

高校辅导员开展心理健康教育与思想政治教育有效契合的逻辑

赵晓娜

(内蒙古医科大学, 内蒙古 呼和浩特 010010)

【摘要】高校辅导员是开展大学生心理健康教育和思想政治教育的双重主体,在工作中寻找二者有效契合的路径有利于提升工作的实效性,本文通过进一步阐释心理健康教育和思想政治教育的内涵和外延,对比分析心理健康教育和思想政治教育的区别与联系,从而寻求二者有效契合的逻辑。

【关键词】辅导员; 心理健康教育; 思想政治教育; 有效契合

高校辅导员作为落实立德树人根本任务不可或缺、至关重要的一支队伍,在引领学生思想、助力学生全面发展,成长成才方面都有着不可替代性,辅导员作用的发挥也直接影响到学生的安全与稳定。近年来,随着社会转型,带来了巨大的风险与挑战,大学生群体也不可避免地受到了冲击,学生的心理健康教育与思想政治教育便显得尤为重要,但二者不是完全割裂的,有逻辑的切合点,所以辅导员在日常工作中能够找到心理健康教育与思想政治教育的有效契合逻辑对开展学生工作具有指导意义。

一、心理健康教育的内涵和外延

2018年教育部颁发《高等学校学生心理健康教育指导纲要》,指出:“坚持育心与育德相统一,加强人文关怀和心理疏导,规范发展心理健康教育与咨询服务,更好地适应和满足学生心理健康教育需求”^[1]。联合国世界卫生组织对于心理健康定义为“心理健康不单单是指主体没有心理方面的障碍,同时还要拥有健全的人格,并且能够保持好的心理状况”,也就是说现在大家普遍认为心理健康不仅仅是指没有发生实质性心理疾病,而是包含的范围更广,应该保证自己的性格、智力、认知、意志、态度等处于较为合理的状态,所以当前的大学生心理健康教育越来越趋向于普及性教育。随着“00”后进入大学校园,他们思维活跃、观念新颖、注重自我、精神世界更为丰富,但同时又处在信息爆炸的时代,使得“00”后大学生在不断审视自己当中正在或主动或被动地接受不同价值观念的冲击,对于这些不同价值维度的冲击,部分学生会

显现出焦躁与不安,迷茫与无助,挣扎在不断地自我肯定与否定当中,所以,辅导员在开展心理健康教育时,其实多数时候并不是在进行病理性的治疗,而是在对学生进行价值维度的引导,这与德育教育和美育教育的内涵实质不尽相同。

二、思想政治教育的内涵和外延

“所谓思想政治教育就是指社会或社会群体运用一定的思想观念、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,使他们符合一定社会要求及思想品德的社会实践活动。”^[2]高校思想政治教育的客体是大学生,通过系统的理论学习和日常思想引领,在学生学习和生活等方面产生正面影响,使青年学生形成积极的世界观、人生观和价值观,从而对社会主导意识形态形成认同,提高学生的思想政治觉悟和道德情操,为学生个体发展与社会发展提供坚实的思想支撑。高校中专职从事学生思想政治教育工作的主体是辅导员和思政课老师,随着“三全育人”“十大育人”体系提出与落实,思想政治工作逐渐由特点群体教师转变为高校全员、全程、全方位,实现课程育人、科研育人、实践育人、文化育人、网络育人、心理育人、管理育人、服务育人、资助育人、组织育人,使思想政治教育形成闭环,进一步提高了学生思想政治教育的实效性。

三、心理健康教育与思想政治教育有效契合

(一) 心理健康教育与思想政治教育的区别

1. 学科归属与基础理论具有差异性。心理健康教育与思想政治教育从理论上讲分别从属于不同的理论基础,马克思主义尤其是中国化的马克思主义,

是当代大学生思想政治教育的理论基础与指导思想^[3]，对大学生进行思想政治教育一定是以马克思主义为根本遵循开展的一系列教育活动。心理健康教育的教学理论除了基础的心理学之外还要掌握社会学、医学精神方面等理论，二者在理论研究方法和研究路径上也存在差异。

2. 教育的具体任务具有差异性。大学生思想政治教育的核心任务是抓住青年人世界观、人生观、价值观还未完全形成的关键时期，引导大学生树立科学的三观，培养学生科学的思维方式，帮助学生树立正确的理想信念，厚植爱国主义情怀，积极投身国家建设与发展，充分发挥主观能动性。心理健康教育的基本要求是通过系统的教育使学生形成积极向上、理性平和的心态，让学生对事物的认知逐渐完善，对自身情绪的控制逐渐加强，对意志力的磨炼不断提高，对自我的评价趋于客观。

3. 教育教学的方式方法具有差异性。思想政治教育教育教学的主要路径和方法是通过集中统一的、单向性的主动教育模式来达到引领学生思想，具有明显的单向输出性质，以此达到强化学生理论素养，提高学生思想品德素质的目的，在少数情况下辅之以个别谈话、朋辈辅导等手段。反观心理健康教育则是在通常情况下采用个别谈话，进行双向沟通，在充分的倾听、沟通交流的基础之上达到对被教育者的心理问题的指导和纾解，帮助学生理性地分析与判断其心理问题产生的原因并积极寻找与问题相适应的解决方法。

（二）心理健康教育与思想政治教育的联系

1. 教育的主客体具有一致性。心理健康教育和思想政治教育的主客体基本上完全重合，高校辅导员基本上都承载着心理健康教育和思想政治教育双重任务，即便是目前多数辅导员并没有系统的心理学受教育背景但依旧承担着学生大部分心理健康教育的任务。无论是心理健康教育还是思想政治教育其客体都是大学生，具有完全的一致性。

2. 教育的出发点和落脚点具有一致性。思想政治教育的出发点使人能够正确的认识自己，认识世界，从而更加科学理性地看待自己并改造世界，对大学生进行思想政治教育其最终落脚点是帮助大学生提升思想道德水平和政治思想觉悟，树立正确的世界观、人生观和价值观，使大学生能够正确地发

挥自己的潜能，做到自由的全面发展。这与心理健康教育最终要达成的目标具有一致性，心理健康教育是想让学生掌握保持心理健康的基本方法，认识到心理健康的重要性，使学生关注自身心理健康状况，提高学生应对心理健康问题的能力，从而能够及时发现自身问题，进行心理调适，增强正确认识自身的能力，使自身在绝大多数情况下处于积极阳光、理性平和的状态，进而可以奠定个人全面发展的基础。

（三）心理健康教育与思想政治教育有效衔接的逻辑

当前，对于大学生的心理健康教育和思想政治教育的契合程度还远未达到理想状态，二者的契合仍停留在理论层面，在实践中需要进一步提高契合程度。真正意义上的契合应是传统思想政治教育在其实践中运用心理健康教育方法开展其教育活动，而心理健康教育承认和尊重思想政治教育的指导地位，将心理学理论落实到立德树人实践活动中，才有可能达成二者的有效契合。^[4]

在教育教学过程中，运用心理健康教育的方式方法丰富思想政治教育的内涵。在思想政治教育的过程中，辅导员可以在说服教育、激励教育、实践教育的基础上，由单向输出变为双向互动，增加更多的情感交流，使用心理健康教育的谈话技巧、沟通方式，在轻松愉悦的环境氛围中引导学生真实抒发情感，从而精准掌握学生思想和心理动态，在进行思想政治教育过程中也可以更具有针对性，同时借鉴心理健康教育的测试形式和量化样表，对学生进行思想动态摸排，提高思想政治教育的预见性，能够及时发现一些苗头性、倾向性的问题，避免后知后觉，引导不及时，产生大范围负面影响。在学生的思想政治教育中将学生心理规律放在突出位置加以考虑，可以进一步增强思想政治教育的科学性，学生的接受程度直接影响到思想政治教育的效果。传统的思想政治教育很多的是将重心放在理论层面的教育，包括在实际操作中，更多时候也是将单纯的理论学习和理论教育等同于思想政治教育，缺乏对于思想政治教育的深层次把握，学生的理解程度、喜爱程度、接受程度都是影响思想政治教育效果的重要因素，因此，在思想政治教育中运用心理学理论，遵循人的心理规律，可以在一定程度上减少学

生因心理反感或排斥对教育教学效果产生的影响,同时在掌握学生心理规律的基础上,能够和学生产生共情和共鸣,更有利于学生提高认知水平,树立积极的世界观、人生观和价值观。例如,在对学生进行思想政治教育时,我们可以使用积极心理学理论,积极心理学认为对于心理患疾来说,更应引起重视的是心理患疾的预防,预防工作至关重要,要通过预防来进行建设而不是修补,其实思想政治教育往往也是发挥预防作用更多,我们通过教育来提升个体内部的塑造能力,自然而然地形成一种良好的品质和行为模式。在思想政治教育中,我们常用的方法是谈心谈话,尤其是对单独个体进行教育引导时,通常都要进行谈心谈话,那么,如何使谈心谈话的效果最大化,使学生能入脑入心,我们可以借助心理咨询谈话技巧——贴合与引领。一方面,辅导员可以与学生主动共情,达到深度理解,目的是与学生建立信任与良好关系;另一方面,辅导员要及时把握学生的迷茫与困顿,形成对学生的方向性引领,通过引领人达到育人目的。通过在情感上贴合,在思想上引领,使谈心谈话内容深入学生心中,将思想政治教育潜移默化让学生内化于心,外化于行。

心理健康教育与思想政治教育的有效契合还需体现在对学生进行心理健康教育的过程中也要遵从思想政治教育的价值体系。心理健康教育虽然不直接包含价值观的教育,但应始终以正确的价值观念为导向,价值导向直接或间接会对心理健康教育的成败产生影响,尤其是在心理健康教育过程中应时刻以社会主义核心价值观为导向,实现大学生心理健康要建立在学生拥有正确的价值观的基础上。因此,心理健康教育要遵循社会主义核心价值观体系,从而取得更好的教育效果。

此外道德伦理价值也是心理健康教育所要遵循的价值体系,道德伦理对人和社会的约束是隐性约束,是更为深层次地衡量心理健康教育的价值尺度。大学生只有在道德方面自律,才会有积极的生活态度与良好的心理控制力。对大学生开展心理健康教育可以帮助他们有效调节自己的情绪,正确处理人与人之间的关系,增强社会适应能力,缓和大学生与其他社会成员之间的矛盾,有效规避由于心理因素带来的人际问题,促进社会和谐。例如,对于“Z

世代”青年来说,心理问题表现突出,在他们进入到大学后,生活和学习环境的改变,加之自我约束和自我学习能力不强,会导致“Z世代”青年心理问题爆发式增长,通过每年入学的新生心理健康普查可以看出,“Z世代”青年存在不同程度的社交恐惧和睡眠障碍,部分原因来自网络思潮的影响,他们生长于数字时代,享有前所未有的信息自由,却也承载着前所未有的选择困境,价值观念的冲击,可能会导致学生的理想信念发生变化,那么在这个过程中,我们就不能单单聚焦于学生的心理问题,而更应该看到深层次的诱因,在进行心理问题疏导的过程中进行思想政治教育与引领,帮助学生如何在纷繁复杂的信息时代,构建自身信息接收、筛选、判断、组合的思维逻辑,在价值维度上保持积极阳光、向善向好,始终与党和国家的发展同向同行,所以,诸如此类的情况,当解决了价值层面的问题后,心理问题会随之逐渐消除。

总之,大学生心理健康教育与思想政治教育相辅相成,心理健康教育是思想政治教育的重要内容,并且在思想政治教育中发挥基础性作用,而思想政治教育是心理健康教育的得以有效发挥作用的保障,二者可以有效契合。

参考文献:

- [1] 教育部《高等学校学生心理健康教育指导纲要》. http://www.moe.gov.cn/srcsite/A12/moe_1407/s3020/201807/t20180713_342992.html. 2018-7-4/2018-10-13.
- [2] 甘露. 阐释中国传统文化与当前大学生思想政治教育的有机结合[J]. 科学中国人, 2014(14):86.
- [3] 张耀灿, 陈万柏. 思想政治教育学原理[M]. 高等教育出版社, 2007.7:25.
- [4] 姜姗. 大学生心理健康教育与思想政治教育契合可行性研究[D]. 辽宁工业大学, 2019.

基金项目: 本文受内蒙古医科大学思想政治专项课题项目资助(项目编号: YKD2022SXZZ046)

作者简介: 赵晓娜(1992—), 女, 内蒙古呼和浩特人, 管理学硕士, 内蒙古医科大学专职辅导员, 研究方向: 行政管理。