思想政治教育的理论知识、价值观念有机融合。例如,在思想政治理论课中,可以增加心理健康教育的案例分析,引导学生运用所学的思想理论知识分析和解决心理问题;在心理健康教育课程中,融入思想政治教育的价值导向,培养学生积极向上的人生态度和社会责任感。

同时,开发融合型校本课程也是一种有效的途径。高校可以结合自身的办学特色和学生的实际需求,组织心理健康教育教师和思想政治教育教师共同编写校本教材,开设具有本校特色的融合课程。例如,某高校开设了“大学生心理健康与思想政治修养”校本课程,课程内容涵盖了心理健康与思想政治教育的多个方面,通过案例教学、小组讨论、实践活动等多种教学方法,引导学生将心理健康知识与思想政治观念相结合,取得了良好的教学效果。

(二) 加强师资队伍建设,提升教师融合教育能力

教师是实现大学生心理健康教育与思想政治教育融合的关键因素。高校应加强师资队伍建设,提升教师的融合教育能力。一方面,加强对现有心理健康教育教师和思想政治教育教师的培训。定期组织教师参加融合教育专题培训,邀请专家学者举办讲座和指导,内容包括心理学与思想政治教育的交叉知识、融合教育的教学方法与技巧、案例分析等。通过培训,拓宽教师的知识面,提高教师将心理健康教育与思想政治教育有机结合的能力。例如,某高校每年组织两次融合教育专题培训,要求心理健康教育教师和思想政治教育教师全员参加,并将培训效果与教师的绩效考核挂钩,有效提高了教师参加培训的积极性和主动性。

另一方面,鼓励教师开展跨学科学习和研究。支持心理健康教育教师学习思想政治教育相关理论知识,思想政治教育教师学习心理学专业知识,促进教师知识结构的优化。同时,设立专项科研基金,鼓励教师开展心理健康教育与思想政治教育融合的课题研究,通过科研项目推动教师对融合教育的深入理解和实践探索。例如,某高校设立了“大学生心理健康教育与思想政治教育融合研究”专项科研基金,每年资助一批相关课题,为教师开展研究提供了有力的支持。

此外,高校还可以通过引进具有跨学科背景的专业人才,充实师资队伍。例如,招聘既具备心理学专业背景又有思想政治教育工作经验的教师,为融合教育注入新的活力。

(三) 构建协同机制,促进教育资源的整合与共享

构建协同机制是实现大学生心理健康教育与思想政治教育融合的重要保障。高校内部应建立健全心理健康教育中心、思想政治理论课教学部、学生工作处等部门之间的协同合作机制。定期召开联席会议,共同商讨融合教育的工作计划、教学安排、活动组织等事项,加强部门之间的沟通与协作。例如,某高校成立了由分管校领导任组长,相关部门负责人为成员的融合教育工作领导小组,定期召开会议,研究解决融合教育过程中遇到的问题,确保融合教育工作的顺利推进。

在实践活动方面,整合心理健康教育活动和思想政治教育资源。将心理健康教育的心理测评、心理咨询、团体心理辅导等活动与思想政治教育的社会实践、志愿服务、主题班会等活动有机结合,设计具有综合性和针对性的实践项目。例如,组织学生开展“关爱弱势群体心理健康”社会实践活动,让学生在帮助他人的过程中,既提升了自身的思想政治素养,又增强了心理健康教育的实践能力。

同时,加强高校与家庭、社会之间的协同合作。通过举办家长学校、家长会等方式,向家长宣传心理健康教育和思想政治教育的重要性,传授相关知识和方法,引导家长关注孩子的心理健康和思想动态,形成家校教育合力。此外,积极与社会机构合作,如心理咨询机构、社区服务中心等,开展心理健康教育和思想政治教育实践活动,为学生提供更多的实践平台和资源。例如,某高校与当地的心理咨询机构合作,建立了大学生心理健康教育实践基地,定期组织学生到基地进行实习和志愿服务,同时邀请心理咨询师到学校开展讲座和培训,丰富了学校的教育资源。

(四) 利用现代信息技术,创新融合教育模式

随着信息技术的飞速发展,利用现代信息技术创新大学生心理健康教育与思想政治教育的融合模式具有重要意义。高校可以搭建融合教育信息化平台,整合心理健康教育和思想政治教育的教学资源,如课程视频、教学课件、案例库、在线测试等,为学生提供便捷的学习渠道。同时,利用平台开展在线心理咨询、思想政治教育互动交流等活动,实现教育的个性化和精准化。例如,某高校开发了“心育思政云平台”,学生可以通过手机或电脑登录平台,自主学习心理健康教育和思想政治教育课程,参与在线讨论和交流,还可以预约心理咨询服务。平台根据学生的学习和行为数据,为学生提供个性化的学习建议和心理辅导,提高了教育的针对性和实效性。

此外,运用大数据分析技术,对学生的心理健康状况和思想政治表现进行监测和分析。通过收集学生在学习、生活、社交等方面的数据,建立学生心理健康和思想政治素质档案,及时发现学生存在的问题和潜在风险,并采取相应的干预措施。例如,通过分析学生在心理健康测评中的数据,发现部分学生存在焦虑、抑郁等心理问题,学校及时安排心理咨询教师进行一对一辅导;通过分析学生在思想政治理论课学习和社会实践中的表现数据,了解学生的思想政治素质发展情况,为思想政治教育提供参考依据。

结语

大学生心理健康教育与思想政治教育的融合是促进大学生全面发展的必然要求。通过对两者关联性的分析,明确了融合的目标一致性、内容互补性和方法相通性。尽管当前融合取得了一定成效,但仍存在课程设置、师资队伍、协同机制等方面的问题。针对这些问题,提出了优化课程体系、加强师资队伍建设、构建协同机制、利用现代信息技术等融合路径。通过实施这些路径,能够实现心理健康教育与思想政治教育的深度融合,提升大学生的心理健康水平和思想政治素养,为大学生成长成才奠定坚实的基础。

参考文献

- [1] 戴欣宜. 高校思想政治教育 with 大学生心理健康教育的融合研究[J]. 科学咨询(教育科研), 2023, (12): 55-57.
- [2] 田婕, 张兰君. 大学生心理健康教育与思想政治教育的有效融合[J]. 经济师, 2022, (08): 147-148.
- [3] 雷雨. 高校思想政治教育 with 大学生心理健康教育的融合路径研究[J]. 吉林教育, 2022, (20): 52-54.
- [4] 杨悦艺, 杨德兴. 心理健康教育融合大学生思想政治教育课程的方法研究[J]. 文教资料, 2022, (04): 79-82.