

新时代思想政治教育心理疏导的发展走向探析^{*}

梅 萍

【内容提要】 中国特色社会主义进入新时代，高校心理疏导相应进入新的发展机遇期，心理育人已经成为高校“十大”育人体系之一，成为高校思想政治工作的重要组成部分。心理疏导应该跳出个案心理咨询和治病救人的微观视角，立足于立德树人的根本任务，坚持育心与育德相统一的基本要求，树立大健康观和三全育人理念，从外引式的咨询走向本土化的疏导，从问题干预取向的治疗走向心理育人取向的疏导，从面对面交流走向线上线下相结合的疏导，从班级心理辅导走向寝室心理场支持性疏导，从心理健康教育队伍单兵作战走向全员共同参与疏导，打通育人最后一公里，形成可转化、可推广的一体化育人制度和心理疏导模式。

【关键词】 思想政治教育 心理疏导 心理育人

作者简介：梅萍（1969-），华中师范大学马克思主义学院教授、博士生导师（湖北武汉430079）。

在全国高校思想政治工作会议上，习近平强调：“要坚持不懈促进高校和谐稳定，培育理性平和的健康心态，加强人文关怀和心理疏导，把高校建设成为安定团结的模范之地。”这一论述深刻指明心理疏导的目标内容及着力点。新时代高校心理疏导已经进入新的发展机遇期，既担负着更大使命和责任，也面临着新的挑战、新的要求和新的发展空间。过去那种单一的以个别咨询、矫治问题为主的心理疏导方法模式和以政工干部为主体的心理疏导队伍模式已不适应大学生心态变化的整体性、多样性、差异性的要求，心理疏导模式必须向方法创新和多元主体共同介入转变。

一、从外引式的心理咨询走向本土化的心理疏导

现代心理咨询与治疗起源于欧美国家，其理论基础、方法论、技术与语言表达，大多带有西方文化尤其是美国文化的色彩，它把心理治疗和咨询建立在一般的、抽象的、普遍适用的心理变化规律上，追求客观性、标准化，强调从个体本身寻求原因，忽视个体心理和行为产生的文化背景和社会原因。由于中西方文化差异，从西方移植过来的心理咨询与治疗理论并不完全适合中国人的心理问题。这种不适应性主要体现在以下几个方面。第一，在心理健康观上，西方心理健康观把自我实现看作心理健康的最高境界，关注更多的是一己的存在，而不是促进他人的成长和发展；中华传统文化则把和谐作为心理健康的根本标准，重视阴阳平衡，强调形神合一，最终达到与道和、与人和、与天地和的至美境界。第二，在心理疾病观上，中国公众普遍缺乏心理疾病的概念，但重视对心理疾病后果的认识，强调疾病原因的整体性解释，倡导疾病应对的个体主观意志和社会关系的作用。

* 本文系国家社科基金一般项目“当代大学生心态变化特点与心理疏导模式创新研究”（14BKS102）的阶段性成果。

西方社会普遍强化心理疾病的概念，重视对心理疾病原因的解释，强调疾病原因的生物学解释，倡导疾病应对的专业治疗。中西方在心理健康和心理疾病上观点不同，这必然会带来心理诊断与治疗的中西方差异。第三，在咨询方式上，西方心理治疗一般反对价值干预，不做具体指导，主张当事人应该为自己负责。中国的当事人绝大多数期待咨询师的权威指导，渴望咨询师给出明确的解决方案。因此，西方非指导性的心理咨询和治疗方式不太适用于中国的当事人。

人的心理具有文化的属性，有着五千年文明史的中华民族，其思维方式、情感体验及行为模式等无不渗透着中华文化的特点。中华传统文化是中华民族精神和思维方式的载体，它包含着丰富的人生智慧和辩证法思想，可以成为处理现代人心理问题的源头活水。找到中华传统文化与心理疏导的契合点、共同点，对提升心理疏导的水平和能力，创建具有中国特色的心理疏导模式具有重要的意义。

传统文化与心理疏导理念一致，都强调身心一体，追求身心和谐。有效的心理治疗首要是调心，帮助来访者改变原有僵化的认知，疏通情绪，产生健康的心理与适应性的行为。从心理卫生角度来看，古人强调“心为万事之主，动而无节则乱”。《黄帝内经》讲“心者，五脏六腑之大主也，精神之所舍也”，指出一个人情绪不稳，大喜大悲，久之就会导致心脏功能异常，心脏功能异常，又会诱发其他脏器的机能受损，所以治愈疾病重在调“心”。至于个体身心和谐，在中国古代，也称人的神形合一，意指人生在世，要保持平和、恬淡的心态，具有良好的道德修养和人格。儒家推崇的中庸之道，反对“过”与“不及”，对维护心理平衡具有重要意义；道家学说中的效法天道、顺其自然、精神自由、天人合一的思想对于理解心理疏导的本质和目标有重要的文化价值；佛家追求的“常乐我净”的境界与心理治疗所追求的目标也有一致性。

传统文化与心理疏导目标契合，都关注人格的健全与成长。人格对个体心理健康有着重要影响，培养健全人格是心理健康教育的重要目标。中华传统文化和传统哲学都十分关心精神人格的塑造，为中国人的精神生活提供安身立命之本。儒家强调“仁者爱人”“舍生取义”“杀身成仁”，追求“极高明而道中庸”的理想人格；道家追求“清静无为，顺其自然”，理想的精神人格就是“真人、至人、神人”；佛家讲求“即心见佛，见性成佛”、“顿悟成佛”，追求进入极乐世界。总的说来，无论是儒家内圣外王的入世人格，还是道家自然无为的隐世人格，抑或佛家与世无争的出世人格，都强调人的生命的精神境界、超越性和无限性。中华传统文化的人格追求对于当今社会因物欲横流、肉体满足、消费至上而导致的心理空虚、浮躁，有积极的启发作用。在心理疏导中我们也要引导当事人明白人之为人，除了物质享乐、生理满足，还有更深层次的精神享受和快乐。

传统文化与心理疏导方法共通，都要求自我教育、自我修炼、自我完善。自我教育是心理疏导最好的途径之一，心理疏导的目的就是助人自助。中华传统文化十分重视个体的自我认知和自我修养。孔子曰，“欲修其身者，先正其心”，“心正而后身修”，进而明确道德修养对身心健康的积极意义：“德润身，心广体胖”；庄子主张“心斋”“坐忘”方法以及与“道”合一；佛家修心的基本原则是自我体悟、发现本性、认识本心，回到人的本来面目，从而以自身潜质和能量实现自我救赎。传统中医文化也积极提倡修身养性，中医养生学的主要内容是恬淡虚无，颐养精神，最重要的是做到“于名于利，若存若亡；于非名非利，亦若存若亡”，使自己保持一种“宁静祥和”的心境。中华传统文化的这种涵养功夫观，对当前心理问题的解决具有启示作用。在现代心理疏导中要借鉴传统文化智慧，充分把握个体心理活动规律，使当事人在对天道和人德的领悟中逐渐完善思维方式和人格品性。

当然，在现代社会中中华传统文化语境下的个体心理调节方式有积极的一面，也有消极的一面。心理学毕竟是有自己范式的现代科学，传统文化中处理心理健康问题的理论和方法要服务于现代心理治疗，还存在一个与当代心理学知识体系有机结合的问题。同时，现代心理疏导属于思想政治教

育范畴，其目标是培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人，而不是传统文化所追求的“君子人格”“圣人人格”，借鉴传统文化中的心理疏导理念、目标和方法，必须实行创造性转化、创新性发展。推进心理咨询与治疗的本土化，应当以马克思主义理论为指导，坚持拿来与创新、融合与再生、科学与规范的原则，将西方的心理治疗理论与方法和中国传统的心理调节方式与理念相结合，确立德智体美劳全面发展的心理健康测量标准，开创适合中国人特点的心理疏导理论，创建本土的心理疏导方法和技术，探索具有中国特色的本土化心理疏导模式，这样才能更加适合当代中国人的性格特点、行为习惯和生活方式。

二、从问题干预走向心理育人

2016年8月，习近平在全国卫生与健康大会上强调：“要倡导健康文明的生活方式，树立大卫生、大健康的观念，把以治病为中心转变为以人民健康为中心，建立健全健康教育体系，提升全民健康素养，推动全民健身和全民健康深度融合。”^① 2018年教育部印发的《高等学校学生心理健康教育指导纲要》明确指出：“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服务需求，引导学生正确认识义和利、群和己、成和败、得和失，培育学生自尊自信、理性平和、积极向上的健康心态，促进学生心理健康素质与思想道德素质、科学文化素质协调发展。”^② 这就为心理疏导从问题干预模式走向积极心理育人模式提供了政策依据。

当前，鉴于大学生群体出现心理问题的个案不断增多，心理危机事件时有发生，鉴于心理危机干预之于高校安全稳定大局的重要作用，鉴于高校心理健康教育专职教师队伍的严重不足，高校心理疏导的问题干预取向仍是主流。心理健康教育工作者一直把自己的工作重点放在大学生心理危机的干预和治疗上，运用西方的心理治疗理论和方法，致力于“修复病人损坏的习惯、损坏的动机、损坏的童年和损坏的大脑，期望通过修复病人的这些损坏部分来达到治愈病人”^③。由于他们始终把当事人当作一个有“问题”的求助者，所以很难把当事人当作疏导的主体，让其发挥自我教育、自我疏导作用。由于他们过分关注当事人的“问题”，容易导致头痛医头，脚痛医脚，不能从整体上看待当事人这个“人”的属性，不能领悟到当事人“症状”背后向上向善、坚韧努力的一面，不能发挥当事人潜在的优势和自我效能，导致这些疏导只能解决面临的浅层问题，不能给当事人带来快乐和幸福感。

大学阶段是大学生理想、信念和价值观形成的关键时期，他们的心理问题往往与其理想信念的失落或价值观的模糊有关。当前西方各种反马克思主义、非马克思主义思潮利用互联网和“微媒体”对网民进行精准式传递、撒网式渗透和裂变式传播，试图动摇马克思主义在人们心中的地位，中华优秀传统文化中的道德信仰也被市场化、个人化冲得七零八落。唯美的东西、崇高的东西、神圣的东西、理想的东西被弱化了，这导致人们找不到方向，看不到希望，迷恋物质世界，信奉“佛系”人生。一个民族、一个国家、一个人，必须知道自己是谁，从哪里来，要到哪里去，想明白了，想对了，许多思想困惑就迎刃而解，许多心理冲突也就烟消云散。我国的心理疏导不同于西方的心理咨询，它属于思想政治教育范畴，它需要以社会倡导的主流价值观去引导、塑造人的心灵。相比原有心理疏导对

① 《习近平在全国卫生与健康大会上强调 加快推进健康中国建设》，《人民日报》（海外版）2016年8月22日。

② http://www.moe.gov.cn/srcsite/A12/moe_1407/s3020/201807/t20180713_342992.html。

③ Martin E. P. Seligman & Mihaly Csikszentmihalyi, "Positive Psychology: An Introduction", *American Psychologist*, Vol. 55, Issue 1, 2000.

“解决心理问题”的关注，未来心理疏导将更加关注如何让生命有意义和价值，如何给大学生以希望与情怀，如何引导大学生正确处理理想与现实、个人与社会、当前与长远的关系，有冲力也有定力，脚踏实地走好人生每一步。在心理疏导中，面对那些纠结于自我得失的大学生，要努力启迪他们的社会责任感，使他们走出“躲进小楼成一统”的狭小视野，把自己的小我融入祖国的大我、时代的大我之中，自觉用家国情怀和人文关怀的使命感和担当精神追逐梦想，砥砺前行，实现更有高度、更有品位、更有境界的人生，从而克服因人生短暂和社会的不断变化而滋生的虚无感。

心理育人是高校“十大”育人体系之一，心理咨询教师已被纳入高校思想政治工作队伍，这意味着心理咨询教师也要落实高校立德树人的根本任务，把工作从“育心”转向“育人”。“育心”是指心理咨询不从内容上干预当事人的价值取向，仅仅以达成心理平衡为咨询目标。“育人”就是“要面向全体学生，帮助学生形成正确的世界观、人生观、价值观，提高道德修养和精神境界，养成科学思维习惯，促进身心和人格健康发展”^①。心理育人的最终目标是与整个教书育人事业的目标相一致。给学生心灵埋下真善美的种子，引导学生扣好人生第一粒扣子，离不开育心与育德的结合，心理咨询教师只解决心理问题、不关注品德和价值问题的习惯做法无法真正帮助大学生走出心理空地。所以，我们要大力加强心理咨询教师的马克思主义理论素养，鼓励他们自觉学习马克思主义理论、哲学、伦理学、美学等人文社会科学知识，从价值无涉的思维禁锢中走出来，从帮助大学生重建心理平衡扩展到进一步引导大学生树立正确的义利观、群己观、成败观、得失观，进而从更高、更根本的意义上让学生收获心理健康。

三、从面对面的交流走向线上线下的结合

长期以来，高校思想政治工作习惯于面对面地交流和谈心，心理咨询亦然。这种面对面交流的最大优势在于不仅有语言的交流，还有情感的交流、人格魅力的释放，对当事人信息的把握更全面，咨询更深入。但是，由于我国心理咨询业起步较晚，国内不少人对心理咨询存在认识误区，担心自己被当作精神病人，担心自己的隐私被暴露，以致有心理问题也不敢去咨询中心寻求帮助。随着生活节奏的加快和生存压力的加大，人们对心理咨询的需求会越来越大，传统心理咨询在时间和空间上的局限性日益暴露，越来越不能满足现代社会对心理咨询和心理诊疗的需要。网络是一个集平等性、互动性、即时性等特点于一体的新媒介，具有更新快、功能强大、容量丰富、互动性强等优势，使得用户量不断增加，加之界面亲和度的提升使得用户黏度不断提高，这就使网络心理疏导较之传统的心理咨询有着更为创新的内容、方法和手段。

网络心理疏导不仅是工具和技术层面的创新，更是理念上的创新，充分体现了教育和新技术的结合。传统的门诊式心理咨询、电话咨询、现场咨询模式，需要学校配备大量的专业咨询人员和设备，以一对一的方式解决主体的心理问题，咨询成本高。信息网络打破了咨询人员与当事人之间的时空束缚，扩展了心理咨询的场域，这在很大程度上克服了目前高校心理咨询人员不足的缺陷，解决了高校建设心理咨询机构、配备人员和设备所需要的大量资金问题，只需要在高校现有网络建设的基础上开辟专栏进行一对一心理咨询，或者通过网络上的各种聊天室、BBS等开展集体辅导，或者通过个人微信、微博、电子邮件和QQ空间进行点对点、点对面的心理健康教育，或者通过链接知名心理健康教育专业网站，帮助学生拥有更多进行自我教育、维护自身心理健康的途径。网络心

^① 《习近平谈治国理政》第2卷，北京：外文出版社，2017年，第345页。

理疏导把学生摆在主体的地位,学生可以自主学习心理健康知识,自主寻求专业人士的帮助,自主参与心理问题讨论,自主进行心理调适,自我教育、自主成长,所以网络心理疏导工作效率更高。

网络心理疏导拓展了高校心理疏导的渠道,增加了心理疏导的资源,使得心理疏导更具生机和活力。但是,网络心理疏导有其自身的局限性。一方面,网络世界的虚拟性和网络信息的芜杂性会对学生的价值观念、思想道德意识、心理健康产生消极影响;另一方面,网络心理疏导由于缺乏对当事人的直接观察,无法根据他们的语气语调、面部表情、动作姿态等判断其心理健康状况,因此很难对当事人进行准确的评估和判断,干预力度和成效相对有限。网络心理疏导和面对面心理疏导各有优劣,“从专业角度而言,心理咨询并不仅仅是因为匿名和便捷而由面询转为网络咨询,当对信任感、安全性和保密性有极高专业要求的心理咨询经由网络这一虚拟媒介提供服务时,伦理规范问题更为突出”^①。而且,网上功夫在网下,网上心理治疗是否取得实效,都需要在现实中跟踪观察才能知道。未来的心理疏导不应用线上心理疏导来取代和削弱面对面心理疏导,而应该线上线下相结合,坚持“现实—虚拟—现实”的疏导原则,把解决心理问题与解决现实问题结合起来考察。它要求思想政治工作者即使进行的是线上心理疏导,也要关注现实,回归到大学生日常的学习、生活中,除了施以情绪疏通、情感激励、价值引导外,还要给予人文关怀,协同校内外相关部门,尽力帮助他们解决一些其自身无法解决的难题,通过实实在在的工作化解他们的烦恼,引导他们确立积极向上的人生态度,养成健康的心理品质。总之,线上线下心理疏导各有边界,两者必须配合发力,保持线上线下疏导的真实性,确立并遵守线上线下疏导的伦理规范,以线上心理疏导带动线下心理疏导的开展,真正发挥“心理育人”的思想政治教育功能。

四、从班级心理辅导走向寝室心理场支持性疏导

早在2005年,教社政〔2005〕1号文就提出“高校要面向全体大学生,做好心理辅导和咨询工作。通过个别咨询、团体咨询、电话咨询、网络咨询、书信咨询、班级辅导、心理行为训练等多种形式,为大学生提供及时、有效、高质量的心理健康指导与服务”等相关要求。班级心理辅导能较好地体现发展性心理健康教育的原则,具有全员参与和团体心理辅导的优势,又符合学生乐于自我体验的情感需求,曾为不少高校所推崇。但是,与中学相比,高校班级管理相对松散,大学生活动相对自由,心理问题更加多样,这使得班级心理辅导难以经常开展,活动方案难以建模,效果评价难以操作,这些都制约了班级心理辅导的推广。寝室是大学生日常学习、生活不可或缺的场所,寝室氛围、人际关系对大学生的心理健康发展有着直接的影响,建构寝室心理场,提供日常化、生活化的心理支持,更有利于培养学生健全人格的目标落地落实。

“心理场”概念由德国著名心理学家库尔特·勒温(Kurt Lewin)提出,个体和他的情境构成心理场。寝室心理场是以寝室为单位,以大学生为主体,以大学生心理为中心,以寝室物质环境、文化环境、人际关系环境、个体知觉环境为构件,通过各能量要素相互作用所形成的大学生特定群体的动力生活空间^②。在这个生活空间中,寝室物质环境、文化环境、人际关系环境都被个体所知觉,影响个体的感知和行为;反过来,个体知觉环境又不断影响和改变着物质环境、文化环境、人际环境的能量构成与着力方向。四种能量要素的交互作用使得寝室生活空间中充满正面的或负面的、和

① 安芹、贾晓明、郝燕:《网络心理咨询伦理问题的定性研究》,《中国心理卫生杂志》2012年第11期。

② 参见卢爱新:《论高校寝室心理场的建构》,《学校党建与思想教育》2010年第7期。

谐的或矛盾的、强大的或弱小的能量，生活于其中的个体成员既受制于这些能量的影响和驱动，又以自己独特的力量改变着不同能量的影响和驱动，并在这种影响和驱动的整合中最终形成自己的心理行为特征。勒温指出：“任何一种行为，都产生于各种相互依存事实的整体，以及这些相互依存的事实具有一种动力场的特征。”^① 一个温馨环境中的心理场正能量高，个体身处其中，有较高的幸福感和安全感，同时会向他人和群体释放出积极向上的正能量，形成良性循环。生活在一个冷漠、自私甚至尔虞我诈的恶劣环境中，其中的负能量会产生破坏性，逐渐消耗掉个体原有的正能量与幸福感，个体的负面情绪又会在群体中释放和蔓延，形成恶性循环。

相比班级心理场，寝室心理场属于群体数量少、接触程度却很高的场。寝室同学长时间的接触容易形成较高的心理场能量，这种能量如果是正向的，就有益于成员的心理健康；如果是负向的，就会起破坏作用。寝室心理场的构建，关键是要建构积极向上的心理场，构建正能量的主导场力。在寝室生活空间中，每一位个体成员在与他人交往互动过程中，都会产生诸如交流信息、建立友谊、获得认同等共同的精神需求，同时也希望在这个共有生活空间中满足自我独特的需求，诸如发展个性、受到尊重、实现自我价值等等。不同的需求产生不同的行为驱动力，各种力相互冲突、融合，最终整合成寝室生活空间的主导场力，这种主导场力动态地影响、调控着每一位寝室成员的心理和行为。因为作用力的向度和力度不同，寝室的主导场力有可能是积极的，也有可能是消极的，从而给寝室成员带来的心理场可能是正能量，也有可能是负能量。对此，教育者应当用整体动力观去理解和把握大学生寝室心理场的基本特征，确立共同目标，制定规章制度，开展多种寝室活动，创设温馨氛围，建构积极向上的心理场，例如学习成才主导场、创新创业主导场、志愿服务主导场、科学研究主导场或美丽生活主导场，使正能量的主导场力作用于每一位寝室成员，指引成员行为，调整成员矛盾，给成员更多的心理支持和价值引领。

五、从单兵作战走向全员共同参与

从构成来看，目前高校心理健康教育主要有三支核心队伍：一是专职心理教师队伍，这是高校心理健康教育团队的核心；二是辅导员队伍，这是学生工作队伍的主力军，也是大学生心理健康教育团队的骨干力量；三是学生心理工作团队，包括班级心理委员、宿舍信息员和大学生心理协会，这是高校学生工作队伍的有效补充。以政工干部为主体的心理疏导队伍是我国心理疏导工作体系的一大特色，也是心理疏导取得实效的关键所在。但是，目前这支队伍的发展也遭遇了瓶颈，出现了以下问题：专业能力发展不足，穷于应付；事务繁杂，人员不足，疲于应付；职业发展前景不明朗，队伍不稳定；危机干预效果明显，对普通学生开展的发展性心理健康教育效果不明显；等等。

研究指出，个体所获得的社会支持并不是孤立的，而是一个紧密联系的统一整体，不同的社会支持之间有一定的相关联系^②。思想政治教育心理疏导强调人的内在积极力量与群体、社会文化等外部环境的共同影响与交互作用。社会文化环境，如政治、经济、教育、家庭等因素对个体情绪、人格、心理健康、创造力以及心理治疗都有着重要影响。当周围环境和教师、同学、朋友能够给大学生提供最佳的支持、共情和选择时，大学生就最有可能健康成长和获得幸福。因此，对大学生进行心理疏导，并不是政工系统一家的事情，也需要学校其他单位、家庭、社会等多部门的支持与合

^① 转引自申荷永：《充满张力的生活空间：勒温的动力心理学》，武汉：湖北教育出版社，1999年，第152页。

^② 参见Cohen, S. & Wills, T. A., "Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis", *Psychological Bulletin*, Vol. 98, Issue 2, 1985。

作。心理育人作为“十大”育人体系之一，是全员、全过程与全方位育人的重要延伸。高校学生心理问题要治“未病”，心理健康教育工作就要“前置”，与其他育人力量协同协作、同向同行。

首先，心理育人要融入学生全面发展的过程中，引导大学生树立“每个人是自己心理健康第一责任人”的观念，学会自我保健和自我调适。保障大学生的心理健康，既需要动员围绕在大学生个体周围的所有社会资源，也需要大学生个体的自我负责、自我保健。大学生缺乏自我保健意识，就会排斥外界的教育和干预；大学生缺乏自我保健能力，出现心理困扰，就会束手无策，只能默默承受，苦苦挣扎，反而加重心理问题。所以，培养大学生的自我心理保健意识和能力非常重要。大学生要主动学习心理健康的基础知识，树立心理健康的普遍意识，积极参加心理健康自助、互助组织和活动，努力提高自身心理健康维护能力和自我调控能力，培育理性平和、积极向上的健康心态。

其次，心理育人要融入高校教书育人、管理育人、实践育人、服务育人、网络育人、资助育人、组织育人等其他九大育人体系中，融入心理健康教育教师、一线辅导员、专任教师、行政人员、后勤服务人员、学生朋辈群体及学生个人的工作、学习、生活中，做到全员全程全方位育人。《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》反复提出：“推动全体教职员把工作重音和目标落在育人成效上，切实打通‘三全育人’的最后一公里，形成可转化、可推广的一体化育人制度和模式。”^①为此，全体教职员之间应该形成整体统一的认识，既要从自己的工作岗位和专长出发，守好一段渠，种好责任田，又要衔接配合，优势互补。如辅导员、班主任、任课教师提供更多情感性支持，给予学生尊重、理解和关心；财务、后勤、医院提供更多工具性支持，提供财力帮助、物质资源或所需服务；学工部门、本科生院、研究生院提供更多信息性支持，通过建议或指导的形式提供相关的信息以帮助个体应对当前的困难。总的说来，全体教职员都是心理健康教育的参与者，尤其是高校教师，他们是大学生健康成长的指导者和引路人，在教育教学中就不能局限于专业知识的传授，还要延伸到培养学生正确的“三观”、培养学生健康的心理品质和积极的人格特质，促进学生的全面发展上来。为此，高校教师就有必要加强思想政治教育心理学知识的学习，从教室走向学生宿舍，从课堂理论讲授走向课外谈心交流，发挥高校教师“以高尚人格感染学生，以真理力量感召学生，以科学信仰激励学生，以仁爱之心成为学生所喜爱之人”的独特的育人作用。

最后，心理育人要走出校园，建立社会支持联动机制。心理疏导是一个系统工程，大学生的心理健康状况不仅受到自身心理成熟度的制约，也会受到家庭、学校、社会以及政府等多方面因素的影响。相应地，心理育人就不应局限于校园，而应走出校园，整合社会资源，建立社会支持的联动机制。22部委联合下发的《关于加强心理健康服务的指导意见》明确提出，心理健康服务的其中一条基本原则是“党政领导，共同参与。进一步强化党委政府加强心理健康服务、健全社会心理服务体系的领导责任，加强部门协调配合，促进全社会广泛参与，单位、家庭、个人尽力尽责。”^②当前，建立家校联盟、政府社区联盟必不可少。我们可以依托工青妇等群众团体、文教体卫等职能部门、社区居委会等基层组织，建立社区工作站，下设心理辅导室，配备社会工作者和心理服务人员，协调组织志愿者，对部分心理困惑的大学生进行心理帮扶、思想道德和法治宣传教育，并通过社区公益活动等方式，鼓励大学生参与社会服务，帮助一些需要帮助的人，从而打破对“小我”的执念，敞开胸怀，服务社会，造福他人，这一方式对恢复心理健康、提升心理境界有非常有效的作用。总的说来，在政府、学校、家庭、社会四位一体的支持网络中，学校是主导，能够对社会和家庭进

① http://www.moe.gov.cn/srcsite/A12/s7060/201712/t20171206_320698.html.

② [http://www.nhc.gov.cn/xgk/pages/viewdocument.jsp?dispatchDate=&staticUrl=/jkj/s5888/201701/6a5193c6a8c544e59735389f31c971d5.shtml&wenhao=.](http://www.nhc.gov.cn/xgk/pages/viewdocument.jsp?dispatchDate=&staticUrl=/jkj/s5888/201701/6a5193c6a8c544e59735389f31c971d5.shtml&wenhao=)

行引导和渗透,对政府提供决策依据。如果学校能主动思考、配合、引导,帮助家庭、社会和政府实现四大支持主体的同心协力、多元协同、动态协调,保证疏导方向的一致性、力量的互补性、配合的严谨性、时空的统一性,形成一加一大于二的合力,那么心理疏导必将取得事半功倍的效果。

总之,新时代的心理疏导“应该跳出个案心理治疗和个体心理发展的微观视角,把大学生心理健康教育放在整个社会宏观历史变迁、大学生整体心理发展变化以及整体社会发展背景下来思考问题”^①,立足于立德树人的根本任务,从关注心理层面逐渐扩展到关注思想层面、道德层面、价值观层面,从解决心理问题逐渐扩大到挖掘学生心理潜能,培养学生的积极心理素质和思想道德素质,提高学生应对人生各种困难、挫折、风险的意志和能力,最终培养出能够担当民族复兴大任的有理想、有本领、有担当的时代新人。

参考文献:

- [1] 江光荣:《心理咨询的理论与实务》,北京:高等教育出版社,2012年。
- [2] 孟万金:《积极心理健康教育》,北京:中国轻工业出版社,2008年。
- [3] 陈丽云等主编:《华人文化与心理辅导》,北京:民族出版社,2002年。
- [4] 贾晓明等:《网络心理咨询理论与实务》,北京:北京理工大学出版社,2013年。
- [5] 余双好:《心理健康教育何以成为思想政治教育的研究领域》,《马克思主义研究》2007年第3期。
- [6] 景怀斌:《传统中国文化处理心理健康问题的三种思路》,《心理学报》2002年第3期。
- [7] 蔺桂瑞:《学校心理咨询中的价值观教育》,《教育研究》2001年第12期。

(编辑:刘曙辉)

(上接第77页)产党人的光荣称号。”^②这番话十分清晰地阐明了“远大理想”与“共同理想”的关系,也强调了将二者统一起来的重要性。中国特色社会主义共同理想是共产主义远大理想在现阶段的具体体现。远大理想(或最高理想)为共同理想提供方向指引,共同理想为远大理想奠定现实基础,从根本上讲,二者有着共同的本质和价值。中华民族伟大复兴的中国梦将21世纪中国特色社会主义共同理想的基本内涵具象化为“国家富强、民族振兴、人民幸福”,使中国特色社会主义共同理想获得了更为感性现实的呈现和具体清晰的表达。因此,民族复兴之梦是共产主义远大理想与中国特色社会主义共同理想的统一,是中国共产党最高纲领和最低纲领的结合,是人类解放理想在新时代中国的阶段性实现。

参考文献:

- [1] 陈学明:《重读〈共产党宣言〉》,北京:人民出版社,2018年。
- [2] 郝立新主编:《马克思主义发展史》第1卷,北京:人民出版社,2018年。
- [3] [英]戴维·麦克莱伦:《马克思思想导论》,郑一明等译,北京:中国人民大学出版社,2008年。
- [4] 侯惠勤:《科学的经典 真理的旗帜——读〈共产党宣言〉》,《马克思主义研究》2012年第12期。

(编辑:张剑)

① 余双好:《中国高校心理健康教育模式的生成与发展》,《学校党建与思想教育》2016年第4期。

② 《深刻感悟和把握马克思主义真理力量 谱写新时代中国特色社会主义新篇章》,《人民日报》2018年4月25日。