

# 大学生心理健康教育与思想政治教育相结合路径研究

王荧楠 王琪 张雅宁 戴帅琦

长春师范大学文学院，吉林长春，130123；

**摘要：**本研究聚焦于大学生心理健康教育与思想政治教育的有机结合。通过深入分析二者在教育目标的内在联系与互补性，探讨当前教育实践中面临的挑战与机遇。研究发现，整合实践路径、补足理论短板、完善体制机制建设等路径，有助于实现二者的深度融合，提升大学生综合素质，为高校培养全面发展的新时代人才提供理论支撑与实践指导，促进高校教育体系的完善与发展。

**关键词：**大学生；心理健康教育；思想政治教育

**DOI：**10.69979/3029-2735.25.2.025

## 1 大学生心理健康教育与思想政治教育相结合的理论基础和必要性

### 1.1 大学生心理健康教育与思想政治教育相结合的理论基础

#### 1.1.1 马克思主义关于人的全面发展理论

人的全面发展既指人的体力和智力的充分、自由、和谐的发展，也指人的社会关系的丰富和发展。马克思认为，在资本主义社会中，劳动分工导致人的片面发展，劳动者被束缚在特定的生产环节，其他方面的能力难以得到施展，而在理想的社会状态下，人们能够得到全面发展。

在大学生教育中，心理健康教育和思想政治教育结合正体现了这一理论的要求。心理健康教育关注学生的心状态，帮助他们克服心理障碍，使他们能够自由地发展自己的个性、挖掘自身的潜力，这是促进智力和体力和谐发展的保障。思想政治教育则注重培养学生正确的世界观、人生观和价值观，引导学生建立积极健康的社会关系，使其更好地融入社会，这也是人的全面发展不可或缺的部分。

#### 1.1.2 心理学的认知行为理论

认知行为理论认为，人的情绪和行为不是由事件本身直接引起的，而是由人们对事件的认知所决定。也就是说，人们对事件的看法、解释和评价方式会影响他们的情绪体验和行为反应。这种认知与行为之间可以做到相互影响、相互改变，通过改变行为，个体能够获得新的体验和反馈，从而改变原有的认知；同样，当个体改变对某个情境的认知后，会相应地调整自己的行为。

在大学生心理健康教育与思想政治教育结合的情境中，利用认知行为理论可以帮助学生认识到自己的认

知模式对行为和情绪的影响。思想政治教育可以引导学生树立正确的价值观和世界观，而心理健康教育可以运用认知行为理论帮助学生调整不合理认知，从而促进学生健康成长。

### 1.2 大学生心理健康教育与思想政治教育相结合的必要性

#### 1.2.1 教育目标的一致性

心理健康教育旨在培养学生良好的心理素质、情绪管理的能力、人际交往的能力，让学生能够正确认识自己的优点和不足，形成客观的自我评价。思想政治教育帮助学生培养高尚的道德品质，树立远大的理想和信念。因此，心理健康教育和思想政治教育在教育目标上具有高度的一致性，都聚焦于学生的全面发展。

#### 1.2.2 问题解决的协同性

在大学生的成长过程中，心理问题和思想问题常常相互交织，单独依靠心理健康教育可能只是缓解了学生的情绪症状，而没有触及问题的思想根源；同样，仅靠思想政治教育可能无法有效缓解学生的负面情绪，使教育效果大打折扣。因此，心理健康教育与思想政治教育的相结合在解决这些实际问题时具有显著的协同性。心理健康教育可以通过帮助学生认识自己情绪和行为背后的心理动机，为解决思想问题提供基础；思想政治教育能够为心理问题的解决提供价值导向和道德支持。

## 2 大学生心理健康教育与思想政治教育相结合存在的问题

### 2.1 理论体系不够完备

在大学生思想政治教育与心理健康教育相结合方面，理论体系存在着诸多不足。具体表现为：缺乏融合

的理论架构：概念界定与关系阐释模糊；对于二者内涵、外延及确切逻辑关系尚无定论，多为表面比较分析，未深入内在联系，致使理论构建基础薄弱，导致教育者难以把握两者相结合的核心要点，从而影响教育成效。同时，理论体系的不完备也表现在研究深度与广度不足上。从现有研究来看，目前的理论仍然缺乏多学科视角下的深入挖掘与系统整合，这会导致两者在结合时难以构建全面、深入且具创新性的理论体系，也限制了对二者结合内在规律的理解，无法有效指导实践。另一方面，在教育教学观念上也存在着价值取向失衡问题。此外，部分教育者未充分尊重学生主体地位和个性差异。在思想政治教育过程中，往往存在过于强调社会规范和意识形态的灌输，而忽视了学生内心的真实感受和心理需求的问题。

## 2.2 实践层面缺乏整合

在实践层面，大学生思想政治教育与心理健康教育缺乏整合。二者在目标层次和侧重点上的差异未能有效协同，思想政治教育着眼于宏观社会层面，致力于培养学生正确三观与提升政治、道德素养；心理健康教育聚焦个体内心，着重良好心理素质塑造、调适能力提升及健全人格培养。但实际教育中，两者目标未有机融合。同时，缺乏明确统一的结合目标导向，教育者在设计教学内容和活动时，未充分考量如何整合二者目标，使学生在接受教育时，难以兼顾思想政治觉悟与心理健康水平的同步提升。这导致教育活动缺乏连贯性与系统性，如在主题班会或实践项目中，未能将思想政治教育主题与心理健康教育元素有效结合，难以形成教育合力，最终影响学生全面发展，无法实现综合素质的整体提升。

## 2.3 相关机制尚需整改

在大学生思想政治教育与心理健康教育相结合工作中，也存在诸多机制问题尚需整改。首先，在领导机制方面存在部门职责划分不明的现状。在实际工作中存在职责交叉或空白、资源配置与工作推进协调困难，影响教育工作高效开展。同时，缺乏对两者结合工作的统一规划与指挥。在制定政策和规划活动时未能整体考量融合需求，顶层设计缺失，致使教育工作连贯性、协同性差，难以形成长效机制。其次，在师资队伍建设上，也出现了专业素养参差不齐的问题。思政教师缺少心理健康知识技能；而心理教师思政理论功底薄弱，教学实践难以满足学生全面发展的需求。第三，培训与发展体系不健全。教师缺乏融合教学方法与实践技能的专业培训，面对新问题挑战难以提升水平。最后，在评价机制

方面指标单一，不够科学全面。更多侧重理论成绩或普查结果，忽视综合素质等多方面发展，无法全面准确反映效果，不利于针对性改进。

## 3 大学生心理健康教育与思想政治教育相结合的实施路径

### 3.1 补足理论短板

#### 3.1.1 强化跨学科研究

鼓励思想政治教育学、心理学、社会学等多学科的专家学者携手合作，组建联合研究团队，针对融合教育中的核心问题展开深入探究。通过整合不同学科的研究视角与方法，如运用心理学的实证研究方法解析思想政治教育对学生心理认知与情感认同的影响过程，挖掘二者融合的深层逻辑与作用路径，构建起全面、系统且具有实践指导意义的融合理论体系。

#### 3.1.2 注重国际经验的借鉴与本土特色的结合

积极引进国外在思想政治教育与心理健康教育融合方面的先进理论与实践经验，通过翻译经典著作、开展国际学术交流等方式，拓宽研究视野，汲取有益养分。但在借鉴过程中，要充分考虑我国的国情与文化背景，将国外经验与我国大学生的思想心理特点、教育制度与文化传统相结合，进行本土化改造与创新，形成具有中国特色的融合教育理论体系，为我国大学生思想政治教育与心理健康教育的深度融合提供坚实的理论支撑，助力培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

### 3.2 整合实践路径

#### 3.2.1 构建一体化的课程体系

组建跨学科的课程设计团队，共同研讨制定融合思政与心理健康教育的课程大纲与教学内容。在思想政治理论课程中融入心理健康教育元素，例如在《思想道德修养与法律基础》课程中，结合大学生成长过程中的心理困惑与挑战，讲述如何运用正确的思想观念与道德准则来调适心理状态、培养积极人格；在心理健康教育课程里渗透思想政治教育内涵，如在讲解心理韧性培养时，引入革命先辈在艰难困苦中坚守信念、砥砺前行的案例，激发学生的爱国情怀与奋斗精神。同时，创新教学方法与手段，采用案例教学、小组讨论、角色扮演等互动式教学方法，促进学生在知识学习与情感体验中实现思政素养与心理健康水平的同步提升。

#### 3.2.2 打造协同化的教育活动平台

成立专门的教育活动统筹协调机构，整合校内思政

教育与心理健康教育的活动资源，制定统一的活动计划与方案。设计一系列主题鲜明、形式多样且具有协同效应的教育活动。例如，开展“红色文化与心理健康”主题教育活动月，通过组织参观红色教育基地、举办红色故事分享会与心理成长工作坊相结合的方式，让学生在感受革命先辈崇高精神境界的同时，思考如何将红色精神内化为自己应对心理压力、实现自我成长的强大动力；组织“青春榜样与心理调适”主题演讲比赛，鼓励学生挖掘身边的优秀榜样事迹，在讲述榜样故事中领悟积极的心理品质与正确的价值追求，实现思政教育与心理健康教育在活动中的有机融合与相互促进。通过这些协同化的教育活动，打破部门壁垒，形成全方位、多层次的育人格局，切实提升大学生思想政治教育与心理健康教育相结合的实践效果。

### 3.3 完善体制机制建设

#### 3.3.1 完善领导机制

若要近乎完美的实现大学生心理健康教育与思想政治教育相结合，离不开高校领导的英明决策、各行政部门以及二级学院的精准配合和大力推动，离不开全校教职工的积极参加。当下心理健康教育与思想政治教育的相结合已逐步形成领导体制，但仍可从以下三方面进一步做出完善。第一，明确职责和权限。从纵向看，领导部门以依次为教育部、教育厅、地方教育局和高校。不同层级领导的职责和权限不同，但都要保证统筹规划。高校层面要成立专门的领导小组，设立相关部门，统一订制大学生心理健康教育规划，各部门分工实施。第二，健全指导机制。教育部要依据高校类型以及办学条件分类指导，如针对办学条件较好的高校，则进一步深化大学生心理健康教育与思想政治教育深度融合途径，若针对办学条件需进一步提高的高校，教育部首先要指导高校完成相关建设，建设完善师资队伍并开展实践。第三，优化保障机制。保障机制是对大学生心理健康教育与思想政治教育相结合提供评价保障以及经费保障。评价要采取定量评价与定性评价有机结合，经费保障是确保大学生心理健康的硬件设施，如心理健康实验室、活动室、冥想空间、减压室等。

#### 3.3.2 建设立体网络化的管理机制

网络化的运行机制能打破时空的限制、实现线上线下、校内校外一体化管理。该体系包括纵向管理机制和横向管理机制。纵向管理机制是从上到下，逐级递减，顶层是教育部心理健康专家指导委员会，以此是高校领

导小组、学校领导小组、学院心理中心、各班心理委员等。学校可开设心理健康教育专业课程，学院心理中心开设心灵服务驿站，同时各班心理委员积极组织 5.25 心理健康日相关心理活动。横向的管理机制。大学生心理健康教育与思想政治教育相结合在横向管理机制方面形成了教学、实践、咨询、干预工作格局。教学是最突出的显性形式，主要由大学生思想教育课程和心理健康教育课程承担。实践则包括丰富多彩的心理健康志愿者活动、心理健康社会实践以及由心理健康中心举办的心理活动等，实践包含在各个部门，是一种隐形但范围较广的教育形式。咨询和干预主要是进行个别心理辅导，是一种针对性强、效果显著的形式。

### 4 结语

综上所述，大学生心理健康教育与思想政治教育的结合是时代发展与高校人才培养的必然要求。在实践过程中，虽会面临诸多困难，但通过不断探索创新、整合资源、优化教育模式等努力，二者的协同作用将得以充分发挥。这不仅有助于大学生塑造健全人格、树立正确价值观，更能推动高校教育质量的全面提升，为社会输送更多具有良好心理素质与思想道德素养的合格人才。未来，高校应持续关注并深入研究二者结合的新趋势、新方法，以适应不断变化的教育环境与学生需求，使大学生在健康心理与正确思想的引领下茁壮成长，为实现中华民族伟大复兴贡献力量。

### 参考文献

- [1] 梁小玲. 大学生心理健康教育获得感研究 [D]. 南昌大学, 2023.
- [2] 武芳英. 大学生思想政治教育与心理健康教育相结合的有效途径 [J]. 法制博览, 2020, (20): 225-226.
- [3] 孙君榕, 陈冬林. 浅析大学生思想政治教育与心理健康教育相结合的必要性 [J]. 中国多媒体与网络教学学报(上旬刊), 2020, (01): 97-98.
- [4] 陈君. 大学生心理健康教育与思想政治教育相结合研究 [D]. 武汉大学, 2019.
- [5] 徐春明, 高薇. 高校大学生思想政治教育与心理健康教育相结合的实施路径研究 [J]. 科技展望, 2016, 26(14): 315-316.

项目信息：

项目来源：吉林省高等教育学会

项目名称：大学生心理健康教育与思想政治教育相结合路径研究（项目编号：JGJX24D0381）