

高校学生 思想政治教育与健康

林娟 杨晓阳 王悦 著

高校思想政治教育和心理健康有机结合，思想政治教育就能够从心理健康教育方面获取新的知识和方法，提高解决实际问题的能力，深化思想政治教育，并为受教育者接受思想政治教育创造良好的心理条件。



吉林文史出版社
JILINWENSHICHUBANSHE

高校学生思想政治教育与健康

林娟 杨晓阳 王悦 著



图书在版编目(CIP)数据

高校学生思想政治教育与心理健康 / 林娟, 杨晓阳,
王悦著. -- 长春: 吉林文史出版社, 2016.7
ISBN 978-7-5472-3249-1

I. ①高… II. ①林… ②杨… ③王… III. ①高等学
校—思想政治教育—教学研究—中国②大学生—心理健康
—健康教育—教学研究—中国 IV. ①G641②B844.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第160458号

高校学生思想政治教育与心理健康

GAOXIAOXUESHENGSI XIANGZHENGZHIIJIAOYUYUXINLIJIANKANG

出版人 孙建军

著者 林娟 杨晓阳 王悦

责任编辑 陈春燕 张蕊

装帧设计 瑞天书刊

出版发行 吉林文史出版社

地址 长春市人民大街 4646 号

网址 www.jlws.com.cn

开本 787mm×1092mm 1/16

印张 16

字数 320 千

印刷 北京朗翔印刷有限公司

版次 2017 年 7 月第 1 版 2018 年 5 月第 2 次印刷

书号 ISBN 978-7-5472-3249-1

定价 49.00 元

前言

随着改革的发展和社会竞争的日趋激烈,大学生的人生观、价值观在发生着不断地变化,大学生心理健康越来越受到重视。高校思想政治教育和心理健康有机结合,思想政治教育就能够从心理健康教育方面获取新的知识和方法,提高解决实际问题的能力,深化思想政治教育,并为受教育者接受思想政治教育创造良好的心理条件。高校学生心理健康和思想政治教育深度融合,有利于为学生心理健康的发展提供导向作用。心理健康与思想政治教育各有侧重,心理健康主要是提高心理素质、发挥心理潜能以及维持心理健康等方面的问题;思想教育主要解决的重点是思想领域、政治领域和道德生活中的是非善恶,提高人的思想政治觉悟和道德水平方面的问题。如果把大学生心理健康和高校思想政治教育有机地结合起来,二者能够相互补充,相互促进,共同提高,从而使心理健康教育与思想政治教育都起到事半功倍的效果。

高校思想政治教育与心理健康相辅相成,因为和谐校园是一种以和衷共济、内和外顺,协调发展为核心的素质教育模式,是以校园为纽带的各种教育要素的全面、自由、协调、整体优化的育人氛围,是学校教育各子系统及各要素间的协调运转,是学校教育与社会教育、家庭教育和谐发展的教育合力,是以学生发展、教师发展、学校发展为宗旨的整体效应。高校作为培育拥有新知识、新思想、新技术等高层次人才的阵地,文化是高校用社会主义核心价值体系引领高校思想政治教育的主阵地,是当前加强高校思想意识形态建设的重大任务,也是一个思想理论与教育实践相结合的崭新课题。

本书共计8章,合计32万字。本书从高校思想政治教育和心理健康的各个基本点出发,阐述了高校思想政治教育与心理健康教育的有机结合,也论述了高校思想政治教育与健康心理环境营造的各个方面的特点及关系,最后集合了高校思想政治教育理论研究与实践探索于一体,从文化视角对高校思想政治教育理论创新和心理健康教育实践进行了系统的论述。但是,随着我国经济社会的快速发展和高等教育的改革,高校思想政治教育的理论创新和实践探索还任重道远。限于水平,加上时间仓促,本书在编写过程中难免有疏漏和不足之处,恳请读者批评指正,我们将不胜感谢!

本书的第一著者是来自武昌理工学院的林娟,负责第7章、第8章的内容编写,合计12万字;第二著者是来自电子科技大学中山学院的杨晓阳,负责第1章、第2章、第6章的内容编写,合计10万字;第三著者是来自辽宁大学的王悦,负责第3章、第4章、第5章的编写任务,合计10万字。本书既可作为高校教师和学生的课外读本,也可作为思想政治教育工作者和心理健康咨询行业及心理健康辅导机构的教材使用。

目录

第一章 高校学生思想政治教育与健康教育的解读	1
第一节 高校学生思想政治教育概述	1
第二节 高校学生健康教育解读	7
第三节 高校思想政治教育与健康教育的关系	10
第二章 高校思想政治教育与健康教育的结合	13
第一节 高校思想政治教育与健康教育结合的必要性和可行性	13
第二节 高校思想政治教育与健康教育结合的途径	21
第三节 健康教育引入高校思想政治教育适用性分析	29
第四节 健康教育在高校思想政治教育中的实践路径	31
第三章 高校思想政治教育与健康咨询	44
第一节 高校思想政治教育与健康咨询概念及关系解读	44
第二节 高校思想政治教育中的健康咨询存在问题及原因分析	51
第三节 健康咨询深化高校思想政治教育的内在功能分析	55
第四节 创新高校思想政治教育中心理咨询的途径	61
第四章 高校思想政治教育工作价值与教育管理	67
第一节 精神价值塑造与重建	67
第二节 高校学生思想政治教育与健康	77
第三节 和谐教育与持续发展	91
第四节 就业指导与思想教育	99
第五章 高校思想政治教育与健康环境	101
第一节 高校思想政治教育健康环境概述	101
第二节 高校思想政治教育营造、利用健康环境的现状	104
第三节 健康环境在高校思想政治教育中的作用	109
第四节 营造健康心理环境，提高高校思想政治教育的实效	112
第六章 高校学生教育管理与人文道德价值观	119
第一节 道德起源与人文视角	119
第二节 道德能力与个体道德	127
第三节 人文价值与思想道德	133
第四节 制度运作与思想教育	140
第五节 教育理念与思想教育	149
第七章 高校学生思想政治教育创新	163
第一节 和谐环境与思想教育	163
第二节 文化环境与思想教育	173
第三节 大学生党建创新案例	180

第四节 文化认同与道德实践.....	193
第五节 文化教育与思想道德.....	199
第八章 和谐视角与高校思想政治教育.....	210
第一节 大众传媒与个体道德.....	210
第二节 社会伦理与思想道德.....	222
第三节 社会变迁与家庭影响.....	233
第四节 文化氛围与思想道德.....	240

第一章 高校学生思想政治教育 with 心理健康教育的解读

第一节 高校学生思想政治教育概述

一、思想政治教育的科学内涵

思想政治教育是人类实践活动的重要方面，也是一种教育实践活动。不管是学校教育还是社会教育，思想政治教育都是其中不可或缺的内容。我们还知道，思想政治教育工作，是中国共产党的优良传统，思想政治工作也是经济工作和其他一切工作的生命线，这些都说明了思想政治教育的重要作用。在日常的工作和学习的生活中，我们也经常涉及思想政治教育这一概念。那么，到底什么是思想政治教育呢？“概括地说，思想政治教育是指社会或社会群体用一定的思想观念、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，使他们形成符合一定社会或一定阶级所需要的思想品德的社会实践活动。就其本质来说，思想政治教育是人的思想品德以及人的心理素质的社会化，它是将一个不适应或不太适应社会发展需要的人，通过进行思想政治教育活动培养成能够适应社会发展需要的社会成员。因为每个人都不是完美的，在思想上或多或少的都存在一些问题，那么，思想政治教育就是要用科学的理论和知识来武装社会成员的头脑，提高社会成员的思想理论水平，从而提高其认知水平和行为水平。但每个人一些不良行为的改变，不仅要依赖于一些教育者的指导，更主要的在于自身的认识以及能否对实施教育的知识很好的内化。思想政治教育作为我国社会主义精神文明建设的一项重要内容，具有非常重要的作用。教育作为促使个体社会化和社会个体化的一项实践活动，培养社会成员的个人素质和个人能力是它的题中之意。所以，思想政治教育应当密切关注学生的学习和就业，培养学生各方面的能力，也就是，要树立以人为本的观念，激发学生的学习兴趣，提高学生的学习水平和理论水平。除此之外，思想政治教育工作更重要的是要培养学生的人格、情感和价值观，满足学生自由而全面发展的需求。目前我国高校中存在不少诸如“‘成才’比‘成人’更具实际意义”的观念，“重智育、轻德育”的现象，思想政治教育成为高校的一种装饰和摆设，失去了它在教育系统中应有的位置，而使其陷入了效力弱化的困境。面对这些情况，思想政治教育工作者要正视现实，理性的分析其中的原因，迎难而上，积极探索有助学生人格养成的方法与手段。通过思想政治教育，使受教育者提高主体意识和具有自我教育的能力，从而通过自我修养而促进自我发展。

二、高校思想政治教育的解析

经过近十多年的刻苦学习和寒窗生活，同学们终于来到了梦寐以求的大学。大学生是时代的栋梁，社会的希望，担负着社会所寄予的重任，也是国家和民族未来的柱石。

2004 年以来,中宣部和教育部为了准确把握我国高校思想政治教育的现状,进行了全面而深入的调查和研究。结果表明,高校大学生的主流状态是积极、健康、向上的。然而,由于当代大学生思想政治教育面临新的国际环境和现实背景,西方文化思潮及一些价值观念的冲击,社会主义市场经济深入发展的深刻状况和显著变化使得当代大学生的思想道德素质在一些方面和某些环节出现了新情况、新问题,所以高校的思想政治教育也面临着新的问题和挑战。

那么,我们首先来对高校思想政治教育的现状进行一下探讨和解析。首先,随着改革开放的深入进行和快速发展,高校思想政治教育的状况较之前得到了不断重视和加强,并且思想政治教育的体系和各方面的建设也进一步健全和完善。其次,高校的一些思想政治教育队伍的素质得到了明显提高。要搞好高校的思想政治工作,高素质的思想政治教育队伍是必不可少的,关键是思想政治教育者的素质精良和业务精湛。所以,为了加强高校思想政治教育工作队伍的建设,提高教师队伍的整体素质,有关部门和各大高校进行了大量工作,党和政府对高校的思想政治教育者给予了培养和关注,比如通过建立师资培训基地以及增列硕士点博士点、选派留学生等方式培养和造就一些人才;有关部门按照德才兼备的原则选拔政工干部,通过正规的和业余的,长期的和短期的各种形式的教育和培训,来促使高校思想政治教育者的知识更新和素质提高,从而培养了大量的高素质人才,使之成为高校思想政治教育的中坚力量,大大优化了教育队伍的主体结构,提高了思想政治教育队伍的整体水平;各级组织和领导也对高校的思想政治教育进行积极指导,为高校的思想政治教育者创造和提供了良好的环境和条件,使其能够提高素质、安心生活和搞好工作。最后是日益趋向人性化成为了高校思想政治教育的趋势和目标。思想政治教育的对象是人,高校思想政治教育的对象则是大学生,高校思想政治教育的目的是通过对大学生进行思想政治教育活动,引导其树立正确的世界观、人生观和价值观,提高其政治理论水平和思想道德素质。关注人、了解人、发展人,成为思想政治教育理论研究和实际工作的出发点和归宿;“以人为本”、“以学生为本”的理念日益深入人心,成了大学生思想政治教育长远发展和大学生思想道德素质全面提高的价值指南。高校的思想政治教育者除了关注大学生的思想水平的提高,也注重其各方面的需要和能力的提高,促进其全面发展。

当然,我们在充分肯定高校思想政治教育取得上述成绩的同时,也要客观的审视当前高校思想政治教育中存在的一些问题。主要包括:首先,一些高校的政治理论课和思想品德课的教学方式仍存在着简单的、机械的说教现象,采用灌输式的方法仍是进行“两课”教学的主要方法,进行思想政治教育只是教育者或老师在课堂上对大学生们进行一些知识的简单灌输,采用研讨式、互动式和其他的教学方式则很少。教育方式单一烦躁,没有创新,这样就容易导致课堂内容缺乏新意,令一些大学生对政治理论课没有兴趣或产生一定的排斥心理,严重影响了大学生思想政治教育的效果。在大学生“两课”的课堂中,大学生窃窃私语,或看小说,或看英语,或做其他的事情,这些事情发生在大学的政治理论课上并不少见,这跟相关政治理论老师的讲课方式并不无关系,这一问题要引起高校思想政治教育者的重视。第二,在高校思政教育的队伍建设中也存在着一些问题。前面我们说过,思想政治教育者的素质直接影响和关系着思想政治教育的效果,高校思想政治教育者的素质是使高校思想政治教育向正确方向发展的保证以及教育

者在教育过程中发挥作用的基础。但是,高校的思想教育者的素质并不都是优秀和全面的。其中还存在一些问题,例如少数教师仍旧存在重言传而轻身教的倾向,在教学教育活动中只注重对知识的传授,有时则忽略了自己的言行对学生的影响;还有就是高校思想政治教育的师资队伍并未全面实现专业化、专职化,中途转行现象比较突出,这造成了思想政治教育的师资队伍不稳定,会影响思想政治教育取得的效果;“两课”教师的专业水平、专业素质和教学能力也存在一些问题,还待提高。第三,高校的大学生的心理成熟和生理成熟的不同步性,其心理一般处于转折期和成熟期,加之阅历浅、社会经验不足,一些大学生本身也不同程度地存在着政治信仰迷惘、价值取向不稳定、诚信意识淡薄、社会责任感缺失、艰苦奋斗精神淡化等问题。

针对高校思想政治教育中存在的这些问题,必须采取相应的对策,呼吁全社会特别是政府和高等院校的各级领导给予高校的思想教育以高度的重视,加快政治理论教育改革的步伐,高校思想政治教育者也要提高自身的素质和修养,开创高校政治理论教育工作的新局面。首先,要重点加强“两课”的学科建设。政治理论课和思想品德课对于提高大学生的思想道德素质发挥着不可忽视的作用,所以,教育者在授课的过程中,应当把课本上的知识与大学生的思想状况实际联系起来,根据学生的实际思想情况来开展教育活动,切实改革教学手段,丰富教学方式,开展社会实践,建设校园文化,使高校的思想教育取得实效。其次,着力加强和提高高校思想政治教育队伍的建设,提高其整体素质和教学能力。从客观上,党和政府要给予关注,高校本身要健全思政工作体制和机制,为教育的开展营造良好的外部环境,构建大学生思想政治教育的良性运作机制。从主观上,高校的思想教育者要不断提高自己的内在修养和素质。内因起决定作用,外因通过内因起作用,高校思想政治教育者进行自我修养是提高其素质的不可缺少的重要途径。教育者要对自己有正确的认识,还要刻苦的学习,用新知识,新方法武装自己的头脑,同时还要勇于实践,经受实践的考验。最后,对高校大学生要开展心理健康教育,为其健康成长服务。在思想政治教育的过程中,一些大学生的心理问题凸显,影响着思想政治教育的效果。为此,高校应当建设一支以专职教师为主干,高素质的心理健康教育和咨询的工作队伍,并且要根据大学生的身心发展情况和教育规律,制定相应的心理健康教育内容和计划,为开展高校心理健康教育工作 and 思想政治教育工作提供必要的条件。

三、选题的目的和意义

健康、稳定的心理状态,是形成良好的政治、道德品质的基础。任何政治思想品质都是由知、情、意、行四个心理成分构成,没有心理的充分健康发展,就不可能有良好的思想品德的产生。只有在健康情感的基础上,才能形成高尚的道德感;只有处在良好的心理状态下,大学生才能顺利地接受思想教育。高校心理咨询与思想政治教育的关系问题是高等教育体制改革中出现的一个现实问题,那么,如何将心理咨询与传统的行之有效的思想政治教育工作更好地结合起来,形成有中国特色的心理咨询体系是一个值得我们高度重视和认真研究的问题。

本文探索心理咨询与高校思想政治教育的融合,通过分析高校思想政治教育和心理咨询的异同进而对其内在功能进行有效的分析,提出把心理咨询纳入思想政治教育工作

中,不断创新思想政治教育的内容和方法,实现二者协调发展。

第一,高校的思想政治教育工作需要以大学生良好的心态为基础。学生健康的心态对思想政治教育工作的顺利进行起着积极作用,这说明学生良好的心理是高校思想政治教育重要的组成部分。在高校开展心理咨询工作能科学地把握高校心理健康教育工作的任务和内容,能够帮助高校学生认知自我的心理健康情况,进而为学生更好的接受思想政治教育营造了良好的心理环境。在思想政治教育工作中,学生的心理问题是高校思想政治教育工作中的重点与难点。思想政治教育对人的心理发展具有制约和指导作用。一旦形成正确的世界观、人生观不仅会对个人的个性心理品质起到导向作用,同时促进和提高心理健康水平。开展心理咨询工作既有利于学生在学习、生活、情感、交友等方面的健康成长,又能促进大学生德、智、体、美的全面发展。

第二,在高校思想政治教育中,心理咨询的开展能够培养大学生良好的心理素质,为高校思想政治教育工作的顺利开展奠定坚实的基础。在开展思想政治教育的同时,学生不仅能够通过心理咨询机构充分的认知自我和掌控自我,同时还能够正确对待他人、维系与他人关系,从而促进人与人之间的交流,建立和谐的人际关系。高校思想政治教育工作的顺利进行与学生的心理和情绪有着直接关系。思想政治教育工作需要与学生建立高度的理解与信任。只有保持高校学生健康的心态,才能使高校思想政治教育工作的更加顺利。

第三,加强学生工作队伍的心理咨询培训,培养新型的思想教育者。培养一批既掌握思想政治教育和青年学生成长规律,又懂得一定心理咨询方面知识的德育教师队伍,是心理咨询和思想政治教育有机结合的关键。

总之,思想政治教育少不了心理健康教育的内容,而心理健康教育与心理咨询工作是相互联系、密不可分的。高校思想政治工作者应从整体上把握二者在工作对象、目标、内容、方法以及功能作用上的一致性和统一性,将心理咨询工作真正纳入到思想政治教育体系之中,取得两者整体效应。

四、研究述评

(一) 关于心理健康教育与高校思想政治教育的关系研究

首先必须明确二者的基本内涵。心理健康教育是指为促进心理活动的过程内容完整、协调一致,保持持续的健康心理状态,同时提高个体心理素质的活动。高校思想政治教育就是对在校大学生进行思想政治教育,按照社会要求让他们树立正确的世界观、人生观和价值观,深入对大学生进行思想品德教育的社会实践活动。

在以往有关心理健康的研究中,并未形成一个特定的领域,只是把心理健康教育问题的处理和心理健康素质的培养笼统地包含在思想政治教育领域。直至近年来高校心理健康教育问题不断出现以及人们对它的重视,两者关系的研究开始引起热议,大多学者从学科的角度认为心理健康教育是基于心理学与教育学的一门学科,同思想政治教育分别属于两个不同的学科类别。然而,1995年12月国家教委正式颁布试行了《中国普通高等学校德育大纲》,明确地把培养学生具有“健康的心理素质”作为德育目标之一,另外,2004年,又一建设性的文件指出:要重视心理健康教育,根据大学生的身心发展特点和教育规律,注重培养大学生良好的心理品质和自尊、自爱、自律、自强的优良品

格,增强大学生克服困难、经受考验、承受挫折的能力。这两大文件的颁布,使国内学者渐渐对二者的关系有了新的认识:研究中也逐渐将心理健康教育纳入到高校思想政治教育的重要组成部分之中,成就颇为丰富。笔者基于前人的研究成果,把两者的关系重新进行了梳理和总结。首先,两者相互区别表现为:

1、理论基础不同

心理健康教育主要是以心理学及相关学科的理论为基础,如普通心理学、社会心理学、教育心理学、心理测量学、心理咨询与治疗等,这些理论虽然是属于社会科学领域,但是很多知识都带有一定的自然学科基础,并且没有特定的意识形态属性。而高校思想政治教育是以马克思主义的哲学、政治学等为基础的社会性学科理论,具有鲜明的政治性和阶级性。

2、出发点和归宿不同

高校思想政治教育是从社会层面出发,注重集体利益,把大学生当做一个社会公民来看,要求以社会为本,更着眼于社会属性。心理健康教育是受过专门训练的工作者运用心理学的一些理论和技术帮助大学生走出心理困境。心理健康教育对于个体的发展具有很强的适用性,注重学生的内在需求和自我的发展,是从个人生活的角度出发,更加着眼于个体的自然属性。

3、工作方式不同

高校思想政治教育主要采取课堂讲授、舆论评比、参观访问等方式,具有公开性、群众性等特点,强调老师主动的讲和说,想要通过理论灌输、实践锻炼、榜样示范等方式来加强对学生的政治工作和思想工作的引导。心理健康教育更多地采用个体辅导,并且强调保密原则,具有私人化、个人化等特点。一般情况下是采取学生主动向老师寻求帮助,并且会主动地配合,老师以听为主,注重倾听与感情沟通,采用普及心理学知识,与学生交谈、讨论,对学生进行心理训练、心理测量与心理咨询等方法来帮助指导学生。心理健康教育与高校思想政治教育更有内在深刻的联系,主要有:

(1) 根本目标一致性

心理健康教育与高校思想政治教育的根本目标是一致的,都是坚持“以人为本”原则推进学生德、智、体全面发展,最终落脚点都是为培养与社会需求相适应的高素质人才。心理健康教育注重遵循大学生身心发展特点和规律,运用心理学相关理论引导和培养大学生积极健康的心理特征,从而在面对挫折、情感、人际关系、学业等重要问题时能够积极勇敢地面对和解决,为实现个人的全面发展提供良好的基础。高校思想政治教育注重从社会层面出发,培养大学生具有与社会需求相适应的世界观、人生观和价值观,运用马克思主义相关理论对大学生进行政治性、思想性的教育,让他们把这些世界观、人生观和价值观内化最终成为自己人格中的一部分,实现社会与个人的统一。

(2) 问题交叉共存

心理健康教育和高校思想政治教育的许多问题是交叉共存的,有些被认为是思想问题往往是由于一些心理因素造成的,而许多心理问题又有可能是由于思想方面的问题引起。所以心理问题和思想问题在许多时候交织在一起,在做学生工作时,往往要找准病因,然后对症下药。例如在当前价值多元化的时代里,许多大学生因为价值观的问题陷入迷茫甚至对生活失去信心,有一种无力感,自己理想的社会和现实的社会完全不能融

合,于是高校的抑郁现象、自杀现象等此起彼伏。对于这些学生我们不能仅仅把他们的问题归为思想问题,认为这个是思想政治教育工作者的任务,而是应该透过这些现象看到引起学生产生这些问题的更深层的原因,及他们的个性心理因素在他们的成长过程中也起着非常重要的作用。对于大学生的这些常见的问题,我们应该学会找准造成他们困惑的具体原因,有时候经常需要将思想政治教育和心理健康教育两者结合起来,充分发挥两者各自的特点和优势来对学生进行辅导,从而更好地帮助学生实现健康发展。

(3) 两者相互促进

心理是思想形成的基础,人们对客观现实首先是一种感性认识,然后进行思维的加工以后才能形成理性认识。而思想就属于理性认识,具有一定的稳定性,并且经常以世界观、人生观、价值观等表示出来,所以心理是思想的基础,而一定的思想又反过来对心理进行调节和影响。利用思想政治教育可以引导学生确立科学的世界观和方法论,提高他们的思想水平和道德素质,从而产生健康的心理状态。而心理健康教育以其特有的教育方式和教育内容给思想政治教育注入了新的活力。因此我们应该从学生的心理特点入手,借助心理学,教育学的相关规律,根据人的心理特点对其进行思想政治教育。

(二) 心理健康教育对高校思想政治教育适用性价值研究

心理健康教育作为一门专门的学科,经过一百多年的发展,对高校思想政治教育在许多方面有借鉴意义。关于将心理健康教育融入到高校思想政治教育的价值研究比较多,有学者从思想品德结构的系统构成分析,认为心理健康教育能充实高校思想政治教育的内容,同时借助心理规律来提高思想品德。部分学者从大学生心理健康教育和思想政治教育的现状分析,认为目前国内高校的教学环境对心理健康教育忽视,同时由于思想政治教育的对人文理念的淡化,如果两者结合,可以同时很好地改变高校心理健康教育和思想政治教育的现状。部分学者分别从心理健康教育对高校思想政治教育的影响分析,将心理健康教育融入到高校思想政治教育中对于思想政治教育学科化的发展具有重大作用。还有部分学者将心理健康教育融入到高校思想政治教育理解为把心理咨询融入到高校思想政治教育,因此在价值的分析上也产生了分差。笔者结合前人的价值分析,基于两者关系的基础上,从高校思想政治教育面临的新困境出发,以心理健康教育的优势为切入点,在内涵,预见性,科学化等方面阐述心理健康教育对于高校思想政治教育的适用性。

五、国内外研究成果及评价

目前,国外高校学生的思想教育中对心理咨询的研究要比国内发展的更加迅速,心理咨询的研究最早出现在 20 世纪初的美国,咨询的重点是发展的问题,在第二次世界大战后在美国的学校兴起,这时的心理辅导内容不仅限于职业和适应性问题,而且对个人全面发展问题给予了更多的关注。国外的研究学者在思想教育的基础上把心理咨询分为几个系统,不管是在研究咨询的内容上、形式上还是方向等研究都体现出了人本化、科学化、多样化、系统化等多方位特色。从检索的文献上看,国外研究学者主要的研究方法,有传统的个体心理咨询与治疗,也有团体辅导、网络辅导、朋辈辅导等。他们主要的研究方向既包括咨询内容研究,也包括心理咨询的特色研究等。咨询内容上的研究包括:心理健康、学习咨询、职业咨询。在研究特色上主要有人本化、科学化、多样化、

系统化等。

在美国高校的教育中,心理咨询应用的最普遍形式就是开展朋辈咨询,这种咨询形式已经遍布全国中小学和大学,同时也采取团体咨询和治疗,这其中以分小组治疗的方式最为普遍,如一般性心理治疗小组、留学生小组、女性心理小组、压力管理和放松小组、学会成长—心灵生活小组,等等。英国高校的心理咨询通过关注学生的心理发展为其完成学业创造良好的心理环境,促进学生的成长和发展。德国高校心理咨询的方法大都采取单独谈话、团体咨询辅导、讲座、网络咨询等方式,采用的基本治疗方法包括认知行为疗法、精神分析法、系统疗法等。

在国内,关于心理咨询的研究最早获得重视和发展的是我国的高等院校,与之而来的是国内学者对高校心理咨询的研究以及在高校思想政治教育下的研究。1982年,北京师范大学率先成立心理测量与咨询服务中心,开展心理健康教育,1984年,北京大学建立了心理健康咨询室,1986年,华东师范大学成立了学生问题咨询所等。从检索的文献上看,国内学者对心理咨询的研究方法主要是文献研究法和问卷调查法。采用这些主要研究方法的学者有:何一成,米亚岚在《高校学生思想政治教育中的心理咨询现状分析》,通过部分高校学生问卷调查为例进行研究,寻找出心理咨询在高校思想政治教育中的瓶颈和出路,他们认为高校心理健康咨询机构在思想政治教育的视野下,需要积极探索高校学生心理健康教育的理念、目标、手段和途径。张跻婷《高校思想政治教育与心理咨询的关系探析》中收集了26篇文献,她对高校思想政治教育与心理咨询的关系进行研究,分别从两者的差异性与统一性上加以论述,她认为正确的认识与处理二者关系和协调发展以及充分发挥各自在促进人的全面发展中的作用具有重要意义。聂万勇、裴秋宇、秦瑛在《我国大学生心理健康及高校心理咨询状况调查研究》通过对黑龙江省某职业技术学院某年级学生采用用SCL-90作为测量工具,测试对象采取分层抽样的办法,根据调查问卷结果反映出学生中所存在的心理问题,从而反映出高校心理咨询工作所存在的问题与不足等,主要表现在心理咨询机构的设置不均匀,心理咨询人员严重短缺以及心理咨询内容不合理。通过查阅近几年国内公开发表的关于高校心理咨询的论文成果,结果发现,在中国知网关于研究高校思想政治教育与心理咨询两者融合的文章大部分集中在高校思想政治教育与心理咨询两者关系的研究、高校思想政治教育中心理咨询的功能研究、心理咨询路径以及我国高校心理咨询中某些具体的专门问题等。还有文献涉及大学生发展性心理咨询及障碍性心理咨询的研究问题,网络环境下的心理咨询问题等方面。

第二节 高校学生心理健康教育解读

一、心理健康教育的科学内涵

健康是人类赖以生存和发展的条件之一,它是人们最珍惜的权利和最基本的生活需要,没有健康,更谈不上所谓的物质文明和精神文明。所以马克思提出把健康作为人的第一权利,作为一切人类生存的第一前提。健康是每个人都渴望拥有的,只有拥有健康才能从事其他的活动。但是并非每个人对健康都有着正确和全面的认识。大多数人都以

为没有疾病就是健康，这种想法是不全面和不科学的。那么，到底什么才是健康呢，一个人怎样才算得上是健康呢？世界卫生组织给健康下的定义为：健康不仅是没有疾病和虚弱现象，而且是一种个体在生理上、心理上、社会上完全安好的状态。从世界卫生组织对健康的定义中我们可以看出，它与我们传统理解的健康是有区别的。可以看出，健康它包括三个方面，身体健康、心理健康以及具有社会适应能力。这是健康概念的精髓。关于身体健康，医学上对它的认识是比较客观的，即身体上没有缺陷和疾病，机体机能完好。那么，心理健康作为健康的重要组成部分，作为现代人的健康不可分割的重要方面，什么是人的心理健康呢？

关于心理健康的含义，可谓众说纷纭，既丰富又模糊，国内外学者对它有不同的理解和定义。关于心理健康存在一些不同的观点，比如弗洛伊德的精神分析学说的心理健康观、坎布斯的人格健全的心理健康观、以马斯洛和罗杰斯为代表的人本主义心理学的心理健康观以及华生的行为主义心理学的心理健康观等等。国内外很多学者和专家也都认同心理健康的复杂性，所以，迄今为止，对于心理健康的涵义也没有一个统一的概念。广义上的心理健康是指一种高效而满意的、持续的心理状态。狭义上的心理健康是指人的基本心理活动的过程内容完整协调一致，即认知、情感、意志、行为、人格完整和协调。基于以上观点，我们认为心理健康是指个体在适应环境的过程中，生理、心理和社会性达到协调一致，保持一种良好的心理功能状态。它既包括要能适应环境，包括自然环境和社会环境，与周围环境保持协调，还要具有高尚的人格本质，成熟的心理行为，使心理活动达到一种良好的功能状态。心理健康作为健康的一个重要方面，已成为现代健康概念中一个不可缺少的部分。心理健康是现代人才的必备条性和基本要求，所以，心理健康对人的发展具有重要的意义和作用。首先，它是身体健康的保证。身体健康和心理健康是密切相关的。身体是革命的本钱，也是心理健康的基础，反过来，心理的健康也能促进身体的健康。有调查表明，良好的情绪和积极的心态能促进人的身体健康。相信这点在我们的日常生活中也能感受得到。如果长期压抑、抑郁、心情低落、忧愁、失望等，长期有这种比较低落的情绪的时候，容易导致一些生理疾病，如头痛、失眠等。如果能够经常保持心情的舒畅和愉快，能够适时的调整自己的不良情绪，会更加保持身体的健康，即使身体上有一些小疾病，这样积极乐观的心态也会做到有病早除的效果。再次，心理健康是社会成员全面发展的基本要求。一个人只有心理健康，具备良好的心理素质，他才能充分地发挥其智力水平，发挥自己的潜能，锻炼自己的能力，勇于面对困难和挫折，健全其人格，才能积极的从事社会活动，并不断的追求更高更好的发展。最后，心理健康有利于营造和谐的人际氛围，可以更好地促进与人的沟通和交流。心理健康的人往往具备良好的品德修养，这样的人愿意与人交往，而且能用尊重、宽容、理解和友好的态度对待身边的家人和朋友，具备协调良好的人际关系的能力。即使在面对环境变化的时候，面对挫折和失败的时候，心理健康的人也能够及时地进行自我调整，自我完善，开拓新的生活空间，建立新的友谊和新的人际关系。人际关系的情况是人的心理健康情况最直接的反映。

二、高校心理健康教育的解读

1、高校心理健康教育的目的

由于高校大学生面临的社会环境和竞争日益纷繁复杂,他们面临的学习、就业、情感等方面的压力越来越大,不可避免地会多多少少的产生一些心理问题,比如人际关系不良、社会适应能力差、心理障碍,这些心理问题需要及时的疏导和调节。“国内大量的研究也表明,在大学生中,有将近 20%的学生存在着不同程度的心理问题。”大学生的心理健康不仅对自己的健康成长有重要的影响,对我们整个民族素质的提高也有关键的作用。所以,高校的大学生存在的一些心理问题必须引起足够的重视和关注。

基于这种现状,我们有必要在高校中对大学生进行系统的心理教育。通过对大学生进行心理健康教育,促进其心理的成熟,健全其个性和品格,同时防患于未然,使其做好必要的心理准备。总之,高校的心理健康教育的目的在于通过对大学生进行系统的心理健康教育,提高大学生应对挫折和困难的能力,建立和谐的人际关系,健全的大学生人格,提高大学生的心理素质,培养大学生良好的社会适应能力和优秀心理品质,从而促进大学生的全面发展。

2、高校心理健康教育的内容

对大学生进行心理健康教育,我们首先必须了解大学生的心理特点和现状,根据当代大学生存在的主要心理问题和心理困惑,并结合大学教育的实际,来探讨心理健康教育的内容。高校心理健康教育的内容主要包括以下方面:第一,普及心理健康的有关知识,了解心理健康对自身成才的重要影响,以及对精神文明和社会发展的意义;“能够识别心理异常现象并能用科学和谨慎的态度对待各种心理现象和心理问题,树立心理健康的意识。”第二,情绪稳定和意志品质教育。对大学生进行情绪和意志等心理知识,使大学生了解人的情绪的特点和意志品质在成才中的重要作用,从而深入的了解自己的情绪变化特点及自身意志品质的弱点,进而掌握维护心理健康和调控自我情绪的方法,培养自己坚忍不拔、自制性的心理品质和提高自我调节和约束的能力。第三,挫折与人际交往教育。大学生应对挫折的能力,锤炼优良的品质;向大学生进行人际交往的心理知识,并指导大学生学习一些交往的方法和技能,使大学生掌握交往的基本原则,提高交往能。大学生通过对挫折心理的学习,了解挫折的心理反应,从而提高大学力并建立和优化人际关系。第四,介绍增进心理健康的方法,引导大学生学习初步的心理咨询知识和心理求助的基本方式,使大学生认识到自身心理变化的一些特点,掌握科学的学习方法,优化自己的学习心理和学习过程,自觉的开发智力潜能,达到良好的学习适应能力和适应社会的能力,促进心理的健康发展。

3、高校心理健康教育的意义

高校心理健康教育是以提高大学生的心理素质和心理品质,促进大学生的全面发展为目的的教育活动,所以,高校的心理健康教育对大学生的成长意义是广泛且普遍的。具体来说,高校心理健康教育的意义主要有以下方面:第一,高校进行的心理健康教育是开发大学生潜能的可靠途径。“教育的目的之一就是要开发受教育者的潜能,调动其积极性和主动性,并为其能力的发挥提供一个稳定有利的环境”,学生的心理素质和其潜能的开发是相互促进、互为前提的,那么心理健康教育则是二者协调发展的桥梁。

通过对大学生进行心理健康的教育,健全大学生的个性和人格,提高大学生各方面的适应能力,就能提高大学生的自信心,帮助大学生在更高更好的层次上认识自我,实现角色的转换,最终使各方面潜能得到充分的发展。而大学生潜能越能进一步发掘,则

更能促进大学生心理素质和品质的提高。第二,开展心理健康教育是提高大学生心理素质和思想的重要条件。心理健康教育是德育的基础,对大学生开展心理健康教育活动,使其心理处于健康、正常的状态,有助于提高大学生的自强和自律的优秀品质,也有助于大学生形成良好的道德品质,并为德育工作的开展创造和谐和融洽的良好心理氛围,从而使大学生能够更好的接受德育的要求和教育并主动的内化为自己的认知,外化为自己的行为。可见,心理健康教育活动对大学生的思想和品德的训练起到了积极的建设和促进作用。第三,开展心理健康教育,可以提高大学生的心理素质和自我修养,这样一来有利于社会主义的精神文明建设。大学生是祖国的未来和希望,是社会的主要建设者。高等学校作为培养现代化建设人才的主要场所和阵地,在高校中开展心理健康教育活动,有助于使大学生形成积极向上的心理,有利于塑造大学生良好的个性和品质,形成崇高的理想,坚定的信念,和谐的人际关系,改善大学生的心理面貌,提高大学生的自我修养,这些都有利于调动大学生的积极性和创造性,从而推动社会经济和文化的进步,促进社会主义精神文明的建设。

第三节 高校思想政治教育与高校心理健康教育的关系

当前,素质教育是我国教育界一个十分重要的话题,实施素质教育的重要性已为越来越被更多的人认识和重视。心理健康教育和思想政治教育作为素质教育的重要组成部分,是提高学生素质的两种主要途径。高校的政治教育立足于解决大学生的思想和道德问题,高校的心理健康教育则立足解决大学生的心理问题,二者是有着明显的区别的。但同时二者在总目标上是一致的,都是要培养“四有”新人,提高学生的综合素质,促进大学生的全面发展。所以二者之间又存在着十分密切的联系。一方面,思想政治教育是心理健康教育的基础;另一方面,良好的心理状态也是接受思想政治教育的前提。

(一) 二者的主要区别

1、理论基础和研究对象不同

毋庸置疑,思想政治教育和心理健康教育作为两种不同的教育活动和模式,它们有着各自的理论基础和不同的研究对象。思想政治教育是以马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和科学发展观为指导,着眼于大学生的政治思想层面,重在育“德”,主要解决大学生的人生观、世界观、价值观和道德观等问题,逐步提高大学生的政治觉悟和道德素质的一种活动。“思想政治教育的研究对象是全社会所有成员,特别是青少年。”

“心理健康教育是教育者为了促进人们心理健康和健全人格,运用以心理学和教育学为主的多学科的相关知识、理论和技术,有计划有目的地施加心理领域的一种教育活动。”心理健康教育是以人本主义、精神分析、行为主义和认知主义等心理学流派为理论基础的,研究的对象主要是人的一些心理现象,它侧重于学生的心理层面,遵循学生心理的发展规律,培养学生良好的心理素质,关注人格的发展和完善以及潜能的开发,重在育“心”。心理健康教育的出发点不是着眼于社会需要,而是人本需要,侧重于从个人发展的层面上提高人的心理素质。它本身不像思想政治教育一样,它不具有明确的阶级性,价值取向保持中立,其立足于对个体的心理及其与环境等的关系变化、规律的把握。

2、工作方法不同

“方法是主体在认识和改造世界的过程中，为完成一定任务，达到一定目的，所采取的方式和手段的总和。”“高校进行思想政治教育与健康心理教育有着不同的方法和方式。高校的思想政治教育通常是以课堂讲授、讨论座谈、参观、访问等公开的集体形式进行，方法多为经验的一些总结，缺乏扎实的理论背景和系统的步骤。”心理健康教育的方法则主要有心理测验、心理咨询、角色扮演、精神分析、个别会谈、心理调查等等。另外，思想政治教育具有自上而下的灌输性，它主要采取教师在课堂上施教的形式，以政治理论教育和政治宣传为主，并且具有公开性的特点，它取得的效果与学生的接受态度是密切相关的。“心理健康教育更多地注重的是学生的主动和自愿，反对强制和灌输，运用心理学的相关知识，主要围绕人的心理困扰和心理障碍开展工作。”由于心理健康的咨询多数涉及心理困惑和个人隐私等问题，不便在大庭广众之下进行，所以它经常采取个别交谈的方式，具有严密的保密性，但也不乏对具有相同心理问题的人采用团体咨询的方式。由于大多是咨询对象本人自愿到心理咨询机构寻求帮助，加上心理咨询的方法相对比较容易接受，而且咨询对象本人一般都能主动的配合心理医生和心理教师，所以大多能产生较好的医治效果。

3、工作内容不同

思想政治教育与政治学及伦理学密切相关，它主要立足于解放思想和道德修养等方面问题，运用辩证唯物主义的一些基本原理和当前的形势与政策对学生进行政治和道德方面的教育。由于思想政治教育的内容具有鲜明的时代性，在不同历史时期强调不同的内容，要根据不同时期的不同要求，对学生的具体情况进行有的放矢的思想政治教育活动。“思想政治教育包括的主要内容有：世界观、人生观、价值观教育；爱国主义、集体主义、社会主义教育；社会公德、职业道德、家庭美德教育；坚持集体主义价值导向的教育等等。”它力图使学生辨别是非和善恶，追求高尚的思想和品行。思想政治教育所肯定的是社会和集体利益，倾向于社会本位的价值取向。心理健康教育是以心理学的有关基本理论为基础，与心理学与社会医学相联系，“心理健康教育解决的是心理问题和心理障碍等方面的问题，它只存在健康与否、正常与否的问题，以健全受教育者的心智为宗旨。”心理健康教育的工作内容要比思想政治教育的工作内容范围更为宽泛，它包括各种心理问题的咨询，比如学习、生活、工作、恋爱、人际关系等等；各种心理障碍，心理危机干预、心理调节等等，从而强化大学生的自知、自律、自控能力，提高其良好的自我意识。心理健康教育充分尊重和理解学生的人生观和价值观，它所肯定的主要是个人价值，倾向于个人本位的价值取向。

（二）二者的内在联系

1、有共同的人才培养目标

我们知道，思想政治教育与健康心理教育都是素质教育的重要组成部分，两种教育的对象都是人，都是为了提高人的全面素质和促进人的全面发展而服务的。二者都是通过帮助学生解决认知和情感等方面的问题，来提高学生的素质和适应能力，都是要培养全面发展的“四有”人才，为社会主义的建设服务。高校的思想政治教育是教育者对大学生施加有计划和有组织的影响，通过不同的方式与途径，开展一系列的政治教育实践活动，使他们树立崇高的理想和伟大的信念，培养为社会主义建设服务的人才。心理健