

红色文化融入高职学生心理健康教育的探讨

宋立娜, 孙立研

辽宁经济职业技术学院, 辽宁 沈阳 110122

摘要: 红色文化具有丰富的革命精神和历史文化内涵, 是优质的教育教学资源。以红色文化引领心理健康教育, 能够充分发挥心理育人实效, 促进高职学生优秀品德和健康心理的形成。高职院校应将红色文化分别融入教师心理健康教育教学、高职学生心理第二课堂、高职校园环境和各类心理健康教育实践中, 以更好地提高高职学生心理健康水平。

关键词: 高职教育; 红色文化; 大学生; 心理健康教育; 路径

中图分类号: G711

文献标识码: A

文章编号: 1009—7600 (2023) 11—0104—04

Exploration of Integrating Red Culture into Mental Health Education for Higher Vocational College Students

SONG Li-na, SUN Li-yan

Liaoning Technology Institute of Economy, Shenyang 110122, China

Abstract: Red culture has rich revolutionary spirit and historical and cultural connotations, and is a high-quality educational and teaching resource. Guiding mental health education with red culture can fully give play to the effectiveness of psychological education and promote the formation of excellent moral character and healthy psychology among vocational college students. Higher vocational colleges should integrate red culture into teachers' mental health education, the second classroom of vocational students' mental health education, campus environment, and various mental health education practice, in order to better improve the mental health level of vocational students.

Keywords: higher vocational education; red culture; college students; mental health education; path

近年来, 国家高度重视职业教育发展, 培育具有专业技能与工匠精神的高素质劳动者和人才, 这为大批高职学生提供了广阔的就业前景和发展空间, 同样也带来了巨大的挑战。对于高职学生来讲, 受到社会竞争日趋激烈的影响, 在学习、就业等方面易产生诸多压力。他们在追求成功的同时, 急功近利、好高骛远, 因而在心理层面也会产生一系列问题。红色文化蕴含了丰富的革命精神和历史文化内涵, 是对学生进行思想、心理教育的最好资源, 所

以高职院校应当充分挖掘红色文化资源, 用红色文化浸润学生心灵, 补足理想信念之“钙”, 为党育人、为国育才, 培养有理想、有担当、有能力、有健康身心的高素质技术技能人才。

一、红色文化与高职学生心理健康教育

红色文化是文化的重要组成部分, 是一种先进文化^[1]。红色文化的形成、发展、特征等与其他文化相比较具有明显的不同, 它是中国共产党在领导中国人民实现民族独立、人民解放和国家富强的过程

收稿日期: 2023-06-20

作者简介: 宋立娜 (1989—), 女, 辽宁沈阳人, 助教, 硕士; 孙立研 (1982—), 男, 辽宁昌图人, 副教授, 硕士。

2023年第11期

LNGZXB

104

中, 所形成的物质和精神财富的总和, 是马克思主义中国化的一种必然结果。而心理健康教育是根据学生生理心理发展的规律, 运用心理学的教育方法, 培养学生良好的心理素质, 促进学生整体素质全面提高的教育。红色文化作为极为宝贵的教育资源, 对提高高职学生的心理健康水平具有积极的促进作用。高职学生普遍文化素养薄弱、抗逆力较低, 受到自身、家庭、社会环境的影响容易引发各种心理危机, 在红色文化的熏陶下, 将思想政治教育的“育德”与心理健康教育的“育心”相结合, 使得高职学生的某些消极心理得到有效改善, 铸造高尚的思想道德品质。

二、红色文化在高职学生心理健康教育中的价值体现

(一) 提升高职学生的责任意识

将红色文化和心理健康教育结合起来, 有利于提高当代高职学生的责任感和使命感。红色文化蕴含的精神资源能够有效改善当代高职学生利己、自私、集体主义观念缺乏、意志力薄弱等不良品质^[2]。

(二) 促进积极心理品质的形成

心理学研究表明, 积极心理品质和幸福感联系密切, 红色文化的滋养可以为学生补充精神食粮, 培养学生真诚、勇敢、团结、自信等心理品质, 在幸福环境影响下, 挖掘学生内在潜力, 建构学生积极健康的心理品质^[3]。

(三) 激活高职学生对红色文化的情感

红色文化富含的情感元素能够提升学生对红色文化的认同。受到家庭、社会环境等诸多因素的影响, 许多高职学生情感淡漠、人际关系紧张、缺乏感恩意识, 以红色文化中积极的例子唤起学生的内在动力, 滋养新时代高职学生的精神灵魂^[4]。

(四) 锤炼坚强的意志品质

坚强的意志品质能够有效促进学生战胜自我、直面困难的勇气和决心。通过阅读、观看电影和电视剧、参观革命纪念馆等, 学生能够更深刻地感悟到先辈们顽强拼搏、甘于奉献的精神, 在对红色文化历史的厚积中迸发出行动的力量。

三、红色文化融入高职学生心理健康教育的路径分析

(一) 红色文化融入教师心理健康教育教学中

目前高职院校越来越关注学生心理状况, 增加

心理健康课时, 并作为一门公共基础必修课向全校学生开设。红色文化中蕴含的精神是心理健康教育必不可少的元素。在讲授心理健康过程中, 教师往往为了让学生深入浅出地学会并运用相关心理学知识, 采取讲授+互动体验的方式阐释心理现象, 促进学生理性思维的培养, 加深学生体验, 塑造积极的行为。例如, 在讲述压力和挫折时, 以影视赏析的形式展现英雄人物在面对困难时的心理状态, 强化思想价值引领, 在潜移默化中引导学生进行思考与产生共鸣; 也可以通过案例分析的形式, 由教师介绍英雄人物心路历程, 引出心理学效应, 而学生分小组进行讨论, 集思广益, 各抒己见, 分享各自的感受和体会, 切切实实把红色文化融进心理健康教育中^[5]。

(二) 红色文化融入高职学生心理第二课堂的活动中

心理第二课堂活动为保障学生心理健康提供了实践途径。在活动中学生能够展现自我、发挥主观能动性, 乐于创新和创造, 使自己的各项能力得到有效提升。红色文化具有强烈的感染性和渲染性, 可以对高职学生的心理和行为产生积极的作用^[6]。

首先, 充分开展“5·25”心理健康月活动。将显性教育与隐性教育并举, 坚持育心育德相结合, 以活动为载体, 全面推进和深化“三全育人”实效。如组织开展红色文化微视频制作竞赛、红色运动会、红色经典电影展播等, 帮助学生锤炼红色意志, 感悟革命先辈们向死而生的精神伟力; 举办校园心理情景剧大赛, 以红色文化为背景依托, 通过角色扮演方式再现革命场景, 与先辈进行跨越时空的对话, 引导学生在情景交融中汲取红色力量, 帮助学生进行自我反思与自我教育, 让红色基因在学生心中生根发芽。

其次, 发挥社团优势。相比于教师和教学过程而言, 学生社团与大学生联系更为紧密。学生社团作为课堂教育的补充和延伸, 为学生综合素质的提升提供了广阔的空间。社团活动对学生思想政治教育、文化知识教育、心理健康教育起到积极的推动作用, 发挥朋辈互助效能, 实现资源互通共享。高职院校可组建一支热爱红色文化、宣传心理健康知识的社团, 吸引一批热爱红色文化的学生加入其中, 形成团队合力, 开阔视野, 传承红色基因, 赓续红

色血脉,大力弘扬红色文化精神,激发学生主动性和创造力,增强思想政治教育的影响力和感召力。

最后,将文化、心理、艺术相结合,创新教育模式。由于传统的教学和学习模式刻板,学生有时会感到枯燥无味、兴趣淡然,而将艺术元素融入学生思想政治与心理健康教育中有利于创新型人才的培养。倡导以学生为中心的教学模式,在红色文化引领下,美育与心育相结合,精神与物质融为一体,引导学生用美的眼光感知外在世界,进行自我整合,培育积极心态。如采取绘画艺术表达的方式,用画笔讲述红色故事,触摸历史痕迹,厚植红色基因,从而读出学生心理世界,以美育心,以心育人,将文化、心理、艺术相结合,提升人文素养,筑牢文化自信,促进学生全面发展^[7]。

(三)红色文化融入高职院校环境中

环境在学生成长和发展中具有重要的影响,校园的文化建设是心理健康教育的重要环境载体,将红色文化与校园文化相结合,发挥文化育人功能,为学生创设一个好的育心氛围。

首先,应当加大红色文化宣传力度。坚持立德树人,筑牢网络育人阵地。可充分利用高职院校官网、微信公众号、视频号、微博等媒介传播红色思想,创设红色氛围,营造育人环境,增强学生积极情感。高职院校可在具有特殊意义的节日悬挂条幅和张贴海报,由内向外激发学生强烈的爱国情怀,使学生接受心灵上的熏陶和浸润,将红色文化内藏于心,外化于行,做红色文化的传承者和传播者^[8]。

其次,开展多种多样的红色文化传播活动。例如,设立红色文化宣传栏、开发红色文化宣传长廊、创设红色读书之家、邀请榜样先锋人物座谈、利用校园广播站播放红色歌曲等,以高职学生喜闻乐见的形式开展校园文化建设,彰显时代精神,展现学校风貌,助力学生心理健康成长。

最后,师生共同努力,让红色文化在高职学生心中扎根。高职院校要为教师搭建学习平台,定期组织教师参与红色文化学习体验活动,丰富教学内容,提高思想境界,用行动践行教师的初心和担当,用心助人、用爱育人,将红色文化中的真情实感传递给学生,师生齐心,实现红色文化与师生共成长。

(四)红色文化融入各类心理健康教育实践中

一是开展团体心理辅导活动。充分利用学校资

源,设计以弘扬红色文化为主题的团体心理辅导活动,赋能“红”资源,激发“正”力量。例如,可以将《歌唱祖国》《打靶归来》等歌曲作为团体心理辅导的背景音乐,也可模拟红军长征中的飞夺泸定桥、四渡赤水等场景,加入心理剧技术,多元化地体验红军长征路上的艰辛,以景育心,感悟当年“红军不怕远征难,万水千山只等闲”的革命精神,增强学生励志教育,让学生乐在其中、学在其中、悟在其中^[9]。

二是组织学生参与假期实践活动。纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行。高职院校可在寒暑假时组织学生进行校外实践,坚持知行合一,以体验式学习实现高职学生精神自觉。实地探访革命根据地,让学生亲身走进历史,感受最真实的渲染和熏陶;高校也可组织学生到就近的街道、社区走访慰问老红军、抗美援朝志愿军战士等,让学生深刻体会革命先辈们用生命写就的精神史诗,从“心”出发,让红色精神成为自己前进的动力和方向,实现高职学生精神自觉,促进学生自我教育^[10]。

三是鼓励高职毕业生参与“三支一扶”活动。“三支一扶”是指大学生毕业后到农村基层从事支农、支教、支医和扶贫工作。基层工作环境复杂艰苦、枯燥乏味,高职学生投身基层建设可为乡村经济的发展提供有力的人才支撑。一方面满足乡村振兴对于人才的需要,同时也为青年干事创业搭建良好的平台;另一方面青年学子朝气蓬勃、具有雄心壮志,他们可以为基层工作带去创新活力。艰难困苦、玉汝于成,经过基层历练,高职学生能够提高人生厚度、拓宽人生广度,更能坚定服务社会、建设祖国的信心和决心。

促进高职学生的心理健康和丰富他们的精神世界离不开红色文化的浸润和熏陶。把弘扬红色文化和心理健康教育结合起来,让学生产生思想上的领悟、情感上的共鸣、行动上的共进,不断完善高职学生心理调节机制,塑造健康积极的人格品质,培养良好的心理素质。以文化人,以心育人,架起文化与心灵的桥梁,培育高职学生积极向上的心态,助力高职学生身心全面发展。

参考文献:

[1]沈成飞,连文妹.论红色文化的内涵、特征及其当代

- 价值[J].教学与研究,2018(1):97-104.
- [2]李洪梅.红色文化与大学生积极心理品质塑造的价值关联[J].广东水利电力职业技术学院报,2019(2):77-80.
- [3]基艳.红色文化融入大学生心理健康教育的价值及实践路径[J].湖南科技学院学报,2022(2):98-100.
- [4]张建,柳磊.红色文化在高校的传播价值与传播策略研究[J].阿坝师范学院学报,2022(1):76-80.
- [5]康文艳.红色文化融入高职大学生生命教育的价值及路径[J].大学,2022(24):32-35.
- [6]陈金环.红色文化在高校心理健康教育中的育人价值[J].活力,2022(19):7-9.

- [7]吴鸣,李晓蕾.以文化人 启智润心[J].思想政治课教学,2021(8):30-32.
- [8]李超.以文化人:青少年社会主义核心价值观培育探析[J].思想政治课教学,2019(12):8-11.
- [9]王玲,陈昱霖.红色文化资源在高校思想政治教育中的价值和实现[J].学校党建与思想教育,2018(11):86-88.
- [10]渠长根,王静.新时代高校红色文化育人研究综述[J].浙江理工大学学报(社会科学版),2019(3):289-296.

[责任编辑,抚顺职院:王悦]

(上接 103 页) 要重点引领学生关注自身的行为、情绪和心态变化,以便洞察自身的性格特征,并有效地调整自身的心态与行为,促进自身发展。此外,心理健康教育应该更加注重指导学生的成长,从更加全面的硬性指标出发,帮助他们制定有效的自我监控目标和行动计划,以便他们能够真正地掌控好自己的心理。教师还需要帮助学生了解自己的个人价值观、生活态度等方面心理,增强学生的自信心和自我认同感,减少出现心理问题的可能性^[1]。教师需要通过教育学生关注周围的环境变化、人际交往情况等方面,让其更加敏感地发现自己行为可能存在的偏差,并及时调整心理状态,做出正确的行为。

总体而言,高校心理健康教育无疑是至关重要的,这不仅是为了让学生拥有良好的文化知识,而且还能够促进他们的个性成长,并有益于他们的身心健康。在这样的背景下,高校应真正意识到其重要作用,继而采取多种有效措施,向学生传播正面的心理健康内容,并加强心理健康教育实践活动,以提升心理健康教育的品质。学生心理健康教育工作任重而道远,高校教师还需要持续探索和研究,这样才能确保心理健康教育的最终成效。

参考文献:

- [1]崔景贵.关于促进中学与大学心理健康教育衔接的思考[J].江苏教育,2022(64):49-51.
- [2]熊映莹,葛晓青.基于生命教育视角的大学生心理健

- 康教育积极发展模式研究[J].教育研究,2021(1):108-110.
- [3]佚名.大学生心理健康教育质量提升的有效策略研究[J].特别健康,2021(20):159-160.
- [4]王文雅.课程思政背景下高职院校大学心理健康教育实践发展探析[J].牡丹江教育学院学报,2022(7):51-53.
- [5]温俊.浅析启发式教学在大学心理健康教育中的应用[J].中文科技期刊数据库(文摘版)教育,2021(4):189.
- [6]刘明娟.积极心理学对大学生心理健康教育的启示[J].教育理论与实践,2022(21):50-52.
- [7]丁志强.自我真情视角下大学生心理健康教育课程服务质量探微[J].真情,2021(4):12.
- [8]井莉.积极心理学视角下的大学生心理健康教育:评《健康心理学》[J].中国学校卫生,2021(5):72-74.
- [9]熊丽娜.浅谈生态观视域下大学生心理健康教育思路[J].环境工程,2023(1):19.
- [10]黄步庭.生态系统理论视角下大学生心理健康教育路径研究[J].环境工程,2022(4):85-85.
- [11]王荣山,魏雪.基于 OBE 理念的心理健康教育人才培养体系构建:以西北民族大学为例[J].中小学心理健康教育,2023(5):8-13.

[责任编辑,抚顺职院:陈辉]