

# 新媒体时代高校思想政治教育引入心理疏导机制的路径探析

冯天博

湖北警官学院, 信息技术系, 湖北 武汉

收稿日期: 2023年9月30日; 录用日期: 2023年11月21日; 发布日期: 2023年11月30日

## 摘要

与传统媒体时代点对面的传播相比, 新媒体时代的点对点信息传播特点对高校思想政治教育工作提出了新的挑战。新媒体传播具有受众广、内容杂、速度快的特征, 当前大学生心理障碍具体体现在情绪异常、人际失衡、认同缺乏、就业压力四个方面。而心理疏导与大学生思想政治教育工作的目标和方法存在着内在的关联性, 两者互通有无, 相互借鉴。可以从突出大学生的主体地位, 创新心理疏导方式、加强心理疏导工作队伍建设、建设校园文化形成教育合力等方面构建新媒体时代的高校心理疏导路径。

## 关键词

新媒体时代, 心理疏导, 高校, 思想政治教育

## Analysis of the Path of Introducing Psychological Counseling Mechanism in Ideological and Political Education in the New Media Era

Tianbo Feng

Department of Information Technology, Hubei University of Police, Wuhan Hubei

Received: Sep. 30<sup>th</sup>, 2023; accepted: Nov. 21<sup>st</sup>, 2023; published: Nov. 30<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

Compared with the communication in the traditional media era, the characteristics of point-to-

point information communication in the new media era pose new challenges to the ideological and political education in colleges and universities. New media communication is characterized by wide audience, miscellaneous content and fast speed. The current psychological disorders of college students are embodied in four aspects: emotional abnormality, interpersonal imbalance, lack of identification and employment pressure. There is an internal correlation between psychological counseling and the goals and methods of ideological and political education of college students, and they exchange and learn from each other. We can construct the psychological counseling path in the new media era from the aspects of highlighting the main position of college students, innovating psychological counseling methods, strengthening the construction of psychological counseling work team, and building campus culture to form educational joint force.

## Keywords

Media Era, Psychological Counseling, Colleges and Universities, Ideological and Political Education

Copyright © 2023 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

新媒体时代的到来重塑了传统的思想政治教育思维和教学模式，也给高校的思想政治教育工作带来了全新的挑战。高校作为文化传承和主流意识形态宣传的重要战场，对大学生的思想工作受到各界的重视。大学生有广泛的学习兴趣、充足的课余时间，新媒体的蓬勃发展一方面为大学生开阔了视野、提升了认知、丰富了生活，但在另一方面给大学生带来的心理压力和负面影响也在不断增大。在当前高校思想政治工作中，心理疏导是缓解大学生心理压力的重要方式，心理疏导和思想政治教育工作的融合和互补，使其发挥着越来越重要的作用。

习近平总书记强调，做好高校思想政治工作，要因事而化、因时而进、因势而新[1]。高校思想政治教育要不断与时俱进，加强心理疏导和人文关怀，用正确的方式引导学生去处理生活和学习中的人际关系，对思想政治教育做到立德树人，具有迫切的实践需要性和十分重要的现实意义。

## 2. 新媒体时代下大学生思想政治教育工作的基本特征与具体体现

在传统媒体发展时代，高校思想政治教育工作的开展依托传统媒体，往往是单向度的，教育者和受教育者、受教育者之间更容易存在不可逾越的心理沟壑，受限于时效性，较难做到及时、全面、细致的心灵沟通。在新媒体环境下，教育者和受教育者之间的交流更加快捷方便，也弥合了两者之间的心里间隙，学生的心理表现也呈现出区别于以往传统媒体发展时代不同特征。

### 2.1. 新媒体时代的基本特征

新媒体的概念自从产生之时就引起研究者和使用者的不同定义和解读，传统媒体主要包括报纸、广播、电视等这一类点对点传播特点的媒体，而新媒体是以互联网技术、数字技术等新型技术为平台，以电视、电脑、移动设备为终端的媒体形态[2]。新媒体时代的信息传播具有以下特征：

#### 2.1.1. 传播受众广

据中国互联网信息中心(CNNIC) 2020年9月发布的《第46次中国互联网络发展状况统计报告》的

数据显示,截至2020年6月,我国网络视频用户规模达8.88亿,在线教育用户规模达3.81亿,其中20~29岁的网民占19.9%,受过大学专科及以上教育的网民群体占比为18.8% [3]。大学生群体是伴随着网络成长起来的新一代,每个学生不可避免都会受到新媒体传播的影响,新媒体传播的范围也逐渐扩大到几乎每一名大学生,其传播范围日趋广泛。

### 2.1.2. 传播内容杂

在传统媒体传播时代,学生们接受信息内容的来源主要是报刊、书籍、电视等媒体,传播渠道比较单一且内容同质化严重。新媒体借助线上多平台、多渠道进行内容传播,其传播范围呈现指数级倍增。同时,新媒体也以其信息量之大、类型之多,已远远超出传统媒体的传播内容,这其中充斥的各种信息良莠不齐,虽然有积极向上能够正确引导大学生行为的部分,但也存在一些消极负面的信息,青年大学生正处在思想价值观养成的重要时期,对新媒体平台庞杂的传播内容缺乏准确的判断力,容易陷入算法设计的“信息茧房”之中迷失自我。

### 2.1.3. 传播速度快

在传统媒体时代,报纸、书籍、广播、电视等传播会受到时间和空间的限制,其内容形式往往也不能及时更新,不仅限制了信息的传播范围,也缺乏趣味性,难以吸引大学生群体的密切关注。而新媒体则具有即时性的特征,不断缩小信息从发出到接到反馈的时间周期,大学生们通过网络平台能够接触到感兴趣的热点新闻,依托新媒体快速跟帖、转载、回复等特征,更容易及时追踪媒体舆论的动态,这在无形之中也提升了大学生对媒体信息的关注度。

## 2.2. 心理障碍的具体体现

大学是青年从稚嫩走向成熟过渡的时期,这个年龄段的学生心智尚未完全成熟稳定,容易受到外界环境的干扰和影响,当面临的学习和生活压力超过自身承受能力时,容易演变成为制约学生身心发展的心理障碍。在新媒体的影响下,大学生的心理障碍呈现出多样化的表现形式,通过简单梳理和总结,可以将其概括为以下四个方面的具体体现。

### 2.2.1. 情绪异常

高校大学生面临着学习、生活和就业等多重挑战,尤其是面对新媒体时代日新月异的社会关系,当面对理想与现实的巨大落差时,由于心智尚未成熟,部分大学生不能坦然承受,会产生一系列异常的心理情绪。常见的情绪异常类型有:焦虑、恐惧、抑郁、暴躁、强迫、自闭等,不同的具体情况境遇、不同的心理承受能力,会导致学生的心理异常情绪的轻重程度也会不同。轻度的情绪异常例如焦虑、恐惧、暴躁,会影响正常的生活学习,而重度的情绪异常会导致严重的心理疾病甚至自杀倾向,这些异常的心理情绪一旦产生,会严重制约学生的身心健康发展。

### 2.2.2. 人际失衡

人际关系的构建在一定程度上直接影响着大学生在学校的生活学习和心理健康,良好的人际关系会鼓舞学生积极融入集体,群体的集合也能带动学生积极向上拼搏进取的精神风貌。新媒体将不同地域、不同性格的大学生群体聚合在媒体平台上,而大学生处于青春期向成熟期过度的阶段,普遍有着强烈的人际交往动机,这既是现实中个人学习和生活的需要,也是满足个人精神需求的一种途径。但是部分大学生由于个人性格、交往能力和自我认知方面的因素而使人际关系处于失衡状态,不能在新媒体的环境下,与同龄人相处融洽,可能也会导致学生产生自闭的心理情绪,而由此导致的认知障碍和情感障碍往往导致他们处于交往中的被动障碍状态。

### 2.2.3. 认同缺乏

高校是培养能与社会接轨的合格学生，学生在这个阶段能够得到身份上的认同，有助于学生培养信心，鼓舞斗志，因此高校思想政治教育工作需要创设合适的平台和机会，让大学生有足够的展示空间去获得身份认同。新媒体环境中，每个大学生个体都可以是意见领袖和舆论焦点，而心理障碍的学生大部分存在着不同程度的自卑倾向，自我效能感低导致学生不敢于尝试，认为自己即使再努力也不能达到令人满意认可的程度。长此以往可能会导致他们形成闭锁心理，更加难以适应新媒体环境下其他同辈群体的学习和生活方式，严重影响学生的学习生活和全面发展。

### 2.2.4. 就业压力

大学阶段学生的学习压力并未减轻，学业任务加重、课程难度提升，且学习成绩在一定程度上直接与就业和升学挂钩，更容易导致大学生产生心理上的压力。就业是贯穿于大学生整个学习阶段的一条主线，如果不能做出合理的职业规划，学生会较长时间内陷入就业压力的漩涡难以走出。整体来看，大学生就业心理存在不同程度的心理障碍，过高或过低的对自身情况进行评估、盲目从众跟风、心理承受能力较弱，不能接受求职失败的打击，一旦失败就变得萎靡不振、意志消沉、丧失斗志。

## 3. 心理疏导与大学生思想政治教育工作的内在联系

大学生常见的心理问题，既可以通过心理疏导进行缓解，也可以通过思想政治教育工作进行引导，两种方式是相辅相成的关系，在新媒体时代下，更应该厘清心理疏导和思想政治教育工作的关联，为促进高校大学生心理健康建设工作指明方向。

### 3.1. 心理疏导和思想政治教育工作的目标相契合

心理疏导是在西方提出的心理辅导和心理疏导疗法的基础上整合而成的，是对西方国家提出的心理辅导和心理疏导疗法的借鉴与发展，是对我国传统思想政治工作方法的突破和创新。心理疏导是要达到增强教育对象的社会适应性、消除不良心态、形成良好的思想政治品德的目标。思想政治教育的根本目的是指思想政治教育活动所要达到的终极目标。我国思想政治教育的根本目的是提高人们的思想道德素质，促进人的自由全面发展，激励人们为建设中国特色社会主义，最终实现共产主义而奋斗。心理疏导和思想政治教育的目的都包含着提高教育对象的思想道德素质、培养为社会所接纳的合格接班人等方面的要求，两者在教育目标的方向相契合奠定了心理疏导融入高校思想政治教育工作的现实基础。

### 3.2. 心理疏导和思想政治教育工作的方法融合互补

心理疏导和思想政治教育工作在具体的实践层面有各自不同的方式方法，大学生心理疏导方法在实施的过程中有渗透疏导法、激励疏导法、宣泄疏导法和体验疏导法等具体的操作方式。思想政治教育的具体方法多种多样，例如理论教育法、实践锻炼法、榜样示范法、自我教育法、比较鉴别法、咨询辅导法等。通过对比心理疏导和思想政治教育工作的方式方法，可以看出两者共同的方向指向对人文的关怀，心理疏导和思想政治教育两者在具体实施过程中的方法相互融合、互为补充，可以对两种教育方式进行整合，以提高教育效果的实效性。

## 4. 新媒体时代下高校心理疏导机制建立路径

面对新媒体环境下思想政治教育工作的新特点和新矛盾，高校加强和改进思想政治工作，应注重人文关怀和心理疏导，这也是促进高校和谐稳定、提升学生理性平和的健康心态的重要方式。为此可以从以下几个方面出发，完善新媒体时代高校思想政治工作中心理疏导路径。

#### 4.1. 突出大学生的主体性地位

以人为本是思想政治教育的逻辑起点[4]，在新媒体环境下，信息传播的受众广、速度快、内容杂，学生密切参与信息产生、传播、共享的各个环节，学生是新媒体环境下的信息接受者，高校进行心理疏导工作，就是要以学生的需求为出发点，尊重关心爱护学生，尝试走进学生的内心，促进学生的全面健康发展。面对媒体平台各种纷繁复杂的价值观念，当陷入情感困境之际，有部分学生难以接受和适应心理疏导的方式，对心理疏导的认识存在偏见，认为心理疏导是治病，究其原因是对教育方式缺乏全面客观的理性认识，为此，高校也应该利用好各种新媒体平台，做好心理疏导工作的宣传和介绍，让学生从心理层面接纳心理疏导工作。

#### 4.2. 创新心理疏导方式

首先，高校应利用好新载体，做到线上线下相结合的疏导。线上疏导具有保护受访者隐私、不受空间限制的优势，高校应构建新媒体时代背景下的网络交流平台，通过新媒体、互联网占据思想政治教育阵地，加强思想政治教育人文关怀和心理疏导。其次，要做到团体辅导和个体辅导相结合，提高心理疏导的实效性。个体辅导针对性强，更能做到稳定深入的疏导，团体辅导受众广，能够将有同类型心理问题的学生一起及时地进行疏导。新媒体时代的到来拉近了不同大学生群体之间的距离，学生常见的心理问题比较类似和接近，但是心理疏导的方式应该做到因材施教、因人施策，团体和个体辅导两种方式各有其优势和不足，在实践中要平衡好两者的关系，在确保实效性的前提下，灵活运用两者方式。最后，心理疏导的内容也应该与时俱进，灵活变通。大学生适应了新媒体时代的网络内容和语言风格，学生更愿意接受鲜活的现实案例和朴实的语言风格，要及时更新热点内容，紧跟大学生的心理接受规律和思维逻辑，积极探索新时代高校心理疏导的新思路。

#### 4.3. 加强心理疏导工作队伍建设

新媒体时代高校思想政治教育工作面临的形势更加严峻、内容更加复杂，这对心理疏导的工作队伍也提出了更高的要求。进行心理疏导需要教育者精通思想政治教育学、心理学、社会学等相关学科知识，对心理疏导者要求较高。一方面，当前部分高校的专业心理疏导教师人员数量不足，难以覆盖全体学生的心理咨询需求。另一方面，部分高校心理疏导者是由思政课教师或者辅导员担任，虽然他们对学生的心理状态有一定的了解，但是媒体平台的各种舆论思潮层出不穷，这些非专业科班出身的教师对心理疏导的专业知识和实践技能相对匮乏，难以完全处理有关学生的心理问题。高校应定期对教师进行专业培训和实践技能的锻炼，向教师普及更多新媒体时代信息传播交流的新特点、新方式，也要开展心理疏导基础知识、创新方法、工作模式等交流培训，充分发挥心理疏导的作用。

#### 4.4. 建设校园文化形成教育合力

校园氛围具有潜移默化、润物无声的教育价值，是一种潜在的教育资源。营造校园文化氛围，优化育人环境，高校应该因地制宜，深入挖掘具有校园文化特色的资源，借助新媒体时代信息传播的各种载体和方式，准确把握时代发展的主题，奏响主旋律，营造健康、积极的育人环境。此外，大学生心理健康教育不是一个部门或者一类老师的责任，要增强心理疏导的效果，不仅要靠专业的心理疏导教师来辅导，更要有全体教师的人文关怀，共同营造和谐的校园氛围，将积极乐观、友善爱好的观念传递给学生。

习近平总书记在全国思想政治工作会议上强调，要坚持把立德树人作为中心环节，把思想政治工作贯穿教育教学全过程，实现全程育人、全方位育人[5]。在新媒体时代背景下，将心理疏导融入思想政治教育是思想政治工作与时俱进的重要体现，高校应将心理疏导贯穿于思想政治教育全过程，积极探

---

索育人新途径，以顺应时代发展新的要求。

### 参考文献

- [1] 习近平. 论党的宣传思想工作[M]. 北京: 中央文献出版社, 2020: 277.
- [2] 黄莉. 新媒体背景下大学生思政教育新思路[J]. 继续教育研究, 2017(5): 95-97.
- [3] 中国互联网信息中心. 第46次《中国互联网络发展状况统计报告》[EB/OL]. [https://www.gov.cn/xinwen/2020-09/29/content\\_5548176.htm](https://www.gov.cn/xinwen/2020-09/29/content_5548176.htm), 2020-09-29.
- [4] 王兰兰. 论“以人为本”视域下的思想政治教育[J]. 法制与社会, 2009(14): 316.
- [5] 把思想政治工作贯穿教育教学全过程 开创我国高等教育事业发展新局面[N]. 人民日报, 2016-12-09(001).