

探索基于思想政治教育的大学生心理健康教育相结合工作模式研究

周鑫

石河子大学 水利建筑工程学院，新疆石河子市，832003；

摘要：当前大学生成长于社会转型和信息爆炸的双重语境之中，既遭遇多元价值观念的冲击，又要应对学业就业等众多压力，心理健康问题表现出复杂化，隐匿化的特征，传统的心理健康教育着重于心理问题的干预，情绪调节技术的传授，虽能改善表面症状，但无法解决由价值迷茫造成的深层心理困惑，思政教育侧重于价值引领，但在执行时容易陷入理论说教的僵局，忽略个体心理接受机制，这种割裂造成育人工作存在“思想引导缺温度，心理疏导缺方向”的实践矛盾，本项研究重点塑造“目标复合—内容交叉—方法协同”三位一体的工作格局，革新课程联动，师资共建，评价整合等操作路径。

关键词：思想政治教育；大学生心理健康教育；结合；工作模式

DOI：10.69979/3029-2735.25.11.034

引言

近些年来，国家“三全育人”政策突出大思政格局，给两类教育融合赋予了政策契机，怎样把顶层设计变成可操作的育人模式，依然是迫切要解决的问题，这项研究依照教育协同理论，关注思政教育和心理健康教育的融合机理，冲破以往研究里把两者当作平行体系的认知限制，着重探究价值引领和心理培育的互动规律，通过解构思政教育里的心理认同机制，剖析心理健康教育蕴含的价值引导空间，找出两类教育在目标规划，内容安排，方法应用上的互补之处。

1 思政教育与心理健康教育融合的重要性分析

1.1 新时代人才培养的迫切需求

当下的社会快速向前发展，人们的思想观念变得多种多样，大学生们所要做出的价值选择和心理适应问题也越来越复杂，社会环境的改变对青年学生的思想定力和心理韧性提出了更高的要求，思想政治教育向学生传递社会主义核心价值观，使他们能在各种信息中找到正确的方向，心理健康教育注重个体的情绪管理以及人格完善，二者共同构成了应对现实压力的基础保障，对于一些青年学生出现的理想信念模糊不清，抗挫折能力较差等问题，如果只是强调理论上的灌输或者心理上的疏导都是不够全面的，只有把思想引导和心理培养结合起来，才能形成更加完整的育人链条。这种融合一方面弥补了传统思政教育忽视个体心理需求的缺陷，另一方面突破了心理健康教育缺乏价值导向的弊端，使学生在坚

持政治立场的同时具有解决现实矛盾的心理素质，教育实践要打破学科壁垒，依靠思政教育打牢精神根基，依靠心理健康教育改善认知方式，培养出既有家国情怀又懂自我调适的时代新人。

1.2 教育协同效应的理论逻辑

思政教育和心理健康教育能协同起来，是因为二者在育人目标上存在深层次的契合。思政教育侧重于价值观引领，它塑造理想信念给学生赋予精神坐标，心理健康教育则聚焦心理调适，帮人化解情绪困扰和认知偏差，这种内外互补的关系是协同育人的根基，从思想层面的价值认同需要心理机制来接纳并转换，稳定的心理状态又会增强价值观念付诸实践的动力，二者在人的全面发展上形成闭环效果，当思政教育传递集体主义精神的时候，心理健康教育便一同培育共情能力和社会适应技能，把抽象的价值理念变成可感知的行为能力，当心理疏导减轻焦虑迷茫之时，思政教育就要及时给予意义感和方向感，防止心理调适陷入价值虚无^[1]。这种双向渗透既保证了思想引领不脱离实际心理需求，又让心理干预有了价值判断的基准线。教育协同并非简单叠加，而是由思政教育定“该往哪里走”，靠心理健康教育解“如何走得稳”，从而达成价值塑造和人格完善的高度统一，为培养知行合一时代青年提供理论依据。

2 思政+心理健康教育模式的核心特点

2.1 教育目标的复合性

思政教育和心理健康教育融合形成的教育目标体

系有着双层导向，一方面要提高思想境界，另一方面也要改善心理品质，传统的思政教育重点在于塑造正确的价值观和社会责任感，心理健康教育则着重于情绪调整和自我认识的能力，两者融合之后就不再拘泥于一个方向，而是把家国情怀的培养和个体心理的成长放到同一个框架内，这种复合性表现为：当引导学生领悟集体主义精神的时候，也会关注他在人际交往方面的心理适应情况^[2]；在加强理想信念的过程中，还会考虑到面对挫折时的心理韧性训练。价值观的树立需要心理认同与内化，健康的心理状态又给价值实践带来稳固支撑，二者相互渗透形成螺旋上升的成长路线，教育目标不再被拆解成“思想正确”或者“心理正常”的机械标准，而是强调在了解社会使命时完善自我人格，在解决现实困扰中坚定价值追求，这种目标设定冲破非此即彼的思维定式，让青年既能从宏观层面把握人生方向，又能从微观层面掌握自我调适技巧，从而做到精神境界与心理素质的共同提升。

2.2 教育内容的交叉性

思政与心理健康教育融合之后，教学内容出现层次交织的现象，原本各自独立的知识体系开始相互联系起来，思想政治教育里有关理想信念的阐述，自然而然地牵涉到心理健康教育的生命意义探究，心理健康课程中的情绪管理技巧训练，也巧妙地融入到思政教育所提倡的责任担当意识当中，这种交叉性打破了学科界限，使得家国情怀的培育不再仅仅停留在理论说教层面，而是借助心理剧，团体辅导等形式变成可体验的情感共鸣，压力应对方法的教学也不再只是单纯的技术指导，而是与奉献精神培育结合起来升华为一种价值选择的内在力量。历史使命教育与学生职业规划的心理辅导结合，宏观叙事化作成长动力；人际交往技巧训练同集体主义价值观引导并行，日常行为规范也有了意义支撑。

2.3 教育方法的协同性

思政与心理健康教育融合起来，就产生了方法上的互补现象，不同的教育手段在交互过程中形成了育人合力，思想政治教育惯用的理论讲授、榜样示范这些方法，同心理健康教育擅长的情景模拟、团体辅导等技术相互配合，使得价值引导既有思想深度又带情感温度，课堂讨论里掺入心理投射技术，让那些抽象的价值观念通过角色扮演变得具体起来，心理咨询的时候加入价值观澄清工具，这样就能让情绪疏导自然而然地过渡到信念重建，集体层面的红色研学活动里也一并嵌入心理素质训练，个体咨询时的认知调整主动对接社会责任培育，这

种双向渗透冲淡了传统方法单向灌输的色彩。教育者在思政课里用倾听共情技巧加强互动效果，在心理辅导时用家国叙事引发成长动力，方法的创新性组合产生了“理性认识与情感体验共振”的教学情形，协同不是简单拼凑，而是依照教育目的灵活调配方法比例，让理论说服力靠心理认同加强，心理调适效果借价值导向升华，从而做到思想启迪与心理成长同步发生^[3]。

3 基于思想政治教育的大学生心理健康教育相结合工作模式的构建路径

3.1 构建协同育人机制

思政教育和心理健康的深入结合需系统的机制来保障，主要是打碎传统教育里思想引导与心理服务各自运转的界限，通过制度安排营造出育人合力，教育主管机关应当领头制订整合方案，明晰思政教师和心理辅导员合作的规矩，创建起定期联络的跨部门工作小组，保证教育目标、内容、办法一起谋划。学校内部要整合课程资源，于思政必修课之中嵌入心理成长板块，把社会责任感培育同抵抗压力能力训练联系起来设置话题，同时在心理课程选修课里面加入价值分析部分，从而做到思想引导和心理调适的自然连接。教师队伍培育要促成专业跨界，通过联合练习让思政教师知晓基本的心理辅导技能，心理教师掌握主流的价值方向，在备课、授课、辅导每个环节彼此支撑。活动实践当中摸索双轨并行的组织形式，在红岩教育基地做心理素质拓展，在心理工作坊里面穿插家国情怀探讨，使两种教育载体互相渗透。评价体系要创建复合指标，既要看学生的政治认同度，也要跟心理适应情况挂钩，形成动态档案体现思想进步和心理成长之间的联系，网络平台开发得注重功能融合，线上思政微课配备心理自评工具，心理咨询专栏增添价值观引导内容，做到虚实结合的全域育人场景，这种协同不是简单堆砌资源，而是依靠制度创新重新组合教育要素，让思想引导得到心理认同的情感支撑，心理服务具有价值判断的坐标，最后达成“价值塑造有温度，心理疏导有方向”的育人新格局，让学生在认识社会使命和改进自我人格的良性互动中全面成长。

3.2 打造三位一体教学模块

构建思政与心理健康教育相融合的工作模式，要在课程体系上形成理论传授、实践体验、数字赋能相互支撑的教学结构，理论课程重点打通价值观引导与心理认知的联系，把社会主义核心价值观分解成可感知的心理品质，把爱国主义精神变成面对挫折时的心理韧性，把集体主义原则变成团队协作中的情绪管理技巧，让抽象

的理念变成学生可理解、可操作的行为准则，实践模块设计重视两类教育元素的场景化融合，组织学生开展乡村振兴调研的时候同步开展心理适应力训练，安排他们参加志愿服务的时候嵌入人际沟通技巧指导，让思想觉悟的提高和心理素质的改善在真实情境里同步发生。数字平台建设重点放在虚拟空间的教育渗透上，开发交互式学习系统的时候，既安排时政热点讨论区推动价值思辨，又安排心理自评工具加强自我觉察，而且借助智能推送达成思政案例和心理知识的精准对接，三类模块不是孤立存在的，理论课给实践活动赋予认知框架，实践反馈又能反向影响理论更新，数字平台会动态记载学习轨迹，从而给个性化指导给予根据，红色文化资源通过 VR 技术变成沉浸式心理体验场景，让历史事件的情感共鸣和压力应对练习自然融合起来，线上心理测评数据和思政课表现比较剖析，有助于老师找出思想波动和心理困扰的联系之处^[4]。这种三位一体结构冲破传统课堂单向灌输，让思想启迪既有理论深度又有情感温度，心理调适既有问题解决又有价值回应，学生在学习社会规范的同时掌握心理调节方法，在完善自己的同时加深社会责任认识，形成知识获取、情感体验、行为养成的完整闭环，实现价值引领和心理成长的同频共振。

3.3 培养复合型教育团队

思政同心理健康的深度融合，要求教师队伍打破单纯依靠某一专业知识背景的局限，打造既掌握价值引导又熟悉心理规则的教育组合，传统思政教师擅长理论说教但缺乏心理疏导技巧，心理辅导教师善于情绪调适却不擅长价值引导，这类专业壁垒直接影响着教育融合的成效，塑造复合型师资队伍要从知识再建构和协作机制两方面入手，通过跨学科培训使思政教师学会一些基本的心理咨询技术，使心理教师全面了解主流意识形态理论，在共同开展教研活动时搭建起一种共有的语言体系。实践指导期间，思政教师带着学生做社会调研的时候，心理教师跟着观察记录群体心理动态，二者联手规划一些既可以提升社会责任感又可以减轻实践焦虑的活动计划，创建双导师制度，给每个学生安排思政导师和心理导师，定时联合举行成长会诊，找出思想困惑和心理波动的交叉处，评价体系添加融合教育能力指标，促使教师去开发跨领域教学案例，把心理咨询里的典型案例变成思政教育素材，把价值观冲突当作心理团辅的主题，数字平台创建教师协作社区，共享教学资源的时候，标注思政和心理融合之处，智能搭配不同特长教师形成互补小组^[5]。这种团队建设不是要求教师个个都是全能型专家，而是以机制创新实现专业互补，让价值引导有心

理技术作支撑，心理服务有价值判断作基准，从而形成“理论共研、课程共建、问题共解”的生态循环，让教育者在互动中提升融合育人能力，为学生提供思想成长与心理发展相统一的全方位指导。

4 小结

本研究通过对思政教育和心理健康教育融合逻辑展开分析，证明了两类教育协同育人的必要性和可行性，价值引领和心理培育的深入融合，既弥补了传统思政教育忽视个体心理需求的缺陷，又冲破了心理健康教育缺乏价值导向的局限，塑造出“思想筑基、心理固本”的育人新生态，所创建的协同育人机制依靠制度更新重新组合教育要素，三位一体的教学板块做到理论传授、实践体验和数字赋能的有机衔接，复合型教师队伍的塑造有益于专业相辅相成，这些路径保证了融合模式具备可操作性。实践显示，红色文化资源变成心理体验场景，情绪管理技巧融入社会责任培育的时候，学生就能在认知社会使命的同时完善自我人格，在解决现实困惑时坚定价值追求，未来研究要更加重视融合教育的动态监测，创建更有针对性的评价工具，探究人工智能技术在个性化育人方面的应用，高校应该尽力完善跨部门协作平台，促使政策导向转化为常态化教育实践，让价值塑造和心理成长真正成为大学生全面发展的一体两面，为培育出能够担负民族复兴重任的时代新人形成有力支撑。

参考文献

- [1] 王鹤霏. 大思政格局下提升民办职业本科大学生心理健康教育实效性探索[J]. 新教育, 2025, (10): 79-80.
- [2] 贾威. 大学生心理健康教育中融入思政元素的探索与实践[J]. 湖北开放职业学院学报, 2025, 38(02): 87-88+92.
- [3] 王学军, 高深, 刘至宜, 等. 职业教育导向下高校体育教育思政探讨[J]. 现代商贸工业, 2024, 45(08): 201-203.
- [4] 林艳. 信息化背景下高职院校“大学生心理健康教育”课程思政的探索[J]. 西部素质教育, 2023, 9(22): 30-33.
- [5] 周娥. “课程思政”融入大学生心理健康教育的研究与实践[J]. 大众文艺, 2023, (15): 196-198.

作者简介：周鑫（1993.10—），性别：男，民族：汉族，籍贯到省市：甘肃省秦安县，职称：助教，学历：研究生，研究方向：大学生思想政治教育。