

高校思想政治教育融入大学生心理健康教育实践路径探析

朱子环

上海理工大学马克思主义学院, 上海

收稿日期: 2025年7月21日; 录用日期: 2025年9月1日; 发布日期: 2025年9月16日

摘要

在新时代中国特色社会主义不断发展的情况下, 我国高等教育建设以“立德树人”为教育的根本任务, 着重培养全面发展的新时代青年学生。而随着社会的发展变化, 高校学生面临着来自学业、家庭、社会的多重压力, 导致高校学生出现心理健康问题的现象更加普遍, 这给国家高等教育发展和学生个人发展带来了巨大的挑战。而高校思想政治教育的发展为应对这一困境提供了新方向, 其以马克思主义为指导, 坚持社会主义核心价值观, 采用理论与实践相结合的教学方式, 对于大学生心理健康教育体系建设具有重要推动作用。因此, 在分析高校思想政治教育和大学生心理健康教育发展的内在联系的基础上, 探究高校思想政治教育融入大学生心理健康教育的实践路径。

关键词

高校思想政治教育, 大学生心理健康教育, 实践路径

An Analysis of the Practical Path of Integrating Ideological and Political Education into College Students' Mental Health Education

Zihuan Zhu

School of Marxism, University of Shanghai for Science and Technology, Shanghai

Received: Jul. 21st, 2025; accepted: Sep. 1st, 2025; published: Sep. 16th, 2025

Abstract

Under the continuous development of socialism with Chinese characteristics in the new era, the

construction of higher education in our country takes “cultivating people with morality” as the fundamental task of education, focusing on cultivating young students in the new era with all-round development. With the development and changes of society, college students are facing multiple pressures from academics, family and society, resulting in more common mental health problems among college students, which brings great challenges to the development of national higher education and students’ personal development. The development of ideological and political education in colleges and universities provides a new direction to cope with this dilemma, which is guided by Marxism, adheres to the core socialist values, and adopts a teaching method that combines theory and practice, which plays an important role in promoting the construction of the mental health education system for college students. Therefore, on the basis of analyzing the internal relationship between ideological and political education in colleges and universities and the development of mental health education for college students, this paper explores the practical path of integrating ideological and political education into college students’ mental health education.

Keywords

Ideological and Political Education in Colleges and Universities, Mental Health Education for College Students, Practice Paths

Copyright © 2025 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

我国高等教育坚持以“立德树人”为教育的根本任务，在马克思主义思想的指导下，培育树立坚定理想信念、健全青年人格、健康身心发展的社会主义青年。党的十八大以来，高校思想政治教育“全面贯彻党的教育方针，坚持教育为社会主义现代化建设服务、为人民服务，把立德树人作为教育的根本任务”（中共中央文献研究室，2014）。高校思想政治教育就是培育社会主义青年的关键所在，其重要培养内容之一就是保障学生们的心理健康，这不仅是思想政治教育的重要内容，更是确保学生全面发展和保证思想政治教育质量的重要举措。落实立德树人根本任务是办好中国特色社会主义大学的立身之本，体现了我国高等教育的本质要求（黄蓉生，2023）。现在高校学生面临着社会压力、学业压力、家庭压力等多重压力影响，导致其出现心理问题的现象更加普遍，严重影响了大学生心理健康，影响了其学业和未来发展，所以加强大学生心理健康教育，保障大学生的全面发展是高校教育的重中之重。高校心理健康教育要科学有效地开展，充分发挥其育人功能，必须建立规范的管理制度和工作体系（马建青，田药，2023）。而高校思想政治教育的发展为大学生心理健康教育体系建设发展提供了契机，在融入思想政治教育的积极因素后有利于推动高校的心理教育体制建设，突破高校心理健康教育发展的瓶颈，这不仅是思想政治教育的重要内容，更是确保学生们全面发展和提高思想政治意识的重要举措，对于高校心理健康教育的发展具有重要意义。

2. 高校思想政治教育的内涵

新时代，国家大力推动高校思想教育的发展，其在中国特色社会主义理论体系指导下，以马克思主义基本原理和中国特色社会主义理论为教学内容，坚持多样化的培养方式，努力培养全面发展的社会主义接班人，为中国特色社会主义的向前发展而奠定坚实基础。

2.1. 高校思想政治教育的含义

高校思想政治教育是中国高等教育体系的重要组成部分，是一种以马克思主义思想为指导，采取多种方式进行教育的教育形式，更是价值观念的传递与培养。思想政治教育内容是一个系统性、结构性的存在(尹楠，徐志远，2021)。高校思想政治教育具有深厚的理论背景和实践意义，采用不同的课程和活动培养学生们的思维方式、价值观念和社会责任感。

其教学以马克思主义文化和中华优秀传统文化为基础，帮助学生们树立正确的政治信仰，坚定树立社会主义核心价值观，培育德智体美劳共同发展的社会主义新青年，培养学生们高度的社会责任感和强烈的民族自信心，以及促进高校学生们的心理健康建设，有利于推动中国特色社会主义的建设和发展。

2.2. 高校思想政治教育的重要性

青少年阶段是人生信念形成和价值培养的关键时期，现在随着网络信息技术的快速发展，信息获取手段的增多，导致各种层次不齐的信息在网络信息平台上传播，导致青少年容易受各种腐朽的信息侵蚀，影响其正常的生活和学习，对于青年学生们的思想观念形成产生消极的影响，而建设和发展高校思想政治教育对于解决这种问题和引导青少年树立正确观念具有重要的意义，其发展有利于培育社会主义的建设者和堪当中华民族复兴的时代新人。

高校思想政治教育发展对于青年学生的发展具有多重积极作用。首先，可以有利于培育具有正确世界观、人生观、价值观的社会主义人才，确保青年人形成正确的思想观念，和引导其树立社会主义核心价值观；其次，正确的思想观念的树立有利于维护社会主义社会的和谐稳定，引导社会主流意识形态，降低外来腐朽文化的冲击，帮助学生们抵御外来的错误思想；然后，加强高校思想政治教育还可以促进社会和谐和社会主义法制建设，课程内包含的思想道德和法制建设对于社会主义和谐社会和法制社会的建设具有推动作用，再次，有利于青年学生的全面发展，有利于学生们政治素养、职业道德、工作素养的发展和完善，以及对于当下高校心理健康教育发展和青年学生们的心理健康建设具有积极意义，有利于促进人的全面发展。

2.3. 高校思想政治教育的目标

高校思想政治教育是在习近平新时代中国特色社会主义思想的指导下，以立德树人为根本任务。党的二十大号召广大青年“立志做有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好青年”(习近平，2022)。高校思想政治教育要以社会主义现代化强国建设所要求的“有理想、有本领、有担当”的人才培养为根本目标。坚持理想信念，强化基础，坚持创新，培养树立社会主义核心价值观的全面人才。对于这样的目标，需要国家、社会、高校等不同层次的共同努力才能实现。所以在党和国家坚定不移的发展高校思政教育的前提下，社会提供培养的条件，高校坚持贯彻落实各项培养方针，发挥高校作为学生培养平台的作用，坚持培育具有社会主义担当意识的中国青年，才能更好地推动中国特色社会主义的发展，推动中华民族的伟大复兴。

高校心理健康教育发展亦是培养社会主义建设者的重要支撑，具有高素质的人才必然需要一个健康的心理状态，才能更好的学习和工作，现实的大学生面临着众多的心理健康问题，传统的心理健康课程和疏导手段随着时代的发展，存在部分的偏差和局限性，而高校思想政治教育的发展就为大学生们的心理健康教育发展和解决心理健康问题提供的新的解决契机和方法，所以需要在实践中将两者融合，以思想政治教育的力量促进大学生心理健康教育的发展，这对于高校心理健康教育的创新发展，和培育具有健康心态的高素质人才具有重要的意义。

3. 大学生心理健康教育的现状

随着国家对于高校心理健康教育重视力度不断提高,我国高校思想健康教育体系建设日益完善,并取得了一系列的教学成果,对于维护大学生的心理健康具有重要意义。但由于社会发展变化,高校教育资源分配不平衡,高校心理工作队伍建设不完善,我国大学生心理健康教育仍存在不足。

3.1. 教育主体工作队伍建设不足

在当前,高校心理健康工作队伍建设存在不足。第一,部分高校心理健康教育的师资力量结构性短缺,师生比低于推荐标准,师资力量有限,部分教师应对新时代学生的心理发展变化能力不足,导致无法与高校学生心理变化复杂性进行积极有效的匹配。第二,现有的心理健康工作队伍不适应现在学生的网络成瘾、社交恐惧等问题的出现,缺乏有效的干预手段,所以就导致高校心理健康教育的发展难度加大。第三,在日常处理学生心理健康问题的过程中,由于高校存在对于学生心理健康教育管理认知偏差等问题,部分高校管理者重视程度较低,将心理健康教育视为“应急性事务”而非“发展性工程”,导致资源分配边缘化,这也就进一步加剧了师资力量缺乏和心理课程办学条件不足的现象。

以上原因阻碍了心理健康教育体系的建设,从而影响了正常的心理健康教育课程开展,以及无法在学生出现心理健康问题时提供有效的解决手段,影响了心理健康教育的系统性和有效性。

3.2. 社会发展导致大学生心理问题现象加剧

在时代不断发展的过程中,高等教育发展的速度加快,学校办学规模和学生人数增多,导致高校心理健康教育出现专业心理健康工作队伍人员短缺和心理健康教育资源配置不均的现象,导致高校学生心理健康问题产生的可能性增加,更增加了高校心理教育队伍的工作压力。而且由于社会的快速发展,信息接收手段的更新,更多新的影响因素导致高校学生出现心理健康问题的现象也更加频繁,这也就影响了部分学生们的正常生活和学习。

其中主要的原因有以下的几点:第一,网络信息技术的创新,各类网络信息平台的出现,学生们接收到的信息也更丰富,在这之中就夹杂着许多负面的,甚至具有外来腐朽文化色彩的内容,所以会让学生们心理健康受到一定的影响;第二,社会发展和社会观念的改变,高等教育的快速发展,高校招生规模的扩大导致大学生的学习压力和就业压力提高,普通大学生不再是社会稀缺的资源,学生们的就业压力和工作待遇下降,社会竞争的难度增加,这些现象会影响着在校学生的心理;第三,家庭关系问题和观念变革会对学生造成一定的心理影响,部分家庭由于观念的限制,对于学生的教育重视和未来发展不够关注,以及家庭内部存在的关系问题会导致学生产生心理健康问题的现象更普遍。所以,在面对这些可能导致高校学生产生心理健康问题的因素时,高校的心理健康教育需要更加完善,以至于能够更好地保障高校学生们的学习和生活,这不仅是对学生的学习和成长负责,更是为了社会主义社会的发展负责。

3.3. 传统教育方法不适应社会变化

当前,高校心理健康教育的建设还不够完善,除了心理健康教育人才队伍的缺乏,还有传统的心理教育方法不适应社会发展和学生观念的变革。

例如,第一,缺乏系统性心理教育课程,传统课程以课堂教学,理论教学为主要内容,更多的是科普和讲解心理健康知识,缺乏心理健康行为训练,无法深入去引导学生们重视心理健康问题;第二,高校心理健康教育应该是多质化的,即课程目标的多质化、课程内容的多质化、课程形式的多质化。旨在通过心理健康教学培养学生对于心理健康教育的认识,增强自我心理保障意识,心理危机预防意识,以及自我调节和心理行为能力的提升,但是当前的教育模式依然具有一定的局限性;第三,心理健康教

育缺乏学科建设支撑,大学生心理健康教育具有很强的独特性,即使各地区各高校加强对心理健康教育队伍建设的支持,但专业的心理健康教育人才培养仍然存在不足,高素质的心理从业人员需要长时间的理论和实践培养,需要大量的心理学相关专业知识的支撑,对于教师的要求较高,但由于缺乏完善的学科体系支撑,就导致了高校心理教育人才队伍的不足,造成心理教师的工作压力过大,无法更全面地关注到学生们的心理健康问题。

因此,高校心理健康教育的发展会存在教育内容供需错位现象。高校心理工作多以问题干预为主要工作方式,在学生心理问题预防阶段存在不足。这就导致在前期对于学生可能产生的心理问题重视力度不足,后期出现心理健康问题的现象随之增多,随之高校心理工作人员压力增加,心理工作效率受到影响,所以需要加强教育方法的变革和创新。

4. 高校思想政治教育融入大学生心理健康教育的必要性和可行性

随着国家和社会对于高校思想政治教育发展的重视,以及高校思想政治教育的不断发展,对于破解高校心理健康教育的困境和推动高校心理健康教育具有重要的意义,将高校思想政治教育融入高校心理健康教育,分析两者的普遍性和独特性,展现其具有的必要性和可行性。

4.1. 融入的必要性

高校心理健康教育的发展需要发挥高校思想政治教育的优势。第一,当前社会发展的需求,对于大学生综合素质的要求不断提高,需要大学生具备创新性能力、广泛的兴趣爱好、专业的知识储备以及良好的社交能力,所以对于大学生综合素质要求提高,以及学生自身对于个人能力、特长、心态等都又有较高的期望,希望将自己培养成专业技能、身心健康、思想道德、社会交往等方面都协调的全面人才。第二,推动大学生全面发展的需求,人的全面发展具有多重内涵,不仅包括学业的进步,更需要提高个人思想道德品质以及心理健康状态,这就要求培养学生们的心理品质,而思想政治教育其具有的马克思主义的理论基础,具有强大的教育培养的有效性,以及包含的多种正向观念对于大学生们培养良好的心理品质具有重要的作用。第三,当前高校思想政治教育发展的需求,在学生价值观念培养和心理健康建设等方面需要融合心理健康教育的积极因素,推动两者融合发展,既可以通过思想政治教育培养学生们的综合道德素养,又可以推动高校心理健康教育的发展。

4.2. 融入的可行性

高校思想政治教育融入大学生心理健康教育的发展具有可行性,两者不是相互独立的,其具有一定的内在联系,两者互相影响,其融合发展具有相似的教育目标和融合的现实条件。

第一,当前高校的思想政治教育工作以马克思主义思想为指导,其根本目的是培养大学生的综合素质,其中就包含了良好的心理健康素质和思想道德水平,而高校心理健康教育目标同样是培养身心健康、全面发展的高素质大学生。所以两者本质上的培养目标相同,高校思想政治教育以意识形态培养为关键,心理健康教育以学生的个性化培养和情感观培养为重点,两者的培养侧重点不同但根本目标一致。

第二,在当前的高校教学内容中,两者具有相互补充的教学内容,高校思想政治教育以马克思主义思想、马克思主义中国化的思想为指导,加以中华优秀传统文化美德等本土化优秀思想为主要内容,推动学生的思想建设;而大学生心理健康教育则以大学生的学习、生活、情感等为教学内容,通过教学提高学生们的幸福度和心理品质建设;两者的侧重点不同,教学内容不同,但培养学生的目标一致,所以将高校思想政治教育发展的优势力量融入大学生心理健康教育的课程建设,对于大学生心理健康教育体系建设和完善具有重要的作用。

第三,当前国家和社会对高校思想政治教育的建设支持力度加强,对于学生综合素质的培养力度增大,在多年的发展过程中形成了丰富的教学经验,这对于当前的心理健康教育来说具有重要的借鉴意义,可以在思政课的教学内容融入更多关于学生心理品质建设的内容,以及在心理健康教育的过程中融入思想政治教育的优秀理论成果和教学经验,推动高校心理健康教育的发展。

5. 融入实践路径探析

我国大学生心理健康教育建设现在仍面临众多困境,而高校思想教育的发展有利于突破大学生心理健康教育的发展瓶颈,以高校思想政治教育体系的积极因素融入大学生心理健康教育的体系建设,对于推动高校思想政治工作开展,推动高校心理健康教育的发展,引导大学生树立正确的价值观念和促进大学生个人的全面发展具有重要意义。

5.1. 培育高素质的教育工作队伍

好的教学质量的形成离不开优秀的专业队伍,专业的教育工作队伍对于正确引导学生、教育学生具有重要作用,所以在面对当前高校心理教育资源较为缺乏的情况下,要加强高校心理工作队伍的建设。

新时代高校要进一步提升心理咨询队伍的专业性、服务的全覆盖,通过深化分层发展以满足大学生日益增长的咨询需求(陶进, 马建青, 2024)。需要加强高校辅导员、班主任、思想政治教学教师的队伍建设,尤其是高校辅导员队伍建设,高校辅导员是高校思想政治教育任务的承担者,更是学生心理健康的维护者,所以辅导员队伍的建设对于高校心理健康教育来说至关重要,所以需要加强辅导员队伍的思想教育,发挥其中关于培养学生个人品质、心理素质教育的特质。加强高校思想政治教育和心理健康教育发展的协调机制,设立相应的教学机构,负责管理和协调两者的课程安排和课程内容,创新课程教学内容,融入思想品德教育知识,教师们不仅以理论教学作为引导,更要发挥学生们的主动性,让其更深入学习,培养学生们的综合素质。

5.2. 创新心理健康课程建设

高校需要加强心理健康课程的开发和创新,在课程建设的过程中,融入大学生思想政治教育的优秀教学经验,在教材的编订中融入思想政治教育的优秀教学内容。“思政课的本质是讲道理”(人民日报, 2022)。通过融入包括马克思主义思想关于人的全面发展思想,以毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观、习近平新时代中国特色社会主义思想为代表的马克思主义中国化的理论成果,引导学生们树立正确的思想观念。

在课程的设置上要考虑大学生的身心发展、学习动态、社会条件等因素,根据大学生的具体条件和情况来分析,以及对不同年级、不同层次进行分析,针对性地开展心理健康课程教育,保证不同学生群体对于心理健康课程的需求。在心理健康教学的实践过程中,还需要创新教学的方式方法,汲取高校思想政治教育教学方法的优点,融入大学生心理健康教育的教学过程,例如、集体教育、榜样教育、专题讲座、实践教育等,加强心理健康教育的时效性。改变传统的心理辅导单对一的教学模式,积极主动地向全体学生开展大学生心理健康教育,以高校思想政治教育的教学逻辑,融入大学生心理健康教育,加强师生间的交流互动。

5.3. 开展创新实践育人活动

高校心理教育活动不仅包括课堂的理论教学,还应该积极发挥实践的作用,以理论指导实践,增加学生们的课后实践活动,通过理论与实践相结合的教学模式,深入引导学生们的价值观念树立和思想品德建设,这有利于推动高校心理健康教育的发展,而融入思想政治教育的因素更是增加实践活动有效性

的前提和基础,是高校心理健康教育课程体系建设发展的重要支撑。

第一,建设和谐的校园环境,以和谐的校园文化氛围带动高校思想政治教育发展,和推动心理健康教育的建设完善,为学生们在校园内全面发展提供基本保证。可以通过开展校园文化建设活动推动校园环境建设,例如开展校园植树、校园特色广播、学校特色讲座等活动,宣传涵盖思想政治教育和心理健康教育的内容,传播正能量。第二,开展思政心理相结合的社会实践活动,设立专项活动,增加对高校思想政治教育和心理健康教育的重视,鼓励学生开展社会调研和志愿服务,引导学生以具体的实践帮助自身树立正确的价值观念,提高自己的综合素养,从而促进高校思想政治教育融入大学生心理健康教育的发展。

6. 结论

高校思想政治教育融入大学生心理健康教育对于高校心理健康教育的发展具有重要的意义,是我国心理健康教育本土化发展的重要途径,通过前期预防和思想引导,促进学生们树立正确的价值观念,对于破解高校学生心理健康问题的难题和提前干预提供了重要的方法论支持。不仅有利于发挥思想政治教育的育人优势解决学生心理问题,更可以推动学生们的思想品德建设。

通过培育更多具有思想教育理论素养和心理健康教育素养的工作队伍,完善教育人才体系建设,预防和解决高校学生的心理健康问题,引导学生树立正确的价值观念;在课程设计上汲取不同学科的专业特点,开展校内外相关实践活动,发挥思想政治教育的学科优势,促进高校学生的个人价值观念的完善和推动学生的全面发展;在高校立德树人的教育理念的加持下,融入思想政治教育的内涵,开展特色校园文化活动,积极地发挥思想政治教育理论的优势,以实践的形式助力学生们的心理健康发展。

在高校思想政治教育建设和心理健康教育发展的过程中,需要将思想政治教育的理念融入高校心理健康教育,坚持社会主义核心价值观,坚持理论与实际相结合,坚持高校思想政治教育以人为本、德育为先的价值导向,发挥高校育人的教育功能,激发学生们的自主性,引导学生构建正确价值观念,推动高校心理健康教育的建设和发展,为社会主义发展培育德智体美劳全面发展的高质量人才。

参考文献

- 黄蓉生(2023). 新时代高校思想政治教育创新发展的根本取向. *思想理论教育导刊*, (3), 97-106.
- 马建青, 田蓓(2023). 高校心理健康教育发展的三大特征. *思想理论教育*, (8), 101-106.
- 人民日报(2022-04-26). 习近平在中国人民大学考察时强调:坚持党的领导传承红色基因扎根中国大地 走出一条建设中国特色世界一流大学新路. *人民日报*, p. 1.
- 陶进, 马建青(2024). 新时代我国高校心理健康教育的新发展. *学校党建与思想教育*, (11), 84-88.
- 习近平(2022). *高举中国特色社会主义伟大旗帜为全面建设社会主义现代化国家而团结奋斗——在中国共产党第二十次全国代表大会上的报告*. 人民出版社.
- 尹楠, 徐志远(2021). 新时代高校思想政治教育内容的创新发展理路——从“有意义”到“有意思”. *学术探索*, (1), 122-128.
- 中共中央文献研究室(2014). *十八大以来重要文献选编(上)*. 中央文献出版社.