Advances in Psychology 心理学进展, 2024, 14(6), 356-361
Published Online June 2024 in Hans. https://www.hanspub.org/journal/ap
https://doi.org/10.12677/ap.2024.146417

Hans汉斯

红色资源融入高校心理健康教育的实践进路研究

张信宜

南京邮电大学马克思主义学院，江苏 南京

收稿日期：2024年5月9日；录用日期：2024年6月17日；发布日期：2024年6月27日

摘　要

红色资源是在中国革命、建设实践中形成的革命精神和优良传统，蕴涵着厚重的中华民族优秀传统化精髓，体现着中华人民独特的价值追求和精神境界。高校大学生作为国家的建设者和接班人，其心理健康状况关系到社会的稳定和发展。因此，加强大学生心理健康教育，提高其心理素质和适应能力，是高校开展育人活动面临的一项重要而紧迫的任务。在新时期，红色资源作为高校心理健康教育的优质教学资源，能够充分发挥心理育人实效，促进高校学生优秀品德和健康心理的形成，培育担当民族大任的时代新人。

关键词

红色资源，高校，心理健康教育

Research on the Practical Approach of Integrating Red Resources into Mental Health Education in Universities

Xinyi Zhang

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

Received: May 9th, 2024; accepted: Jun. 17th, 2024; published: Jun. 27th, 2024

Abstract

Red resources are the revolutionary spirit and fine traditions formed in the practice of Chinese revolution and construction, containing the profound essence of the excellent traditional culture

文章引用: 张信宜(2024). 红色资源融入高校心理健康教育的实践进路研究. *心理学进展, 14(6),* 356-361.
DOI: 10.12677/ap.2024.146417

of the Chinese nation and reflecting the unique spiritual realm of the Chinese people's value pursuit. As the builders and successors of the country, the mental health status of college students is related to the stability and development of society. Therefore, strengthening mental health education for college students, improving their psychological quality and adaptability, is an important and urgent task faced by universities in carrying out educational activities. In the new era, red resources, as high-quality teaching resources for mental health education in universities, can fully leverage the effectiveness of psychological education, promote the formation of excellent moral character and healthy psychology among college students, and cultivate new generations who shoulder the great responsibility of the nation.

Keywords

Red Resources, Universities, Psychological Health Education

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

党的二十大报告指出：“用好红色资源，深入开展社会主义核心价值观宣传教育，深化爱国主义教育、集体主义、社会主义教育，着力培养担当民族复兴大任的时代新人。”红色资源融汇了我国千百年来的心理文化、优良的传统美德、丰厚的文化底蕴，是心理健康教育的根本依据；承载着构筑人格价值、厚植文化自信、强化道德引领的重要作用，是高校心理健康教育优质的教学资源和育人资源。在红色教育的熏陶下，将红色资源的“育德”功能与心理健康教育的“育心”功能相结合，促进高校学生改善心理状况、构筑健康品格，铸造高尚的思想道德品质(陈金环，2022)。

2. 红色资源融入高校心理健康教育的可行性

红色资源主要是中国共产党领导中国人民在长期的革命实践过程中所形成的具有育人意义的历史遗存，其内涵丰富，传承了中华民族的优良传统，融合了马克思主义的经典理论，是集历史资源、政治资源、经济资源、教育资源于一体的新质文化资源。进入新时期，基于赓续红色血脉和建设社会主义文化强国的现实需求，红色资源逐渐成为凝聚民族精神伟力、培育时代新人的重要理论支撑，发挥着重大德育价值。具体而言，红色资源在高校育人实践中起着以文化人、培育健全人格的重要作用，与高校心理健康教育滋养人心、立德树人既具有本质上的一致性，又具有内容上的契合性。

2.1. 目标一致性

红色资源与心理健康教育具有教育目标的一致性，前者的育人功能通过红色教育等实践活动体现，具体可表现为在培养和教育高校学生的实践活动中，引导树立正确的价值观念，培养和塑造社会主义建设者和接班人的教育活动。红色资源的育人目标是激发人们的爱国情怀、弘扬中华民族的优秀传统和文化，构筑高尚品格和思想道德。高校心理健康教育的根本目标是对大学生进行素质培养，锤炼坚强意志，消除不良心理因素、培育健康心理，促进学生对自我进行正确的认知，即确保人的全面发展。因此，一方面两者同属于精神层面即意识领域，分属于理性认识和感性认识阶段，而两者的目标均是在认识层面对高校大学生的思想进行积极的影响，并通过个体的外在实践活动表现出来。在具体目标表现方面，红

色资源在育人目标的实现方面注重理论教学和政治导向，重视爱国精神、奉献精神、集体主义等宏观情感的培育和表达；心理健康教育的目标表现在对学生个体微观情感的调节，旨在帮助学生化解心理矛盾，缓解心理压力，乐观积极面对生活，具有较强的个体性特点。综上，两者在具体目标方面具有育人的一致性，在根本目标方面具有调节个人心里情感一致性，使得两者的协同创新具备动力源泉。

2.2. 内容互补性

以红色资源为教育内容的红色主题教育和爱国主义教育着眼于党和国家对人才培养的要求，以马克思主义为理论指导，将社会主义核心价值观作为培育时代新人的基本目标和道德要求，在高校开设《马克思主义基本原理概论》《思想道德修养与法律基础》等思想政治教育理论课程，侧重于对大学生的人格素质和思想政治方面的改造。高校心理健康教育侧重心理层面，核心问题是高校学生的成长健康问题，以认知、情感、意志和行为的思想教育为出发点。高校心理健康教育是根据学生身心发展规律，运用科学的心理学教育方法，引导学生塑造良好的生理、心理素质，促进学生整体素质全面发展、综合提高的教育。两者在教育具体内容方面各有侧重，以红色文化资源为教育内容的爱国主义教育和思想政治教育侧重塑造政治立场正确、民族精神坚毅、思想道德高尚、理想信念坚定的时代新人；而高校心理健康教育以大学生生活、学习、就业以及人际方面的问题为主要内容，提升学生的满足感和幸福度。高校思想政治教育和心理健康教育的协同创新，可以丰富教育内容，优化教育方法。

2.3. 实践统一性

在我国历史发展进程中所形成的红色资源内在涵盖了社会主义核心价值观丰富的价值意蕴，为高校开展育人活动、社会开展精神文明创建工程提供了丰富的文化资源和实践途径。将红色文化资源与高校德育、心理健康教育进行有机结合，通过适当教育教化、思想引领，让受教育者树立正确价值取向，不断提高道德修养，弘扬社会主旋律。以红色资源为核心的红色主题教育着眼于开展高校爱国教育和培育社会主义核心价值观等实践活动，以社会主义核心价值体系引领社会思潮，切实提升全社会道德素质。高校心理健康教育通过制定丰富多彩、实用性强、针对性全面的心理健康教育实践活动项目，使高校学生能够较为充分地了解专业的心理健康知识，培养积极的情感心态和健康的心理状态。从教育本身角度来看，红色主题教育在教育层面更应该注重其本质教育，其中蕴含的红色资源是开展高校德育、心理健康教育等育人活动的有效材料，关注人的长远发展。二者都关注人的思想、价值、人格方面的健全性和正确性，注重以实践活动为显性桥梁，悄无声息地在人心灵成长的隐性过程中形成文化激励和人格培育，具有实践的统一性。

3. 红色资源与高校心理健康教育协同现状

3.1. 红色资源与高校心理健康教育协同的视角和思维较为单一

当前高校心理健康教育大多聚焦积极心理学、人本主义等视角，将高校心理健康教育和思想道德教育置于“三全育人”的视域下研究人格培育和心理健康等问题，鲜有从红色资源为核心的红色教育视角和方向思索高校心理健康教育的课程设置或活动开展，未能结合教育体系改革的时代背景以及国家倡导素质教育的相关要求，对大学生的心理健康教育形式、内容和手段，进行深入探析与更新，这使得解决大学生心理难题的视域较为局限。另外，高校心理健康教育思维过于简单化，将心理健康教育和高校素质教育或德育直接混合在一起，主要表现为高校将心理健康和思想政治教育混淆在一起，这就导致在进行大学心理健康教育的教学过程中，教师更侧重考虑课程内容和课程知识，大多从应试教育角度对大学生进行心理疏导，更多服务于顺利完成学业和维持正常心理健康状况等基础性需求，较少注重塑造崇高

人格和家国情怀的培育等更高层次的教育目标，教育理念相对滞后。因此，心理活动是思想活动的基础，思想活动是高层次的心理活动(何慧星，张澜，张爱萍，2011)。心理健康教育思维的局限性以及教育视角的单一化，使教师较少从学生角度出发，以多元视角思索提升高校心理健康教育课程、心理疏导活动的设计质量，导致学生在课程中更多收获的是心理层面的疏导和抚慰，更高精神层面的启发较为有限，难以在课程中培育积极的人生态度与良好的道德品格，学生的心理健康发育进而存在一定局限性。

3.2. 红色资源与高校心理健康教育协同的内容和形式较为陈旧

目前高校心理健康教育虽然总体上重视程度有所增加，但是各大高校心理健康教育的课程仍然存在一些问题。当前大部分高校的心理健康教育仍停留在宣传、倡导层面，缺乏系统性和实效性。红色资源作为上层建筑的内容，具有意识形态性，能够满足高校心理健康教育的实际需求，但目前高校心理健康教育大多通过开展科普类知识讲座、提供公益性心理咨询、实施心理健康教育项目等实践途径为高校学生提供心理健康辅导，帮助学生维持良好的心理状态，仍缺乏构建全面发展和综合素质化的教育内容和形式。一方面，学校开展的心理健康教育课程缺乏深入和针对性，大多依托思想政治教育课程和心理健康教育咨询中心将红色励志教育与心理健康教育进行融合，在实际的教育工作中，行使思想政治教育与心理健康教育职能功能时两者互相促进、互相作用，相辅相成、不可分割，但是通识类教材和面向全体学生的心理健康教育缺乏针对性，导致教育手段单一、教育效果不甚明显(田亚西，2024)。另一方面，高校心理健康教育大多通过心理健康教育课程、心理健康讲座、知识沙龙等形式开展，学生面对枯燥的理论知识大多是被动、机械地接受，学习热情低下，学习内容枯燥陈旧，开展形式缺乏创新性。同时心理咨询中心所采取的心理疗法较为陈旧，无法充分适应当代大学生群体的心理发展特征，即虽然高校心理健康教育咨询体系初步搭建，但咨询中心及咨询室等机构的实用性和创新性亟待提高。因此，高校没有从多方面进行心理健康教育引导模式的探索，没能深入探析丰富、多样的教育形式，导致降低学生在心理健康教育课程、活动中的参与度和兴趣度。

3.3. 红色资源与高校心理健康教育协同的实效和平台较为局限

目前大多高校已经建立起多级心理预警机制、工作条例、危机干预制度等工作机制，但在实际操作过程中，仍然存在权责界定不明确、事项内容不清晰、协同平台利用不充分协同平台有待创新等问题。首先，高校大都以宿舍为基本单元、以班级为核心、以学院为主导、以学校咨询中心为依托，建立了较为完善的心理危机干预机制，但对相关人员应担任的具体工作未做出详细规定，导致后期实际工作中的具体问题无人解决、具体措施难以落实。其次，高校心理健康教育师资力量不足，高校心理学教师与学生数量的比例远低于国家标准要求。另外，很多从事心理健康教育工作的二级学院辅导员并不是主修心理学专业的，到岗后也未接受过专业培训，实践经验不足。同时高校心理健康中心开展心理健康教育的深度不够，缺乏专业治疗服务更侧重心理疏导，治疗时效亟待提高。最后，高校心理健康教育大多依托校内心理咨询中心和校园活动开展，与校外机构和社会实践活动衔接不足，协同效果有待加强。以红色资源为源泉的高校红色励志教育与心理健康教育的协同平台、合作机制、应用手段有待创新。目前高校的心理健康教育较少联系红色资源，鲜有通过红色励志教育的方式提升大学生心理素质；高校心理健康教育主要以邀请校内外专家学者为培训班学员举办理想信念、励志成才等方面的专题讲座等常规方式开展，注重对教育对象的人文关怀和心理疏导，但心理学原理和方法与高校育人全过程的交叉性、融合度较为有限。

4. 红色资源融入高校心理健康教育的实践进路

红色资源是激励学生远大志向和成长成才的重要教育实践资源，是提升高校思想政治工作效果、开

展心理健康教育、培育学生健全人格的优质内容。通过红色资源等优质内容开展红色励志教育是维稳大学生心理健康状况，培育积极心理品质的重要方式。而心理健康教育既是学生健康成长的保障，也是社会发展的需要。以红色资源作为教学资源、心理学作为教学视角，能够让高校大学心理健康教育课程的知识内容和活动更具有思维能动性和实效性。红色资源为高校心理健康教育提供了丰富、多样的教育内容，有利于启发学生在课程中逐渐培育乐观、积极、进取的人生态度，促使学生在参与多元化的心理健康教育活动过程中，充分感知心理课程活动中红色资源的趣味性与多样性，为高校学生能够在积极的心理指导下营造更加丰富、正确的心理环境。因此，高校要充分发挥红色励志教育对心理健康的实践作用，把红色资源和励志教育相结合，运用到日常心理健康工作中，提升大学生心理健康教育水平。

4.1. 解析红色资源，助力高校心理健康教育改革

随着社会发展和科技水平的不断提高，高校心理健康教育活动应以多元开放的视角朝着更加系统化、科学化、人性化方向发展，更加注重心理健康教育对学生全方位能力和素质的提升作用。因此，高校心理健康教育应考虑在自媒体和社会转型等视域下分析高校心理健康教育的工作状态，更加注重心理健康教育与现实社会需要的结合，加强心理健康知识的宣传与普及，提高学生的心理健康水平。高校心理健康教育方式和理论在借鉴国外的经验的同时应考虑从大思政和心理育人等视角融入红色资源，例如长征精神、雷锋精神等伟大精神，提升学生情感体验度，增强学生心理韧性。一方面，高校教师和心理咨询师要将积极心理学、教育心理学、行为心理学等手段与方法贯穿到思想政治教育全过程，通过红色史实、红色精神、红色遗址等教育方式鼓励、赞扬和激励学生培养积极人格。教育工作者应运用启发式教学方法，确保学生能够积极参与并感受到成就，从而增强心理健康教育的实际效果。另一方面，高校心理咨询中心要坚持方向引领，着重关注教育对象的心理状况。高校要将红色励志教育与高校心理健康教育区分开来，充分利用丰富的红色资源作为心理健康教育的教学源泉，发挥其价值引领与精神熏陶的重要作用，结合思想政治课和心理活动激发大学生情感认同，拓展心理健康教育场域，同时提升心理健康教育的趣味性与亲和力，从而引领大学生心理适应，更好服务于心理健康教育。

4.2. 重构教育内容，活跃教育氛围深化心理认同

在以红色文化为主导的文化自信视域下的大学生心理健康教育中，教师应加强对本土文化资源的挖掘，构建具有中国特色的教学活动。在红色资源的价值引领下，教师可以将本土文化资源与心理健康教育理论有效融合，建立本土化的心理知识体系，为学生打造富有特色的教育活动。一方面，高校应拓宽校本文化实践教学渠道，发挥自身教育优势，在心理健康教育课堂中，开展系列主题式叙事教育，在课堂中还原革命先烈的真实形象，让学生通过剖析红色故事的发生背景和英雄人物的心理状态，深刻理解红色故事背后的精神，在鲜活的课堂中锤炼坚毅品格(吴巧巧，2017)。另一方面，高校应带领心理健康教育者建设红色资源智库。借助大数据、云计算等技术整合本土红色资源，通过分析此类红色资源与心理健康教育主题、目标、形式等层面的契合性，从大学生的实际角度出发，在调整转化中形成特有的数据资源库，为心理健康教育内容选择提供有效支撑，在丰富教育内容的基础上提升心理健康教育针对性。同时实现对红色文化资源展示场景的重新塑造，利用数字化进行展示和传播，使广大学生深刻感悟革命历史、革命传统和革命精神，推动实现立德树人、心理育人。

4.3. 推动协同创新，调动学生参与塑造健全人格

在高校教育工作开展中，红色资源与心理健康教育协同创新要紧密结合学生实际情况，围绕大学生存在思想心理问题，构建阶段化的教育目标，以提高红色资源利用效能和心理健康教育协同创新的针对

性和有效性。一方面，高校要加快构建协同创新的教育管理模式，强化高校教育工作和心理健康教育协同创新的组织管理。首先，各学院应设立协同创新的教学机构，设立学院心理咨询室，负责高校教育工作和心理健康教育协同创新教学的统筹规划与安排。其次，安排专职教师设置具有针对性的教育内容。高校红色主题教育和心理健康教育协同创新的教育内容就要以问题为导向，通过适当的团体活动辅导、心理辅导沙龙、情景模拟等参与度高的形式，从大学生感兴趣的问题下手，深化心理辅导效果。最后，加强辅导员老师的管理培训，多渠道设置网格监管、关注学生心理状况。通过校内外的专业培训中心的定期培训，加强教师业务管理水平；通过大学生思想心理健康监测体系、红色故事网、心灵驿站网络、树洞情感程序、心理帮扶中心、红色主题游戏等途径，关注学生心理健康状况、加强心理健康教育(詹小平，丁立平，黄任之，2017)。另一方面，高校社会协同干预，以红色资源引领道德品质、心理健康建设。学校要积极和社区保持沟通，鼓励学生积极参加社会志愿服务活动，提升学生的意志品质和心理韧性。相关部门加强对青少年的心理健康问题的宣传和普及，让公众了解青少年心理健康问题的重要性，提高社会对该问题的关注度。同时政府相关部门和社会企业要为高校学生前往红色档案馆、红色人物故居等红色场域的参观、研学等活动保驾护航，拓展红色主资源的利用边界，加强对大学生的顽强心理建设，从而实现红色资源融入高校心理健康教育的新探索。

参考文献

陈金环(2022). 红色文化在高校心理健康教育中的育人价值. *活力, (19),* 7-9.

何慧星, 张澜, 张爱萍(2011). 大学生思想政治教育与心理健康教育平行渗透模式机理探赜. *学校党建与思想教育, (8),* 48-49.

田亚西(2024). 新时代下大学生思想政治教育与心理健康教育协同育人的研究. *产业与科技论坛, 23(1),* 107-110.

吴巧巧(2017). *高校思想政治教育和心理健康教育协同创新研究*. 硕士学位论文, 杨凌: 西北农林科技大学.

詹小平, 丁立平, 黄任之(2011). 高校思想政治教育与心理健康教育“双元结构”实践探索. *国家教育行政学院学报, (8),* 3-5.