

# 思政课融入大学生心理健康教育路径研究

张渝桢

南京林业大学马克思主义学院, 江苏 南京

收稿日期: 2024年11月12日; 录用日期: 2024年12月16日; 发布日期: 2024年12月27日

## 摘要

大学生心理健康教育作为人才培养的重要组成部分, 但反观当下, 由于学生心理问题的骤升率, 以及心理工作评价的单一性等因素的影响, 心理健康教育陷入工具理性的困境, 妨碍了高校立德树人的人才培养目标。在此背景下, 从思政课的育人高度看待大学生心理健康教育, 思政课的育人逻辑、心理健康教育的道德逻辑在教育目标和教育内容上具有一致性和互补性, 本文从两者的契合点出发, 从思想建设、教学内容、教学主体、网络技术层面深入发掘思政课融入大学生心理健康教育的现实路径。

## 关键词

思想政治教育, 心理健康教育, 大学生

# Research on Path of Integrating Ideological and Political Courses into the Psychological Health Education of College Students

Yuzhen Zhang

School of Marxism, Nanjing Forestry University, Nanjing Jiangsu

Received: Nov. 12<sup>th</sup>, 2024; accepted: Dec. 16<sup>th</sup>, 2024; published: Dec. 27<sup>th</sup>, 2024

## Abstract

Psychological health education for college students is an important component of talent cultivation. However, looking back at the current situation, due to factors such as the sudden increase in students' psychological problems and the singularity of psychological work evaluation, psychological health education has fallen into a dilemma of instrumental rationality, which hinders the talent cultivation goal of moral education in universities. In this context, from the perspective of educating students through ideological and political courses, the psychological health education of college students is

viewed. The educational logic of ideological and political courses and the moral logic of psychological health education are consistent and complementary in terms of educational goals and content. Starting from the point of convergence between the two, this article deeply explores the practical path of integrating ideological and political courses into college students' psychological health education from the aspects of ideological construction, teaching content, teaching subjects, and network technology.

## Keywords

Ideological and Political Education, Mental Health Education, College Students

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

习近平总书记在全国高校思想政治工作会议上强调“各类课程都要守好一段渠、种好责任田，与思想政治理论课同向同行，形成协同效应”。思想政治教育的实效关系着高校人才培养的质量，从个体层面看，它是塑造学生正确世界观、人生观和价值观的基石，从宏观层面看，它是高校进行各项教学和管理工作的核心支撑。心理健康教育是我国“十大育人”体系中的关键一环，是引导学生形成健全人格的途径。随着新时代的到来，社会思潮日益复杂多变，大学生在成长与发展过程中面临的挑战更加严峻，极端事件层出不穷，当前高校心理健康教育拘泥于重“育心”轻“育德”，忽视育人目标的实现，仅着重于防范极端事件的发生。推动思政课与健康教育的协同育人机制，有助于两者同向同行，协力合作为国家和社会培养德智体美劳全面发展的积极人才。

## 2. 思政课融入大学生心理健康教育的必要性

习近平总书记指出：“千秋基业，人才为本”。人才是强国之根本、兴邦之大计，而大学生作为中华民族的青年一代，无疑是国家人才队伍的中坚力量，因此，培养大学生树立正确的价值观和保持健康的心理状态不仅关乎个体的成长与发展，更是国家长远利益和民族未来繁荣的重要保障。反观当下现状，社会价值观念在商品经济的冲击下呈现多元化，大学生面临更复杂的社会环境，心理问题频繁发生。因此，从思政课的政治高度推动大学生心理健康教育，实现“育德”和“育心”相统一是必要之举。

### 2.1. 微观维度

临床研究表明，大学生群体的心理健康问题发生率高于一般人群，我国大学生抑郁发生率在13.25%~79.90%，而一般人群仅为5%~6% (叶庆红, 陈志斌, 唐锴, 2012)。当代大学生所处的人生阶段正是在快餐式时代的变革和多元化思潮的碰撞下对义和利、群和己、成和败、得和失等一系列价值命题进行矛盾取舍的独立探索过程中，如果我们无法以恰当的方式应对这些挑战，未能妥善处理它们，那么这些问题可能会演变成更深层次的心理困扰，甚至有可能导致情绪失控，引发更为极端和不可预测的事件。同时，资本逻辑的充斥下工具理性的商业价值日益凸显其重要性，价值理性的光芒日益被遮蔽。

“分数”、“奖项”等一系列工具理性的产物凌驾于万物之上，成为衡量人的标准，导致了“空心病”现象的学生人数逐年增加，他们具有强烈的孤独感和无意义感，迷失于探求真正的自我之路。北大徐凯文教授认为导致这一局面其中一个不容忽视的因素是在当今的教育体系中，学生往往被塑造成了一种被动

接受知识的工具，他们的兴趣、爱好和个性常常被考试成绩所左右，其价值观被扭曲，思想被异化，人性被压抑。而思政课作为铸魂育人的主阵地，不是简单地传授刻板知识，而是深层次带来精神上的洗礼和灵魂深处的触动，正向引导学生认识到自己作为社会主义建设者和接班人的责任与担当，最终成长为一个身心健康、人格健全、富有朝气的青年一代。

## 2.2. 中观维度

2017年，党中央明确提出“心理育人”是高校心理健康教育工作的重要任务，将其列为高校“十大育人体系”的重要组成部分(中共教育部党组, 2017)。这其中蕴含要从思政课高度上引领心理健康教育往人才培养深度推进，然而在实际工作中仍存在工具理性逾越价值理性的情况，价值理性与工具理性二者应相辅相成，以工具理性为现实基础，价值理性为终极述求，来帮助学生实现心理健康和全面发展(章少哨, 2020)。但目前不少师生心将理健康教育仅局限于处理特定问题的狭隘视角，简单地认为心理健康教育就是应对心理问题的“止痛药”，心理健康教育工作者当成防止紧急事件发生的“消防员”，心理健康教育圈定在心理障碍或心理疾病的少数特殊学生下，这都与“育人”的价值述求大相截庭。同时，在西方心理学的主导地位下，心理健康教育工作者们普遍以西方心理学为理论学习和技术训练的范式，较少考虑到中国高校学生根植于中国历史文化传统和时代背景条件而产生的独特心理状况。而思政课作为以培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人为目标和心理健康教育的“育人”的价值述求不谋而合，同时思政课作为具有中国特性、中国作风和中国气派的思想政治教育课程无疑为心理健康教育本土化、民族化提供了土壤。

## 2.3. 宏观维度

自上个世纪以来，党和国家便深刻认识到青年一代的心理健康对于个人乃至国家发展的重要性。为此，党中央高度重视并陆续出台了一系列文件，对青年心理健康的教育与指导提出明确而具体的要求和指示。站在新时代的征程上，党中央立足历史方位和现实国情，深入研究大中小学不同教育阶段学生的心理发展需求和特点，利用思政课这一成熟的教学平台，以大中小学思政课一体化教育体系全方位、全过程地渗透心理健康教育，为青年一代树立起积极向上的健康人格提供了坚实的基础。近年出台的《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划》是对这一理念的进一步深化和具体化，计划中明确指出要五育并举，将学生心理健康教育贯穿德育思政工作全过程，融入教育教学、管理服务和学生成长的各环节(教育部等, 2023)。这一计划的出台标志着加强学生心理健康教育工作上升为国家战略，摆在更加突出、更加重要的位置。在面对复杂多变的国际环境下，人才日益成为大国博弈的关键要素，“培养什么人、怎样培养人”是事关党和国家前途命运的重大问题，新时代对人才培养质量提出了新要求，要实现第二个百年奋斗目标，需要一大批志存高远、德才兼备、敢于创新、勇于开拓，能够应对挑战、直面挫折、抵御风险、克服困难的有为青年，新时代高校学生心理健康教育工作队伍建设是高校人才培养工作的重要一环，关系着高校人才培养的整体质量，更关系到党和国家能否在激烈国际竞争中抢占先机。

## 3. 思政课融入大学生心理健康教育的可行性

“当我们通过思维来考察自然界或人类历史或我们自己的精神活动的时候，首先呈现在我们眼前的是一幅由种种联系和相互作用无穷无尽地交织起来的画面”(马克思, 恩格斯, 2012a)。思政课，作为我国教育体系中不可或缺的一环，它不仅以其成熟的育人机制承担着培养社会主义建设者的重大责任，而且通过深入的理论灌输和价值观引导，为青少年树立正确的世界观、人生观和价值观提供了坚实的基础。与此同时，心理健康教育则依托于心理学等学科专业知识，致力于帮助当代青年培养健康的心理状态和

应对压力的能力，思政课融入心理健康教育，共同构建起一个全方位的教育支持网络，这得益于心理健康教育与思政课存在契合点，一方面，心理健康教育和思政教育都关注学生的精神状态和心理认知。二者致力于借助教育引导学生形成积极正确的人生观、价值观，成为道德高尚且能理性思考的高水平人才。另一方面，心理健康教育是思政课的重要基础，思政课是心理健康教育的必然要求，将思政课融入心理健康教育意义重大。

### 3.1. 思政课和心理健康教育的共同之处

从目标层面看，思政课建设的根本目标是“用新时代中国特色社会主义思想铸魂育人，引导学生增强中国特色社会主义道路自信、理论自信、制度自信、文化自信，厚植爱国主义情怀，把爱国情、强国志、报国行自觉融入坚持和发展中国特色社会主义、建设社会主义现代化强国、实现中华民族伟大复兴奋斗目标”（余双好，张琪如，2020）。心理健康教育核心在于深入探寻和理解学生的个体内在心理活动和行为模式，通过专业的心理辅导、情感疏导、人际关系指导等方式给予学生支持和慰藉，以及教授应对策略，从而提高他们应对生活挑战的能力。通过这样全面的支持，心理健康教育旨在培养学生成为健康、自信和有韧性的个体，他们将更好地适应社会，拥有更高质量的生活。这种教育引导学生认识到烦躁、抑郁、苦闷等情绪的根源所在，以及它们对个人健康的潜在影响，培养学生优良的心理品质和意志品质，促进学生全面发展，真正从各方面具备担当民族复兴大任的时代新人。从目标层面上看，思政课的目标诉求更为简洁宏大，注重以意识形态的政治层面对学生进行灌输，心理健康教育的目标更关注个体的发展，注重以微观主体的心理层面进行调试，但两者都是面向学生群体的教育形式，以不同方式提升学生的思想道德素质和心理素质，都以培养社会主义合格建设者和可靠接班人为目的。

从内容层面上看，思政课是通过成熟的课程设计由浅入深、循序渐进地对大学生进行“三观”教育、道德和法律素养教育等，帮助学生形成健全的人格，适应社会生活。心理健康教育的内容主要包含个体心理健康和个人与社会双向良好互动，侧重于帮助学生全面认识自我、形成稳定的个性心理特征。两者无疑在教学内容上存在相互渗透，协同为大学生正向成长助力。

### 3.2. 思政课和心理健康教育的互补之处

思政课和心理健康教育两者不仅具有共同之处，更是相辅相成的互补关系。良好的心理健康教育为思政课高效开展奠定了基础，学生只有保持健康积极的精神状态，才能更好地理解和吸收思政知识；传统思政教育往往以宏大的视野出发，内隐地传递给学生积极的政治倾向和道德色彩，很少关注微观个体的思想动态，在一定程度上限制了学生主观能动性的发挥。心理健康教育则可以弥补思政教育这方面的短板，心理健康教育从学生内心世界入手，关注在外部环境下学生个体发展，通过及时的心理疏导和科学的心理教育，扭转个体消极心理状态。改变传统的单向灌输对教育效果的不确定性，将心理学融入思政教育，实质上是在教师与学生之间构建了一套反馈机制，教师能通过该机制及时掌握学生的思想动态，并有针对性地开展思政教育。此外，心理健康教育能帮助学生形成积极平和的心态，改变对主流意识形态的抵触心理，保障思政教育顺利开展，并获得更好的教育效果。

同时，思政课以价值尺度为准绳可保障心理健康教育的正确思想和价值方向，为心理健康教育提供科学世界观和方法论的指导。思政教育是相对完善、系统的教育体系，其理论内容和价值理念经过长期实践验证，具有明确目的和可行路径，可以通过正向价值引导心理健康教育向民族化进程演进，更好适应中国本土的实际。

## 4. 思政课融入大学生心理健康教育的路径分析

思政课融入心理健康教育不仅具有可行之处，而且也是育人工作的必要之举，通过思政课教育大学

生能够树立正确的人生观和价值观,增强心理抵抗力和自我调节能力,提高心理健康水平。同时,思政课为心理健康教育提供理论支持和教学资源,促进心理健康教育的深入发展和实施。因此,二者的协力合作不可或缺、必不可少。但是从理论层面上讲,目标所向的实现只是一种可能性,如何将理想目标转化为切实可行的计划离不开各方协力合作。

#### 4.1. 明确根本任务, 坚持指导思想

思路决定出路,观念决定方向。思政课和心理健康教育二者在教育目标和教育内容上虽各有侧重点,但根本任务都是为了培养德才兼备、心理健康的新时代社会主义后备军。因此,两者必须协力合作来保障青年一代培养工作行稳致远。应从社会主义中国的现实国情出发,坚持思想政治教育的价值引导,推动心理健康教育在更广大的教育框架内往深层次的方向发展,从初级的保持学生健康心理状态到实现“育心”与“育德”协调发展的终极目标。

马克思从尘世的批判中得到“每一个单个人的解放的程度是与历史完全转变为世界历史的程度一致的”(马克思,恩格斯,2012b),强调个人的内在解放与时代的前进变革相统一。传统心理健康教育的重点往往在引起校园紧急事件的个别重点学生,忽视了对所有学生群体心理状态的普遍关注。但心理健康教育的初衷不仅仅是心理状况的调节,更是一种情感、态度和价值观的培养过程。在现代教育理念的引导下,我们必须重新审视传统心理健康教育的局限性,将心理健康教育与更广泛的政治教育相结合,打造出一个跨学科、多维度、全方位的教育体系,从而实现更全面、系统的教育目标。思想政治教育是在世界性的马克思主义思想的指导下基于中国的民族文化特征而形成带有中国特色、中国风格、中国气派的教育体系,为突破传统心理学的思维困境,实现群体心理关切的转型目标提供新出路。

习近平总书记立足全球视野提出的“构建人类命运共同体”伟大构想正是在沿续马克思世界历史思想的脉络基础上,立足历史潮流创造性的理论成果,是指引当今高校人才培养的风向标,其中包含着“吸收”和“反哺”两个方面,当今心理健康教育大多都在西方心理学的范式下开展教育实践,尽管西方心理学理论有丰富的研究成果,但只有与受众群体所特有的社会背景、文化环境相结合才能生根发芽。习近平新时代中国特色社会主义思想是带有中国特色、中国气派、中国作风的马克思主义中国化最新成果,体现中国独特的社会制度和特征相契合的理论,基于中国大学生的独特心理需求和文化背景出发,推动心理教育本土化实施无疑具有正向指引价值。同时,更重要的是“反哺”,积极推动本土化的教育成果与世界接轨,积极融入全球大体系内,贡献中国智慧。高校要把握时代机遇乘势而上,将新时代新思想融入心理健康教育工作,将心理学的科学必然性与社会主义核心价值观的价值应然性相统一,将感情疏导与理论引导相统一,将思政理论学习与心理健康实践相统一,帮助青年一代将人生长途的绊脚石转化为理想道路上的垫脚石(郭晓川,安利利,张洛绮,2023)。

#### 4.2. 创新教学模式, 构建学科契合点

思政课融入大学生心理健康教育并不是将思政课机械地叠加到心理课进行并行式教学,而是通过内容挖掘、教学选择等方式,寻找思政课与心理健康教育的目标契合、教学互通之处,以潜移默化的方式切入大学生思政教育,使二者有机融合、相互渗透,共同促进大学生健康成长和全面发展(高雪莲,2023)。心理健康教育隶属于心理学,心理学的起源追溯到古希腊时期哲学家们对人类的内心世界深入思考和探索,思想政治教育和心理学溯本同源造就了二者具有天然契合之处。

首先,深挖教育内容。大学生心理健康教育包含心理调适、情绪管理、人际交往等内容,蕴含着思政课的微观导向因素。因此,在开展课程设计的过程中,教师通过深挖具有代表性的案例作为开展教学工作的切入点,从学生当下所关注的问题出发解决学生的心理困惑,再逐步过渡到思想政治教育层面的

深层目标, 这样不但可以激发学生参与的兴趣达到教学效果, 而且进一步引导学生的思想认知向宏观维度发展。例如, 在心理健康教育婚恋关系专题教学过程中, 面对学生的婚恋问题困惑时, 可以引入我国老一辈革命党人为高举信念火种而义无反顾置身于危难之中, 而他们的爱人默默站在身后默默维护对方毕生所求的故事, 帮助学生们树立正确的恋爱价值观, 同时鼓励学生将视野投入到国家大局之中, 实现“小我”到“大我”的转换视野(靳超英, 2023)。在面对学业生活中的困难时, 引导学生用全面、发展、联系的观点看问题, 其中发展观中揭露出世界运行的趋势和规律, 即世界的运动变化和发展是前进性和曲折性的统一, 启示我们要对未来充满信心, 热情支持新事物成长, 坚信事物发展的前途是光明的, 同时要做好走曲折道路的思想准备, 不断克服困难, 勇敢接受考验。学生通过这一视角分析, 再结合亲身经历加以理解, 能够更好地面对以后的人生。在以后的学习和生活中, 学生既能够肯定自身的进步, 又能够正视自身的不足; 既能够保有乐观豁达的人生态度, 又能够谦虚谨慎、脚踏实地, 坦然迎接各种困难和挑战。

其次, 采取多元教学形式。素质教育对教师教学方式提出新要求, 强调要改变传统被动学习、机械接受、僵化思考的以教师为主体的模式, 转变为学生在教师的主导下, 养成主动参与、乐于探究、积极学习的模式。例如, 在开展教学工作过程中, 教师可以以互动式教学方式选取典型的社会新闻和校园案例以小组讨论、案例分析、角色扮演的方式分析问题, 鼓励学生参与讨论和互动, 主动探索并分享自己的观点和想法。互动式教学可以帮助学生更好地理解心理健康教育的概念。将实践环节融入到授课中, 让学生亲身参与和体验心理健康教育的实践过程。并结合启发式教育引导学生从不同角度反思自己的行为 and 思维模式, 培养学生的思维能力和情绪调控能力, 从而提高学生的实际操作能力和问题解决能力(马莉, 2023)。可以积极探索思政课相关交叉学科对推进心理健康教育模式的模式, 结合教育学的相关理论, 设计有效的心理健康教育实践活动, 通过教育学的视角, 让学生在实践中能够体会到教育与心理健康之间的关系, 从而提升对自身心理健康的认知能力。通过社会学的研究和方法, 让学生了解社会环境对心理健康的影响, 引导学生思考个人心理健康与社会环境、社会关系之间的相互关系。通过实践活动, 培养学生的社会责任感。通过音乐、绘画等艺术形式, 进行情感表达和情绪管理的训练, 让学生正确培养情绪的调节能力。

最后, 重视社会实践。“批判的武器当然不能代替武器的批判, 物质力量只能用物质力量来摧毁; 但是理论一经掌握群众, 也会变成物质力量”(马克思, 恩格斯, 2012a)。陶行知先生曾提出“生活即教育”、“社会即学校”、“教学做合一”的教育理念。我们在学科教学中渗透心理健康教育的过程中, 也需要树立知行合一的观念。在当今的教育体系中, 课程的理论学习无疑占据着至关重要的地位。然而, 若我们仅仅将理论知识束之高阁之上, 那么理论知识不过就是满纸荒唐言, 课程教学不过也只是纸上谈兵罢了, 阉割了教学设计的初衷。因此, 我们应该引导学生们不仅仅满足于书本上的知识, 而是要积极投身于社会实践活动之中。这样不仅能够培养学生解决复杂问题的技巧, 也能提升他们适应社会的适应能力, 激发他们自我教育的热情。通过这种方式, 我们可以有效地提升大学生的心理素质, 增强其应对各种挑战的能力。此外, 实践教学的深入开展也有助于提高教学效果, 使学生在实际操作中学习知识, 掌握技能, 从而真正做到学以致用(陈君, 李莉, 2020)。例如, 开展朋辈心理咨询等实践活动, 由同龄人之间在一个轻松、包容的环境中提供的心理支持服务, 让来访者能够以更接近倾听者的方式交流内心深处的感受和困扰, 让倾听者在帮扶他人过程中掌握良好的心理问题处理方式, 正确应对学习与生活中面临的挑战, 培养良好的情绪管理能力和心理调适能力, 进而实现个人健康成长和全面发展。

### 4.3. 加强教育队伍建设, 建设家校协同体系

一是充实教师队伍力量。目前高校队伍中, 心理健康教育面临着人手短缺与专业素质提升的双重挑

战, 承担学生思政工作和管理工作任务的辅导员、班主任思想政治教育工作者很大程度上弥补了这部分空缺, 然而, 许多思想政治工作者自身在心理学方面知识存在局限, 往往无法有效地运用科学的心理学手段去解决学生内心深处的困惑和矛盾, 这使得他们在面对学生复杂多变的心理问题时显得力不从心。因此, 一方面可以通过与高校合作实施“订单式”培养人才, 另一方面政策层面也应给予支持, 通过优化人才引进机制, 为心理健康教育领域引入更多高素质的人才, 确保专职团队的壮大和专业化水平的提升。同时, 对于现有从事此项工作的思政工作者而言, 定期开展心理学方面的培训显得尤为重要。培训不仅可以增强他们对心理学知识的掌握, 提高其心理咨询和辅导能力, 还能帮助他们在实际工作中更加得心应手, 更好地结合思政目标推进学生工作。

二是提升教师的综合素质。习近平总书记对思政课教师提出了政治要强、情怀要深、思维要新、视野要广、自律要严、人格要正的综合素质要求, 但这不仅仅是思政课教师的职业操守, 更是全体教师要为之努力的方向。教师作为为学生传道授业解惑的引导者, 同样也是学生人生漫漫旅程的引路人, 要努力实现“道”与“术”结合, 在学生健康成长中充分发挥知心朋友、人生导师的作用, 在学业指导、心理健康、人际关系等多方面给予全方位关怀和支持, 深入了解学生的内心世界, 让每个学生都能在这片充满爱与智慧的土地上茁壮成长。与此同时, 教师作为社会普通一员, 他们也会遇到来自家庭、工作和社会生活中的烦恼和挫折。对于自身中的不尽如人意之处要及时地进行调整心态, 发挥教师以身作则的榜样作用去激励学生树立积极向上的人生观去应对人生。

三要加强家校协同形成合力。家庭是培养大学生心理素质的重要场所, 同时也是大学生经受挫折和出现心理危机后的疗养所(刘春玉, 2008)。学生的成长不仅从显性的课程教学中提升能力和构建三观, 隐形的家庭环境、父母教育无疑也是至关重要的, 父母通过日常生活中的点滴教诲, 旨在培养孩子们具备正直、诚信等优良品德, 并引导他们走向积极、健康的人生道路。可以说家庭与生俱来切合思想政治教育品德教育与心理健康教育健康成长两者协力所向。因此, 合理利用家庭这一载体, 把思政课因子编织到心理健康教育中, 家校合作协力营造良好的成长环境, 最终实现  $1 \times 2 \times 3 = 6$  的全方位育人目标。为了深化家校合作, 学校可采取多种形式来加强沟通和交流。

#### 4.4. 运用现代信息技术, 搭建线上线下一体化平台

信息化时代背景下, 积极运用现代网络技术是思政课融入大学生心理健康教育的重要手段和有效途径, 通过搭建线上线下一体化心理健康教育平台, 开展全方位、多层次的心理健康服务, 多渠道培养学生成为德智体美劳全面发展的社会主义接班人。

一是心理健康教师围绕身心健康等主题搭建特色校园信息平台, 探索思政课和心理健康的共通之处。教师可以在微博或者微信公众号等社交媒体, 创建一个互动、启发式、隐形化的教育环境, 通过定期发布视频和文案, 展示如何在逆境中保持积极心态, 或是讲述成功人士面对困难时的故事, 来激励学生们勇敢地面对现实, 坚持不懈地追求自己的目标, 或是将思政课中颇显晦涩的哲学原理, 以生动具体的生活案例展现出来, 转化为学生乐于接受的人生启迪, 比如, 将唯物辩证法中“发展”原理中的前途是光明的道路, 是曲折的, 与学生的人生经历结合起来, 引导学生将视野放到人生的大局中。将学生的心理健康作为思想政治教育的切入点, 这种做法有助于学生从自身问题出发, 逐渐深入到思想政治素质的提升。当学生感觉到自己被真正理解和支持时, 他们对于课程内容的接受度会大大提高。这不仅能够帮助他们更好地吸收所学知识, 而且也为解决他们可能面临的心理问题提供了更为有效的途径。

二是打通线上线下心理咨询渠道, 如前面所述, 目前教育队伍在人员构成上有着较大的重合与交叉, 而且由于学生存在的许多心理问题往往是与其大学生活密切相关的问题, 作为与学生日常接触最频繁, 与学生日常交流最密切, 最有机会深入了解本班级学生的思想动态的班主任、辅导员凭借自己丰富的经

验和对学生的深刻理解，完全有能力承担起为解决学生心理困惑培养健全人格的任务。所以可以由专业心理教师、思想政治教育工作者构建线上线下双渠道的咨询模式，提供更加个性化和专业化的指导服务，以学生乐于接受的形式提升学生沟通意愿，调动学生寻求心理帮助的主动性，此外，线上咨询平台的便捷性和匿名性特点，也有助于保护学生隐私，减少因暴露真实情感而带来的压力，增强育人体系的实质性和针对性。

## 5. 结语

在新时代多元思潮冲击和高校心理健康教育现实困境的驱动下，借助思政课的积极要素从思想建设、教学内容、教学主体、网络技术层面深入挖掘契合之处，从而激活高校心理健康教育的育人机制，是完善高校人才培养实施路径，助力学生走好人生之路，储备国家未来之才的必要之举。

## 参考文献

- 陈君, 李莉(2020). 论高校思政课的心理健康教育功能. *学校党建与思想教育*, (24), 43-45.
- 高雪莲(2023). 大学生思政教育与心理健康教育协同育人之道. *中学政治教学参考*, (43), 113-114.
- 郭晓川, 安利利, 张洛绮(2023). 高校思政型心理健康教育工作队伍建设研究. *教育教学论坛*, (47), 21-24.
- 教育部, 最高人民检察院, 中央宣传部, 等(2023). 教育部等十七部门关于印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023-2025年)》的通知. *中华人民共和国教育部公报*, (5), 4-9.
- 靳超英(2023). 思想政治教育融入大学生心理健康教育教学改革探究. *中国军转民*, (23), 183-185.
- 刘春玉(2008). 浅谈家庭教育对大学生心理健康的影响与作用. *教育与职业*, (8), 127-128.
- 马克思, 恩格斯(2012a). *马克思恩格斯全集*(第1卷, pp. 18, 536). 人民出版社.
- 马克思, 恩格斯(2012b). *马克思恩格斯全集*(第3卷, p. 790). 人民出版社.
- 马莉(2023). 心理健康教育融入中小学思政教育的策略. *中学政治教学参考*, (46), 93-94.
- 余双好, 张琪如(2020). 习近平总书记在学校思想政治理论课教师座谈会重要讲话研究透析. *学校党建与思想教育*, (5), 53-61.
- 叶庆红, 陈志斌, 唐锴(2012). 大学生抑郁发作流行病学调查及干预现状. *临床心身疾病杂志*, 18(1), 2-3.
- 章少哨(2020). 高校心理健康教育育人功能实现的实然困境与应然路径. *学校党建与思想教育*, (11), 80-82.
- 中共教育部党组(2017-12-04). 关于印发《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》的通知. [http://www.moe.gov.cn/srcsite/A12/s7060/201712/t20171206\\_320698.html](http://www.moe.gov.cn/srcsite/A12/s7060/201712/t20171206_320698.html)