

大学生心理健康教育与思想政治教育融合研究

裴冉，高万豪*

天津城建大学，天津 300384

摘 要： 本文以大学生心理健康教育与思想政治教育融合为研究对象，先概述了心理健康教育和思想政治教育的理论基础，并探讨了两者融合的理论依据。接着，分析了当前大学生心理健康教育与思想政治教育的现状，并对两者融合的现状进行了评估。文章进一步揭示了融合过程中存在的困境与挑战，并在此基础上，从制度与政策、理论与实践、师资队伍与课程设置三个层面，探索了心理健康教育与思想政治教育融合的路径。研究旨在为优化高校教育模式，促进大学生全面发展提供理论参考和实践指导。

关 键 词： 大学生；心理健康教育；思想政治教育；融合路径；现状分析

Research on the Integration of Mental Health Education and Ideological and Political Education for College Students

Pei Ran, Gao Wanhao*

Tianjin Chengjian University, Tianjin 300384

Abstract： This paper takes the integration of mental health education and ideological and political education for college students as the research object. It first outlines the theoretical basis of mental health education and ideological and political education and discusses the theoretical foundation for the integration of the two. Then, it analyzes the current status of mental health education and ideological and political education for college students and assesses the state of integration. The article further reveals the dilemmas and challenges existing in the integration process. Based on this, it explores the paths for integrating mental health education and ideological and political education from three levels: institution and policy, theory and practice, and teaching staff and curriculum setting. The research aims to provide theoretical references and practical guidance for optimizing the educational model in colleges and universities and promoting the comprehensive development of college students.

Keywords： college students; mental health education; ideological and political education; integration path; status analysis

引言

随着社会的快速发展，大学生群体面临着前所未有的心理压力和思想挑战。心理健康教育和思想政治教育作为高校教育的重要组成部分，对于培养具有健全人格、良好心理素质和正确价值观的社会主义建设者和接班人具有重要意义。然而，在现实教育实践中，心理健康教育和思想政治教育往往各自为战，缺乏有效地融合与协同，这在一定程度上影响了教育的整体效果。

一、大学生心理健康教育与思想政治教育的理论基础

高校将思想政治教育与心理健康教育融合，既能为落实立德树人根本任务奠定良好的基础，又能有效提高大学生思想政治素养和心理健康素养^[1]。传统教育模式中，思想政治教育内容相对较为单调，并且教育教学方法相对较为陈旧，对思政教育工作的时效性、有效性等多方面产生了严重的不良影响。为了进一步提高高等教育教学水平、培养更多的优秀人才，应当加快推动思想政治教育、心理健康教育之间的有机融合，而该方面也是本文研究工作的重点^[2]。

（一）心理健康教育的理论概述

心理健康教育，致力于推动个体在心理素质上的全面发展，其理论基础涵盖了心理发展、心理疏导和积极心理学三大领域。心理发展理论着眼于揭示个体在不同生命阶段的心理成长轨迹，深入探究成长的规律与特点。心理疏导理论则专注于提供解决心理问题的策略与技巧，旨在帮助个体克服心理障碍，实现自我成长。而积极心理学理论着重于挖掘个体的内在潜能，培养其积极的心理品质和生活态度。

（二）思想政治教育的理论概述

思想政治教育拥有一套深邃且丰富的理论体系，其核心要义

涵盖了马克思主义关于人的全面发展理论、社会主义核心价值观教育理论，以及新时代思想政治教育理论。马克思主义关于人的全面发展理论，凸显了思想政治教育在塑造全面发展个体中的核心作用，强调通过教育实现人的精神和物质的和谐进步。社会主义核心价值观教育理论，则清晰地界定了思想政治教育在塑造价值观念、引领道德风尚中的关键职责。当前，高校思想政治教育的任务是引导我国大学生深入学习马克思主义思想，认同社会主义核心价值观和中国文化，坚定社会主义信念，坚定“四个自信”，帮助学生树立正确的世界观、人生观和价值观^[3]。

（三）两者融合的理论依据

心理健康教育与思想政治教育的结合，远非简单的拼接，而是基于它们在追求目标、教学内容和方法上的深刻联系。这两种教育都旨在推动大学生全面成长，心理健康教育着重于提升心理素质，而思想政治教育则聚焦于培育思想道德素质，两者相辅相成，共同构成了大学生全面发展的基础。在内容和方法的互相补充下，融合得以实现。例如，心理健康教育中的情感培养和自我认知技巧，能够为思想政治教育带来更为丰富的教学手段。这种融合的深层逻辑，还在于它们共同致力于实现高校人才培养的终极目标——聚焦立德树人根本任务，着力培养有理想、有本领、有担当的新时代大学生。

二、大学生心理健康与思想政治的现状分析

做好高校思政工作的重要前提在于准确把握好大学生的思想价值观念以及心理发展动态^[4]。

大学生的心理健康状况呈现出复杂且多层面的特点。总体而言，我们可以观察到大多数大学生的心理状态保持在一个相对健康的水准，但不可忽视的是，仍有部分学生在心理健康方面遭遇挑战。这些问题涉及抑郁情绪、焦虑症状、对学业的倦怠感、网络成瘾以及自我伤害行为等，而且这些心理问题在大学生群体中的发生率呈现出逐年上升的趋势。

导致这些心理健康问题的因素纷繁复杂，涵盖了学习压力的增大、情感关系的波动、家庭环境的变动、就业前景的不确定性以及人际交往的挑战等。这些因素共同作用于大学生，使得他们在应对学业压力、生活琐事以及未来规划时，心理负担不断加重。此外，当前高校在心理健康教育和支持系统方面存在一定的短板，比如教师对于心理健康教育的认识和专业能力有待提升，学校在识别和早期干预学生心理问题方面缺乏足够的科学研究支持。

针对这些问题，政府和教育机构已经启动了一系列积极的措施。例如，成立了全国学生心理健康工作咨询委员会，并制定了全面加强和改进学生心理健康工作的行动计划。在预防和干预策略上，更加注重预防措施，强调提升心理健康教育的专业性和科学性，同时加强高校在心理健康领域的科研活动，以期更深入地理解并有效解决学生的心理健康问题。

而将心理健康教育和思想政治教育结合起来，是目前各高校和教育部门一直在尝试的工作^[5]。在融合实践中，部分高校已经开

始尝试，如开设跨学科课程、联合举办教育活动等。但从整体来看，融合程度尚浅，存在以下问题：一是融合机制不健全，缺乏长效的协同运作模式；二是教师队伍缺乏跨学科知识和技能，难以实现深层次融合；三是学校在树立学习典型中，往往会将高尚的道德品质、正确的思维和观点等作为重要的标准，没有明确的心理健康标准^[6]。因此，对两者融合的现状评估显示，虽然取得了一定成效，但仍需在多个层面进行深入探索和改进。

三、大学生心理健康教育与思想政治教育融合的困境与挑战

融合之路往往不是一帆风顺的，大学生心理健康教育与思想政治教育的融合也不例外，它同样面临着众多困境与挑战。

（一）融合过程中的主要困境

在大学生心理健康教育与思想政治教育的融合之路上，遭遇了多重挑战。先是教育理念的差异性造成了障碍：心理健康教育侧重个体心理素质的培养，而思想政治教育强调社会意识形态的引导，两者在核心理念上的不同增加了融合的难度。之后课程设置的分离也是一个问题，导致学生在学习过程中难以体会到两者的内在联系。再者，师资力量的不足直接影响了教育融合的效果，大多数教师擅长单一领域的知识，缺乏跨学科的教学能力。并且由于重视程度不足，导致相关培训力度不足，教师的专业水平和道德素养没有得到更好提升，更在一定程度上影响了教学质量的提升^[7]。

（二）面临的挑战与问题

在大学生心理健康教育与思想政治教育的融合过程中，教育模式的创新成为首要挑战。如何打破传统的教育模式，创造性地将两者相结合，形成新的教育范式，是当前教育工作者面临的重大课题。同时，评价体系的构建也是亟待解决的问题。如何评价融合教育的效果，并建立一套科学合理的评价体系，以衡量融合教育的成效，对于确保教育质量至关重要。此外，提高学生的认同感，让他们主动参与到教育活动中来，增强教育的吸引力和感染力，是一个长期且复杂的任务。教育工作者需要不断探索，以适应社会环境的变化，培养出符合时代要求的合格人才。在这个过程中，挑战与机遇并存，需要我们共同努力，为大学生提供更全面、更有价值的教育。

四、大学生心理健康教育与思想政治教育融合的路径探索

探索融合之路，旨在为大学生心理健康教育与思想政治教育的协同发展提供可行的方案。

（一）制度与政策层面的融合路径

为了促进大学生心理健康教育与思想政治教育的深度结合，我们必须采取一系列细致而周密的措施。构建一个完善的融合教育机制是至关重要的第一步。这涉及制定明确的政策框架，界定融合教育的具体目标、内容与实施要求，确保心理健康教育与思

想政治教育在教育教学中相互补充、协同进步。二者各自独立，又紧密联系，为彼此的融合提供了基础^[8]。接下来，高等院校应当从战略的高度出发，对融合教育的发展进行长远规划。学校管理层需要出台具体的指导意见，为融合教育的实施提供坚实的政策保障。这些指导意见应当涵盖课程设置、教学方法、师资培训等多个方面，以确保融合教育的顺利进行。最后，优化资源配置是确保融合教育成功的关键一环。这要求我们合理分配和利用教育资源，特别是要加大对心理健康教育领域的投入。这不仅包括财政资金的投入，还包括人力资源、设施设备等方面的支持。通过这种方式，我们可以确保心理健康教育与思想政治教育在资源分配上的均衡，从而推动融合教育的全面发展。总之，通过建立健全的融合教育机制、制定明确的政策框架、优化资源配置，可以有效地实现大学生心理健康教育与思想政治教育的融合，为培养具有良好心理素质和社会责任感的新时代大学生创造有利条件。

（二）理论与实践层面的融合路径

为了深化大学生心理健康教育与思想政治教育的融合，我们必须在教学内容和方法上进行大胆创新。一是应该着手整合教学内容，将心理健康教育与思想政治教育的独特优势结合起来，开发出跨学科的教学内容。这样的整合不仅能够实现知识体系的互补，还能够促进两种教育理念的深度融合，为学生提供一个更加全面、多元的学习体验。二是创新教学方法是推动融合教育深入发展的关键。我们需要打破传统的教学模式，采用更加互动、体验式的教学方法。学校方面也可带领学生开展与思想政治教育心理健康教育有关的社会实践活动，了解学生现存的思想问题及心理问题，并针对性地对其加以辅导，提高学生心理健康水平和自我调节能力^[9]。第三，开展实证研究是理论创新的重要途径。通

过系统的调查研究，我们可以更准确地把握大学生的心理健康状况、思想动态以及他们对融合教育的接受程度。这些实证数据将为我们理论创新提供坚实的支撑，帮助我们更好地理解学生的需求，进而优化教学内容和方法。

具体而言，可以通过问卷调查、深度访谈、案例分析等方式，收集关于大学生心理健康和思想状态的第一手资料。同时，实证研究还能促进教育工作者对融合教育理念的理解，提高他们在实际教学中应用新理论、新方法的能力。

（三）师资队伍与课程设置层面的融合路径

为了实现大学生心理健康教育与思想政治教育的有效融合，需采取一系列措施。培养跨学科师资至关重要。需要切实做好教师队伍的建设工作，建立起一支能够同时胜任思想政治教育和心理健康教育的教师队伍^[10]。设立融合课程也是关键。可以开设跨学科选修课程，将心理健康教育与思想政治教育内容有机融合，让学生在课程学习中自然体会到两者的联系。同样，构建协同教学模式也是重要的一步。鼓励不同学科教师联合开展教学活动，实现教学资源的共享和教学效果的提升，为学生的全面发展提供更加丰富的教育体验。

结束语

随着时代的演进和教育观念的刷新，大学生心理健康与思想政治教育的融合日益成为高校教育改革的关键。全文梳理显示，这一融合过程非一日之功，它需要教育者、政策制定者和社会的共同努力。我们坚信，持续的探索与实践将揭示更有效的融合之道，助力培育具有健全心理和坚定信念的新时代人才。愿我们的不懈努力，能为学子们指明方向，助其在人生舞台上熠熠生辉。

参考文献

- [1] 范乙颖. 思想政治教育 with 大学生心理健康教育融合探赜 [J]. 成才之路, 2023, (36): 33-36.
- [2] 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.
- [3] 谭琳, 魏南强. 大学生心理健康教育 with 思想政治教育协同育人研究 [J]. 教师博览, 2023, (12): 21-22.
- [4] 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.
- [5] 樊荣. 大学生心理健康教育 with 思想政治教育的有效融合 [J]. 知识窗 (教师版), 2021, (07): 97-98.
- [6] 陶馨. 大学生心理健康教育 with 思想政治教育结合 [J]. 科学咨询 (教育科研), 2022, (11): 147-149.
- [7] 王瑶, 王晨. 大学生心理健康教育 with 思想政治教育的契合对策阐释 [J]. 吉林教育, 2023, (11): 94-96.
- [8] 林婵, 左智娟, 赵玉洁. 大学生心理健康教育 with 思想政治教育融合实践研究 [J]. 教育教学论坛, 2022, (43): 153-156.
- [9] 黄雨心. 大学生思想政治教育 with 心理健康教育的融合策略 [J]. 才智, 2021, (17): 13-15.
- [10] 王博古. 大学生网络思想政治 with 心理健康教育的融合路径分析 [J]. 创新创业理论与实践, 2022, 5(02): 114-116.