

# 当代大学生心理健康与思想政治教育路径研究

赵鹤然

(沈阳城市学院)

**摘要:** 思想政治教育与心理健康教育两者既有不同又有相关的联系。加强大学生的心理健康教育,能够使思想政治教育的针对性更强,同时解决思想政治教育开展过程中存在的问题。只有转变观念,统一认识,才能实现心理健康和思想政治工作之间的良性互动;构建高素质、优秀的教师队伍,提高大学生的心理健康和思想政治工作的融合程度;加强对大学生的心理健康教育与思想政治教育相结合,更好地发挥其作用,促进其健康发展。在当前阶段,科技进步很快,而教育的发展更是日新月异。大学是年轻人学习和生活的主要场所,因此大学生在学习专业知识的同时,也要注意自己的能力。从某种意义上来说,这是一种互补,并不是相互依存的关系。所以说,把思想政治和心理教育两者融合在一起,更能有益于大学生的发展。

**关键词:** 思想政治教育; 心理健康教育; 融合

## 一、引言

生活节奏加快,社会变化加快,工作压力增大,使心理健康问题受到多方关注。有关资料表明,目前我国大学生中有 25.1% 的心理问题包括轻度、中度、严重,而且最近两年还呈上升趋势。我国高校也注意到了这个问题,开设了心理咨询班,成立了“谈心屋”等服务机构,但真正去这种机构求助的大学生仍然很少,一方面是因为传统的思想,另一方面也是因为学生们的骄傲“作怪”,如果不能很好地处理好学生的心理问题,不仅会对学生的健康和学习造成不良的影响,还会造成严重的后果。高校目前广泛开展的思想教育,教学时间也比较长,通过开展思想政治教育,解决大学生群体之中存在的心理问题,不失为一种很好的方法。

## 二、高校思想政治工作与心理健康相结合的必要性

随着改革开放的深入,市场经济制度的建立和发展,特别是加入 WTO 之后,东、西两个经济板块的碰撞,以及各种西方的思想,都在冲击着我们的传统文化,给我们的思想和价值观带来了极大的冲击。大学生在青少年时期,还没有形成固定的价值观,在新的社会环境下,他们的思想意识很容易产生混乱和偏移。而思想与心理之间存在着密切的联系,在思想认识上的偏差,势必会影响到他们的心理,导致他们在学习、人际关系、恋爱、择业等方面出现一些问题,从而对他们的成长成才造成了很大的影响。大学生的心理健康与思想政治教育是大学德育工作的两大重要内容,在不同的领域中都有其独特的功能,但两者之间仍有一定的差异性,使两者形成了一条分界线。在现实生活中,大学生的思想、心理问题是相互交织的,导致了当前大学生的思想、心理问题得不到有效解决,从而影响了大学生的全面发展,也影响了高校的教育工作。只有把思想教育和心理健康联系起来看,才能更好的推动大学生身心健康全面发展。

### (一) 高校思想政治工作与心理健康工作紧密相关

高校学生的心理健康与思想政治教育紧密联系在一起,在形成良好的政治素质、思想素质之后,大学生可以得到正确的指导,从而保证他们的心理健康发展。而良好的政治信仰和思想品德的形成,必须有一个健康的心理状态。只有保持良好的心理状态,才能使其顺利地进行,两者是互补的。大学生正处在一个转型期,受到

多种因素的影响,他们的情绪波动很大,容易产生自卑、孤僻、人际交往等心理问题,但这些问题都可以通过思政教育来解决。所以,高校学生的心理健康与思想政治教育是相互补充的。

### (二) 高校思想政治工作和心理健康工作的目的是一致的

心理健康教育是指通过对大学生进行心理健康知识的广泛宣传,使他们更好地理解和了解相关的心理现象,并对他们进行指导,使他们能够更加重视自己的心理健康问题。通过全方面的心理健康教育,强化了大学生的自我认识,提高了他们的心理适应能力,使他们能够用正常的心态去面对社会和未来的种种问题。而大学生的心理健康与思想政治教育的目的是一样的,都是要提升人们的素质,培养更多的社会需要的人才,为我国社会经济的发展奠定坚实的基础。

## 三、高校学生思想政治共同体育人的意义

### (一) 应对复杂的社会问题

在经济全球化的大环境下,中国正处于一个经济、文化、等各个领域的转型时期。采用社区教育模式,可以防止大学生用狭隘的目光来排斥本我文化中的异类和文化,从而提高大学的分辨能力,进而加强对民族统一的认同信仰,使大学生自觉地肩负起国家赋予他们的重任,成为有理想有抱负的年轻人。

### (二) 加强高校学生的国家社区意识

高校学生是国家未来的希望,是高校德育工作的重要组成部分。为了确保大学生认识到自己的历史责任,加强学生的中华民族共同体意识,加强对祖国、对中华民族、对中华文化、对中国共产党、对社会主义制度的认同。在民族认同的前提下,大学生能够树立正确的国家观和民族观,并在此基础上培养爱国情怀,增强民族自豪感和归属感。只有坚定地认同中国共产党和社会主义制度,才能在党的领导下,坚定地走上社会主义的道路,坚定的理论、制度、道路,从而凝聚起强大的国家向心力。

## 四、整合的必要性和可行性

### (一) 高校心理健康与思想政治教育的差距

一方面,在实际工作中,我们要把党和国家的教育路线贯穿始终,坚持以思想品德建设为根本,以理想信念为中心,以培养杰出的接班人为中心。其基本思想是以辩证唯物主义、历史唯物主义为

指导思想,坚持科学、不被唯心主义、伪科学所左右,从而使高校思想政治工作真正走上正轨。另一方面,思想政治教育的使命就是通过对大学生的思想进行影响,使他们的思想品德得到强化,使他们获得正确的世界观、人生观、价值观。心理健康教育的核心内容是使大学生的心理健康得到良好的发展,其首要任务就是消除其心理障碍,使其在社会中获得更好的发展。

## (二)心理健康与思想政治工作的关系

①高校学生的心理健康和思想政治教育的目的是一致的。大学生综合素质的培养,不仅要求大学生掌握专业的知识,还要有较强的社会责任感和使命感。心理健康和思想政治教育都涉及大学生心理结构中的非智力因素,这些因素的共同作用在于提高大学生处理思想、心理和行为的能力,从而为培养全面发展的优秀人才添砖添瓦。

②高校思想政治工作和心理健康工作在高校德育工作中的作用

我国高校内部开展的心理健康教育,能够使大学生获得高质量的心理环境,思政教育与心理健康教育都属于德育教育。从根本上讲,心理健康教育要解决的是思想问题,之所以有“思想”问题的产生,是因为心理上的一些问题还没有得到良好的解决,所以对大学生的思想问题进行分析,就必须把这些问题都纳入进去。

## 五、高校思想政治工作与心理健康相结合的途径

### (一)加强思想政治工作和心理健康工作

目前,许多人错误地认为,心理健康教育比较特殊,所以心理健康和思政教育之间没有太大的关系,还有部分人认为思想意识和心理问题是一样的,认为他们可以互换,有思政教育的课程就没必要再设置心理健康的课程。目前,许多大学生都有不同程度的心理问题,这些问题与人们的思想价值观有着千丝万缕的联系,因此应该更加关注学生们的心理健康问题,要做到思想上的统一,要把二者紧密地联系起来。

### (二)营造融通的教学氛围

当代大学生已经具备了独立思考能力和广泛的知识面,而学校、家庭、日常生活是其主要的接受方式。在实施思想政治教育的过程中,应从三个层面入手。在学校,大部分学生都是在校园中度过的,可以通过长期的基础训练来使学生理解教育的基本观念,从而实现学校的教化作用,让学生能够在良好的学习环境和学习氛围中,理解教育的意义。在家庭教育中,家庭在学生的成长中起着举足轻重的作用,传统的家庭观念和家长的行为习惯都会对其产生一定的影响。而社会教育应该与社会的总体潮流紧密结合,创造出与之相适应的教学环境,使他们能够在学校里就能感知到社会的各种信息,从而为他们步入社会打下基础。在社会内部,高校应当主动与相关社会机构合作,转变大学生的思想观念,使大学生从“一心只读圣贤书”转变为“家事国事天下事,事事关心”。

### (三)不断充实和提高教学效果

第一,当今的社会体制已经出现了多样化的发展趋势,而当代大学生的学习与生活也受到了各种异质文化的冲击。高校教育是一

个重要的转折点,大学生在高校内部会接触更多事物,由于大学生的判断力尚未成熟,容易受到不良文化环境的影响,从而产生了一些心理、思维上的偏差。因此,教师要以正确的心态指导学生,让他们在面对不同的文化讯息时,能积极地选择适合自己的知识,从而形成更为成熟的思维方式。第二,无论是开展思想政治教育,还是心理健康教育,情理融合是必要的。在与大学生进行交流时,要选择他们所喜爱的方法,同时,在沟通的时候,也要体现出自己的思想政治教育系统中的人文精神,给予大学生充分的尊重。例如,学校可以对家庭困难的学生进行财政资助,并通过奖学金的形式来解决他们的经济困难。另外,教师可以通过建立健康档案与学生父母进行定期的沟通,就学生在学校、家庭内部心态等方面的变化进行沟通,创造一个轻松、和谐、自由的成长环境。

### (四)建设新的教育阵地,建设新的资源平台

加快建设健全的高校网络,积极建设各类思政网站,可以进一步强化其舆论导向和辅导作用,了解大学生的各类心理问题,并采取相应的对策。同时,它还能充分发挥新媒体技术的作用,借助互联网的力量进行广泛的宣传和普及,并以其强大的影响力,引导学生树立正确的三观。在教学中,教师与学生的互动与沟通是一个非常重要的环节。但是,在传统的教学模式中,学生与教师的互动很少,大部分时间都是被动的,在传统的教学过程中,教师就是课堂教学的主体,教师所运用的教学方式通常为“填鸭式”,学生们被动地接受教师灌输的理论知识,导致学生的思想被束缚,而且学生与教师之间存在思想上的“鸿沟”。在新媒介时代,让学生自己做主,这是一种新的教学方式,它符合新课程改革的要求,学生的思想和兴趣可以得到充分发挥,同时也培养了他们的创造力。因此,教师要不断地拓宽自己的教学领域,拓宽自己的交际圈子,走出教室,才能更好地促进学生的沟通,发现新的问题。

## 六、结论

总的来说,只有把思想政治教育和心理健康相融合,才能够清楚地了解学生的心理健康问题,为我国社会主义现代化建设事业的合格接班人提供有力的支持。

### 参考文献:

- [1]付超. 高校心理健康教育与思想政治教育的关系研究——评《当代视阈下大学生心理健康教育理论与实践研究》[J]. 领导科学, 2020(4):1.
- [2]王小兰. 思想政治教育视域下当代大学生心理健康管理路径[J]. 区域治理, 2020(18):1.
- [3]熊玫. 大学生心理健康教育与思想政治教育的协同路径分析[J]. 黑龙江教师发展学院学报, 2020, 39(3):3.
- [4]丛小惠. 高校思想政治教育与学生心理健康教育的融合思[J]. 精品, 2020(3):1.

作者简介:姓名:赵鹤然(出生年份:19940330),性别女,民族:满族,籍贯辽宁省沈阳市,职务/职称:辅导员,学历:硕士研究生,单位:沈阳城市学院,研究方向:大学辅导员思政方向。