

新时期高校思政工作者的工作思考——高校思想政治教育与大学生心理健康教育结合机制研究

何雷

(西安财经大学行知学院 陕西西安 710038)

摘要:本文分析了大学生心理健康问题的多样化现状,并探讨了思政教育与心理健康教育目标的一致性及其结合的必要性,提出了通过日常教学模式的融合、建立一体化平台以及整合校内外资源来推进两者的结合。在此基础上,进一步探讨了培养复合型思政工作者与建立系统化反馈机制的优化策略,表明了将思政教育与心理健康教育进行系统化结合,能有效提升学生心理健康水平,还能在思想层面塑造学生的价值观,帮助其更好地应对现代社会的复杂挑战。

关键词:思想政治教育;心理健康教育;高校;思政工作者;反馈评估机制

引言

大学生心理健康的隐性困扰会影响到其学习与生活质量,使得心理健康教育在高校教育体系中显得尤为重要,高校的思想政治教育与心理健康教育虽然可以帮助学生建立积极的人生观与健全的心理素质,但在具体实施中,两者的路径却未能实现有机融合。因此,探讨思想政治教育与健康教育的深度结合,是为了应对学生心理问题的严峻形势,更是高校教育在新时期的发展需求。

一、高校思想政治教育与大学生心理健康教育结合的必要性

(一)大学生心理健康问题的多样性与挑战

随着社会的快速变迁和生活压力的不断加剧,大学生心理健康问题展现出心理状态、情感波动、行为表现上的多重变化。其中,心理问题的隐蔽性与表达差异使高校难以通过传统的方式有效发现问题。部分学生将心理问题封闭于内心,表面看似平静,但内在压力不断积累,呈现出隐匿的精神危机,使其倾向于掩饰真实感受,寻求表面上的社交融入^[1]。对于某些性格内向、不擅表达的个体而言,心理问题包括愤怒的压抑、无力感的强化以及应对失败后的自我责备等多种表现形式,进一步影响到学生应对策略的有效性,有些学生选择逃避现实,沉迷虚拟世界;有些则试图用极端的方式来寻找内在的平衡,这都给心理干预和教育工作带来了极大挑战。

再者,心理问题通常伴随着个体的身份认同危机、价值观迷失或群体性焦虑等特定的社会心理现象,让大学生群体在心理支持上需要更多元、更个性化的干预措施,但以往的干预方式如常规心理咨询、简单的疏导技巧,并不能有效缓解这一代学生的深层心理困境。无论是传统家庭观念的冲击,还是新兴的社会价值观影响,大学生在面对复杂心理压力时所表现出的反应往往难以预测,会直接影响到高校思政和心理健康教育结合的效果。

(二)思想政治教育与健康教育目标的一致性

思想政治教育的内核是引导个体在思想上保持理性和稳定,进而形成健康的精神状态,这是心理健康的基石。人的心理健康不仅是情绪和生理层面的平衡,也受到思想观念、社会认知等多方面的制约,所以思想政治教育通过培养学生理性思维和道德判断力,能够为学生提供理解自我与社会的基本框架。当个体能够通过理性的认知去解释世界、分析问题,其在面对压力、挫折时,会更加理智地处理情绪和应对挑战,避免情绪失控和心理失衡的发生^[2]。

再者,思想的启发与认知的提升需要依赖健康的心理基础,没有良好的情感调控与自我认知能力,思想教育难以深入,但心理健康问题容易导致认知扭曲、思维闭塞,使无法正确面对社会压力,所以心理健康教育通过帮助个体调整自我认知,激发出其内在的积极力量,使思想教育能够更有效地触及学生的

精神世界。

此外,这种目标的一致性,还体现在两者对学生未来发展的关注中。思想政治教育强调培养有社会责任感的公民,要求学生树立奉献精神 and 集体主义价值观,而心理健康教育则注重个体心理素质的提升,帮助学生面对未来的社会竞争和生活挑战。两者在不同的维度上,共同指向了一个更加积极、健康、可持续发展的学生未来,心理健康教育可以帮助学生稳定情绪、提升抗压能力,而思想政治教育则提供更高层次的精神支撑,使学生能够应对生活中的种种难题,更能够在解决问题的过程中保持乐观的态度与清晰的目标感。

(三)思政工作者在心理健康教育中的关键作用

在高校中,思政工作者种心理干预模式与传统心理咨询截然不同,它具有高度的隐蔽性与自然性。不同于心理咨询的诊断与治疗式路径,思政工作者借助思想政治教育的框架,强调心理健康与思想认知的统一性,通过讨论社会责任、人生目标等议题,可以帮助学生逐步清晰内心的困惑与迷茫。同时思政工作者应当与学生进行长时间的思想交流,让学生能够从思想深处审视自己的心理状态,并进行自我调适,学生会逐渐摆脱心理困境并形成更加积极的思维方式,这是一种极为独特且有效的心理健康教育路径。再者,思政工作者的关键作用还体现在他们的角色多样性上。由于学生的心理问题常常与生活中的挫折、学业压力、就业焦虑交织在一起,无法通过单纯的心理疏导来解决^[3],所以思政工作者可以通过引导学生参加集体活动或社会公益,促使学生在更大的社会情境中找到心理的平衡点,让学生获得新的心理体验,帮助他们在与社会、集体的互动中寻找自我价值感和归属感,进而从根本上解决心理问题的根源。

此外,思政工作者具有强烈的责任感和使命感,这赋予了其在心理健康教育中无可替代的作用。与传统心理咨询师不同,思政工作者帮助学生调整情绪,缓解焦虑,更在帮助学生树立正确的社会价值观、人生观的过程中,实现心理健康与思想成熟的同步发展,所以思政工作者的关键作用是干预学生的心理危机,更是通过思想政治教育,使学生具备强大的心理韧性与思想力量,能够应对未来生活中的种种挑战与困难。

二、思想政治教育与健康教育结合的实施路径

(一)融合思想教育与心理干预的日常教学模式

在新时期高校的教学模式中,融合思想教育与心理干预的核心是通过思想教育的框架,自然地嵌入心理干预的内容。以往思政课程模式大多停留在知识传授和理论灌输的层面,但在新时期的教学实践中,单一的思想说教已难以有效触及学生的精神需求,所以思政工作者必须将教育内容与学生的现实生活紧密联系,通过具体情境下的心理干预,促使思想教育走向“落地”的深度思考。高校教师在教授政治理论或社会责任感时,可以结合学生的实际生活问题,讨论其在学习、社交、家庭关系中所面临的心理困扰,使学生能够从思想教育的理论层面出

发,认识到个人心理问题是情感层面的孤立现象,背后更涉及社会结构、身份认同、文化价值观等多层次的问题。

此外,这种教学模式的另一个特点在于其隐性干预性。思政工作者通过日常的教育活动,在无形中推动心理干预的进行,可以避免传统心理咨询过程中由于标签化或“问题化”处理学生心理状况而可能带来的抗拒情绪,让学生更容易以一种积极、开放的态度面对内心的困惑与不安,进而在思想与情感的双重作用下,自主寻找解决之道。

(二) 搭建思政教育与心理健康服务一体化平台

搭建思政教育与心理健康服务一体化平台的关键在于打破现有的职能壁垒,将思政工作者与心理健康服务团队纳入同一个框架,形成协作式工作模式。思政工作者具备较强的洞察力,能够在与学生的日常交流中捕捉到潜在的心理问题,但由于他们缺乏专业的心理学背景,许多问题未能得到及时且有效的干预,所以一体化平台的核心是建立一个交叉工作机制,使得思政工作者在发现学生的心理动态时,能够迅速与心理健康服务部门进行对接,打通问题的发现与解决通道,从而保证在任何教育和心理干预的环节中,学生的思想与心理都能得到全方位的关怀。

同时平台应建立一套系统化的反馈与评估机制,保证每个干预案例都能得到及时跟进。高校思政教育和心理健康教育的结合,应形成连续性的服务闭环,通过对学生心理状态进行动态跟踪与定期评估,平台能够精准地掌握学生的思想及心理健康发展趋势,提前预判潜在问题,使思政教育与心理服务成为积极主动的健康管理与思想引导体系^[4]。此外,平台的运作应当线上线下相结合,能够让学生在任何时候都能获取到思想和心理的双重支持。通过创建网络平台、手机应用或匿名互动空间,学生可以自由选择获取支持的方式,让心理健康教育与思想教育的结合变得更加灵活与人性化,学生在这个过程中能够更加积极、自主地参与到问题的解决和自我完善中来。

(三) 校内外资源的整合与协同

在高校思想政治教育与健康教育的结合机制中,校内资源具备及时性与系统性,能够通过思政课程、心理咨询和学生工作等方式,直接触及到学生的思想与心理状态。而这些资源的核心优势是与学生日常接触频率高、反应迅速,且思政工作者能够在第一时间捕捉学生的思想波动与情绪变化,但学校的思政和心理干预机制容易受到人力、物力及专业领域的限制,尤其是在面对复杂、深层次心理问题时,校内资源的干预往往仅能触及表面,所以校外资源的协同成为解决问题的关键。通过与社会心理机构、专业心理治疗中心及社区服务机构的合作,高校能够为学生提供更为全面和专业的心理支持,使社会资源弥补高校内心理健康服务中专业性不足的短板。

再者,校内外资源的整合应当在预防和长期跟踪上形成合力。在前期预防环节中,思政工作者和校内心理服务部门可以通过与社区心理健康服务机构、社会心理干预团队的合作,共同开发心理健康教育课程,定期开展面向全校学生的心理健康讲座和团体活动,有助于提升学生的心理素质,也能帮助他们树立正确的价值观和认知体系^[5]。在实际操作层面,高校需要通过信息共享平台与社会资源建立起动态反馈系统,使思政工作者、校内心理咨询师、校外心理机构能够实现协同作战。

三、推动高校思想政治教育与健康教育结合的优化策略

(一) 培养复合型思政工作者

在高校中,培养复合型思政工作者需要重新审视高校教师的专业结构。以往思政教育更多依赖于理论灌输和规训,而现代大学生面临的心理问题复杂多样,单一的政治教育无法解决他们内心深处的焦虑与冲突,所以要求高校为思政工作者提供

系统化、长期化的心理学培训,并通过实战演练和个案分析来帮助他们积累实际经验。再者,培养的复合型思政工作者应当在教学实践中将思政教育和心理教育有机融合。例如,在开展思想政治教育时,复合型思政工作者可以将心理健康知识融入到时政分析、社会热点讨论等教学环节中,引导学生在思辨的过程中自我调适、反思自己的心理状态。

此外,培养的复合型思政工作者应当具备跨学科合作能力。在实际工作中,复合型思政工作者需要与心理健康中心、学生辅导员、院系导师等多方进行协作,形成合力解决学生的心理和思想困惑。例如,在面对学生的压力、焦虑等问题时,复合型思政工作者可以将学生引导到心理健康服务的轨道上,并结合思想政治教育,帮助学生在社会认知和自我调节中找到平衡。

(二) 建立系统化的反馈与评估机制

建立系统化的反馈与评估机制需要打破以往评价工具的单性。评估方式应当注重情感和思想变化的细节捕捉。例如,通过线上线下相结合的方式,开展心理健康状况的常规调查,还应在思政课程、课外实践和学生社群中设置隐性观察和互动反馈环节,使思政工作者可以利用社会化媒体平台和匿名反馈工具,形成学生个体和群体的多层次信息网,及时获取到学生思想与心理的细微变化^[6]。并且通过社交媒体留言、匿名建议平台和小组讨论记录等途径,进一步识别出相互潜在的心理问题或思想困惑,能够帮助教育者调整思政教学策略,还能为心理疏导提供关键的决策依据。

此外,高校应当构建起“多向度反馈”机制,将学生自评、同伴互评、教师观察和心理专业评估进行有机结合。而思政工作者作为沟通桥梁,需要整合这些反馈信息,还需要在教育过程中动态修正自身的教学与管理行为,确保教育内容与学生心理需求匹配。通过多方联动,形成评估结果的共享机制,心理健康中心与思政部门进行充分交流,让学生个体能够看到自己心灵成长的反馈,进而激发其主动参与的积极性。

结语:

综上所述,通过深入探讨思想政治教育与健康教育结合的必要性及其实施路径,可以看到,只有在日常教学与管理实践中进行深度融合,才能从根本上解决当前高校学生所面临的心理问题与思想困惑。同时培养复合型思政工作者和建立系统化反馈机制,是实现这一结合的有效策略。此外,高校需要在教育资源配置上加大投入,更需要通过持续的反馈、评估与动态调整,来构建出一个全方位的教育体系,覆盖思想教育、心理辅导和个人成长的每个层面。

参考文献:

- [1]李建融.高校心理健康教育和思想政治教育耦合分析[J].大学,2023,(36):43-46.
- [2]戴欣宜.高校思想政治教育与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]王利军,韦唯.“德心共育”理念下研究生思想政治教育和心理健康教育协同育人路径[J].广西教育,2023,(33):56-59.
- [4]李佰超.坚持以人为本,推进高校思想政治教育工作[J].学园,2023,16(34):17-19.
- [5]秦思璇.心理健康教育融入高校思想政治教育路径研究[J].成才之路,2023,(27):139-140.
- [6]周睿.高校心理健康教育与思想政治教育的融合路径研究[J].河南教育(高等教育),2023,(09):35-37.

作者简介:

作者姓名何雷 出生年月:1984年10月— 性别:女 籍贯:陕西西安 学历:本科(硕士)

职称:讲师 研究方向:思想政治教育,心理健康教育