

运用心理咨询策略提升思想政治教育质效

蒋云早 陈玲丽 李千奥

国防科技大学军政基础教育学院，长沙

摘要 | 本文探讨了运用心理咨询策略提升思想政治教育质效的途径。首先分析学生心理需求，揭示心理需求与思想政治教育的紧密联系，并指出教育实践与学生心理需求脱节的问题。然后探讨心理咨询策略在思想政治教育中的整合，包括沟通与冲突解决技巧、积极关注与情感支持，以及促进自我认知与个人成长的方法。最后，提出提升教育质效的实践路径，包括提升教育工作者的心理咨询能力、丰富教育内容和教学方法、营造有利于教育的环境。通过这些策略的运用，可以有效提升思想政治教育的吸引力和实效性，满足学生的心理发展需求，促进其全面成长。

关键词 | 思想政治教育；心理咨询；质效提升

Copyright © 2025 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/>



心理学理论和实践在不断进步，心理咨询策略在促进个体心理健康、自我认知和价值观念形成方面具有显著效果。传统思想政治教育模式往往难以满足当代学生多样化、个性化的心理需求。因此，探索将心理咨询策略融入思想政治教育，不仅能够丰富教育内容，还能够提高教育的针对性和有效性，促进学生全面发展^[1-3]。思想政治教育与心理咨询策略的结合，将以更科学化的方法，提升教育的吸引力、亲和力和实效性，更加适应新时代的教育需求。

1 思想政治教育实践与学生心理需求

思想政治教育是培养个体价值观和世界观的重要途径，而学生的心理需求则是其内在成长和个人发展的重要组成部分。随着社会的快速发展和学生个体心理需求的日益多样化，当前思想政治教育实践在满足学生心理需求方面存在一定程度的脱节。这种脱节不仅影响了

教育的质量和效果，也对学生的全面发展构成了潜在的障碍。

1.1 学生心理需求分析

思想政治教育应当考虑不同成长阶段学生独特的心理特征，以适应学生在不同成长阶段的需求。学生的心理需求是多样化的，并且随着时间、环境和个人经历的变化而变化，包括对知识的追求、对成就的渴望、对社交的需要以及对自我表达和自我实现的需求^[4]。思想政治教育需要识别这些需求，并提供相应的支持和资源，使其得到满足。个体有对自身特点、优势、兴趣和价值观的认识，追求个人潜能最大化和自我发展的需求，应当鼓励其探索自我，提供机会让学生实践和实现自我价值。学生需要与他人建立情感联系，并通过交流和互动获得归属感。可以通过小组讨论、合作学习和社区服务等活动，促进学生之间的情感交流，帮助他们建立积极的社交关系和集体归属感。

通讯作者：陈玲丽，国防科技大学副教授，博士，硕士研究生导师，研究方向：心理服务、心理训练。

文章引用：蒋云早，陈玲丽，李千奥. 运用心理咨询策略提升思想政治教育质效 [J]. 教育研讨, 2025, 7 (3): 292-295.

<https://doi.org/10.35534/es.0703058>

1.2 心理需求与思想政治教育的关联

心理需求影响着学生对教育内容的兴趣和接受程度。如果学生对自我实现有强烈需求,他们可能更倾向于选择能够提供个人成长和技能发展的课程。因此,思想政治教育内容应当与学生的心理需求相契合,以此提高教育的相关性和吸引力。学生的心理需求同样影响着他们对教育方法的期待。具有高度自我认知需求的学生,可能更偏好反思性学习和独立研究。思想政治教育工作者应当采用多样化的教学方法,如案例分析、角色扮演和互动式讨论等,以满足不同学生的心理需求。

1.3 教育实践与心理需求的脱节

当前学生群体在心理需求方面呈现出多样化和复杂化的特点。他们越发追求自我实现、个性化发展以及情感认同。然而,现有的思想政治教育内容往往过于强调集体主义和统一标准,忽视了学生个体的心理特征和需求。这种脱节导致学生难以在思想政治教育中获得自我认同感,也对教育的实际效果产生了不良影响。传统思想政治教育模式通常以讲授为主,强调知识传授和理论灌输。然而,在信息时代,这种单一的教学方式已经难以满足学生的需求。首先,传统模式往往忽视了学生的主动性和创造性,导致学生缺乏参与感和兴趣。其次,传统教育模式较少关注学生个性化的需求和差异,难以激发学生的内在动机。此外,面对全球化和网络化的社会环境,传统教育模式在培养学生批判性思维和解决复杂问题的能力方面也显得力不从心。

2 心理咨询策略在思想政治教育中的整合

思想政治教育作为培养学生思想道德和价值观念的重要途径,需要不断创新以适应学生的发展需求。心理咨询策略的引入,旨在通过关注学生的心理发展,增强教育的亲和力和实效性。心理咨询策略强调个体的情感需求、自我认知以及沟通能力,这些要素对于提升思想政治教育的深度和广度都具有重要作用。

2.1 沟通与冲突解决技巧

心理咨询中的沟通与冲突解决技巧可以有效地融入思想政治教育,以提升教育的互动性、参与性和实效性。倾听不仅是一种技术,更是一门艺术。在教育过程中,教育工作者应积极倾听学生的观点和感受,这有助于发现学生的思想困惑,更精准地把握学生的思想动态和情感需求,从而提供更具针对性的教育引导。对学生的正确观点给予积极的反馈,不仅是对其言论的肯定,更是对其思考和努力的认可,有助于建立信任和理解。当学生感受到自己被理解和尊重时,他们更愿意敞开心扉,表达内心的真实想法和情感。运用开放式问题鼓励学生表达自己的想法,可以促进更深入的讨论和思考。在对话中适时澄清误解,并总结讨论要点,帮助学生理

清思路。全程注重运用肢体语言、面部表情等非言语手段,以增强沟通的效果。有效的沟通技巧对于思想政治教育至关重要,它不仅能够帮助教育工作者更好地传达教育内容,还能够促进学生之间的交流和理解,营造和谐的教育环境。

思想政治教育往往涉及价值观念的传递和内化,这一过程中不可避免地会遇到不同观点和思想的碰撞。在冲突解决过程中,学生能够批判性地分析问题,形成独立的见解,理解和尊重不同的价值观念和思想观点。有效的冲突解决可以提升思想政治教育的实效性,帮助学生更好地吸收和理解教育内容。教育工作者需要及时识别并确认冲突的存在,理解冲突的本质和根源,鼓励学生开放地表达自己的观点,理性表达分歧,同时倾听和理解他人的看法,从不同角度思考问题,理解并尊重不同观点背后的文化和价值基础。在冲突中寻找共同点,强调共同的价值观和目标,减少对立。教育工作者可以充当调解者的角色,引导学生通过协商对话,探寻解决问题的方案。此外,加强情绪管理至关重要,避免情绪化争论和行为加剧冲突。

2.2 积极关注与情感支持

在心理咨询领域,积极关注指的是咨询师对来访者的所有言语和非言语行为表现出的一种积极、关注和接纳的态度^[5]。积极关注超越了简单的倾听,它包括对来访者经历的全面认可、对其情感的共鸣,以及对其个人价值和潜能的信任。这种关注是无条件、不带评判的,旨在为来访者营造一个安全、支持性的环境。在思想政治教育中,合理借鉴积极关注策略,可以增强受教育者的参与感和认同感,促进价值观的形成和内化,有效提升思想政治教育质效。教育工作者应关注学生的言语和非言语行为,理解其背后的深层含义,针对不同学生给予个性化的关注和支持。接纳学生的各种观点,展现对学生情感的共鸣,让他们感受到被理解和接纳。即使学生观点与自己不同,也要予以尊重和理解,通过引导学生自我反思实现教育目的。

在思想政治教育过程中,除了理论学习外,更重要的是情感交流和心理认同。情感支持能够为学生创造一个积极、安全的环境,帮助他们建立起积极的自我概念和价值感,满足学生被理解、被尊重的心理需求,帮助他们建立与教育内容的情感联结,从而增强思想政治教育的吸引力和内化效果。教育工作者通过情感支持与学生建立信任关系,这是思想政治教育成功的基础。当学生感受到被理解和尊重时,更愿意接受教育工作者的观点和引导。此外,情感支持能够帮助学生有效应对教育中敏感、复杂议题带来的心理挑战,减少抵触情绪,促进教育目标的实现。

2.3 促进自我认知与个人成长

自我认知是指个体对自己的认识和理解,包括自我

意识、自我评价、自我期望以及自我调节等方面。它涉及个体对自己思想、情感、动机和行为模式的认知,以及对自己在社会和集体中角色和地位的理解^[6]。正确的自我认知有助于学生形成并内化正确的价值观,维护心理健康,预防和应对心理问题,助力思想政治教育质效提升。教育工作者应注重增强学生的自我认知,具体策略如下:一是鼓励学生进行自我反思,审视自己的思想和行为,明确自己的优势和不足;二是创造机会让学生表达自己的想法和感受,增强自我表达能力和自信心;三是通过各种教育活动,如角色扮演、社会实践等,帮助学生探索自我,了解自己的兴趣和潜能;四是引导学生进行自我评价,学会客观地看待自己,建立积极的自我形象;五是帮助学生设定个人发展目标,明确自我发展的方向和路径。

自我认知与个人成长相辅相成,自我认知是个人成长的前提和基础,个人成长又反过来强化个体的自我认知。个人成长是思想政治教育的重要目标,同时也是提升思想政治教育质效的关键。在个人成长过程中培养自主学习能力和辩证思维能力,能使学生以更加积极的态度参与思想政治教育活动,增强对思想政治教育的认同感,促进对教育内容的认同和内化,形成正面的反馈机制。学生在成长中进行自我教育,不断自我完善和提升,这是思想政治教育的最终目标。通过关注和促进学生的个人成长,可以更好地实现教育目标。思想政治教育应当不断探索和创新,契合学生个人成长的需要,提供多样化的活动和平台,鼓励学生探索自我、表达自我,在实践中获得成长。

3 提升思想政治教育质效的实践路径

将心理咨询策略整合到思想政治教育中,不仅能够提升教育的质量和效果,还能够促进学生的全面发展。这种整合要求教育工作者具备相应的心理学知识和技能,同时也需要教育体系的支持和创新,包括教育内容和方法的丰富与创新以及教育环境的优化。

3.1 提升教育工作者的心理咨询能力

提升思想政治教育工作者的心理咨询能力,对于增强教育的针对性和有效性至关重要。提升思想政治教育工作者的心理咨询能力,不仅有助于提升教育工作的质效,也有助于促进学生的全面发展。教育工作者应通过专业培训、实践积累和持续学习,不断提升自身的心理咨询能力,以便更好地满足学生的心理需求,实现思想政治教育的目标。

提升教育工作者心理咨询专业能力,包括对心理学基础理论的学习,心理咨询技巧的训练,以及对个体心理状态的评估和干预能力。教育工作者应定期接受专业培训,熟练掌握倾听技巧、沟通技巧、情感管理、危机干预以及秉持价值中立等心理咨询的核心要点,确保能

够理解并应对学生的心理需求。

教育工作者的角色需要从传统的理论传递者转变为学生心理发展的引导者和支持者^[7]。作为心理发展的引导者和支持者,促进学生自我认知,提供情感支持,鼓励自主学习,给予个性化指导,引导价值观的形成。不仅要求教育工作者有深厚的学科知识,还要具备良好的倾听、同理心和沟通能力。通过自我反思和持续学习,适应这一角色转变,不断提升自己的专业素养和教育实践能力。

3.2 丰富教育内容和教学方法

网络环境为思想政治教育提供了一个开放、多元的信息交流平台。各类信息密集地传递给学生,其中既有积极健康的内容,也不乏消极错误的信息,对青年学生的思想观念有深刻的影响。思想政治教育与网络中纷繁复杂的意识形态形成博弈,要求思想政治教育必须与时俱进,积极应对网络环境带来的挑战。

首先,教育内容需要不断更新,以反映时代特征和社会需求。思想政治教育内容以弘扬民族精神和时代精神为核心,不仅需要发挥传统优势,更要紧跟时代步伐。将当前社会关注的热点问题纳入教育内容,帮助学生正确理解和分析社会现象;引导学生学习不同文化背景下的价值观念,增强学生的文化包容性和国际视野;强化社会主义核心价值观的教育,引导学生树立正确的世界观、人生观和价值观。丰富教育内容还涉及拓展教育资源,如多媒体材料、案例研究、社会实践等。

其次,教育方法更需要创新,以增强对学生的吸引力。应注重方法的互动性、实践性和个性化。多样化的教学方法可以激发学生的学习兴趣,提高他们的参与度。例如,采用小组讨论、角色扮演、案例分析等互动式教学方法,可以帮助学生在实践中学习和体验。同时,利用信息技术,开发在线课程,突破时间和空间的限制;运用虚拟现实技术,模拟历史事件、社会现象等,增强教育的直观性和感染力,为学生提供更加丰富和灵活的学习环境,使思想政治教育更加生动有效。

3.3 营造有利于教育的环境

思想政治教育环境是影响思想政治教育的外部因素总和,是一个较为复杂、多样的系统,涵盖学校、社会和家庭等多个层面^[8]。随着融媒体时代的到来,学生能够通过多种途径获取到多源多模态的信息。这种信息的多样性和丰富性,虽然为思想政治教育提供了丰富的资源,但也无形中增加了环境的复杂性,使得教育面临更多的挑战和不确定性。教育环境的优化是一项系统工程,需要学校、社会和家庭的共同努力。

校园文化对学生的价值观和行为模式有着重要影响。积极的校园文化能够促进学生全面、均衡发展,而消极的校园文化则可能导致学生价值观的扭曲和行为的偏差。因此,塑造积极的校园文化,是思想政治教育成

功的关键。这需要学校管理层、教师和学生共同努力,通过营造开放、包容的校园氛围,鼓励学生表达自己的观点,尊重多元文化,倡导诚信、尊重和责任感等价值观。

思想政治教育不仅仅是学校的责任,也需要社会各方面的支持和协同。家庭、社区、媒体等社会力量都应参与到教育过程中,形成教育合力^[9]。家庭与学校携手合作,共同关注孩子的成长和发展;社区提供实践平台,让学生参与社会服务和公民活动;媒体宣传正面的价值观,引导公众对教育的关注和支持,扩大教育的覆盖面和影响力。

参考文献

- [1] 张莉,邓国峰.试论心理咨询法在大学生思想政治教育中的运用[J].学校党建与思想教育,2018(10):68-70.
- [2] 蔡勇.论心理咨询的理论与技术在高校思想政治教育中的重要作用[J].才智,2017(28):110,112.
- [3] 张永山.高校思想政治教育中心理咨询的重要性及其研究[J].才智,2016(15):30.
- [4] 彭聃龄主编.普通心理学第5版[M].北京:北京师范大学出版社,2019.
- [5] 钱铭怡.心理咨询与心理治疗(重排本)[M].北京:北京大学出版社,2016.
- [6] 罗伯特·索尔所,奥托·麦克林,金伯利·麦克林著.认知心理学第8版[M].上海:上海人民出版社,2019.
- [7] 李琦.心理咨询视阈下高校辅导员的角色分离与整合[J].江苏高教,2018(7):79-82.
- [8] 吕韦仪.融媒体视角下提升高校思想政治教育工作的路径研究[J].教育观察,2023,12(34):29-32.
- [9] 胡恒钊,文丽娟.“互联网+”背景下大学生思想政治教育合力育人路径研究[J].思想政治课研究,2019(2):107-109,78.

Applying Psychological Counseling Strategies to Enhance the Quality and Effectiveness of Ideological and Political Education

Jiang Yunzao Chen Lingli Li Qianao

College of Basic Education, National University of Defense Technology, Changsha

Abstract: The author explores ways to enhance the quality and effectiveness of ideological and political education through psychological counseling strategies. It starts by analyzing students' psychological needs, highlighting their close link with ideological and political education, and noting the issue of disconnection between educational practice and these needs. The integration of psychological counseling strategies, including communication and conflict resolution skills, positive regard and emotional support, and methods for promoting self-awareness and personal growth, is then examined. Finally, practical approaches to improving educational quality and effectiveness are proposed, such as enhancing educators' psychological counseling abilities, enriching educational content and teaching methods, and creating a conducive educational environment. Using these strategies can boost the appeal and effectiveness of ideological and political education, meet students' psychological development needs, and promote their overall growth.

Key words: Ideological and political education; Psychological counseling; Enhancement of quality and effectiveness