

## 浅谈心理咨询在思想政治理论课中运用的有效性研究

李 琴

山西医科大学，太原

**摘 要** | 心理咨询与思想政治理论课同为高校课堂中关注学生心理和思想的重要教育环节，二者虽然有诸多的区别和不同，但是却在很多方面是共通和关联。为了提高思政课的教学实际效果，可以适度的借鉴和融合心理咨询的原则立场，方法技巧、实战模式，建立有效融合的评价机制，以此推动二者的结合和完善。

**关键词** | 心理咨询；思想政治理论课

Copyright © 2022 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



随着时代的发展，信息更新速度的加快，社会形势的复杂化和价值观念多元化的倾向越来越明显，高校思想政治理论课担负的思想引领与意识引导的任务越来越艰巨。思想政治理论课由于其意识形态的性质，学生往往心存抵触应付了事，影响高校思政课的实际效果。在新的形势之下，必须认识到心理素质培养和训练的重要性，探索把心理咨询引入学生的思想政治教育工作中，将心理咨询的理念和方法结合在思想政治理论课教学中，才能将马克思主义融入课堂教学，推动广大学生践行社会主义核心价值观，为实现伟大的中国梦作出新的更大的贡献，这对于加强和改进高校思想政治理论课有重要意义。

### 1 心理咨询与思想政治理论课的关系浅析

心理咨询是心理学理论的应用领域之一，随着心理学在我国的普及和高校学生群体新特点和新情况的出现，心理学在高校的应用越来越受到重视，适用的方面也越来越多，但是心理咨询如何融入思想政治理论课的教育实践中，思想政治理论课如何借鉴心理咨询的相关原则、方法等，就必须对二者的关系进行前置的分析。

## 1.1 心理咨询与思想政治理论课的区别

心理咨询与思想政治理论课分属两个学科,学科的专属性决定二者有专业性质的不同之处,要将心理咨询与思想政治理论课的教学相结合,必须首先对二者的个性进行分析,才能避免混淆,做到有的放矢。

(1) 内容层次和目的诉求不同。高校心理咨询的工作内容十分广泛,几乎涵盖了大学生活的所有方面,如适应大学生活,人际关系处理,专业学习和职业发展等。心理咨询着眼人的心理健康状况,其目的是帮助来询者平衡心态、矫正行为,促其人格健康的发展;思想政治理论课的基本内容有马克思主义理论、党的基本方针政策及道德法制等,思想政治理论课着眼人的政治思想面貌,其目的在于调动受众的积极性,保证党和国家的路线方针政策的顺利实施。

(2) 理论依据和学科侧重不同。心理咨询属于心理学的范畴,以社会心理学、发展心理学、人格心理学、变态心理学以及各种心理治疗理论为理论基础,侧重于通过多种技巧和方法来帮助来访者重新认识自己,较多地注意来访者潜层意识。思想政治教育属于社会意识形态的领域和范畴,是以马列主义、毛泽东思想、中国特色社会主义理论体系为理论基础,侧重于提高人的思想政治觉悟和道德品质,增强社会认同和建设热情,较多地注意对象显层意识。

(3) 思维逻辑与实践方式不同。心理咨询的基本思维是从生理、心理、社会的角度来关注来访者的生理机能、心理状况及社会功能是否良好,多为来访者主动寻求帮助,常采用个别、团体的咨询或治疗,重在聆听、疏导。思想政治理论课是从政治意识形态及社会伦理道德的角度出发,多采用主动方式,如互动谈话、集体授课、大会讲座报告等,重在传授。

## 1.2 心理咨询与思想政治教育的联系

心理咨询与思想政治理论课的不同点是二者的特殊性考量,是为了能更好地加以区分,而其共同点和相通性是二者结合研究具有可行性前提和基础。

(1) 工作本质和目标一致。心理咨询和思想政治理论课的共同归宿是“人”,本质上都是要遵循人的身心规律,提高个体的心理素质,促进人的全面发展;二者都是人对自身及外在世界的反映,并相互联系相互作用的。高校心理咨询与思想政治理论课在实施的过程中,尽管工作侧重点有所不同,但都是高等教育的组成部分,都是以育人为根本目标,本质和目标上的一致性二者结合的基础。

(2) 工作内容及方法相互关联。思想政治理论课和心理咨询的内容中都有培养和提高大学生良好的心理素质的内容,虽然心理咨询强调价值中立并不带有政治倾向性,但本质上二者都是帮助学生解决思想认识问题,均涉及大学生心理健康、人生价值、目标选择等具体内容。二者在工作方法上也有很多相似之处:心理咨询的认知行为疗法与思想政治理论课的说服教育有其相似之处,心理咨询中的系统脱敏法也与思想政治理论课中的实践课环节等相似,心理咨询中的很多方法都可以适当调整,丰富思想政治理论课的教学方法。

(3) 作用和功能相辅相成。二者在功能上相辅相成,相互渗透。一方面,思想政治教育具有某些咨询的功能,如工作中常常使用的个别互动,类似于个体心理咨询。另一方面,心理咨询也有思想教育

的功能,许多心理问题的产生,一般是由于思想认识出现了偏差,可以通过心理沟通与交流,促使来访者改变其错误的思维和认知。此外,二者在效果作用上具有互动性,如心理咨询促使其通过自己的努力达到良好的心理状态,从而具备正确的思想观念和价值取向;同样,思想政治理论课可以促使受众树立客观正确的思想认识,排解自身的心理压力,实现心理健康。

## 2 心理咨询与思想政治理论课可以结合的内容

通过对高校心理咨询与思想政治理论课之间关系的分析,可以看出高校心理咨询与思想政治理论课具有内在的、深层次的关联性,二者有结合的必要和可能,当然它们的结合应当是内在的、有机的、具体和可操作的,对于高校思想政治理论课来说,可以从心理咨询中获得理论和方法上的启示。

### 2.1 教育理念上运用心理咨询的基本原则

思想政治理论课效果不佳的原因有多方面,其中忽视学生个体特点是一个很重要的原因。在心理咨询中,一般把了解来访者的心理作为首要环节,在此基础上有效地开展工作。高校思想政治理论课要增强针对性,应用心理咨询的真诚、平等、尊重、无条件关注等原则来提高思政教育的实际效果。

(1) 尊重主体原则。师生之间要建立和维护平等的地位和关系,而不是一味地说教、训导。新时代的大学生个性特点明显,自我意识增强,尤其需要改变过去学生的从属和被动的地位,以平等的朋友关系入手摆脱传统的长辈式的高高在上的自我定位。

(2) 了解学生个性特点原则。可以从两方面入手,一是要掌握学生的个性心理特征,对不同个性心理特征的学生采用不同的工作方法。对比较外向活泼的学生可以严厉一些,而对内向文静的学生要给予更多的肯定和鼓励。二是要了解学生的“三观”,思想政治教育的过程就是将外在社会要求内化的过程,教育者在传输新的思想观念之前,先要了解学生头脑中已在发挥作用的观念即图式,帮助学生摆脱思想困扰,引导其接受正确的思想。

(3) 遵循适当保密原则。涉及到学生隐私的时候,一定注意尊重和保护学生的个人秘密,不能对其妄加评价和干涉,即使进行批评教育时也要考虑学生身心特点和承受能力,要控制知情范围,适当保密。

### 2.2 教学方法上借鉴心理咨询的技巧

心理咨询由于从来访者的心理特点入手,运用语言和非语言的众多技巧能深入来访者的心底,并引导其自身努力改善,因此,思想政治理论课有必要借鉴这些技巧,实现外在理念内化及社会化的目的。

(1) 声音语言技巧。多采用开放式语境,尽量使用简单语句阐述,适时进行解释和情感回应,多用平和的语气来沟通、探讨。需要注意的是,有时候听往往比说更重要,思想政治理论课的展开过程经常是对外输出,如果能学会倾听,就能让学生自己思考表达。了解学生内心深层次的想法和诉求,找出问题的根源里,往往能起到良好的教育效果。

(2) 肢体行为语言技巧。在教育过程中,肢体语言往往能营造良好的潜移默化的教育氛围,通过

空间距离、姿势、表情、肢体、眼神、服饰等非语言行为,传递对学生的尊重、理解和鼓励,从而减少其心理和思想上的不安,缓解紧张情绪,往往能取得事半功倍的效果。

(3) 测量法、访谈法和观察法。综合利用心理问卷、网络调查、随机访谈、小型座谈和行为观察等具体方式能有效地得到第一手的实际数据,在此基础上加以分析总结从而真实地了解学生思想的实际情况,把握学生的真实需求和困惑,避免片面化和先入为主的思维观念,从而使思想政治理论课教学更具针对性和时效性,增强思想政治理论课的吸引力。

## 2.3 教学立场上参考心理咨询的角色定位

在心理咨询中,咨询者与被咨询者的关系是平等且相互尊重的,这样的沟通立场可以帮助来访者以更为舒服的方式思考;在心理咨询中不可忽视“共情”这一重要因素,共情也即“同理心”,需要感同身受,并把这种体验传递给对方。在传统的思想政治理论课教学中,教学者与受学者往往是教育和被教育的关系,教学者更多的只是将社会要求的信息和内容传输给受学者,这往往引起受学者的抵触情绪。高校思想政治理论课可以借鉴心理咨询中的咨询者和来访者的平等关系,通过理解、尊重、积极关注等共情态度,走入学生的精神世界,用能与他们产生共鸣的语言风格、行为表现、思维观念和近似“聊天”的方式与他们进行教学、沟通、分享,而不是高高在上的说教。这种心理上的贴近,使思想政治理论课的教学更容易为学生所接受,取得良好的教学效果。

## 2.4 教学模式上采用共性与个性相结合

思想政治理论课的关注点在于对群体进行社会化改造和影响,从而达到理念和意识的普遍化,使群体能适应和遵循社会规则。教学多采用群体性受众影响模式,对学生个体的思想状况,心理特点的了解和把握相对缺乏。目前,00后新一代大学生成为思想政治理论课的受众主体,他们的思想活跃复杂,价值观念多元化的倾向越来越明显,思想政治理论课必须改变忽视个体的现状。心理咨询中既有面向群体的团体心理辅导,也有针对个体的心理关怀帮助,思想政治理论课可以借鉴心理咨询重视共性和个性的方式,点面结合,在照顾整体特征的同时也应考虑专业、年级、性别、性格特征等;需要指出的是,这里的个体并不仅仅是指个人,还包含小部分具有突出特征或影响力的群体,实际上典型个体教育的成功一定程度上可以促成整体成功的思想转变,因此整体教学和个体教学相结合是高校思想政治理论课应重视的一种有效方式。

# 3 心理咨询与思政课结合有效性的评价维度

高校心理咨询与思想政治理论课的结合如何发挥实质影响,除了具体的内容和方法的结合以外,还必须对二者结合的有效性加以研究。

## 3.1 学科科研结合的有效性

高校思想政治理论课和心理学两个学科因其众多的相通之处及其共同的书育人的目的,同时也为了推动学科理论和实践的发展,增强学科的科研能力,完全可以联合起来相互借力、共同使力,促



进两个“冷门”的学科重新焕发光彩,找到用武之地,增强学科的说服力和吸引力。思想政治理论课的教研单位和负责心理健康咨询的单位要建立相互沟通和合作机制,成立两学科长期的日常交流的专门机构并任命负责人,开展定期的交流会、科讨会、专题讲座等;联手进行重要科研项目的合作,如课题申请、理论应用性研究工作等,并对科研成果进行量化考核,如年度或学期发表的论文数、课题申报、应用性研究的成果等,不断丰富和补充两个学科知识和实际技能,实现交叉学科融合带来的强强效应。

### 3.2 课堂教学结合的有效性

思想政治理论课的教学绝大部分都是在教室课堂集中展开的,所以课堂应该成为心理咨询和思想政治教育教育教学结合的主要平台。思想政治理论课在教学内容的展现形式和授课方法上与心理咨询结合的有效性可以从几个方面来衡量:原则上是否坚持尊重主体个性特点原则、适当保密原则等;方法上是否结合语言技巧、课堂内拓展活动等;内容上是否融入贴近课程内容且能引起学生兴趣的时政热点,专业发展、社会思考等;立场上是否坚持集体授课和个性互动相结合。通过这些方面的共同努力,实现对学生春风化雨式的影响。

### 3.3 隐性课程平台结合的有效性

课堂教学属于显性课程教学,目前是思想政治理论课教学的主要场所,但是课堂教学毕竟受制于场地和设施,能够使用的工具方法、媒介手段和达到的实际效果都受到不同程度的限制。相对于显性课程,以社会实践、校园文化、网络媒介、移动媒体、设施安排、服务机制的构建等为主要内容的隐性课程所能起到的作用更加易于学生接受。因此,上述诸方面对二者结合有效性的评价可以尝试从几个方面来衡量:是否在坚持社会主义主旋律的前提下,充分进行人性化的考虑;是否很好地实现教学目的,同时又能引起学生的兴趣;是否将主旨内容以潜移默化的形式加以表达;是否实现硬件建设和软件环境的结合。这些指标作为衡量隐性课程二者结合有效性的切入点,主要目的是将思想引领的作用机制嫁接在青年人的心里,避免形式化和简单化带来的抵触情绪,使思想政治理论课的功能更加深入人心,起到润物无形的教育效果。

### 3.4 学生评价和反馈的机制化

思想政治理论课和心理咨询相结合的目的是为了提升该课程的教育影响力和教学效果,而二者结合的最直接的受众就是学生,他们的评价和反馈是对二者结合的有效性及二者后期的调整、完善最重要也是最实际的参照。不同理论和方法的结合能否实现有效性、长久性及规范性,需要一个长期的尝试、总结、反馈的过程,这就需要建立和不断完善评价和反馈机制:建立定期的师生座谈会,定期的摸底调查;建立思想政治理论课和心理咨询的师生论坛,包括虚拟论坛和现实论坛,特别是网上论坛便于学生提出问题,也有利于教师在线回复;建立新媒体讨论群组,如公开教师的微博或建立微信讨论群等;建立授课学生网上评议等制度和机制,并把学生的评价作为教师绩效考核的参考指标,在此基础上进行合乎实际的经常性的反馈和调整,从而实现思想政治理论课和心理咨询结合的长期性的有效性。

## 参考文献

- [1] 孙夏兰. 心理辅导在思想政治理论教学中的应用[J]. 赤峰学院学报(自然科学版), 2011(3): 2.
- [2] 杨慧莹. 团体辅导技术在思想政治理论课程教学中的应用研究[J]. 现代职业教育, 2015(27): 2.

# On the Effectiveness of Psychological Counseling in Ideological and Political Theory Courses

Li Qin

*Shanxi Medical University, Taiyuan*

**Abstract:** Psychological counseling and ideological and political theory courses are both important educational links in college classes concerned about students' psychology and thoughts, although there are many of them. Differences and differences, but in many ways are common and related. In order to improve the practical effect of ideological and political course teaching, we can appropriately learn from and integrate the heart. In order to promote the combination and perfection of the two, we should establish an effective evaluation mechanism based on the principles and positions, methods and skills and practical mode of scientific consultation.

**Key words:** Psychological counseling; Ideological and political theory