

# 高职心理健康教育与思政教育融合路径探究

安萍 齐斌

(山东交通职业学院, 山东 潍坊 261206)

**摘要:** 高职院校是我国职业教育体系中的重要组成部分, 是为社会发展、国家建设输送综合性技能人才的主要阵地, 而学生的道德素养与心理状态也影响着社会安定与和谐。基于此, 高职院校在教学中应重视心理健康教育与思政教育的融合, 引导学生树立正确的价值观、人生观以及世界观, 并培养他们的人际沟通能力、自我调节能力以及环境适应能力。本文结合上述背景展开研究, 阐述了心理健康教育与思政教育的内在关系, 分析了两者融合的现实意义, 提出了具体的融合路径, 旨在推进高职院校高质量发展。

**关键词:** 高职; 心理健康教育; 思政教育; 融合路径

随着时代的发展与社会的进步, 高职学生面临着日益繁杂的社会环境, 并需要应对竞争激烈的就业市场, 从而容易焦虑、自卑, 在自我认知、人际关系、情绪上存在多种心理问题。现阶段, 我国高职院校对于思政教育工作比较重视, 却比较忽视心理健康教育。为了促进学生全面健康发展, 高职院校应意识到将思政教育与心理健康教育融合起来至关重要。具体来讲, 高职院校结合学生发展规律、实际需求来有针对性地以上两者融合起来, 这不仅培养学生的心理素养, 还提升他们的思政素养, 能够为他们后续适应就业环境、拓展发展空间奠定坚实的基础。如何将心理健康教育与思政教育融合起来, 是当前高职教师们亟待解决的重要议题, 本文将围绕这一议题展开深入探究, 以期对教师们开展融合研究提供参考依据。

## 一、心理健康教育与思政教育的内在关系

### (一) 两者之间的差异

在探讨心理健康教育与思政教育的差异时, 教师发现两者在学科体系、教育内容及教学方式上存在显著差异, 这些差异不仅体现了各自领域的专业特色, 也共同明确了学生全面发展的教育目标。首先, 从学科体系上看, 思政教育根植于马克思主义及其中国化的理论成果, 聚焦于意识形态的塑造与引导, 其理论体系具有鲜明的政治性和方向性。而心理健康教育则依托于心理学这门学科, 以心理咨询、心理辅导、心理治疗等实践手段为核心, 致力于解决学生个体层面的心理问题, 促进其心理健康水平的提升。这种差异使得两者在学科归属、理论基础及实践路径上各有侧重, 相互补充。其次, 从教育内容上看, 思政教育侧重于思想、政治和道德等意识层面的教育, 旨在培养学生的政治素养、道德观念和社会责任感。而心理健康教育则聚焦于学生个体的心理健康知识、理论及技能的培养, 通过传授心理调适的方法、途径, 帮助学生掌握应对压力、管理情绪、增强心理韧性的能力。这种差异使得两者在教育内容上形成了互补关系, 共同为学生的全面发展提供了全面的支持。最后, 从教学方式上看, 思政教育通常采用正面引导和榜样示范的方法, 通过理论讲授、案例分析等手段, 引导学生树立正确的世界观、人生观和价值观。而心理健康教育则更加注重对学生个体的尊重和理解, 采用个别咨询与团体辅导相结合的方式, 在民主、平等的气氛中帮助学生解决心理问题, 促进其心理健康的发展。这种差异使得两者在教学方式上各具特色, 能够针对不同学生的需求提供个性化的教育服务。在未来的教育实践中, 教师应继续深化对两者差异的认识和理解, 探索更加有效的融合路径与方法, 以促进学生综合素质的全面提升。

### (二) 两者具有的一致性

高职院校开展的心理健康教育与思政教育并非孤立存在的,

而是具有内在联系, 这种内在联系不仅体现在教育目标的共通上, 还体现在对学生全面发展的重视上。一是两者均以促进学生全面发展为核心目标。心理健康教育关注个体心理成长与人格完善, 旨在培养学生良好的心理素质与优秀的人格品质; 而思政教育则着眼于国家与社会需求, 引导学生树立正确的政治观与世界观, 两者共同致力于塑造身心健康、品学兼优的新时代青年。二是思想问题与心理问题交织共生。在高职学生的成长过程中, 思想困惑往往伴随着心理困扰, 而心理问题的解决也往往有助于思想观念的转变。三是两者在教育实践中相辅相成。心理健康教育为思政教育提供了情感认同与心理支撑的基础, 使思政教育更加贴近学生实际, 增强说服力与感染力; 而思政教育则为学生心理健康发展提供了正确的价值导向与思想引领, 促进了学生心理健康水平的整体提升。

## 二、高职心理健康教育与思政教育融合的现实意义

### (一) 有利于丰富思政教育内容

高职院校开展心理健康教育的目的在于帮助学生解决生活、学习中的问题, 而开展思政教育旨在深化学生的思想认知、完善他们的价值观念, 前者更加注重学生身心健康发展, 后者则更加注重思想引导。结合实际教学情况可知, 教师开展融合教育, 对丰富思政教育内容具有显著作用。首先, 心理健康教育丰富了思政教育素材。教师分析心理健康教育案例能够深入了解学生的心理需求与困惑, 使得思政教育更具针对性和有效性。此外, 教师将晦涩的思政理论与生动的心理案例结合起来, 能够让思政教育内容更加鲜活、丰富。其次, 心理健康教育拓宽了思政教育视野。基于传统思政教育模式下, 教师侧重于向学生灌输政治信仰、道德规范等理论知识, 而心理健康教育则更加关注学生的个体心理成长与人格完善。教师将两者融合起来, 能够在坚持政治导向的同时, 更加关注学生的心理健康与全面发展, 从而构建更加全面、立体的思政教育体系。最后, 心理健康教育为思政教育提供了新视角。积极心理学强调发掘与培养个体的积极品质与潜能, 这与思政教育培养社会主义建设者和接班人的目标不谋而合。教师通过引入积极心理学理念, 思政教育能够更加注重激发学生的内在动力与创造力, 促进其全面发展与成长。

### (二) 有利于心理健康教育创新发展

高职将心理健康教育与思政教育融合起来, 对推动心理健康教育的创新发展具有深远意义。一方面, 思政教育理论为心理健康教育提供了丰富的理论资源与价值导向。通过引入马列主义等理论精髓, 心理健康教育得以在更广阔的视野下审视学生心理问题, 不仅关注表面症状, 更深入挖掘其背后的思想根源, 从而制定更为精准有效的干预策略。另一方面, 思政教育方法为心理健

康教育提供了新思路和新途径。正面引导、榜样示范等思政教育手段,在心理健康教育中同样具有应用价值。通过树立积极向上的心理榜样,引导学生形成正确的心理认知与行为模式,有助于在心理健康领域构建正向、健康的文化氛围。由此可知,教师开展融合教育可以促进心理健康教育实践模式创新。在思政教育的启发下,拓展心理健康教育途径,更加关注社会实践、志愿服务,使得学生在亲身参与和体验中形成良好的心理素质,取得良好的心理健康教育成效。

### 三、高职心理健康教育与思政教育融合路径

#### (一) 落实学生主体,开展融合教育

高职院校开展心理健康教育时,要首先明确受教育对象,他们具有哪些特点,在此基础上制定人才培养的目标。结合当前心理健康教育和思政教育,可将目标设为“健全学生身心认可”。确立目标后,教师具体可从以下几点入手:第一,校内开展心理健康专项课题。课题研究中,教职工要不断更新自己的思政教育理念,正确认识心理健康和思政教育结合的重要性,更要意识到其对学生的影响。专项课题组可以根据实际需求,把教职工分成若干小组,以此夯实后续工作基础;第二,掌握学生的实际情况。学生在教育融合中的主体地位毋庸置疑,教师因此可依据学生年龄、学段等对其进行划分,牢牢把握学生思想动态,由专门小组负责不同年龄段学生,将学生的心理问题与思想意识问题找出来,就此开展专项研究,并制定科学的解决方案,给学生做好心理建设;第三,加大培训、研讨会力度。学生的主体性,以及思想、心理变化的动态性特点,决定了二者融合中教师要实时把握学生动态。对于不同阶段的学生,学校要组织教师及时开展研讨会,针对解决不了的问题给教师进行培训,扩大相关教研活动的力度,以此丰富教职工的理论知识,同时也使其具备更加丰富的工作经验,促使心理健康教育和思政教育可以实现融合。

#### (二) 了解学生动态,开展融合教育

思政教育和心理健康教育融合已经不是“可行可不行”,而是教育发展路上的必选项,因为二者融合对于高校发展利大于弊。一般而言,高职院校学生年龄为18-23岁,他们还缺乏社会阅历,对于社会、政治以及个人发展认知还较为浅薄。同时,正是因为他们的经历较浅,所以价值观还未完全形成,在面对不可控事件时,很容易出现心理波动,甚至伤害到自尊心,继而处理事情时就缺乏成熟性,最后可能会影响个人发展。所以,基于高职学生的这一特点,教师为夯实他们的认识,使其具备面对突发事件的能力,就需要教师对该阶段学生的心理变化、波动等有所了解,协助学生积极应对成长中的障碍,为其后续发展提供保障。教师了解学生心理状态时,可采取不同方式,如教师发起心理素质调研活动,根据调研的数据统计判断他们的心理状态,了解思政教育特点,以此对思政教育内容进行调整;分阶段开展心理辅导或思政工作,大一学生的主要目标是使其树立远大理想,让其有一个健康的心态。大二学生可将心理学内容融于思政教学中,让学生能够用科学的方式学会调整心理变化。大三学生除了增加心理学内容外,因面临就业问题,教师也可融入就业内容,提升学生的职业能力,使其未来可以更加从容应对就业问题。

#### (三) 搭建网络平台,开展融合教育

新世纪下成长的大学生,仅仅依靠传统的面对面交流掌握他们的动态显然是不够的。从近几年的统计中来看,大学生已经成为互联网平台的主要群体,他们会将自己的所思所想发布于社交平台。为应对互联网时代的冲击,思政教师除了维持传统师生沟

通方式外,还应在互联网平台和学生保持沟通,只有这样才能更为全面地了解学生动态。基于此,笔者认为高校可根据学校的实际情况搭建心理咨询平台,主要用于解决学生日常生活中的思想问题,为其疏解心理。具体的教学流程如下:第一,利用快手、抖音等自媒体平台,搭建符合本校实际的网络平台,开设专门的心理咨询账号,这不仅可以增进师生互动,而且也可在无形中把心理健康教育渗透其中;第二,平台建立后,学校应该安排专人管理平台,定期创设话题,分析学生的语言和情绪。若发现思想有问题或心理问题严重的学生,可与学生本人沟通联系,对其进行疏导。除此之外,为了提高效率,高校也可在线下建立心理咨询室,调整学生情绪。经过不同渠道的相互协作,帮助学生解决难题。

#### (四) 发挥思政功能,开展融合教育

高职院校思政教育和心理健康教育在融合的过程中,教师应该发挥二者各自的功能。思政教育在其中主要发挥着载体作用,教职工要给学生营造健康的心理环境,把思政元素融入教学中,进一步增强思政感染力。例如,高职教师进行思政教学时,就可充分利用第二选修方式组织心理健康教育活动,或是邀请心理行业专家给学生开设专题或讲座,将思政和心理辅导合二为一。另外,思政课教学过程中,教师还可把学生分成若干小组,共同开展心理活动,通过思政教学,让学生了解健康心态应该是什么标准,为学生评价自己的心理状态奠定基础,同时还可教授给学生调节心理的方式。除此之外,思政教学载体发挥中,教师也可融入集体心理辅导的内容。根据不同的教学主题,教师可以将社会案例融入其中,让其关注到现在的特点话题,明确学生的自我认知。学生接受相关教育后,便可了解遇到心理问题时如何寻求帮助。在专业心理咨询师的帮助下,学生的负面情绪往往更容易消散。

### 四、结语

综合来讲,为了促进学生全面发展,高职院校需将心理健康教育与思政教育深度融合起来,通过采取落实学生主体,开展融合教育;了解学生动态,开展融合教育;搭建网络平台,开展融合教育;发挥思政功能,开展融合教育等措施来发挥二者的协同育人功能,这不仅提升学生的思政素养、道德素养,还培养他们的情绪管理能力、自我调节能力,将其培育成为社会主义事业的建设者和接班人,同时还可以推进高职院校的高质量内涵式发展。

### 参考文献:

- [1] 尹艳阳. 高校心理健康教育与思想政治教育融合创新路径研究[J]. 心理学进展, 2023, 13(12): 6075-6079.
- [2] 罗颖. 心理健康教育在高校思想政治教育中的效用与路径研究[J]. 佳木斯职业学院学报, 2022, 38(1): 3.
- [3] 梅阳, 陈秀云. 大学生心理健康教育融入高校思政教育中的路径探究[J]. 女报, 2023(5): 0015-0017.
- [4] 刘博涵, 于之宽. "课程思政"背景下高职院校心理健康课程改革的思考研究[J]. 石家庄理工职业学院学术研究, 2023, 18(1): 62-65.
- [5] 朱晓坤. 新形势下高校心理健康教育与思想政治教育融合的研究[J]. 产业与科技论坛, 2022, 21(8): 180-181.
- [6] 高顺起, 吴佳敏, 陈丹玉. 高职思政课显性教育和隐性教育的融合路径探究[J]. 广东轻工职业技术学院学报, 2022, 21(4): 45-49.