

高校大学生思想政治教育心理状况研究

司雅心, 刘月明

南京邮电大学马克思主义学院, 江苏 南京

收稿日期: 2024年10月9日; 录用日期: 2024年11月12日; 发布日期: 2024年11月26日

摘要

在当今社会, 思想政治教育是高校普遍关注的重点, 也是培养大学生人才的重要活动。思想政治教育对大学生树立正确的价值观和良好的心理素质起着尤为关键的作用。并且随着社会的日益发展, 心理健康状况逐渐成为社会关注的焦点, 尤其是在当今大学生群体表现得较为突出。由于现如今的大学生面临诸多挑战和压力, 引导他们用思想政治教育理念解决心理健康问题显得尤为重要。因此, 需要对当前高校大学生思想政治教育心理健康状况深入探究, 以此帮助大学生正确处理思想政治教育和心理健康问题的关系, 树立良好的人生观、价值观和道德观。

关键词

思想政治教育, 大学生心理健康, 价值观

Research on the Psychological State of Ideological and Political Education of College Students

Yaxin Si, Yueming Liu

School of Marxism, Nanjing University of Posts and Telecommunications, Nanjing Jiangsu

Received: Oct. 9th, 2024; accepted: Nov. 12th, 2024; published: Nov. 26th, 2024

Abstract

In today's society, ideological and political education is the focus of colleges and universities, but also an important activity to train college students. Ideological and political education plays a key role in college students' correct values and good psychological quality. And with the increasing development of the society, the mental health situation has gradually become the focus of social attention, especially in today's college students. As today's college students are facing many challenges

and pressures, it is particularly important to guide them to solve their mental health problems with ideological and political education concepts. Therefore, it is necessary to explore the current ideological and political education and mental health of college students, so as to help college students correctly deal with the relationship between ideological and political education and mental health problems, and establish a good outlook on life, values and moral.

Keywords

Ideological and Political Education, Mental Health of College Students, Values

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

在人类历史的长河中,发展依靠社会物质文明和社会精神文明共同进步。精神文明不是物质文明直接衍生出来的,不会随着物质文明的发展而自然地发展,精神文明中的思想建设,要依靠长期的思想政治教育才能实现。而大学生群体作为当代青年的代表,决定着国家的未来和希望,其思想政治教育的重要性是不容忽视的。良好的心理素质需要思想政治教育的熏陶,思想政治教育可以促进大学生心理健康,形成健全的人格,促进大学生的全面发展,因此关注大学生心理健康问题,营造积极和谐的校园环境、建立健康友好的师生关系、运用强互动性的教学方法(彭冰冰, 吴娅莹, 2024)、加强思想政治教育心灵沟通,有效对接思想政治教育和心理健康状况的精准度,让思想政治教育知识在心理健康教育中灵活运用、地位提升。

2. 大学生心理健康状况发展

2.1. 思政教育和心理状况关系的理论依据

早在 2011 年,国家教育部就将大学生心理健康教育纳入高校思想政治教育工作范畴,并重视和强调在大学生群体开展思想政治教育,加强心理健康教育的重要性。于 2018 年进一步强调,心理健康教育是提高大学生心理素质、促进其身心健康和谐发展的教育,是高校人才培养体系的重要组成部分,也是高校思想政治工作的主要内容。2023 年,以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,全面贯彻党的教育方针,坚持为党育人、为国育才,落实立德树人根本任务,坚持健康第一的教育理念,切实把心理健康工作摆在更加突出位置,促进学生思想道德素质、科学文化素质和身心健康素质协调发展,培养担当民族复兴大任的时代新人。

2.2. 当代大学生的心理健康状况

高校大学生作为受教育文化层面较高的群体,在社会中被普遍认为是素质较高、较优秀的存在,会在思想观念、政治素养方面表现突出。但就是这样一种特殊的人群,其政治思想和心理状况才更是一个敏感的话题,更应该被关注。随着从高中步入大学,他们的生活方式发生了一个巨大的转变。怀揣着对丰富的大学生活的向往,他们对新事物的心理接受状况展现出积极活跃的态势,并且在经过高考严酷的竞争筛选过后,抗压能力较强。然而,大学生活与高中生活的完全不同也打乱了他们的阵脚,在适应大学环境、处理各层面人际关系、自主学习压力和就业压力等等各方面压力增大,已成为大学生心理困扰

的主要来源。

当代大学生思想政治状况的主流积极、健康、向上,但一些大学生不同程度地存在政治信仰迷茫、理想信念模糊、价值取向扭曲、诚信意识淡薄、社会责任感缺乏、艰苦奋斗精神淡化、团结协作观念较差、心理素质欠佳等问题(李雪, 刘沁, 2011)。严重阻碍了大学生成熟世界观、人生观和价值观的树立,无法在社会中更好发挥自己的作用,为社会做出贡献。现阶段高校的思想政治工作,没有把心理健康和人文精神放在应有的地位,随着经济社会的发展,人的心理需求及心理承受能力表现越来越突出,而学校教育体系中,心理健康的预防性教育还存在不足(杨秀玲, 孟庆莹, 2024)。学生是国家未来的希望,是社会主义接班人,国家对大学生的期望渗透在学生学习过程中。而如今快节奏、高标准、高要求的生活给大学生们带来的压力和挑战,那么如何调节这些压力和应对这些挑战使学生更从容面对挫折、更享受压力给生活带来的紧张感,就要求将思想政治教育课程与心理健康教育相融合,形成高校教育合力,保证大学生全面健康发展,培养更多具有高尚品德、良好心理素质和综合素质的优秀人才。

面对这些困扰,除了自我调节,可以通过健身、娱乐、倾诉或寻求心理咨询来帮助自己排忧解难,同时,我们认识到影响心理健康的因素还有内在原因和外在原因的共同作用导致心理状况出现的失衡现象。这需要学生们受到科学的、严谨的教育方法去明辨是非、评判真理,因此大学期间受到的思想政治教育也是解决这些问题和调节压力的重要方式。新时代以青年为本的思想政治教育旨在促进青年的健康成长和全面发展,要始终从青年这一教育对象本身出发,在群体与个体有机结合中科学掌握青年思想政治教育对象的心理特征(倪邦文, 2024)。

3. 关于思想政治教育的内涵与地位

3.1. 思想政治教育的内涵

思想政治教育是指社会或社会群体用一定的思想观念、政治观点、道德规范,对其成员施加有目的、有计划、有组织的影响,使他们形成符合一定社会所要求的思想品德的社会实践活动。是国家对受教育者进行观念道德、法制纪律和民族团结等方面的教育,是维护国家安定和平,深入贯彻爱国主义、社会主义、集体主义的教育。思想政治教育应当传承和弘扬中华民族优秀的历史文化传统,吸收人类文明发展的一切优秀成果,在继承中创新,在创新中发展,让青少年在开放包容的教育环境中积极成长,践行社会主义核心价值观,树立正确的价值观念。

3.2. 思想政治教育的地位

思想政治教育在人类社会发展中具有重要的地位和作用,是经济工作和其他一切工作的生命线,是搞好社会主义物质文明和精神文明建设的基本保证,为国家事业提供强大动力和支持。当代大学生肩负着社会未来的发展和进步的使命,在青年群体进行思想政治教育,建设良好的社会风气,用社会主义文化改变大学生的理念缺失和道德观念模糊不清的现实状况,因材施教,让大学生得益于健康的教育环境,明辨是非,消除自身的负面情绪,使德智体美劳全面发展,增强思想政治教育的传播力和影响力。

4. 思想政治教育的基本形式

4.1. 疏导教育法

疏导教育法,是一种综合性的思想政治教育方法。它的目的是调动学生的积极性,提高学生思想的活跃度,以指导和引导的方式,使学生在思想政治教育中能够获得更多的启发和认识。疏导教育法也要求教师掌握一定的心理学知识,能够洞悉学生的心理特点,这样有助于教师能够站在学生的角度思考问题,便于更好地指导学生的思想政治教育。在此基础上,也需要教师具有一定的沟通、管理、组织和创

新能力, 以便于教师加深对学生的了解, 更易与学生沟通心理问题, 及时为学生提供帮助。

4.2. 比较教育法

比较教育法, 是一种以唯物辩证法为基础, 基于矛盾特殊性原理, 运用比较的方法而形成的一种思想政治教育方法。它既可以对同一事物的不同发展阶段进行比较, 也可以对两种及以上互相联系着的事务各方面进行比较, 加深人们的思想认识, 深刻把握事物的本质和发展规律, 从而提高人们的思想政治觉悟, 帮助人们做出正确选择。在促进人类发展的共同使命下, 发展研究需以比较教育研究为基础(沈伟, 周鑫玥, 蒋志伟, 2024)。比较教育法有着丰富的理论指导功能, 如分析认识功能、比较借鉴功能、交流对比功能和预测决策功能, 都在思想政治教育活动中发挥着重要的作用。

4.3. 典型教育法

思想政治教育典型教育法的作用在于利用选树的典型, 激起大学生思想情感的共鸣, 引导大学生的价值选择与实践追求(刘凯, 2019)。典型教育法, 又称为榜样教育法, 是指运用正反两种人物形象或事件起引导示范或警醒警戒作用的方法。这种教育方法可以使受教育者引发自我思考和自身反省, 具有强烈的感召力和说服力, 激励受教育者向优秀典例学习, 养成良好习惯, 形成健康心理。实践中采用较多的典型教育具体方法主要是正面典型激励、反面典型警示、集体典型引导。

4.4. 自我教育法

自我教育法是指, 在思想政治教育活动主体过程中, 按照一定阶级和社会道德规范的要求, 以自有的实际思想道德政治水平为基底, 进行自我审查和反省, 通过自我认识、自我评价、自我调控等手段, 有目的地改造和提高个体的主观能动性, 进行自我完善, 提升心理素质和道德水平, 把自己培养成对社会有用的人, 为社会做出贡献的一种教育实践过程。自我教育法是一种自己激励自己、自己指导自己的方法, 可以进一步达到对自身的全面认识, 健全人格、完善自我。

4.5. 感染教育法

感染教育法是指为了实现高校思想政治教育目标, 科学有效地运用高校的教育资源和相关载体, 使大学生在无意识和不自觉中受到感化和熏陶的方法。要提高大学生理想信念教育的实效性, 既要从大学生理想信念内部生成的知、情、意、行过程着眼, 也不可忽视外部环境对大学生理想信念形成的影响(刘舒玮, 2023)。感染教育法具有情景感染、艺术感染、个体感染和群体感染的基本形式。这种教育方法, 促使教育对象把优秀的道德、品质、行为内化于心, 逐步在实践中体现出来。

5. 思想政治教育对大学生心理健康的影响因素

5.1. 学生心智不成熟、缺乏理智, 影响自身实践行为

随着现代社会的快速发展, 大学生心理健康问题日益凸显。他们的心理状况深受整个社会背景下形形色色的人的心态影响, 社会上各种各样的风气也在不断冲击着原本干净肃清的大学校园。在日常生活中, 许多安全隐患常由于对风险的忽视或低估而产生。学生自身的不重视, 加之对自己没有清楚的定位, 越来越多的大学生因心理问题休学、退学, 甚至自杀、凶杀等一些反常或恶性事件不时见诸报端, 并且随着社会的快速发展和竞争的日益激烈, 大学生面临的心理压力逐渐增大, 这在一定程度上影响了他们的行为选择。基于此, 通过思想政治教育加强心理健康意识, 引导学生正确面对压力, 提升自我认知和情绪管理能力, 对于增强他们的安全意识和行为至关重要。

5.2. 教师综合素质水平欠缺, 影响学生课堂积极性

党的十八大以来, 以习近平同志为核心的党中央高度重视教师队伍建设问题, 始终把教师队伍建设作为最重要的基础性工程来抓。习主席一句“要把师德师风建设摆在首要位置”, 彰显出教师的重要地位, 成为做好思想政治教育工作的重中之重。教育者的综合素质水平直接影响到国家教育水平, 影响到受教育者的文化接受程度、理想树立高度、价值观建立深度。

现如今, 国内大部分学校对于教师的任职无法短时间深入了解教师的综合素质水平, 并且由于教师自身接受教育程度的参差不齐, 在如今高校的师资队伍中, 仍然存在一部分教师的综合素质水平欠佳, 只关心教学进度, 对学生心理状况漠不关心或仅仅停留在表面的现象。近几年通过互联网的传播, 网络上时常可以看到高校教师作风不端、有悖师德的例子, 严重地影响了高校教师的形象(谢斐, 2019)。学生在学校里的作为离不开老师的影子, 所以老师在校园里的一举一动都需要格外注意。

5.3. 高校思政资源挖掘不充分, 学生缺乏思政意识

思想政治教育课程是落实立德树人根本任务的关键课程。虽然高校统一开展《毛泽东思想和中国特色社会主义理论》《思想道德与法治》和《中国近现代史纲要》等课程, 但在部分学生眼里, 思想政治教育课程只有枯燥乏味的理论知识讲解, 相对于其他专业课缺乏吸引力, 能够认真听讲的学生少之又少, 加上一些高校虽然开设了这些课程, 但都只是“走过场”, 完成“任务”而已, 并不关心学生是否从课堂上了解了文化历史、是否树立了正确的价值观念及是否能够真正用到实践上, 这与思想政治教育的目的背道而驰, 没有正确的意识指导, 即便有了实践行为, 也是“无头苍蝇”。

6. 优化思想政治教育环境, 促进大学生心理健康发展

6.1. 学生层面

大学生心理健康教育的目的是帮助大学生更好地融入大学生活, 增强环境适应能力, 培养个人交际能力, 提高自身的心理素质与身体素养。这与课程思政的教育目标一致, 也与思政教育培养目标“既重视学生道德品质的培养, 又注重学生潜能的激发, 提高大学生的综合素质”相一致(于丹丹, 周芳蕊, 田来, 2024)。大学生要重视思想政治教育, 用健康心态辩证看待事物发展。

首先, 要增强自我意识与自我管理能力。学生应定期进行自我反思, 了解自己的兴趣、价值观、优势与不足, 明确个人发展目标, 只有与社会发展轨道相承接的理想信念才能够实现人生价值。还要培养良好的时间管理和自我约束能力, 合理安排学习与休息时间, 避免过度压力。制定短期目标和长期目标, 用发展的眼光看待问题, 脚踏实地稳步前进, 以增强自我效能感。

其次, 积极参与思想政治教育活动。学校以立德树人为根本任务, 要积极参与学校组织的心理健康教育课程、讲座和研讨会, 结合思政元素, 了解心理健康的重要性及常见问题的应对方法。阅读相关书籍和文章, 拓宽对心理健康的认识, 掌握自我调节技巧。

最后, 与同学、老师和朋友建立良好的人际关系。积极参与集体活动, 培养团队合作精神和社交技能。学习别人的优点, 改正与社会发展不符的缺点。学会倾听和表达, 尊重他人差异, 建立相互支持和信任的社交网络。

6.2. 教师层面

教师是人类文化知识的传递者, 使人类灵魂的工程师。教师履行教书育人的职责, 肩负着培养社会主义事业建设者和接班人的责任。成为一个合格的教育者, 应努力做到以下几点。

第一, 加强自身综合素质水平, 为学生树立一个德才兼备的优秀形象。教师的举止言行对学生起着

潜移默化的作用。就道德素质而言,教师应该首先加强自身思想政治建设,做到以人为本、以德为先,用良好的品德修养为学生做榜样,提高学生思想道德政治水平,纠正学生不作为和乱作为现象,使学生保持健康的心态,积极面对生活中的困难与挑战,并鼓励学生为社会添温暖,为国家做贡献。

第二,拉近师生距离,建立师生良好关系。一方面,教师和学生之间不仅仅是教育者和受教育者之间的单向关系,而是双向关系。教师既是教育者也是受教育者,同时学生既是受教育者也可以充当教育者,两者之间是互补的关系。闻道有先后,术业有专攻,老师精通专业知识的教学,但不代表老师这一形象就是完美无缺的。学生在专业知识上有欠缺,并不代表在思想境界、人格修养上一定就不如老师。两者之间应互相学习,取长补短,增加自身包容度。另一方面,教师要积极听取学生建议,在反思中提升自我,树立良好形象,鼓励学生不因外界负面评价而自我消耗,辩证看待外界一切声音,避免学生出现负面情绪和自我封闭,增强学生心理承受能力与抗压能力。

第三,营造轻松热情的课堂氛围,提高学生积极性。教师在授课时自觉站在学生角度去思考问题,能够让学生在课堂踊跃发表自己的想法,打破封闭死板的课堂教育氛围,更加了解学生的行为和想法。提出让学生感兴趣的研究课题,与学生产生共鸣。并且在授课时要积极融入多种思政元素,传播正能量,让学生学到知识的同时借助课堂教学环境提升学生的思想政治意识和人格品德修养,提高心理道德素质。

6.3. 学校层面

在优化思想政治教育环境以及促进大学生心理健康发展的学校层面,学校可以采取一系列综合措施来营造一个更加积极、健康、支持性的学习和生活环境。

首先,加强心理健康教育体系建设。在明确课程思政建设目标的基础上,凝练课程思政内容供给、挖掘思政教育元素、开展思政教育活动、深入探寻每一个思政教育目标与教学内容的最佳契合点(徐亚, 2024)。将心理健康教育纳入学校课程体系,开设心理健康教育课程,秉持学生综合素质全面发展原则,以选修课或必修课的形式开设相关课程,帮助学生了解心理健康知识,掌握自我调适技能。

其次,优化学校物质环境。营造舒适和谐的校园环境,加强学校基础设施建设,改善学生学习和生活条件,营造温馨、舒适、安全的校园环境。秉持社会主义核心价值观,打造积极向上的校园文化,宣传树立正确的价值观的重要性,通过举办各种文化、体育、艺术等活动,丰富学生课余生活,培养学生积极向上的心态和团队合作精神。

然后,加强师资队伍建设,提升教师心理健康素养。落实立德树人根本任务,加强教师思想政治综合素质培训,提高教师对学生心理问题的识别和处理能力。鼓励全体教职员参与学生心理健康教育工作,形成全员育人的良好氛围。加强师生沟通交流,建立师生定期交流机制,了解学生的学习和生活状况,及时发现并解决学生的心理问题。

最后,完善心理健康教育评价机制。建立科学的评价体系,以提升学生政治修养、培育良好品德为目标,制定科学合理的心理健康教育评价标准和方法,对学生的心理健康状况进行定期评估和反馈。

综上所述,思想政治教育和心理健康教育在大学生教育中具有密切的关系。学校可以通过加强心理健康教育体系建设、优化学校物质环境、加强师资队伍建设、完善心理健康教育评价机制等多方面措施来优化思想政治教育环境,使得思想政治教育和心理健康教育相互交融、相互影响,彼此深度融合发展,促进大学生心理健康发展,共同为学生的全面发展提供有力保障。

7. 结语

大学生的全面发展关系家庭安定、关系社会发展,作为思想政治教育的重要组成部分的心理健康教育,影响学生的价值取向以及未来社会的走向。本文通过对心理健康教育的深入探讨,旨在揭示其在个

体成长、社会适应及幸福感提升中的关键作用。特别值得注意的是, 心理健康教育不应仅仅局限于学校或专业机构, 而应成为一种全民共识, 融入日常生活的方方面面。家庭、学校、社区乃至整个社会都应承担起心理健康教育的责任, 形成合力, 共同营造一个支持性、包容性的心理健康环境。在此, 我们呼吁社会各界加大对心理健康教育的投入, 鼓励跨学科合作, 推动理论与实践的深度融合, 共同探索适合我国国情的心理健康教育新模式。

参考文献

- 李雪, 刘沁(2011). 利用地方红色资源提升高校校园文化德育功能. *南昌教育学院学报*, 26(6), 17-18.
- 刘凯(2019). 典型教育法在大学生中国特色社会主义文化认同中的价值及其实现. *大众文艺*, (4), 216-217.
- 刘舒玮(2023). 论感染教育法在大学生理想信念教育中的运用. *重庆电子工程职业学院学报*, 32(1), 56-63.
- 倪邦文(2024). 论以青年为本的思想政治教育. *人民论坛·学术前沿*, (14), 80-91.
- 彭冰冰, 吴娅莹(2024). 论心理互换在高校思想政治教育中的应用. *嘉兴大学学报*, 36(5), 32-36.
- 沈伟, 周鑫玥, 蒋志伟(2024). 比较教育与人类发展: 新世纪的进展. *华东师范大学学报(教育科学版)*, 42(9), 56-73.
- 谢斐(2019). 高校思想政治教育中的感染教育法. *沈阳大学学报(社会科学版)*, 21(2), 191-196.
- 徐亚(2024). 课程思政思域下通识选修课教学改革与探索——以教师职业素养与能力提升课程为例. *公关世界*, (21), 115-117.
- 杨秀玲, 孟庆莹(2024). 大学生心理健康教育与思想政治教育深度融合探究. *西北成人教育学院学报*, (5), 92-97.
- 于丹丹, 周芳蕊, 田来(2024). 融合思政元素: 大学生心理健康教育课程创新与实践. *湖北开放职业学院学报*, 37(16), 17-19.