

# 心理健康教育融入高校思想政治教育的困境及消解路径

万璐, 朱阿丽\*

山东理工大学马克思主义学院, 山东 淄博

收稿日期: 2023年8月10日; 录用日期: 2023年9月12日; 发布日期: 2023年9月20日

## 摘要

心理健康教育和思想政治教育是高校立德树人的两大重要环节, 二者之间有着契合点。心理健康教育融入高校思想政治教育, 是促进学生全面健康发展的需要、凸显学生主体性地位的需要以及完善高校育人体系的需要。但当前面临着教学资金有限、教师人才缺乏、教学目标不明确、教育方式单一以及教学过程不充分等困境, 因此要着力进行解决, 通过加大资金投入力度、加强教师队伍建设、明确教学目标、丰富教学方式以及完善教学过程五个路径进行消解, 助力心理健康教育融入高校思想政治教育工作的顺利进行, 培养具有健康身心和品德素养的高素质人才。

## 关键词

大学生, 高校思想政治教育, 心理健康教育

# The Dilemma and Resolution Path of Integrating Mental Health Education into Ideological and Political Education in Colleges and Universities

Lu Wan, Ali Zhu\*

School of Marxism, Shandong University of Technology, Zibo Shandong

Received: Aug. 10<sup>th</sup>, 2023; accepted: Sep. 12<sup>th</sup>, 2023; published: Sep. 20<sup>th</sup>, 2023

\*通讯作者。

文章引用: 万璐, 朱阿丽. 心理健康教育融入高校思想政治教育的困境及消解路径[J]. 社会科学前沿, 2023, 12(9): 5294-5299. DOI: 10.12677/ass.2023.129725

## Abstract

Mental health education and ideological and political education are two important links to cultivating morality and cultivating people in colleges and universities. The integration of mental health education into the ideological and political education of colleges and universities is the need to promote the overall and healthy development of students, highlighting the need for students' subjective status and improving the education system of colleges and universities. However, at present, we are faced with such difficulties as limited teaching funds, lack of teachers, unclear teaching objectives, single education methods and inadequate teaching process. Therefore, we should focus on solving these problems by increasing capital investment, strengthening the construction of teachers, clarifying teaching objectives, enriching teaching methods and improving teaching process. Help mental health education into the smooth progress of ideological and political education in colleges and universities, and cultivate high-quality talents with healthy body and mind and moral quality.

## Keywords

College Students, Ideological and Political Education in Universities, Mental Health Education

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

随着国民经济发展和高校深化改革的进行,当代大学生的学业与就业压力与日俱增,随之而来的各种心理问题也愈来愈多,如何预防和解决大学生心理健康问题成为高校目前亟需攻克的难题。教育部等十七部门关于印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023~2025年)》的通知中指出了新时代全面加强和改进新时代学生心理健康工作,提升学生心理健康素养的重要性。高校思想政治教育是高等院校教育教学的重要内容,是高校坚持以立德树人为根本任务的重要环节。心理健康教育与高校思想政治教育之间有着相同的契合点,二者可以巧妙结合,进行教育融合,形成教育合力。但目前心理健康教育融入高校思想政治教育面临一些困境,因此要客观分析当前困境,为心理健康教育融入高校思想政治教育提供路径选择,保持大学生心理健康的同时提升其思想道德修养,促进大学生全面协调健康发展。

## 2. 心理健康教育融入高校思想政治教育的必要性

心理健康教育是根据受教育者的身心发展规律,有针对性地运用心理学的教育方法,帮助大学生有效地进行心理调节,培养学生良好的心理素质,指导学生健康乐观生活,促进学生综合素质全面提高的教育[1]。大学生思想政治教育主要是指根据大学生的发展规律以及思维变化规律,采用科学的教育方法,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提升的教育。

心理健康教育与大学生思想政治教育关系密不可分,二者可以巧妙结合,形成教育合力。二者有着相同的契合点。一方面,良好的心理状态是接受思想政治教育的前提。思想道德的产生、发展、变化都会受到个体心理发展的影响和制约。另一方面,良好的思想政治素养又是塑造健康心理的基础。个体心

理发展的方向要受到主体思想的支配,同时,心理健康教育与思想政治教育在总目标上也是一致的,都是帮助学生解决学习和生活上的问题,提升学生适应社会的能力,提高学生的综合素质,培养全面发展的人才[2]。心理健康教育与高校思想政治教育有契合点的同时又各有侧重点,心理健康教育倾向于培养学生健康的心理,通过分析大学生身心规律,主要对学生的学习生活、人际关系等进行帮助和指导,帮助学生清除心理障碍,提高学生的自我控制和协调能力,促进学生身心健康发展。而大学生思想政治教育有着明确的价值导向,更加注重学生价值观和人生观的引导,对学生进行政治方向、思想意识的教育,帮助学生形成较高的政治觉悟,提高学生的思想道德水平[3]。

### 2.1. 促进学生全面发展的需要

作为国家的未来和民族的希望,大学生应坚持德智体美劳全面发展,不仅要有较高的文化知识水平和思想道德水平,还要有健康良好的心理品质。有些学生会同时遇到思想与心理层面的交叉问题,比如当学生面对学业压力和多元社会思潮时,心理和思想问题就会接踵而来,单一方的教育力量不足以解决问题,因此,要将心理健康教育融入高校思想政治教育中,在二者契合点的基础上推动学科融合,还要各自深化侧重点,探寻合适的教育方法,提升协同育人实效,促进学生全面发展。将心理健康教育贯穿进思想政治教育的全过程,在思想政治教育中以德育心,引导学生坚定理想信念,坚定政治信仰,厚植爱国主义情怀,践行社会主义核心价值观,同时引导学生树立正确的价值观,认清并自觉避免不良价值观的影响,规范自身心理和道德行为。在心理健康教育中以心润德,提升学生的心理健康素养,引导学生形成积极乐观的生活态度,同时提高学生的思想道德水平,促进学生健康全面发展。

### 2.2. 凸显学生主体性地位的需要

学生是学习的主体,随着教育教学改革的深化,学生在教学中的主体性地位越来越重要,要使学生真正地成为学习的主人,教师成为学生学习的引导者。在高校思想政治教育中,教学模式主要还是以教师传授知识、学生学习知识的单向传授模式为主,学生的主观能动性并没有被很好的激发出来。而在心理健康教育中,却尤其重视学生的主体性,根据学生的诉求有针对性地完成教育活动,学生的主观能动性可以被很大程度地发挥出来。因此,将心理健康教育融入高校思想政治教育中,也是着力凸显学生主体性地位的需要。一方面,在思政教学中教师以学生为主体,重视学生身心发展规律,发挥学生的主观能动性,调动学生的学习积极性,传授知识的同时关心学生的身心健康问题,注重与学生之间的情感交流和精神共鸣,这样师生之间可以逐渐形成一种双方互相理解、认同的友好关系。另一方面,心理健康教育在尊重学生主体性地位的基础上引导学生形成积极向上的人生态度,同时结合学生特点与实际状况,引导学生树立坚定的理想信念和科学的价值观,以学生喜闻乐见的方式推动思想政治教育与健康教育充分融合,提升教育教学的亲和力与实效性,使教育教学成为师生之间相互影响、共同完成的双边性活动。

### 2.3. 完善高校育人体系的需要

高校要贯彻落实立德树人的根本任务,为国家培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人,就要健全完善一套科学有效的育人体系。将心理健康教育融入高校思想政治教育中,可以发挥学科优势,推动学科融合,打造协同育人的创新教学模式。首先有利于整合教学资源,心理健康教育融入高校思想政治教育中,可以使教学资源配置更加科学化,一方面,有利于思政课老师与心理健康教育老师师资队伍整合优化,提升思政课教师的心理健康教育能力,增强心理健康教育老师的思想政治素养,发展扩大综合专业型教师的队伍,强化协调育人的队伍力量。另一方面,心理健康教育与思想政治教育的教学内

容有所交叉,二者融合有利于教学资料与数据库可以进行整合优化,促进资源共享,提高教学资源的最大利用率。其次有利于创新教学模式。心理健康教育的教学模式相比于思想政治教育来说更加生动且富有感染力,将心理健康教育融入高校思想政治教育中,可以探索不同的教学模式,提升教育的实效性。最后有利于丰富教学内容。通过课程内容融合,使教学范围更加的广泛,有利于让学生学习到更多有用的知识,拓宽学生知识面。

### 3. 心理健康教育融入高校思想政治教育的困境

当前,心理健康教育融入高校思想政治教育工作在教学资源以及教育体系中存在一定的现实问题。

#### 3.1. 教学资金有限

教育教学是高校最主要的工作,教学资金是高校最重要的资金。各高校在推进心理健康教育与思想政治教育融合的过程中会需要大量的人力、财力和物力,而财政部门拨给高校的资金是有限的,财政投入低导致教育融合的过程所需的资金保障力度不到位,从而导致心理健康教育和思想政治教育的融合无法顺利进行。

另外,在教学资金的精细化管理方面也存在着很大的问题。虽然,我国大多数高校都根据国家的规定准则等制定了一些教学资金管理制度,但都比较粗略,整体上比较笼统,操作性不强。在教学过程中,经费管理办法或细则得不到有效落实,资金支出比较随意,这就导致在推进心理健康教育和思想政治教育融合过程中,所需的教学用具和设备不能到位,这在一定程度上也会使教育质量大打折扣[4]。

#### 3.2. 教师人才缺乏

近年来,虽然大学生对心理健康教育的内容有了多样化的需求,但相关教师的队伍专业性明显跟不上需求的变化。目前,我国高校的思想教育工作队伍中具备心理学知识和素养的专业人才十分匮乏,从事思想政治教育的工作人员中。大多数的心理学相关知识和必备技能欠缺,甚至连最基本的心理学知识和心理疏导方法都没有很好的学习和掌握,这就导致在大学生出现心理问题需要帮助和疏导时,思想政治教育工作者不能够在分析大学生心理发展规律的基础上,有针对性地深入了解和解决大学生的心理困惑[5]。

#### 3.3. 教学目标不明确

高校心理健康教育和思想政治教育的总目标就是帮助学生解决学习和生活上的问题,提升学生适应社会的能力,提高学生的综合素质,使学生在心理健康的前提下形成和发展良好的思想品质,进而培养全面发展的人才。而在具体实践中,通常只会关注大学生的政治方向的坚定与否以及思想道德品质的培养好坏,反而忽略了大学生的心理素质的培育,忽视大学生的心理健康与否。在教育融合前就没有形成一个明确而具体的目标,导致在实施过程中偏离了方向,导致教学问题频发。

#### 3.4. 教育方式单一

由于心理健康教育和思想政治教育有很大的差异性,在教育融合中就要兼顾两者的特点。教师在开展教育融合时所采用的教学方式应该多样化、多元化。但在具体实践中,大多数的教师可能更喜欢应用一些传统的教学方式,把教学重点放在了理论教学上,忽视心理健康教育方式的灵活性,这就导致教育融合过于刻板,不利于学生接受。如果整体的教学理论篇幅过大,也会使学生产生厌烦情绪。当前社会飞速发展,大学生接触到的新鲜事物多,所以一般都会喜欢更为新奇有趣的教学方式,对于传统的教学方式接受度低。而且每个学生所处的环境不同,面临的困难压力不同,所产生的心理问题也是不一样的,



这就需要教师采用更为多元化的教学方式来解决不同学生的不同心理问题。

### 3.5. 教学过程不充分

高校的思想政治教育工作者大多数缺乏教育融合思想,没有真正地将心理健康教育和思想政治教育真正融合,导致一些教学过程只是流于形式,没有深入实践。从学生遇到的实际困惑入手应该是实现教育融合的基础性条件,但在教学过程中,教师都更加注重具体课程内容的讲授,忽视在实践中解决学生的实际问题,在教学过程中没有让学生参与到其中,成为教学过程的主体,教学过程不充分,缺乏应有的系统性和长期性,这就影响了教学工作的进程和质量。

## 4. 心理健康教育融入高校思想政治教育的消解路径

将心理健康教育融入高校思想政治教育,可以逐步提升学生的心理健康水平和思想道德素养,着力提升高校教育实效,为国家培育一批担当民族复兴大任的时代新人,因此应从以下几方面积极消解困境。

### 4.1. 加大资金投入力度

财政部门要出台相应的财政政策,加大对高校教学资金的投入,加大教学资金的保障力度。高校还应该制定相应的教学资金管理制度,积极加强制度建设,将教学资金进行精细化管理。第一,明确教学经费精细化管理的具体目标,降低成本和财务风险,为教育融合做好服务工作。第二,将教学资金管理责任落实到岗位和个人,采购教学用具和设备时要遵循公开透明的原则进行有效科学的开支。

### 4.2. 加强教师队伍建设

第一,增加具备心理健康教育的教师数量,并且要扩大掌握心理学知识和技能的教师队伍,聘请心理专家对其进行培训,培养专业的队伍。第二,通过专题讲座交流等形式,引导和鼓励相关教师学习教育融合观念和理论,提高教师的知识素养和专业水平。第三,完善相关的教师管理制度,完善激励机制,激发教师工作积极性,使教师真正深入实践,了解每位同学不同的心理和思想问题,落实教育教学工作[6]。

### 4.3. 明确教学目标

教学目标是教学的方向,是判断教学是否有效的直接依据。因此对教学目标的确立必须深思熟虑。首先要正确认识和定位心理健康教育和思想政治教育,把握教学整体方向。其次要了解学生具体心理问题,根据实际制定明确而具体的教学目标。最后,应确保教学目标在教学实践中具有可操作性。只有具备了指向清晰的教学目标,教育融合过程才能主次分明,联系紧密。

### 4.4. 丰富教学方式

心理健康教育与思想政治教育的融合不应仅局限于传统的教学方式。在授课过程中,教师应该注重学生的参与度,可以就某一热点问题与学生之间展开交流互动。或者采取微课、智慧课堂、翻转课堂等模式,还可以采用演讲比赛、模拟情景、观看电影、结合案例等丰富轻松的教学形式进行授课。或者在高校思政课中可以加入一些心理测试游戏,使思政课更加的有趣生动,贴近学生生活。或者在心理健康教育中加入理论讨论,使其更加专业化等,这样不仅有利于学生掌握基础的心理学和思想政治理论知识,还能使学生积极主动起来,满足大学生精神和心理的需求,从而达到良好的双重教育效果[7]。

### 4.5. 完善教学过程

将教育融合思想真正地融入教学过程去。第一,要积极向大学生传授心理学知识,增强寻求心理

健康意识,端正学生对心理健康教育的看法,引导学生在遇到问题时主动寻求帮助,减轻心理压力,缓和负面情绪。第二,通过开展丰富多彩的文化活动,为大学生的心里减负,为有困难的学生提供帮助和支持。第三,可以带领大学生们进行社会实践,将相关的心理学和思想政治教育理论应用到实际中。第四,开设线下和线上沟通教育平台,通过思想政治教育的理论支持,灵活运用心理健康教育,实现对大学生思想和心理上的双重教育和引导。

## 5. 结语

综上所述,随着时代的发展,教育水平的不断提高,高校心理健康教育与思想政治教育的融合具有一定的可行性,高校要高度重视心理健康教育与思想政治教育的融合,积极推进二者融合,解决困境,为二者教育融合提供支持和帮助,推动高校育人体系不断地科学化、高效化,有效助力高校立德树人工作的顺利进行,为国家培养一批具有高水平政治素养、专业能力以及健康身心的全方面发展型人才。

## 参考文献

- [1] 吴燕飞,吴海静. 大学生心理健康教育与思想政治教育的整合策略探索[J]. 中国多媒体与网络教学学报(中旬刊), 2021(9): 57-60.
- [2] 马依然·买买提. 浅析高校思想政治教育与健康教育的有效结合[J]. 作家天地, 2021(22): 191-192.
- [3] 赖文庆. 思想政治教育视角下的大学生心理健康教育研究[J]. 黑龙江教师发展学院学报, 2021, 40(11): 110-112.
- [4] 刘宏. 教学经费精细化管理问题研究——以 M 大学为例[J]. 财经界, 2021(23): 19-20.
- [5] 卢梦青. 高校心理健康教育与思想政治教育的融合研究[J]. 作家天地, 2021(28): 174-175.
- [6] 潘柏权. 高校心理健康教育与思想政治教育结合路径研究[J]. 吉林教育, 2021(32): 52-53.
- [7] 巴晓娜. 高校思想政治教育和心理健康教育的有效融合路径研究[J]. 大学, 2021(24): 56-58.