

关于大学生思想政治教育 与心理健康教育相结合的研究

/ 王超男

【摘要】随着社会不断发展进步,大学生的思想政治教育和心理健康教育的结合越来越受到人们的重视,文章明确了大学生思想政治教育与心理健康教育的关系,对其结合存在的问题进行了分析,阐述了两者有机结合的对策,以切实提高思想政治教育的实效性,有助于我们深入了解思想政治教育与心理健康教育结合的重要意义。

【关键词】大学生; 思想政治教育; 心理健康教育; 结合

【作者简介】王超男,中国矿业大学(北京)马克思主义学院。

随着社会竞争的出现和经济的不断发展,不断变化的生存环境,冲击了大学生的思想观念,来自各方面的压力对大学生的影响也越来越明显,由此而引发的学生心理问题逐年上升。高校在新形式下,应该明确大学生思想政治教育与心理健康教育的关系,努力探索两者结合的有效途径,加强心理健康教育的疏导,来提高思想政治教育的实效性,帮助我们了解思想政治教育与心理健康教育结合的重要意义。

一、大学生思想政治教育与心理健康教育的关系

(一) 大学生思想政治教育与心理健康教育之联系

1. 教育内容具有相关性

大学生的思想意识和价值观念引导了他们的心理发展方向,拥有良好的思想道德品质有利于大学生适应社会生活。思想政治教育和心理健康教育的重要内容都包括意志品质、思想品德和理想信念等方面。坚强的意志品质、优秀的思想品德和高尚的理想信念,能够培养人良好的政治素质、心理素质和道德素质。因此,思想政治教育与心理健康教育的内容具有相关性。

2. 实施途径具有多样性

高校思想政治教育的实施途径具有多样性,要创造出具有中国特色社会主义、与时俱进和学校独有的校园文化,形成良好的教育学习新风气。大学生心理健康教育的实施途径也是复杂多样的,需要用课堂上的教学和课堂外的教育指导作为主要的实施途径和基础的环节,形成课堂内与课堂外、教学与指导、咨询与帮助密切结合的心理健康教育网络综合系统。心理健康教育要对全体大学生进行教育,采取多种形式,例如,个别学生咨询、对团体进行辅导、进行心理行为训练等,有针对性的为大学生提供切实、有用的心理健康服务与帮助。

3. 最终目的具有一致性

全面发展的大学生不仅拥有一定的专业知识和能力,还具有较强的社会责任感和历史使命感,有良好的心理素质和独立健全的人格。总的来说,思想政治教育和心理健康教育它们的指导思想都是马克思主义,都要求将大学生的思想、学习和生活实际与大学生所处的实际环境相结合。大学生心理结构中的非智力因素也都有所涉及,它们的最终目的都是为了帮助处理好大学生的心理、思想和行为之间的关系,培养和塑造全面发展的建设性人才。

(二) 大学生思想政治教育与心理健康教育之区别

1. 理论基础不同

思想政治教育的理论基础是马克思主义的科学体系,用马克思主义唯物论和辩证法的基本原理、当前情况下的时事与政策等,培育大学生的思想政治素质,帮助学生建立科学的人生观、价值观、世界观等方面的教育。各种心理健康理论和心理咨询治疗理论是心理健康教育的理论基础,增强大学生的自

我认识能力、自我了解能力、自我发展能力和自我提高的能力,对大学生的职业规划、人格发展、情绪管理等多方面进行指导和教育。

2. 教育任务不同

思想政治教育的任务对学生的思想层面比较重视,用马列主义和中国特色社会主义理论等重要思想来教育人们,培育社会主义新时代的接班人,使学生的思想品德水平得以提高,增强学生的法律意识,提高学生的科学文化知识。而心理健康教育的任务偏重于学生的心理层面,引导大学完善心理素质,使大学生拥有一颗强大的内心,战胜各种困难,解决他们所遇到的心理问题,使得人格得以完善。

3. 教育方法不同

思想政治教育一般是采用老师讲授、举行报告、比赛和观赏等团体的形式进行。它包括理论教育和实践教育,这些都是采用公开的形式进行教育,不能够按照每个人的不同需要来因材施教;而心理健康教育虽然也会采用举办讲座,团队咨询等方式,但更多是对小团队和个人进行的引导与教育,它更尊重人的隐私,对其咨询与教育都是保密的。思想政治教育以老师讲授为主,避免不了对学生进行理论上的灌输,通过对学生的说服教育、树立典型、奖罚错等方法来进行思想政治教育;心理健康教育以老师倾听,老师采用相关心理学知识引导学生开口跟老师诉说,运用心理学的方法测量大学生的心理,锻炼其心理素质,进行心理健康教育。

二、大学生思想政治教育与心理健康教育结合的问题分析

(一) 在教学环境上对心理健康教育的忽视

1. 心理健康教育环节有所缺乏

心理健康教育是大学生适应不断变化发展的社会的需要,思想政治教育多为老师讲授的填鸭式的教育,只注重理论知识的灌输,而心理健康教育的环节却有所缺乏。关于大学生在认识自我,适应社会环境,抗击挫折和压力等方面认识不够,缺少相关的教育引导,不够重视学生的心理健康,使学生缺乏适应社会变化的能力和解决实际问题的能力。

2. 心理健康教育的工作人员较少

现在在做大学生心理健康教育工作的人主要有占较大比例的政治工作干部与道德教育老师和占很少比例的心理专业人员。对学生进行心理健康教育需要心理学专业的老师和心理学专业的医生来共同为学生服务,这样才能够真正的对学生的心理健康负责,保证学生不会因为心理问题而受到伤害。目前在绝大多数高校,还没有形成高素质,有较强专业知识的心理健康教育教师队伍,严重影响了育人效果。

3. 心理健康教育基础设施不完善

在当今社会条件下,心理健康教育的基础设施不完善,缺

乏建设资金,缺少相关的测试工具,没有固定的工作场所和基本设施的配备,大学生就不能进行心理咨询,也不能了解学生存在的心理问题,更不能对学生进行相应的心理辅导,而心理健康教育工作者不如如有正式编制的老师待遇好,这也大大降低了他们对工作的积极性,也缺乏一定的重视。大学生心理健康教育基础设施的不完善阻碍了心理健康教育工作的运行,阻碍了学生身心健康的发展。

(二) 结合过程中对网络作用的忽视

1. 教育观念落后,没有发挥网络的正面影响作用

在进行结合的过程中,有许多老师比较保守,总是按照老一辈的思想来教育学生,因循守旧,不懂得开化,教育观念比较落后,不敢尝试新鲜的事物,对于网络的作用有所忽视。还有一部分是看到了网络的消极影响,并且过分的夸大了这一影响,导致对网络认识的偏差,使教育没有迈开新的步伐,一直停留在原始的教育状态,没有发挥运用网络进行思想政治教育的正面影响作用。

2. 在使用网络资源时缺少了对大学生的心理教育

网络上的资源可以说是非常的丰富,他们可以从网上轻松获取信息,通过网络进行学习,获取自身所需要的资源,但是有很多的学生会存在过度上网现象,沉迷于网络,严重的甚至会导致其心理变形或扭曲。大学生思想政治教育和心理健康教育的结合过程中不能充分使用网络信息帮助学生,没有对学生的心理进行正面干预,缺少了对大学生的心理进行教育。

三、大学生思想政治教育与心理健康教育结合的方法

(一) 营造有机结合的教学环境

1. 学校、家庭和社会的结合

在学校方面,学校可以通过对课程的合理设置来对大学生进行良好的教育,作为一名大学生在学校里的时间相对来说比较长,需要充分发挥学校的重要作用,完善思想政治教育与健康教育的机制,让大学生更好的接受学校提供的有利条件;在家庭方面,良好的家风家训为大学生的思想政治教育提供了有利条件,对优秀家风家训的传承,为大学生的身心健康教育创造了广阔的发展前景;在社会方面,社会发展的趋势为大学生的思想政治教育和心理健康教育提出了新的要求,社会为大学生提供了更为广阔的发展平台,更好的锻炼了大学生的社会适应能力。做好学校、家庭和社区的相互配合,将有利于大学生思想政治教育和心理健康教育的结合。

2. 根据教育目标完善教育内容

作为一名大学生不论是在学习中还是在生活中经常会遇到纷繁复杂的问题,传统的解决方式只是采用思想政治教育,解决结果并不能让人满意。所以,思想政治教育者要学习利用心理健康教育方面的相关知识和方法,丰富教育的内容,针对大学生不论是在学习中还是在生活中遇到的那些纷繁复杂的问题,提出相应的措施,加以分类并解决。这样使得思想政治教育更加充分,从而对心理健康教育的发展也有极大地帮助。

3. 优化教学环境

教学环境作为一个多种要素构成的整体,对于进行思想政治教育和心理健康教育起了至关重要的作用。环境作为人的精神的无机界,与人的生活密切相关,环境能够影响人的行为活动,良好的教学环境对大学生产生积极的影响,能够为学生的学习生活提供保障,激励学生奋发向上,培养学生乐观的心理品质,使学生的学习生活没有后顾之忧,优化教学环境有利于大学生身心健康的发展,使他们达到身心愉悦的境界,更加珍惜所拥有的教学环境,从而提高学习效率。

(二) 建立全方位的网络体系

1. 对网络和大学生上网行为明确定位

当代大学生的上网行为比较普遍,他们通过网络浏览各种信息,进行各种交流活动和娱乐活动,因此也需要明确定位他

们的上网行为,引导他们健康文明上网。思想政治工作人员和心理健康工作人员应该适应时代发展的潮流,与信息时代的进步相协调,全面了解网络技术的发展,学习并运用网络技术对大学生进行教育,是适应时代发展潮流的表现,能够很好的进行思想政治教育和心理健康教育。

2. 建设思想政治教育的主题网页

网络技术的不断发展使得网络信息对大学生的冲击日益突出,党和国家已经充分认识到网络对于思想政治教育工作的开展具有重要的意义。由于网络的普遍性,让一些违法犯罪分子有了钻漏洞的机会,他们利用网络宣传一些负面信息,给学生的思想政治造成了负面的影响。因此,建设思想政治教育的主题网页显得至关重要,思想政治教育的主题网页应大力弘扬爱国主义教育,中国特色的社会主义体系,遵循先进文化的前进方向,坚持中国共产党的领导,用积极健康的思想文化和道德观念引领网页建设,建立与时俱进的思想政治教育的网站。

(三) 加强心理健康教育的疏导,提高思想政治教育的实效性

1. 良好自我意识的健全

自我意识是影响个体心理卫生和心理健康的关键因素,健全的自我意识是心理健康的基础,能够促进人的心理健康。在现实生活中,由自我意识引起的心理问题很多,因此,应该引导大学生不断地自我强化,支持自我,发展良好的自我形象,通过与他人比较来培养自知力,学习他人长处,通过参加集体活动来认识自己的潜能,发现自己的价值,成功的把握自己,认真检讨自己的功过得失,学会自我批评,确立适度的抱负水平,并自觉接受现实中的自我是十分重要的。

2. 预防和克服心理冲突

在现实生活中,人们经常会遇到各种各样的动机冲突和挫折等等心理矛盾和冲突,使人们变得比较愁苦和郁闷,严重的甚至会导致抑郁,精神失常,陷入绝望之中,没有能力把自己从困境中拔出来。因此,预防和克服心理冲突,也是保持心理健康的重要方法。思想政治教育者一方面要积极帮助大学生改变引起挫折、焦虑、动机冲突的情境,另一方面要引导大学生提出要求尽量做到合理正确,并积极创造条件使其合理要求尽量得到满足,防止心理冲突带来的精神创伤。

3. 良好的人际关系与群体和谐的建立

人际交往是一种信息的交流与沟通,这需要人们拥有交往的技巧和方式,并且需要人与人之间心理上能够相互包容。人际关系的好与坏可以作为一种心理社会因素影响人们的生理和心理状态,并且进一步影响人们的身心健康。可见,良好的人际关系及群体和谐是保证大学生心理健康的重要方法。思想政治教育者应当把调节对象的人际关系作为一项重要内容和自己应尽的义务。首先应当与被教育者搞好人际关系,其次在思想政治教育过程中需要使对象认识到由个体主观因素等引起的人际关系紧张的危害,使学生能很好的进行人际交往。

参考文献:

- [1] 张耀灿,陈万柏. 思想政治教育学原理 [M]. 高等教育出版社,2007.
- [2] 杨燕妮. 论高校思想政治教育与健康教育的结合 [J]. 时代报告:学术版,2013.
- [3] 杨昭宁. 大学生心理健康教育 [M]. 山东人民出版社,2012.
- [4] 严华. 解读思政教育与学生心理健康的必然联系 [J]. 湖北函授大学学报,2013.
- [5] 阙锦涛. 论网络时代的大学生思想政治教育 [J]. 湖南科技学院学报,2013.
- [6] 王翔宇. 对思想政治教育本质的认识 [J]. 学理论,2013.