

大学生思想政治教育与心理健康教育整合探讨

徐志强 黄 瀛 闫 闯 杨明星

江西环境工程职业学院 江西赣州 341000

摘要:近年来,素质教育的不断推进,使教研工作者越发意识到大学生思政教育与心理健康教育的重要性,该项工作的落实不仅直接影响学生的思想政治水平,同时也决定了学生能否实现全面发展。

关键词:心理健康; 思想政治; 教育融合

引言:

思政教育主要对大学生的思想方面多加关注,而心理健康教育主要是对大学生的心理健康加强关注。二者相互融合,不仅能共同引导大学生的思想健康和心理健康,也有利于大学生树立正确的价值观念,从而帮助大学生提升创新思维、实践能力。同时,二者的相互融合与共同促进,也能加强对大学生的尊重,引导大学生个性化成长,这不仅充分体现以人为本的教学理念,也对培养社会主义接班人具有积极的促进作用^[1]。由此可见,二者融合不仅能提升教育质量与实效,还能更好地服务大学生,促进高素质复合型人才的培养。

一、大学生心理健康教育以及思想政治教育的概述

第一,大学生思想政治教育。思想政治教育主要是根据学生的发展规律以及思维变化规律,采用科学的教学手段,帮助学生树立正确的三观,培养学生良好的政治觉悟,使学生的道德品质得到相应的提升,在实践中养成遵守纪律的良好习惯,并逐步提高守法意识,将社会主义核心价值观践行到实处,从而为现阶段社会主义精神文明建设注入源源不断的动力。第二,大学生心理健康教育。大学生心理健康教育主要是指根据间接的大学生的心理状态以及行为特点,采用有针对性的心理干预措施,帮助学生进行有效的心理调节,使学生形成健康等心理素质,避免出现负面的情绪,为学生个体持续发展打下坚实基础,并为学生日后的成长以及生活提供方向指导。

二、思想政治教育与健康教育的关系研究

1. 思政教育与心理健康教育的不同点

心理健康教育主要是帮助学生培养健康心理,其与思想政治教育有五点不同:第一,二者的基础理论有所不同。心理健康教育主要帮助学生舒缓心理压力,提升学生心理素质,对学生开展人性关怀,不具备任何阶级性。而思政教育主要是以马克思主义思想和社会主义核心价值观对学生进行引导,具有一定的阶级性。第二,二者的内容有所不同。心理健康教育主要针对学生生活中的方方面面进行指导,可以展现对学生的人性关怀。而思政教育主要是加强对大学生爱国意识与社会主义核心价值

值的培养,具有一定的政治倾向。第三,二者的任务有所不同。心理健康教育主要针对学生个体,希望促进个人积极发展。而思政教育具有一定的社会属性,目的是培养特色社会主义接班人。第四,二者的方法有所不同。心理健康教育方法主要是问卷调查法、精神测验法、沟通互动法、心理咨询等。而思政教育主要采用课堂教学、评比、参观、竞赛等模式,这也使得心理健康教育一般会一对一展开,而思政教育主要是一对多,而且教师要引导学生形成正确的思想和认识,具有一定的约束性质^[2]。第五,二者的教育关系不同。心理健康教育以沟通互动为主,相互尊重,而且心理教师会站在学生的角度去思考。而思政教育一般会采用说教和示范的形式,约束和引导学生,因此学生在一定程度上具有一定的被动性。

2. 思政教育与心理健康理论基础的异同点

大学生思想政治教育的理论基础主要以马列主义、毛泽东思想以及邓小平理论等作为重要的指导方向,以此为基础,确保多项学科的教学工作有力开展,思想政治教育包括内容较多,涉及教育学以及哲学、伦理学等各项内容,其中的政治学可谓其中的主体,吸收了不同的实践成果,同时也容纳了各类的科学理论,体现了较为突出的教学特征,该学科教学更加重视培养学生的三观,帮助学生完善自身的个性品质等等,通过教师的教育与引导,使学生的政治觉悟得到质的提升,并进一步增强思想道德意识,为学生的全面发展夯实基础。而大学生心理健康教育的理论研究则涉及各类学科,主要包括医学学科、生物学科、心理学科以及精神病学科等等,主要以心理现象为研究核心,采用多元化的理论以及原理,为了使学生的人格得以切实完善,强化学生的心理素质,在精神层面满足学生的成长与发展需求,避免出现不必要的心理阻碍,相反的通过大学生心理健康教育,逐渐提高学生的生活质量,以心理咨询以及心理引导为载体,达到上述目标,使得大学生心理健康教育的价值得以全面彰显,进而为学生的身心健康发展提供有力的外在条件。

三、当前大学生主要的心理问题分析

1. 面临情感上的困惑和痛苦

大学生正处于人生中的情感黄金阶段,也就是青春期。在青春期期间,他们的心理和身体的成熟度大大提高,对恋爱也充满向往。大学生对待爱情的认知和态度与恋爱成功与否有着重要的关系。大学生能否正确处理爱情中的各种不顺利的事情,对他们的身体和心理都有很重要的影响。目前来看,大学生还是很缺乏处理恋爱之间两性关系的能力,在恋爱期间,面对着有性冲动困扰和一些难以处理的感情纠葛,在内心里造成很大的痛苦,这是大学生众多心理问题的一个重要表现。

2.心理上承受着巨大的就业压力

当前,竞争已经成为职场的一个主旋律。就业也成了即将踏入社会正轨的大学生面对的一个主要话题。就业这条道路上并不是每位大学生都能成为职场的幸运儿,能够顺利地找到工作,在自己的工作平台上成为佼佼者的毕竟是少数。“毕业即失业”是许多即将毕业的大学生用来自我嘲讽的一句话,但也反映出了就业问题在他们内心中所造成的压力上的阴影,这种巨大的冲击力对他们的内心造成强大的打击,也引发了许多不良的情绪。心理承受能力较差的大学生就会在内心产生心理障碍。

四、思想政治教育视角下开展大学生心理健康教育的策略

1.加强培养高素质教师团队

想要促进心理健康教育不断发展,必须培养“双师型”教师团队。教师不仅要有丰富的理论知识,也要具备一定的实践教学能力,这样才能确保二者深度融合,为学生建立强大的心理防线。首先,学校可以聘请心理健康专家对教师进行定期指导。例如,引导教师参加心理健康方面的课题研究,还可以不断增加学校心理健康教育资源,从而使教师的教育理念和教学模式保持不断更新。其次,要加强对教师信息能力的培养,教师不仅要有能力开展线上线下混合教学,也要有能力随时根据时代变化,调整教学模式和教学理念,从而根据学生个性特点,对学生展开全方面培养^[1]。例如,可以构建心理健康教育平台,平台中不仅要有心理健康教育知识,也要有一些思政方面的资源,这样不仅可以辅助教师课堂教学,也能引导学生利用碎片化时间随时展开学习,从而有效提升学生的自学能力和创新能力。还可以建立微信公众号、抖音号等,加强对心理健康知识和思政知识的宣传,从而为学生构建和谐的线上线下教学环境。

2.加强学习社会主义核心价值观,使大学生树立正确的世界观

大学生在大学时代所经历的人和事,所承受的一些心理压力,对大学生的心理塑造产生重要的影响。大学时代是一个充满诱惑的时代,这就需要大学生有很强的自控能力,同时有一个正确的自我认知态度。他们在大学时期遇到的各种困惑和困难以及产生的一些心理问题

都与我们的世界观导向息息相关。从一定程度讲,心理其实就是世界观的反映。所以说大学生能否正确地认识自己和评价他人也需要社会上对于人的道德品质有一个很好的衡量标准,这也就是我们的社会主义核心价值观。要加强社会主义核心价值观学习,为解决大学生心理问题指明一个正确的方向,同时使大学生以社会主义核心价值观作为自己社会行为的一个标尺,实现世界观、人生观、价值观的有机统一,对开展思想政治教育和心理教育工作具有重要的指导意义,同时也提高了大学生的心理素质和思想品质。

3.提高心理健康教育与思想政治教育的水平

教师的专业水平和能力直接影响大学心理健康教育和思想政治教育融合的效果,目前大学教师的专业水平仍有待提高。为提高心理健康教育与思想政治教育的水平,主要从两方面入手:一方面,增加心理健康教育的教师人数,组建好心理健康教育团队。专业的人做专业的事,为提高心理健康教育的水平,大量聘请和培养专业教师团队必不可少。另一方面,注重各科教师的心理健康教育渗透。也就是说,心理健康教育不仅仅是单独出来一门学科更应该体现在各学科教育之中。

4.丰富思想政治教育方式

首先,要求授课教师结合当下时事,配以个人见解,并要求同学之间互相交流看法和意见。其次,可以采用比赛、模拟法庭、模拟政府的方式巩固思想政治基础知识。在比赛制度下,学生的活跃度会明显提高,课堂生动起来学生的接受程度就会高很多。最后,还可以在授课过程中通过演讲、多媒体等途径营造课堂氛围,激发大学生的学习积极性。

五、结束语

思想政治教育与心理健康教育是相辅相成,相互补充的关系。大学生在中国这样一个人口庞大的社会里,必须要有一个健康的心理素质和强大的心理承受能力,这样才能在困苦中成就未来,实现自己美好的梦想。大学生的心理素质的培养和调节一方面来源于自我调节,自我改变和适应;另一方面也来自于社会和学校以及家庭的帮助,学校需要对他们进行良好的教育,学校和家庭需要提供健康的生活环境,这样才能使大学生健康快乐地成长。

参考文献:

- [1]范凌燕.大学生思想政治教育图书出版领域的拓展——兼评《大学生思想政治教育与心理健康》[J].出版广角, 2021, 18(8): 94-96.
- [2]左江萍.大学生思想政治教育与心理健康教育有机融合策略探究[J].青春岁月, 2021, 10(11): 171.
- [3]姜一凡.大学生思想政治教育与心理健康教育整合探索[J].大学, 2021, 29(7): 45-46.