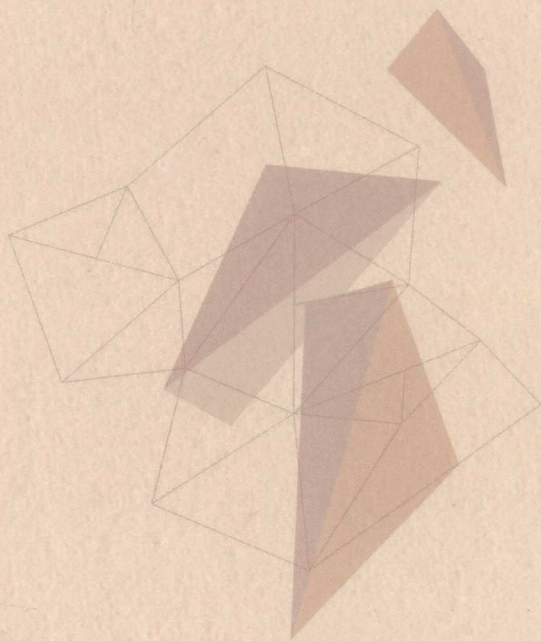



浙江省哲学社会科学规划课题成果

高校心理健康教育 与思想政治教育结合30年的研究

马建青◎著



 ZHEJIANG UNIVERSITY PRESS
浙江大学出版社

浙江省哲学社会科学规划课题（07CGKS004YBG）结题成果

教育部人文社会科学规划课题（16YJA710017）阶段性成果

高校心理健康教育 与思想政治教育结合30年的研究

马建青◎著



图书在版编目 (CIP) 数据

高校心理健康教育与思想政治教育结合 30 年的研究 /
马建青著. —杭州:浙江大学出版社, 2017. 12

ISBN 978-7-308-17768-9

I. ①高… II. ①马… III. ①高等学校—心理健康—
健康教育—研究—中国②高等学校—思想政治教育—研究
—中国 IV. ①G444②G641

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 326377 号

高校心理健康教育与思想政治教育结合 30 年的研究

马建青 著

-
- 责任编辑 陈佩钰
责任校对 杨利军 张培洁
封面设计 项梦怡
出版发行 浙江大学出版社
(杭州天目山路 148 号 邮政编码 310007)
(网址: <http://www.zjupress.com>)
排 版 浙江时代出版服务有限公司
印 刷 虎彩印艺股份有限公司
开 本 710mm×1000mm 1/16
印 张 25.25
字 数 335 千
版 次 2017 年 12 月第 1 版 2017 年 12 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-308-17768-9
定 价 69.00 元
-

版权所有 翻印必究 印装差错 负责调换

浙江大学出版社市场运营中心联系方式: 0571-88925591; <http://zjdxcbcs.tmall.com>

目 录

绪 论 卅年的探索:责任、使命、事业、情怀、乐趣	(1)
一、探索两者结合的缘起:几件学生咨询的往事	(1)
(一)“我的头怎么也转不过去”	(1)
(二)“大家都在议论我”	(4)
(三)“我是班上最笨的人”	(4)
二、初步探索心理咨询与思想政治教育的关系	(5)
(一)上海交通大学研讨会上的报告	(6)
(二)北京师范大学研讨会上的报告	(10)
(三)清华大学研讨会上的报告	(11)
三、系统探索心理健康教育与思想政治教育的结合	(13)
(一)国家社科基金课题阶段性成果自序	(14)
(二)海外大学生心理咨询状况的梳理	(16)
(三)加强浙江高校心理咨询与思想政治教育结合的建议	(17)
(四)我国高校心理咨询发展现状的调查分析	(19)
(五)“第五次德育教育国际交流会”上的发言	(20)
(六)南开大学研讨会上的发言	(21)

(七)不同背景的咨询师对心理咨询与思想政治教育关系 看法的调查	(22)
(八)思想政治工作者从事心理咨询的利弊分析	(23)
(九)心理咨询与思想政治教育结合的前景分析	(24)
(十)我国学校心理咨询基本模式的提出	(25)
(十一)国家社科课题结题成果简介	(27)
(十二)博士论文摘要	(32)
(十三)西安交通大学研讨会上的报告	(34)
四、早期三本书中提出的心理健康教育新理念	(35)
(一)《心理卫生学》与心理卫生“三级功能”	(36)
(二)《辅导人生——心理咨询师》与发展性咨询的观点	(38)
(三)《大学生心理卫生》与大学生心理健康课的建设	(39)
五、与思想政治教育相关的大学生心理健康问题的探讨	(40)
(一)大学生自杀行为及其心理危机干预研究	(41)
(二)大学生性心理行为问题研究	(43)
(三)大学生其他心理健康问题研究	(45)
六、心理健康教育与思想政治教育结合的实践探索	(46)
(一)浙江大学“211”评估检查汇报材料	(46)
(二)大学生心理健康课程的开创与建设	(47)
(三)心理健康教育“三级网络”的提出与建设	(50)
第一章 结合的提出:两者发展面临的挑战与机遇	(57)
一、心理咨询的兴起与发展	(58)
(一)西方心理咨询的发展	(58)
(二)中国心理咨询的发展	(62)
二、海外高校心理咨询工作的特点	(67)
(一)美国大学心理咨询概况	(68)
(二)日本大学心理咨询概况	(73)

(三)英国大学心理咨询概况	(76)
(四)德国大学心理咨询概况	(78)
(五)法国大学心理咨询概况	(79)
(六)加拿大大学心理咨询概况	(79)
(七)俄罗斯大学心理咨询概况	(81)
(八)我国台湾地区大学心理咨询概况	(82)
(九)我国香港地区大学心理咨询概况	(85)
三、我国高校心理健康教育 30 年发展的历程	(89)
(一)我国高校心理健康教育发展的影响因素	(89)
(二)我国高校心理健康教育发展的阶段	(93)
(三)我国高校心理健康教育带来的影响和贡献	(95)
四、高校心理健康教育与思想政治教育关系探讨的历程与方法论	(98)
(一)两者关系探讨的三种代表性观点	(98)
(二)两者关系探讨的三个阶段	(98)
(三)两者关系探讨的方法论问题	(99)
第二章 结合的基础:两者的内在关系	(102)
一、思想与心理、思想品德问题与心理健康问题的关系	(102)
(一)心理与思想的关系	(103)
(二)心理健康问题与思想品德问题的关系	(105)
(三)不同背景的人对两者关系有不完全相同的理解	(110)
二、两者目标的异同	(111)
(一)心理健康教育目标与思想政治教育目标	(112)
(二)两者具体目标与终极目标的分析	(113)
(三)两者目标异同的启示	(116)
三、两者功能的异同	(118)
(一)思想政治教育的社会性功能与个体性功能	(118)

(二)心理健康教育的个体性功能·····	(127)
(三)两者个体性功能与社会性功能的相互启发·····	(129)
四、两者内容的异同·····	(131)
(一)心理健康教育内容解析·····	(132)
(二)发展性咨询与障碍性咨询的区别·····	(137)
(三)思想政治教育引入了心理健康教育内容·····	(141)
(四)心理健康教育对思想政治教育其他内容的影响·····	(145)
(五)全面看待两者内容的异同·····	(147)
五、两者原则的异同·····	(149)
(一)心理健康教育原则的基本内容·····	(149)
(二)思想政治教育原则的基本内容·····	(151)
(三)两者导向性差异的分析·····	(152)
(四)两者保密性差异的分析·····	(158)
六、两者方法的异同·····	(163)
(一)两者在一般方法与具体方法上的异同·····	(163)
(二)关于灌输的争议·····	(164)
(三)认知疗法与说理教育法的比较·····	(181)
(四)模仿学习法与榜样示范法的比较·····	(183)
七、心理健康教育与思想政治教育关系的再认识·····	(185)
(一)心理健康教育中的一部分可以成为思想政治教育的 一部分·····	(186)
(二)两者有区别有联系,可以相互借鉴·····	(187)
八、访谈资料 1:心理健康教育与思想政治教育的关系·····	(188)
第三章 结合的论证:两者结合的条件·····	(195)
一、高校心理健康教育与思想政治教育结合的必要性·····	(195)
(一)大学生成长的客观要求·····	(196)
(二)高等教育改革和思想政治教育发展的需要·····	(198)

(三)心理健康教育发展的需要	(198)
二、高校心理健康教育与思想政治教育结合的可能性	(199)
(一)理论研究显示两者结合有内在依据	(199)
(二)实践表明两者结合利大于弊	(202)
(三)党和政府大力倡导两者结合	(204)
三、高校思想政治工作者从事心理健康教育的利弊分析	(208)
(一)思政人员从事心理工作的优势所在	(209)
(二)思政人员从事心理工作的不足之处	(211)
四、访谈资料 2:不同人群从事心理健康教育的利弊	(217)
第四章 结合的过程:两者相互影响及其得失	(227)
一、高校心理健康教育与思想政治教育的结合在探索中前进	(227)
二、高校心理健康教育对思想政治教育的影响	(228)
(一)高校心理健康教育对思想政治教育积极影响的分析	(229)
(二)实证调查揭示心理健康教育对思想政治教育的影响	(237)
(三)学习心理健康理论与方法前后的比较	(241)
(四)在理解心理健康教育对思想政治教育价值时需要注意 的问题	(244)
三、高校思想政治教育对心理健康教育的影响	(247)
(一)思想政治教育为心理健康教育发展提供了资源支持	(248)
(二)思想政治教育为心理健康教育发展提供了智力支持	(250)
(三)思想政治教育对心理健康教育专业属性的重视亟待加强	(255)
四、访谈资料 3:心理健康教育与思想政治教育的相互影响	(258)
第五章 结合的产物:中国特色高校心理健康教育模式	(264)
一、中国特色高校心理健康教育模式的特点	(265)
(一)高校心理健康教育是学校教育的一部分	(265)

(二)高校心理健康教育与思想政治教育密切相关·····	(266)
(三)高校心理健康教育要面向全体师生员工·····	(266)
(四)高校心理健康教育应以发展性内容为重点·····	(267)
(五)高校心理健康教育应强调教育途径多样化·····	(268)
(六)高校心理健康教育应有引导性而非价值中立·····	(269)
二、心理健康教育与思想政治教育结合点的选择·····	(269)
(一)两者结合点选取的原则和方法·····	(270)
(二)两者结合的若干结合点·····	(270)
三、促进心理健康教育与思想政治教育结合的对策思路·····	(275)
(一)构建心理健康教育与思想政治教育结合的组织机制·····	(275)
(二)心理健康教育渗透到思想政治工作的方方面面·····	(275)
(三)加强心理健康教育与思想政治教育理论和方法的培训 ·····	(276)
(四)促进心理健康教育与思想政治教育内在的结合·····	(277)
(五)实现心理健康与心灵高尚的内在统一·····	(278)
四、高校心理健康教育与思想政治教育相结合的典型案例·····	(279)
(一)清华大学依托高水平专家队伍,发挥双肩挑制度优势·····	(280)
(二)浙江大学思想政治教育团体辅导的探索与成果·····	(283)
(三)复旦大学家庭经济困难学生的成才促进工作模式·····	(284)
(四)中国科学技术大学实施学生工作队伍心理知识和技能 系统培训·····	(287)
(五)上海交通大学研究生体验式培训·····	(289)
(六)西安交通大学的“知心工程”·····	(292)
(七)哈尔滨工业大学体验式团体沙盘心理技术在思政工作中 的应用·····	(294)
(八)吉林大学着力构建大学生心理健康教育课程主渠道教育 模式·····	(299)
(九)北京航空航天大学坚持心理健康教育与思想政治教育	

有机整合	(301)
(十) 同济大学心理与思政互相融合相得益彰	(304)
(十一) 南开大学心育主题活动助思政促成长	(307)
(十二) 西南交通大学创建辅导员参与心理健康教育工作模式	(309)
(十三) 华侨大学心理与思政“双向型”专业人才培养和使用	(312)
(十四) 辽宁工业大学心理健康教育与思想政治教育相结合	(314)
(十五) 江苏农林职业技术学院心理与思政结合效果显著	(315)
(十六) 浙江工商大学二级学院心理辅导站开展特色工作	(317)
(十七) 温州医科大学生命教育在思想政治工作中的延展	(319)
(十八) 杭州电子科技大学“两育”结合,探索高素质人才培养 路径	(322)
(十九) 浙江农林大学学院心理健康辅导站建设的经验	(324)
(二十) 杭州师范大学“积极心理品质”主题班会	(327)
(二十一) 温州大学融积极心理健康教育于思政工作中	(329)
(二十二) 金华职业技术学院建立“全员联动”筛查育人模式	(331)
结束语 结合的前景:任重道远 前途光明	(334)
一、两者结合喜忧同在	(334)
(一) 两者结合意义重大、前途乐观	(335)
(二) 两者结合难度客观存在	(335)
二、两者结合应规避之处	(336)
(一) 行政化色彩过重	(336)
(二) 当作应付的任务	(337)
(三) 非专业化的行为	(337)

(四)软件建设跟不上·····	(338)
三、两者结合的未来展望·····	(339)
(一)心理健康教育短时间内难以独立于思政·····	(339)
(二)心理健康教育始终将与思政工作相伴随·····	(340)
四、访谈资料 4:心理健康教育与思想政治教育结合的前景·····	(341)
参考文献·····	(353)
附录 关于心理健康教育与思想政治教育关系的调查数据·····	(374)
后记·····	(391)

绪论 卅年的探索： 责任、使命、事业、情怀、乐趣

如果说心理咨询、心理健康教育在我国尤其是高校的发展有其深刻的背景,那么我从事心理咨询,并开展心理咨询、心理健康教育与思想政治教育关系的研究和两者结合的实践也不是偶然的。30年前,我提出了心理咨询与思想政治教育关系这个命题。30年来,我一直致力于此问题的研究,不仅在理论上努力探索两者的关系以及实现两者结合的必要性、可行性,进行结合点的选择、两者结合的利弊分析等,而且在实践中身体力行,努力促进两者的科学结合。

一、探索两者结合的缘起:几件学生咨询的往事

有几件事对我从事心理咨询以及探索心理咨询与思想政治教育的关系问题产生了重要的影响。

(一)“我的头怎么也转不过去”

1982年,我大学毕业留校,在浙江大学从事辅导员工作。一天上午,

我的一个学生去邮局发信，途中经过我的宿舍，便来到我的房间。当时我正在备课，我问他怎么没去上课，他说自己身体不舒服。因为我备课还剩最后一点内容，我就让他先坐一下。然而，这期间所出现的那种沉默让我有一种隐隐的不安感，我的第六感官下意识地产生了作用。我看见他手上拿了一封信，于是我对他说：“你的信我能否看一下？”他犹豫了一会儿，想了想，点点头。我拆开那封已粘好邮票、封好口子的信，信是写给他父母的。第一句话就是：“这是我最后一次给您们写信了。”一看到这句话，我的头一下子就大了，我努力使自己镇静下来，把这封杂乱无章的信看完了。信写得很乱，写了三大张练习本的纸，正反面都有，而且是不同时间写的。信中他写道，“……我一直在考虑怎么样死比较好……”“……我也知道只要我回过头去就是光明，可我的头怎么也转不过去……”

我马上放下手中的笔，做开导他的工作。我与他谈人生，谈如何克服挫折，谈如何学习、人际交往，等等。我说了很多之后，我问他：“你明白了吗？”他愣了愣，说我不清楚你说了些什么（许多时候，我们总认为自己懂的东西，说给别人听了，别人就会懂，就该懂，于是做人的工作、思想教育的任务就变成了把道理说给对方听，说完就完了，或让对方自己去“想一想”，这在现实中是常见的）。我当时就觉得道理并不复杂，人活着就有挫折，有挫折就该战胜它，战胜了你就前进了。然而在我看来很容易明白的道理，他不一定就懂，或者说，即使他平时懂的，在陷入误区时，他也会“一叶障目，不见泰山”。

我把道理又非常耐心地讲了一遍又一遍，他有点听进去了，表示不再去死了。我当时很高兴。为了谨慎，我还是对他说，不管你发生什么事，你都不要采取什么行动，你可以马上来找我。中午，他又来了，面对现实困难，他又钻进死胡同里了。于是，我又非常耐心地给他讲了很多道理。从做思想工作的角度来说，我讲的这些道理是正确的，我的态度是无可挑剔的。从我这里离开时，他的情绪有所调整。可傍晚时，他又进入了误区。如此反复有几日，我变得越来越束手无策，可谓“黔驴技穷”。别的老师也无能为力。我不断地找书，想寻找解决的良策。说实在的，许多书讲

得太原则，太脱离实际。最后我在一本书上看到这么一句话，大意是，当一个人把最坏的结局想明白的时候，也许会发现事情并没有像自己想的那么可怕，害怕比害怕的事情本身更可怕。顿时，我有豁然开朗的感觉。

当那位学生低着头又一次挣扎在死亡线上时，我问他：“你到底害怕什么？”我说，像你这样的情况，最坏的结果就是退学。退学有什么了不起？社会上那么多人没考上大学照样不是活得好好的吗？何况，你现在在最坏的结果不过是休学，我们学校每年都有不少人休学，有什么好害怕的？干什么要死要活的？我反复地说着这句话，终于他发现自己的问题并不像所害怕的那样令人恐惧，最坏的结局不过如此，而在此前，他一直被自己的状况糟糕透顶的想法所控制，无法摆脱。直到此时此刻，他才从如梦初醒，终于从死亡的边缘上回来了。

在我从事心理咨询以后，我才明白那时我用的方法是心理咨询的方法，而起初我一直在用传统的思想教育方法说道理。并非我说的这些话不对、没道理，而是对于此时此刻的他来说，可谓是“远水救不了近渴”，我的话于他是隔靴搔痒，缺乏针对性。

这件事给我以很大的启发。我从小对心理学感兴趣，记得中学时市场上根本就没有心理学书籍，我从同学手上借到 20 世纪 50 年代翻译出版的苏联心理学家写的普通心理学教材，如饥似渴地阅读，还手抄了不少内容。学生工作的需要让我开始把心理学与思想政治教育、辅导员工作结合起来。也就在那时，我接触了弗洛伊德的精神分析理论。当时国内还没有弗洛伊德的著作译本，我是从《朱光潜美学文集（一）》上读到朱先生 20 世纪 30 年代在国外写就的《变态心理学纲要》一书的，此书对弗洛伊德的精神分析作了较多的介绍。我当时读后非常兴奋。弗氏理论为我深入地认识人的心理，尤其是深层心理、潜意识提供了一种新的思想和方法。我就是从那时开始了解心理咨询（西方式的、言语式的心理咨询），并对心理咨询产生浓厚兴趣的，那是 1983 年前后。此时，国内的心理咨询还处于萌芽状态。

之后，我开始有意识地学习心理咨询的理论和方法，并把它运用于解

决学生的苦恼、困惑和各种现实问题中,效果颇好。我发现学生的不少问题,从思想教育的角度去分析、解决与从心理咨询的角度去认识、辅导,其效果是有差异的,有时甚至是完全不同的结果。

(二)“大家都在议论我”

记得 1985 年的夏天,我当时在浙大攻读思想政治教育第二学士学位,某系的党总支副书记(相当于现在学院党委副书记)请我前去为一个学生提供咨询,尽管负责学生工作的老师们做了各种工作,或严厉批评,或耐心劝告,或让其别胡思乱想(“如果乱想,你就背外语单词”),等等,可情况一天不如一天。当我去找该学生时,他已有一星期躲在蚊帐内不下床、不洗脸、不换衣,饭由同学打来,他就在床上吃。他不敢走在路上,因为他走到哪里,都怀疑会有人在议论他、骂他,于是他不得不躲藏起来。我与他交谈了三小时,发现他出现这种行为是源于他一次公交车上的性冲动(夏天公交车上人多拥挤,处于青春期的他产生了生理上的反应并触碰了一个女孩),后来他觉得那个女孩好像是自己院系的某个女生后,十分内疚、自责和害怕,担心被她发现、告诉别人,觉得自己这是“流氓行为”,是“犯罪行为”,而处于高度紧张之中,一周以后竟然压力越来越大,状态越来越糟糕,以至于走在校园内,感觉到仿佛同学们都在对他指指点点,因为害怕后来就不敢再离开寝室了。我运用当时自己已有的心理咨询知识,耐心地对他说他的性冲动是青年人的正常生理反应而不是“流氓行为”和“犯罪行为”,消除了他的心理顾虑和恐慌,同时帮他梳理了这次事件中他的心理发展过程,理清了他的思路,他如释重负。交谈后的第二天他终于走出了蚊帐,开始了正常的学习生活。这个案例的解决也受到了周围老师们的肯定。

(三)“我是班上最笨的人”

1985 年,在我攻读第二学士学位期间,我兼任了混合班(即现在浙大竺可桢学院的前身)班主任。这是由浙大最优秀的学生组成的、进行特殊培养的班级,由于实行“末位淘汰制”,所以学生的压力很大,各种心理问

题都容易出现。我与他们住同一栋楼，交流很多。我在做学生思想工作的同时，有意识地把心理学融入其中，对解决学生的学习、交往、情绪等问题起到了较好的作用。这些都为我后来的工作和研究打下了基础。这些曾经最优秀的学生，面对高手如林的竞争环境，很多人失去了往日的优势，不少人出现了自卑感。我遇到了多位感到“进大学后我变笨了”“我是班上最笨的人”的同学，他们焦虑、紧张、失眠、人际关系失调。我尝试着去接纳他们的情绪，理解他们的处境，帮他们认识到这种心态的合理性和普遍性，同时，充分肯定他们的长处，让他们意识到，自己虽然在这个班里不拔尖，但依然是浙大最优秀的学生，从而树立起自信心和自尊心。不少同学后来回忆说：“正是你的理解、肯定和鼓励，使我坚持到最后。有了这番磨炼，我现在遇到什么困难都不怕了。”我想，由于我接触了心理咨询，所以我面对学生时的态度、我的倾听、我的共情、我的表达就与我刚担任辅导员时的态度和方法有了很大的区别，从而更好地赢得了学生的信赖，也取得了更好的教育效果。这段经历也为我接下来建立浙大心理咨询中心奠定了基础，至少更明确了我的想法。

二、初步探索心理咨询与思想政治教育的关系

我真正开始心理咨询实践和研究是在1987年。从1986年下半年起，在校领导的支持下，我负责筹建浙江大学心理咨询中心，进行心理咨询员培训，开设心理健康选修课。1987年11月，“浙江大学心理咨询中心”正式挂牌面向大学生开展心理咨询服务。浙大心理咨询中心是全国最早建立的学校心理咨询机构之一。从那时起，心理咨询、心理健康教育就成了我事业的重要组成部分，成了我生命的一部分。我当时已有数年的思想工作经验，我所在的工作部门就是德育教研室，因此，从我开展心理咨询工作起，我就比较自觉地开始探索心理咨询与思想政治教育的关系、两者如何结合、心理咨询如何经某种扬弃后运用于思想教育中等问题。

促使我如此思考的另一个重要的背景因素是,心理咨询当时会在高校萌芽、发展,与高校思想政治教育在新形势下面临挑战,需要改革,需要改进和加强直接有关。我始终认为,就总体而言,中国高校心理咨询、心理健康教育是高校思想政治教育的产物(当然,又不仅仅是思想政治教育的产物),它的发展是与思想政治教育的改革和发展联系在一起的。这在中小学也是如此。对此,我将在后面的章节中详细阐述。

(一)上海交通大学研讨会上的报告

1988年6月,在上海交通大学召开了“全国高校咨询教育理论与实践研讨会”,这是我国高校心理咨询发展史上的一次重要会议,也是我国学校心理咨询界的第一次会议。会上,我提交了论文《高校心理咨询的现状特点》^{〔1〕},并作了发言。这是一篇被认为颇有影响的文章。

原因之一,我在文章中较为全面地分析了当时刚刚处于萌芽、起步阶段的高校心理咨询的状况,对高校心理咨询含义的特点、对象的特点、内容的特点、机构的特点、咨询员知识结构要求的特点等作了较深入而又概括的阐述,回答了当时高校心理咨询发展过程中的若干重要问题。此文是我在1986、1987年实地调研北京、天津、上海、西安、山东、广东等地的高校心理咨询工作的基础上,基于我自身的实践和思考,对一些有争议的或急待解决的问题所作的综合分析。这些分析在此后为许多论文所引用和借鉴,在当时对明确高校心理咨询的性质和特点有积极的意义。我认为,该文不仅提出了当时高校心理咨询界十分关心的有关问题,而且做出了自己的分析和思考,为心理咨询成为学校教育的一部分而不是医疗的一部分、为探讨心理咨询与思想教育的关系提供了理论上的支持。比如:

我对心理咨询的含义作了广义和狭义的区别,认为狭义的心理咨询偏重于心理门诊,是对患有一定程度的心理障碍、心理疾病包括心身疾病等的个体的咨询,属障碍性心理咨询,咨询员主要以医务类工作者为主;

〔1〕 马建青. 高校心理咨询的现状特点[J]. 思想教育研究, 1989(4).