

# 高校学生心理健康教育与思政教育的结合研究

杨蕊

(大连大学, 辽宁大连 116622)

**[摘要]** 思政教育在塑造学生思想观念中发挥着举足轻重的重要作用, 而心理健康教育则关注学生的内心世界的发展及平衡。在高校教育中, 推进心理健康教育与思政教育的深度融合, 对全面把握学生心理动态、优化教育方案意义重大。通过创新多元化的教学手段, 可以提升大学生的思想品质, 培育其良好的心理素质, 指引学生树立正确的价值观、人生观及世界观。为此, 文章结合思政教育与心理健康教育的差异, 明确两者整合的契合点, 提出结合协调机构、协同机制、教师培训等策略。

**[关键词]** 高校; 学生; 心理健康教育; 思政教育

**[中图分类号]** G641 **[文献标识码]** A

**doi:** 10.3969/j.issn.2096-711X.2025.08.028

**[文章编号]** 2096-711X(2025)08-0081-03

**[本刊网址]** <http://www.hbxb.net>

## 引言

当前, 高校心理健康教育与思政教育体系相互独立, 难以融入教育实践中, 导致理论与实践相脱节, 难以帮助学生解决环境适应、恋爱观念及人际交往等方面的问题, 容易使学生产生负面情绪及心理负担。因此, 高校有必要持续推进心理健康教育与思政教育内容的深度融合, 通过整合及设立相关课程, 提升教育教学的实效性针对性, 帮助学生树立正确的价值观、人生观及世界观。

## 一、高校思政教育与心理教育的差异

高校心理健康教育与思政教育之间存在明显的差异, 主要体现在教学内容、教学方法、能力培养及师生关系等方面。

首先在教学内容上, 思政教育以立德树人这一根本任务为抓手, 以马克思主义思想为指导, 要求学生掌握党的治国理政新理念及国家重要的会议精神、僵化(注: 此处“僵化”应为笔误, 建议改为“创新”或“发展”)精神。而心理健康教育则以教育学理论、心理学理论为主, 针对学生在校园生活中所面临的各种心理健康问题而开展的教育活动, 包括团队训练、心理咨询等, 能够帮助大学生满足心理方面的发展需求。

其次在教学方法方面, 思政教育涵盖时事政治、名人名言、政治理论, 往往采用视频演示、研究式、互动式、案例分析式等教学手段, 注重理论知识的讲解。而心理健康教育方法则强调理论与实践的相互融合, 理论涉及心理学各领域, 实践则主要以案例分析为主, 展示大学生所常见的心理疾病、心理问题, 通过开展自评量表评估、心理团训等方式, 解读评估结果, 针对有需求的学生, 提供针对性的心理疏导及谈心谈话活动。

再次是在学生能力培养方面, 高校思政教育强调培养学生的思政素养, 加强道德修养, 提升学生的道德品质, 使其在了解民族、国家、社会的历史文明下, 可以积极参与到社会主义现代化建设中。换言之, 思政教育强调以道德、政治为主, 引领学生的价值取向, 使其掌握各种马克思主义理论知识, 及时解决社会现实问题。而心理健康教育旨在培养学生的心理素质, 帮助学生获得应对困境的勇气及破解问题的能力, 切实提升大学生遭遇困境、压力、挫折时的心理承受能力, 提高学生抵御各种心理疾病、维护心理健康问题的能力, 帮助其保持积极乐观的心态, 更好地参与到社会主义现代化建设的过程中。

最后是在师生关系方面, 在思政教育中, 教师往往占据主导地位, 能够通过各种理论教学及实践演练等方式, 帮助

学生掌握、理解、认识抽象的马克思主义理论及理念, 形成正确的思想观念。然而在心理健康教育中, 教师始终与学生保持平等地位, 能够融入学生的内心世界, 分析学生的心理健康需求, 从而及时解决大学生所面临的心理健康问题, 提高学生身心发展水平。

## 二、高校心理教育与思政教育融合的机理

虽然高校心理健康教育与思政教育在教育内容、方式、师生关系及能力培养等方面存在差异, 然而两者却能在教育目标、教育内容、方法及师资力量上结合起来, 共同发挥人才培育的作用及功能。

一是教育目标的统一性。心理健康教育与思政教育都强调推进学生的全面发展, 持续提升学生的综合素质。然而, 思政教育侧重于培养学生的社会责任感、政治素养、道德观念, 而心理健康教育则强调提升学生情绪管理、抗挫折及心理素质等能力。两者在育人目标上相统一, 能够为大学生全面发展、健康成长奠定坚实的基础。

二是教育内容的互补性。虽然心理健康教育与思政教育在教育内容上存在明显的差异, 但两者却相辅相成, 能够相互融入、相互渗透, 持续提升教育的质量及效果。譬如在思政教育中融入心理健康教育元素, 可以帮助思政教师了解学生的心理动态, 及时调整思政教育策略, 提高课堂教学的实效性针对性。而在心理健康教育中融入核心价值观、主流意识形态等思政教育内容, 有利于教师拓展心理辅导维度, 提高学生思想境界及道德素养, 增强心理疏导、团体辅导的实效性及有效性。

三是教学方法的协同性。高校心理健康教育与思政教育在教学方法上存在明显的协同性, 能够通过相互借鉴、资源共享的方式, 解决传统课程教学及学生培育所面临的问题。譬如将心理教育中的心理团训融入思政教育中, 能够帮助教师从学生所存在的思想问题、道德问题及行为层面出发, 提高价值观培育及政治教育的质量。而将视频演示、互动式、探究式等方法融入心理健康教育中, 可以帮助教师深化对思政理论知识的理解、认识, 强化育人效果, 保障学生掌握系统而科学的心理健康知识及技巧。

四是评估机制的完善性。推进心理健康教育与思政教育的深度融合, 能够提升学生评价及发展的全面性。通常来讲, 高校人才培育工作的重点是推进学生德智体美劳全面发展。而推进思政教育与心理健康教育都是对人内在品质、能力的培育, 所以在教学评价上存在紧密的契合性。将两者紧

收稿日期: 2024-9-6

基金项目: 本文系辽宁省经济社会发展研究课题, 受大连大学马克思主义理论与思想政治教育项目资助(项目编号: 20241sllybkt-115)。

作者简介: 杨蕊(1984—), 女, 黑龙江佳木斯人, 副教授, 硕士研究生, 研究方向: 大学生心理健康教育、思想政治教育。

密地结合起来,可以确保高校教师全面、有效地评估学生,推进学生的全面发展。

### 三、高校心理健康教育与思政教育相结合的问题

通常来讲,持续推进心理健康教育与思政教育的深度融合,有利于教师提高学生的综合素质与专业素养,帮助学生深层次地了解自我、认知自我,从而从思想、心理等维度出发,持续推进大学生德智体美劳全面发展,为我国社会主义现代化建设奠定坚实的基础。然而在推进心理健康教育与思政教育相融合的过程中,我们却面临着诸多方面的问题。

#### (一) 协调组织缺失

虽然心理健康教育与思政教育相融合能够提升人才培养的实效性,推进学生德智体美劳全面发展,使其成为有利于国家、社会及人民的优秀人才。然而在教育实践中,由于缺乏必要的组织及机构进行管理、协调,导致思政教育与心理健康教育的育人目标上难以实现统一,在教育内容、方法上未能得到协调,思政教师与心理健康教师各自为政的现象依旧明显,不能结合高校的教育要求,开展科学合理、全面有效的教育活动。而协调组织的缺失,又容易导致思政教师与心理健康教师缺乏必要的资源共享、经验分享及问题探究的平台,难以明确学生培育的主要问题及方向。

#### (二) 协同效应不高

持续推进心理健康教育与思政教育的深度融合,有利于提高学生的培育价值及效率,帮助学生更好地适应时代发展的需求。然而在两者协同合作的过程中,教育工作者普遍面临着协同效应不高的问题。究其原因,在于思政或心理健康教师未能打造一个科学合理的协同育人机制,强化资源利用效率,或者仅仅将思政元素或心理健康教育元素的相互渗透作为两者协同发展的主流方式,进而导致两者的深度融合缺乏实效性。此外,由于高校缺乏必要的激励机制,导致思政及心理健康教师推进课程融合发展的积极性、自觉性不高,进而影响到两者协同育人、协同合作的质量及效率。

#### (三) 教师能力不足

推进心理健康教育与思政教育工作的深度融合,需要心理健康教师掌握必备的思政教育知识、方法、技能及能力,也需要思政教师掌握一定的心理咨询方法、心理教育理念及心理辅导手段等。然而由于缺乏培训机制,导致心理健康及思政教师难以在学科上得到能力、素养、知识等方面的提升。即便部分高校开展教师培训活动,但由于培训内容普遍以理论培训为主,容易导致教师很难获得能解决现实问题的知识,难以将其应用到学生培育的不同环节及过程中。譬如在思政教师学习心理知识的过程中,由于培训内容实践性弱、理论性强,使得教师很难将理论转化为实际操作,解决学生所面临的各类现实问题。

### 四、高校学生心理健康教育与思政教育的结合策略

当前大学生拥有“反应敏捷”“思维活跃”“观念新颖”“兴趣广泛”等特点,注重个性表达,倾向于展示自我。针对新时代大学生的特征特点,以及心理健康教育与思政教育在融合实践中所存在的问题,我们应构建协调机制、协同体系,不断优化教师培训机制,全面推进两者的深度融合,提升学生的心理素质及思想道德品质,使其更好地适应社会主义现代化建设的基本需求。

#### (一) 构建协调组织

构建协调组织有利于思政教师与心理健康教师实现教育目标的统一,监督、指导并解决融合发展中所面临的各类问题及挑战,确保心理健康教育与思政教育的融合发展得到持续、全面、有效的推进。首先是设立融合管理机构或工作队伍。当前高校应结合心理健康教育与思政教育相互融合的必要性和重要性,打造一个专门性的工作队伍或机构,负责整体规划、监督及指导思政与心理教育的融合工作,确保在教育方法、内容及目标上的一致性。在协调机制建构中,高

校应明确不同人员及部门的定位,如负责全面规划、指导融合工作开展情况,积极整合及利用相关资源等。其次是制定融合发展规划。该机构或工作队伍应制定详细的融合发展规划,明确融合任务、目标、时间表及负责人,确保融合工作得到顺利、有序的进行。在融合发展规划制定中,高校应明确心理健康教育与思政教育所要达成的目标,如推进学生的全面发展,然后列出融合发展中所需要完成的具体任务,如方法创新、内容整合及教师培训等。随后制定融合过程中所需要的财力、物力、人力资源,并明确其分配方式、来源。同时,还要明确融合工作的实践框架及责任人,确保融合工作得到顺利、全面的开展。此外,在协调团队构建中,应打造一个由教育管理专家、学校领导、心理健康教师、思政教师构成的组织队伍,确保能从不同层面、角度提高心理健康教育与思政教育的融合质量及效率。

#### (二) 打造协同机制

打造协同机制,能够确保心理健康教师与思政教师能紧密地联系起来,充分提高资源的利用质量及学生培育实效。在机制建构中,我们应从如下几方面入手。首先是打造一个心理健康教育与思政教育协同育人的平台。该平台不仅要成为资源共享的媒介,帮助思政及心理健康教师轻松获得各种教学资源,还要成为一个经验分享的载体,鼓励教师通过分享成功案例、教学心得的方式,持续提升心理健康教育与思政教育的融合质量。当然,该平台还应成为一个问题解决的重要场所,无论是思政教师还是心理健康教师,都能在这里探讨问题的解决方案,整合思政、心理教育的方向、内容及路径。其次是强化资源利用率。通过优化课程,确保每门课程都能围绕学生的真实需求及社会发展动态来展开。在资源建构中,高校必须确保心理健康教育与思政教育资源能够相互渗透、相互融合,发挥协同效应,提高育人质量。再次是构建激励机制。为鼓励心理健康教师及思政教师参与到课程融合的过程中,高校应设立专门奖励基金、给予学术认可及提供职业发展机会,确保教师能够积极参与到融合发展的不同环节中,提高两者协同发展的实效性及其有效性。最后是构建集体备课机制。即要求思政教师及心理健康教师,结合当前学生所存在的问题,共同设计课程,提高课程开展质量。

#### (三) 优化培训机制

提升思政教师与心理健康教师的专业能力,有利于两者相互引用各自的内容及方法,拓展课程教学维度,强化学生培育效能,帮助学生获得健康、全面的发展。然而在教师培育的过程中,首先应制定针对性的培训计划。即深入分析心理健康教师与思政教师的实际需求,明确课程融合的特点、问题及挑战,制定出一个具有针对性及全面性的培训计划,以此提高教师的综合能力及专业素质,推动教师的健康发展。其次是提升培训内容的实践性。在教师培训过程中,学校应引入实操方面的内容,通过引导教师解决现实生活中的问题,使其循序渐进地将理论知识应用到实际生活中,从而提高思政教育与心理健康教育融合的实效性。譬如,可以开发一系列与思政教育和心理健康教育融合相关的实践案例,或者组织实战演练活动,模拟真实的教学场景和学生问题。当然,也可以鼓励教师参与社区服务项目,如心理健康宣传、思政教育活动等。当然,为全面提升思政教师与心理健康教师的能力,需要高校打造一个支持自主学习及更新知识和技能的平台,如工作坊、研讨会等,确保教师能够在自我实践、模拟、实习中获得提升及发展,从而满足思政教育与心理健康教育相互融合、协同发展的基本需求,提高高校人才培养的实效性及其有效性。

#### 结语

深化心理健康教育与思政教育的融合,是我国高校教育教学改革的基本内容及任务。通过整合教育资源,提升师资

(下转第92页)

[5]张学军,何亚丽.中华体育精神融入高校体育课程思政建设的时代意蕴及路径研究[J].体育科技文献通报,2022,30(6):139-142.

[6]付超,庞晓东,梁晓倩.课程思政教育理念引领下的

高校体育教学改革与实践探索研究[M].天津:天津社会科学院出版社,2022.

[7]朱晓菱.高校体育课程思政设计与探索[M].上海:上海大学出版社,2023.

## Research on Integrating Chinese Sports Spirit into Ideological and Political Construction of College Physical Education Curriculum from the Perspective of a Powerful Sports Nation

LIU Li

(School of Physical Education and Health, Lijiang Normal University, Lijiang Yunnan 674199, China)

**Abstract:** The Chinese sports spirit is an important spiritual support for building a leading sports nation. From the perspective of building a leading sports nation and based on the ideological and political construction of college sports courses, this study conducts a systematic research on integrating the Chinese sports spirit into the ideological and political education of college sports courses by using methods such as literature review, logical analysis, and interviews. It analyzes the scientific connotation of the Chinese sports spirit, providing a theoretical basis for in-depth research on the ideological and political value of the Chinese sports spirit. It comprehensively sorts out the great significance, feasibility, and necessity of integrating the Chinese sports spirit into the ideological and political education of sports courses. It also puts forward integration strategies from multiple aspects such as teaching objectives, content, methods, and evaluation, so as to provide a solid theoretical basis for accurately identifying the focus of integrating the Chinese sports spirit into the ideological and political construction of college sports courses and laying a solid foundation for building a leading sports nation.

**Key words:** powerful sports country; Chinese sports spirit; college physical education; ideological and political education

(责任编辑:桂彬彬)

(上接第82页)

队伍的专业素养、完善教学体系及创新教学方法,可以更好地提高心理健康教育与思政教育的融合程度,赋能高校教育教学改革工作的开展,为我国社会主义现代化建设奠定坚实的基础。伴随时代的发展,相信思政教育与心理健康教育将更加紧密地融合起来,渗透到学生培养的不同环节及过程中,切实提高高校人才培养的质量,推进中国式现代化建设。

### 参考文献:

[1]余莎,陈妞,刘大川.“两对接三课堂两主体三保障”课程思政育人模式研究——以《大学生心理健康教育》为例[J].湖北开放职业学院学报,2024,37(11):83-85.

[2]方梦蝶.“互联网+”背景下高校心理健康教育与思政教育协同发展研究[J].互联网周刊,2024(10):54-56.

[3]孙妍,杨莉,刘瑶,等.“三全育人”视域下民办高校思政教育与学生心理健康教育协同育人研究[A].外语教育与翻译发展创新研究(15)[C].绵阳:绵阳城市学院,2024:3.

[4]林静.跨学科视域下思政课与心理健康教育协同育人——以“‘表情包’背后的情绪”活动课为例[J].教学月刊·中学版(教学参考),2024(4):9-13.

[5]周璇.巧用党史润心育人——大学生心理健康教育课程思政的实践与思考[J].中国军转民,2024(5):187-189.

## Research on the Combination of Psychological Health Education and Ideological and Political Education for College Students

YANG Rui

(Dalian University, Dalian Liaoning 116622, China)

**Abstract:** Ideological and political education plays a crucial role in shaping students' ideological concepts, while mental health education focuses on the development and balance of students' inner world. In higher education, promoting the deep integration of mental health education and ideological and political education is of great significance for comprehensively grasping students' psychological dynamics and optimizing educational programs. Through innovative and diversified teaching methods, it is possible to enhance the ideological quality of college students, cultivate their good psychological qualities, and guide them to establish correct values, outlook on life, and worldview. Therefore, the paper combines the differences between ideological and political education and mental health education, clarifies the integration points of the two, and proposes strategies such as coordinating institutions, collaborative mechanisms, and teacher training.

**Key words:** universities; student; psychological health education; ideological and political education

(责任编辑:章樊)