

新时代高校心理健康教育：思政育人视角下的心理危机干预模式构建

张存岩

南昌工程学院，中国·江西 南昌 330099

摘要：论文探讨了在思政育人视角下构建高校心理危机干预模式的重要性和方法。论文首先分析了当前高校心理健康教育的发展成就和存在问题，指出了心理危机干预工作的紧迫性。随后，从马克思主义生命观和思政育人理念出发，阐述了心理危机干预的理论基础。在此基础上，论文提出了构建心理危机干预模式的四个关键方面：强化价值引领、深化风险评估、优化干预策略和营造安全文化。强化价值引领旨在彰显干预的意义，培养学生的主体性；深化风险评估强调重新定义风险概念，建立动态评估机制；优化干预策略注重理论与实践相结合，发挥集体力量；营造安全文化则致力于构建全面的预防体系。论文认为，通过这些方面的系统性改进和创新，可以构建一个更加科学、有效的心理健康教育体系，为培养全面发展的新时代大学生提供有力支持。

关键词：高校心理健康教育；思政育人；心理危机干预；马克思主义生命观

Psychological Health Education in Higher Education Institutions in the New Era: Constructing a Psychological Crisis Intervention Model from the Perspective of Ideological and Political Education

Cunyan Zhang

Nanchang Institute of Technology, Nanchang, Jiangxi, 330099, China

Abstract: This paper explores the importance and methods of constructing a psychological crisis intervention model for universities from the perspective of ideological and political education. The paper first analyzes the development achievements and existing problems of mental health education in current universities, and points out the urgency of psychological crisis intervention work. Subsequently, starting from the Marxist concept of life and ideological and political education, the theoretical basis for psychological crisis intervention was elaborated. On this basis, the paper proposes four key aspects for constructing a psychological crisis intervention model: strengthening value guidance, deepening risk assessment, optimizing intervention strategies, and creating a safety culture. Strengthening value guidance aims to demonstrate the significance of intervention and cultivate students' subjectivity; deepening risk assessment emphasizes redefining the concept of risk and establishing a dynamic evaluation mechanism; optimizing intervention strategies emphasizes the combination of theory and practice, and leverages collective strength; creating a safety culture is committed to building a comprehensive prevention system. The paper believes that through systematic improvements and innovations in these areas, a more scientific and effective mental health education system can be constructed, providing strong support for cultivating well-rounded college students in the new era.

Keywords: mental health education in universities; ideological and political education; psychological crisis intervention; Marxist view of life

0 前言

在新时代背景下，大学生作为国家未来的栋梁，其心理健康问题受到社会各界的广泛关注。高校心理健康教育作为提升大学生心理素质、预防心理危机的重要途径，其教育质量和效果直接关系到大学生的健康成长和全面发展。然而，当前高校心理健康教育仍存在诸多问题，如教育内容单一、教育方法落后、教育体系不完善等，这些问题在一定程度上制约了心理健康教育的有效性。根据全国高校心理健

康教育工作专家委员会的调查数据显示，近年来，中国大学生心理健康问题呈现上升趋势。2020年的调查结果表明，约有20%的大学生存在不同程度的心理健康问题，其中3%的学生面临严重的心理危机。这些数据凸显了加强高校心理健康教育，特别是构建有效心理危机干预模式的紧迫性。本研究旨在探讨如何将思政育人理念融入高校心理危机干预工作中，构建一个科学、系统、有效的心理健康教育体系，以应对新时代高校心理健康教育面临的挑战。

1 高校心理健康教育现状分析

1.1 心理健康教育的发展与成就

近年来,中国高校心理健康教育领域取得了显著的进展和成就。随着国家对大学生心理健康的日益重视,各高校纷纷采取积极措施,全面推进心理健康教育工作。教育部的统计数据充分反映了这一积极趋势。截至2021年,绝大多数高校已经建立了专门的心理健康教育与咨询机构,为学生提供专业的心理支持和帮助。这些机构的普遍设立,标志着高校心理健康教育工作已经从理念转化为实践,成为高等教育体系中不可或缺的组成部分。与此同时,心理健康教育课程的开设也呈现出蓬勃发展的态势。超过九成的高校将心理健康教育纳入了正式的课程体系,使之成为学生接受全面素质教育的重要内容。这些课程不仅涵盖了基础的心理健康知识,还包括实用的心理调适技能,旨在帮助学生更好地应对学习和生活中的各种挑战。这种全面覆盖的教育模式为提升大学生群体的整体心理健康水平奠定了坚实基础。通过系统化的心理健康教育,学生们不仅增强了自我认知和情绪管理能力,还提高了人际交往和压力应对技能。这些进展不仅体现在心理健康教育的硬件设施和课程设置上,更反映在学生心理素质的整体提升和心理问题的有效预防上。

1.2 高校心理健康教育存在问题

然而,尽管取得了显著成就,我们仍需认识到,高校心理健康教育工作仍面临诸多挑战。如何进一步提升教育质量,如何更好地满足学生多元化的心理需求,以及如何有效应对新时代背景下出现的新问题,都是需要持续探索和解决的重要课题。

首先,教育内容的局限性是一个显著问题。目前,众多高校的心理健康教育偏重于问题导向,主要聚焦于心理障碍的识别与处理。虽然这种方法能够快速解决一些明显的心理问题,但忽视了学生在不同成长阶段的特定心理需求。例如,新生可能更需关注如何适应大学生活,而即将毕业的学生则更关心职业规划和未来发展。这种单一的教育内容无法满足学生多样化的心理发展需求,导致教育效果不尽如人意。其次,心理健康教育缺乏系统整合的问题同样突出。研究中发现,学校、家庭和社会在心理健康教育中的协同效应远未得到充分发挥。许多高校的心理健康教育工作仍然局限于校园内,缺乏与家庭和社会的有效沟通与合作。这种孤立状态导致教育资源分散,难以构建起全方位、多角度的心理健康支持网络。最后,心理健康教育与思想政治教育之间的脱节。当前许多高校的心理健康教育与社会主义核心价值观的融合不足,难以实现心理教育与道德教育的有机统一。这种脱节不仅影响了心理健康教育的深度和广度,也在一定程度上削弱了思想政治教育的效果。

要真正提升心理健康教育的质量和效果,需要从教育内容、系统整合、思政融合、危机干预机制以及评估体系等

多个方面进行全面改进和创新。

2 思政育人视角下的心理危机干预理论基础

2.1 马克思主义生命观与心理健康教育的契合

马克思主义生命观为高校心理健康教育提供了深厚的理论基础和实践指导,两者在多个方面展现出显著的契合性。马克思主义生命观强调人的双重属性——自然存在物和社会存在物,这与现代心理学对人的全面理解不谋而合。马克思指出,“人的本质不是单个人所固有的抽象物,在其现实性上,它是一切社会关系的总和”。这一论断为心理健康教育提供了全面的视角,提醒我们在进行心理干预时,不能将个体孤立看待,而应该关注其社会关系网络和生活环境。此外,马克思主义生命观强调人的生命价值在于人类幸福和自身完美的有机统一,这为心理健康教育指明了方向。马克思曾指出,青年人“在选择职业时,我们应该遵循的主要指针是人类的幸福和我们自身的完美”。这启示我们,心理健康教育应该引导学生在追求自我实现的同时,也要关注他人福祉和社会发展。马克思主义生命观还强调人的社会性和实践性,这与心理健康教育强调的社会适应和实践能力培养不谋而合。通过社会实践和人际互动,学生可以更好地认识自我、完善自我,从而实现心理的健康发展。最后,马克思主义生命观强调人的全面发展,这与心理健康教育追求的全面健康理念相一致,为心理健康教育提供了更广阔的视野和更高远的目标。这种多层面的契合为高校心理健康教育工作提供了坚实的理论支撑和实践指导。

2.2 思政育人与心理危机干预的融合点

思政育人与心理危机干预的融合已成为高校心理健康教育工作的重要发展方向,这种融合不仅能提高心理危机干预的效果,还能为思政教育注入新的活力。两者的融合主要体现在价值引导、人文关怀、社会实践和集体力量四个方面。在价值引导方面,思政教育致力于帮助学生树立正确的世界观、人生观和价值观,而心理危机干预则聚焦于重建学生积极的生命意义和价值认知。将马克思主义生命观融入心理危机干预过程中,可以帮助学生在危机中重新认识自我、社会和人生。人文关怀作为两者的共同基础,将思政育人的理念融入心理危机干预中,能够增强干预的温度和深度,使学生更易接受心理帮助。社会实践作为共同方法,不仅能帮助学生获得实践经验,还能让他们在服务社会的过程中重新认识自我价值。集体力量的运用,如建立朋辈互助、师生互动的支持网络,既为心理危机干预提供了更广泛的社会支持,也能增强学生的集体意识和社会责任感。这种多维度的融合使心理危机干预更具理论深度和价值内涵,同时也使思政教育更加贴近学生实际、富有生命力。未来,高校应积极探索这两者融合的新模式,为培养全面发展、心理健康的新时代大学生做出更大贡献。

3 思政育人视角下的心理危机干预模式构建

3.1 强化价值引领：彰显大学生心理危机干预的意义

在思政育人的视角下，加强大学生心理危机干预的价值不仅在于解决眼前的心理问题，更在于发挥大学生的主体性作用，满足其成长与发展需求。人的主体性是指在认识世界和改造世界的过程中所表现出的积极性、主动性和创造性，是人的主观能动性在实践中的外在表现，从本质上反映了人的精神状态。因此，心理危机干预不应局限于简单的问题解决，而应着眼于培养大学生的主体意识和能动性。通过价值引领，我们可以帮助大学生在危机中重新认识自我、社会和人生，从而更好地走出心理困境。这种引领应该基于马克思主义生命观，强调人的生命价值在于人类幸福和自身完美的有机统一。在干预过程中，我们需要引导学生树立正确的世界观、人生观和价值观，帮助他们重建积极的生命意义和价值认知。此外，价值引领还应体现在人文关怀的基础上。思政育人强调对学生的关心和爱护，心理危机干预同样需要以人文关怀为基础。将思政育人的理念融入心理危机干预中，可以增强干预的温度和深度，让学生感受到学校和社会的关爱，从而更好地接受心理帮助。这种人文关怀不仅能够提高心理危机干预的效果，还能为思政教育注入新的活力。

3.2 深化风险评估：完善大学生心理危机预警机制

当前，大学生心理危机风险评估存在一些局限性。主流的评估方式可能在预估个案的走向方面提供了不正确的指导，这首先源于对“风险”概念界定上的偏差。风险常被视为一个客观、公正而又中立的概念，超脱于特定的社会与关系语境之外，这实际上是一种方法论上的谬误。为了深化风险评估，我们需要采取更加全面和动态的评估方法。首先，应该重新定义风险的概念，将其置于特定的社会和关系语境中理解。其次，评估应该考虑到个体的主观体验和个人成长历程，而不仅仅是统计学上的风险因素。最后，应该建立动态的评估机制，定期更新评估结果，以适应大学生心理状态的变化。风险评估还应该关注那些脆弱而又不寻求帮助，

也不能与他人开放地谈论自我破坏意念的学生。这需要我们建立更加细致和敏感的评估体系，包括但不限于：观察学生的日常行为变化，分析其社交媒体使用模式，关注学业表现的突然变化等。同时，我们还应该注意评估的伦理问题，确保在保护学生隐私的同时，能够及时发现潜在的危机。

4 结语

要真正提升心理健康教育的质量和效果，需要从教育内容、系统整合、思政融合、危机干预机制以及评估体系等多个方面进行全面改进和创新。只有通过这样的努力，才能构建一个更加科学、系统、有效的心理健康教育体系，为培养心理健康、全面发展的新时代大学生提供有力支持。

参考文献：

- [1] 张曦文.高校思政教育与心理健康教育一体化建设研究[J]. *Advances in Psychology*,2024(14):359.
- [2] 朱红熹.高校心理健康教育的转型与发展——数字化技术的融合与机遇[J].*教育与研究*,2024,6(4).
- [3] 孙思宁.积极心理学视域下大学生成就感获取策略研究[J]. *Advances in Psychology*,2024(14):581.
- [4] 石磊.浅析高校辅导员如何做好大学生心理健康教育工作[J].*教育理论与应用*,2024,6(3):133-135.
- [5] 刘雅琪.大学生心理健康教育与思想政治教育融合路径探讨[J]. *Advances in Psychology*,2023(13):2518.
- [6] 郭翠翠,王双丽.社会主义核心价值观在“课程思政”改革中的价值引领及融入路径——以“大学生心理健康教育课”为例[J].2020.
- [7] 刘梦迪,薛玉琴.新时代大学生心理健康教育存在的问题及对策[J].*辽宁教育行政学院学报*,2021,38(1):35-40.
- [8] 赖文庆.思想政治教育视角下的大学生心理健康教育研究[J].*黑龙江教师发展学院学报*,2021,40(11):110-112.
- [9] 梁瑛楠.高校大学生心理健康教育课实施课程思政的路径创新策略[J].*高教学刊*,2022,8(6):36-39.