

中华优秀传统文化融入高职学生心理健康教育对策

曾杨

(永州职业技术学院, 湖南 永州, 425000)

摘要:文章首先阐述了中华优秀传统文化与高职学生心理健康教育的关系,然后分析了中华优秀传统文化融入高职学生心理健康教育应遵循的原则,最后论述了中华优秀传统文化融入高职学生心理健康教育的对策。

关键词:心理健康教育;中华优秀传统文化;高职学生

中图分类号:G444

文献标志码:A

文章编号:2095-6401(2023)24-0120-04

党的二十大报告指出,“传承中华优秀传统文化,满足人民日益增长的精神文化需求”,“推进健康中国建设……重视心理健康和精神卫生”^[1]。这突显了中华优秀传统文化在当今时代的重要价值,也彰显了心理健康工作在党和国家工作中的重要地位。目前,心理健康已经成为影响高职学生成长的关键问题,而高职院校开展心理健康教育往往按部就班,以致效果不明显。中华优秀传统文化经过几千年的历史沉淀,蕴含着丰富的心理健康教育资源,将这些重要的心理健康教育资源通过文化育人的方式渗透高职学生心理健康教育,可在无形中帮助学生解决成长中面临的心理问题。

一、中华优秀传统文化与高职学生心理健康教育的关系

中华优秀传统文化中蕴含了很多心理健康教育资源,如“家国同构,忠孝一体”的人生观、“己所不欲,勿施于人”的人格观、“以和为贵,和而不同”的人际观、“天人合一,道法自然”的生命观^[2],这些心理健康教育资源对学生的理想信念、人格修养、人际关系、生命价值等教育有着重要的意义。因此,中华优秀传统文化对高职学生心理健康教育能起到“催化剂”的作用,二者之间有着紧密的关系。

(一) 中华优秀传统文化与学生理想信念

信念是人生发展的风向标,而崇高的信念是促进人不断前进的动力源。中华优秀传统文化提倡“家国同构,忠孝一体”的人生信念。“家国同构”指将“家”与“国”有机结合起来,用中华优秀传统文化来概括,就是人要先“修身”,“修身”才能“齐家”,“齐家”才能“治国平天下”,这是一种浓厚的家国情怀。“忠孝一体”指在家尽孝、为国尽忠,这种家国情怀与为人民服务的

使命感高度吻合。在高职学生心理健康教育过程中,将中华优秀传统文化蕴含的这种思想渗透学生的学习和生活,能够引导学生学以修身,具备良好的思想品德,树立正确的理想信念,遵守家庭美德与社会公德,激发不断前进的精神动力,苦练专业技能,将来更好地报效国家。

(二) 中华优秀传统文化与学生人格修养

中华优秀传统文化经过几千年的沉淀,具有的思想资源十分丰富,在学生的人格培养上作用明显。将中华优秀传统文化融入心理健康教育是完善学生人格的重要手段,有助于学生身心健康、全面发展。中华优秀传统文化提倡“己所不欲,勿施于人”的思想,其含义就是人要懂得换位思考,将心比心地待人,其中蕴含的就是人格的核心。在高职学生心理健康教育中引入中华优秀传统文化,能促使学生形成自我教育的人格,激发学生善良的心灵,使学生将美德根植于心田^[3]。高职院校育人的最终目标就是立德树人,培养道德好、技术高、心理素质过硬的学生,这与中华优秀传统文化倡导的完善人格修养相一致,故其能够对高职院校育人目标的实现起到极大的推动作用。因此,在高职学生心理健康教育中,教师要引导学生遇到事情时学会换位思考,自己不愿的事情千万不要强加于人。

(三) 中华优秀传统文化与学生人际关系

在现代社会,学生面临着各种人际关系的挑战和压力,如同学之间的竞争、亲密关系的维护,以及与教师和家长之间的相处等。这些压力可能导致学生出现心理健康问题和不良行为。而中华优秀传统文化的融入可以为学生提供一个积极健康的人际交往模式。人际关系的最高的境界就是“和”,中华优秀传统文化提

DOI: 10.16681/j.cnki.wcqe.202324029

作者简介:曾杨(1983—),女,讲师。研究方向:学生思想政治教育。

注:本文系2022年度湖南省高校思想政治工作质量提升工程资助项目“中华虞舜文化融入高职学生心理健康教育路径研究”(编号:22F61)。

倡“以和为贵,和而不同”。“以和为贵,和而不同”主张在包容中共生、在和谐中共存、在合作中共荣,这是中华民族文化最基本的思想,也体现了中华民族和睦友好、宽宏大量的“和合”思想。这种“和合”思想值得当代高职学生认真继承与发扬。因此,教师应将中华优秀传统文化融入高职学生心理健康教育,让其所蕴含的“和合”思想逐渐融入学生的脑海,以实现学生与同学、教师及与社会的融洽相处^[4],进而为推动和谐校园与和谐社会提供动力支撑。

(四) 中华优秀传统文化与学生生命价值

人的心理健康需要生命价值来维持,每个人都有自己的人生追求,都会努力让自己的生命有价值,这是人的心理需要。中华优秀传统文化提倡“天人合一,道法自然”的思想。“天人合一”指生命来源于天地,天人同构,这样的生命才具有价值。将中华优秀传统文化融入高职学生心理健康教育,能让学生体会到生命的神圣感,激发学生对生命价值的认同。“道法自然”提倡人们在成长中既要遵循自身心理与生理发展规律,还要遵循自然规律,这些思想与高职学校心理健康教育中提倡的“尊重来访者,无条件地积极关注”的观点相仿。即中华优秀传统文化的这种思想能使高职学生主动调整自身的行为,确保自身体内的和谐及其与外界环境相协调,从而更好地保持身心健康,以实现自身的价值。

二、中华优秀传统文化融入高职学生心理健康教育应遵循的原则

(一) 遵循现实性原则

中华优秀传统文化融入高职学生心理健康教育的过程需要考虑现实性原则,确保教育实践的可操作性和实效性。一是需要结合实际情况,注重实践操作。中华优秀传统文化的传承与发展,不应仅停留在理论层面,还需要融入实践。因此,在将中华优秀传统文化融入高职学生心理健康教育的过程中,教师需要结合学生的实际生活和自身的工作情况,让学生能够真正领略中华优秀传统文化的内涵和价值。二是需要尊重学生的个性和差异性。高职学生的个性和背景各不相同,教师应该考虑到这一点,根据不同学生的特点灵活地设计中华优秀传统文化融入心理健康教育的方式和内容,以满足学生的实际需求。三是需要贴近学生需求和现实问题。高职学生的实际需求和问题与其他人群存在差异,教师需要考虑到这些需求和现实问题,以便更好地应用中华优秀传统文化解决实际问题。因此,在将中华优秀传统文化融入高职学生心理健康教育的

过程中,教师需要抓住高职学生的现实问题和需求,注重实践操作,切实帮助他们改善心理健康状况。四是需要符合学生现代职业素质的要求。中华优秀传统文化需要与现代职业教育相结合,即要注重中华优秀传统文化精髓的实用性,将其与现代职业素质的要求相结合。对此,在将中华优秀传统文化融入高职学生心理健康教育的过程中,教师需要注重中华优秀传统文化精髓的实用性,打造出符合现代职业素质要求的新型教育模式。概言之,在将中华优秀传统文化融入高职学生心理健康教育时,教师应遵循现实性原则,关注学生的需求和问题,注重实践操作,符合现代职业素质要求,以便更好地提高学生的心理健康水平。

(二) 遵循教育性原则

将中华优秀传统文化融入高职学生心理健康教育,需要遵循教育性原则,以达到有效的传授和实践。一是需要注意启发。中华优秀传统文化的内涵和意义需要通过启发式的方式传递给高职学生。教师可通过讲故事、视听辅助、情景模拟等方式,引导学生体验中华优秀传统文化的魅力,激发他们的学习兴趣和主动性。二是需要注意交互。高职学生的心理健康问题具有多样性和复杂性,为了更好地解决问题,在将中华优秀传统文化融入心理健康教育的过程中,教师应该采用互动交流的方式,鼓励学生多与他人交流、分享心得体验,共同探讨解决方案,从而达到更好的效果。三是需要注意参与。在将中华优秀传统文化融入心理健康教育的过程中,学生应该成为主体,通过亲身参与的方式学习中华优秀传统文化,进而将理论知识转化为实践能力。同时,在实践中学生能够不断提高对于中华优秀传统文化的理解程度,从而深入领悟中华优秀传统文化的内涵。四是需要注意问题。高职学生心理健康教育的核心是解决实际问题,因此,在将中华优秀传统文化融入心理健康教育的过程中,教师应该在推导问题时,有意识地引导学生思考、探究和解析,使学生能够更好地理解、运用和传承中华优秀传统文化。概言之,在将中华优秀传统文化融入高职学生心理健康教育时,应遵循教育性原则,并采用启发式、交互式、参与式和问题式等有效的教育手段,以帮助学生更好地学习和运用中华优秀传统文化,提高心理健康水平。

(三) 遵循客观性原则

中华优秀传统文化融入高职学生心理健康教育应遵循客观性原则,以提高教育的客观性、真实性和科学性。一是需要注重事实和数据统计。高职学生心理健康教育需要建立在客观的事实和准确的数据统

计基础之上,以确保教育内容的真实性和可靠性。在将中华优秀传统文化融入心理健康教育的过程中,教师需要注意事实的真实性和数据的准确性,以增强教育的客观性。二是需要把握学生需求和社会需求。高职学生心理健康教育需要以客观的学生需求和社会需求为基础,以满足不同学生和社会的需求,达到教育目的。在将中华优秀传统文化融入心理健康教育的过程中,教师应该注重学生需求和社会需求的客观性与真实性。三是需要遵循科学方法和理论。高职学生心理健康教育需要以科学的方法和理论为基础,以确保教育内容具有科学性和系统性。在将中华优秀传统文化融入心理健康教育的过程中,教师应该注重科学方法和理论的贯彻,以提高教育的客观性。四是需要借鉴国内外先进经验和成果。高职学生心理健康教育需要借鉴国内外先进经验和成果,以确保教育内容具有国际视野和前瞻性。在将中华优秀传统文化融入心理健康教育的过程中,教师应该注重借鉴国内外先进经验和成果,以提高教育的客观性。概言之,中华优秀传统文化融入高职学生心理健康教育应遵循客观性原则,注重事实和数据统计,把握学生需求和社会需求,遵循科学的方法和理论,借鉴国内外先进经验和成果,以达到提高教育的客观性、真实性和科学性的目的。

三、中华优秀传统文化融入高职学生心理健康教育的对策

高职院校要牢牢把握立德树人的根本任务,运用文化育人与心理健康育人的客观规律,从组织领导、全员协同、平台搭建、运行保障、效果评价五个方面,构建中华优秀传统文化融入心理健康教育的对策,不断提升学校人才培养的质量。

(一)强化领导,以组织机制为育人打好基石

当前,将中华优秀传统文化融入高职学生心理健康教育,必须优化组织领导,只有具有强大的组织领导机制,才能确保育人工作的活力。一是育人责任主体的落实。学校育人工作的开展必须有从领导到普通教师的全员参与,只有这样,育人工作才能产生实效。学校党委要主动承担起育人的领导主体责任,将该项工作纳入学院党政工作的重要内容,同时学校要通过党委会与校长办公会,宏观把握中华优秀传统文化育人与心理健康教育的重难点,及时解决在工作推进中的突出问题。二是育人组织架构的优化。科学的组织架构能确保学校育人工作正常运转。高职院校要整合文化育人与心理育人的力量,构建由“学校领导小组—

学校文化育人办公室—院系文化与心理育人工作室”三级递进的组织机构,并明确组织机构中的部门职责与人员的责任,从而为学校育人打好基础。

(二)强化力量,以全员协同为育人提供支撑

要想做好高职学生心理健康教育,需要发挥多方力量的作用,只有依靠各种育人力量,才能使学校的育人工作迈上新的台阶。一是实现多方育人力量的协同。在育人过程中,单靠学校一方的力量是远远不够的,需要政府、家庭力量的输入,形成共同育人的合力。政府要发挥引导者的作用,从顶层设计入手,制定育人的宏观政策,为学校提供方向指引,并在相关经费上给予一定的倾斜。高职院校要发挥主导者的作用,在发挥校内育人的基础上,积极与社会联系,利用社会优秀资源提升学校育人的水平与成效。家庭在育人过程中的作用十分重要,家长要善于运用中华优秀传统文化对学生的熏陶作用,让学生从中汲取营养。二是实现多样育人平台的协同。要想提高中华优秀传统文化融入心理健康教育的效果,就必须多挖掘中华优秀传统文化中蕴含的心理健康教育资源。中华优秀传统文化经过了几千年的沉淀与发展,其中蕴含的心理健康教育资源十分丰富,如“孝”“仁”“和”“天人合一”等,对学生的成长有着重要的促进作用。高职院校要充分利用课堂、网络等多种平台传播中华优秀传统文化,促使学生坚定理想信念,完善人格,实现人际关系和谐发展。

(三)强化管理,以多元载体为育人搭建平台

高职院校需要强化活动管理,为中华优秀传统文化融入学生心理健康教育保驾护航,以确保育人工作的正常运转。一是强化文化认同,增强文化自信。高职院校心理健康教育的基础目标是帮助学生树立正确的认知,而中华优秀传统文化凝聚着中华民族的智慧和精神,需要被高职院校学生认同和接纳。因此,高职院校可以通过故事宣传、知识科普等方式,让学生了解中华优秀传统文化的内涵,增强文化认同感和自信心。二是融入生活场景,营造文化氛围。高职院校心理健康教育需要贴近学生的生活,对此,可以通过中华优秀传统文化的丰富内涵,践行中华优秀传统文化的理念,建立和谐的校园文化。具体而言,高职院校可以开展一些注重“礼”“仁”等传统文化的活动,如开展以“孝”“尊师”“诚信”等为主题的讲座、演讲比赛、诗歌朗诵等活动,以培养学生的文化自觉和高尚情操,营造文化氛围,促进学生心理全面健康发展。三是创新育人手段,丰富教育内容。高职院校可以通过多种媒介

手段,将中华优秀传统文化教育任务落到实处。一方面,要发挥学校官网、微信公众号等这些融媒体载体的作用^[9],这些新载体具有传播速度快、受众面广的特点,能使学生更多地了解相关知识;另一方面,要开展线上中华优秀传统文化培训班、制作中华优秀传统文化系列视频课程、组织中华优秀传统文化沙龙等,丰富教育内容,提高教育效果,激发学生参与的积极性和创造性。四是注重实践掌握,强化实际效果。中华优秀传统文化教育不能单单停留在书本上,而是需要高职院校结合实际情况,通过实践来强化实际效果。比如,高职院校可以组织义务助学、志愿者活动等社会实践,通过中华优秀传统文化的理念启发学生更好地进行实践,并借此实践让学生赢得他人的尊重与信赖。

(四)强化投入,以运行保障为育人打造环境

高职院校需要确保经费投入,为中华优秀传统文化融入学生心理健康教育提供基本保障,以确保育人工作的正常运行。一是合理设置经费。“兵马未动,粮草先行”,高职院校在学校经费预算中要将文化育人与心理育人的专项经费纳入其中,以保障相关工作的运行。高职院校要拿出专门经费来培育中华优秀传统文化育人与心理育人相结合的项目,安排专人负责项目经费的管理,有效监督项目经费,使之用在“刀刃”上、用在实际需要的地方,同时动态管理项目资金,合理调整经费的使用,为学校的育人保驾护航。二是营造育人环境氛围。高职院校要以自身的办学特色与专业特色为主基调,打造自己的文化符号,为学生提供良好的育人环境。高职院校在校园整体布局、景观设计、校徽、校旗、校歌的设计中既要注重中华优秀传统文化的传承,还要结合学生的身心特点,让学校的一草一木都能“说话”,让学校的一砖一瓦都能体现文化价值,让学生在学校的每一个角落及任何时间都能感受到中华优秀传统文化的浓厚氛围,并且只要走进校园就能有轻松愉悦的心情。

(五)强化监督,以效果评价为育人增强实效

高职院校将中华优秀传统文化融入学生心理健康教育的效果,需要通过评价来检验,故构建相关的评价机制,可以进一步提升学校文化育人与心理育人的效果。一是评价体系要科学。评价体系的构建要坚持科学合理、符合高职教育实际、便于操作等原则。在系统性方面,设置的评价体系要考量育人的方方面面,以确保能全面检验各个环节的成效。在先进性方面,要跟上时代的步伐,结合社会主义核心价值观^[6]。在动态性方面,要根据以往的实施效果,不断总结经验与不足,及时调整评价内容与方法,以形成最佳的评价体

系。同时,评价指标的设置,既要考虑量化评价与理性评价相结合,还要结合文化育人与心理育人的特点和规律,注重中华优秀传统文化融入心理育人的效果的考量。二是评价主体要全面。育人质量的评价最主要的还是要通过主体来实施,高职院校要充分发挥教师与学生两个主体的评价作用,将教师的教学评价与学生的主体评价相结合,检验育人的效果^[7-8]。同时,还要积极邀请企业、家长、专家等校外主体参与评价,通过多方评价来提升检验成效。三是信息反馈要及时。检验评价最重要的目的就是为以后的工作提供思路与参考。高职院校要畅通反馈机制,确保各级、各部门能及时掌握动态信息,第一时间将信息进行记录、分析与评价,并及时将这些结果反馈给评价者,做到有评价、有反馈,实现育人效果的最大化^[9]。

四、结语

中华优秀传统文化经过几千年的历史沉淀,蕴含着重要的心理教育资源^[10]。高职院校通过强化领导、强化力量、强化管理、强化投入、强化监督,构建以组织机制为育人打好基石、以全员协同为育人提供支撑、以多元载体为育人搭建平台、以运行保障为育人打造环境、以效果评价为育人增强实效等对策,将中华优秀传统文化蕴含的心理和思想元素融入学生心理健康教育,这样不仅能丰富学校心理健康教育的思路和方法,还能促进学校心理健康教育的全面覆盖和真正落实,进而有助于提高学生的心理健康水平。

参考文献:

- [1] 习近平:高举中国特色社会主义伟大旗帜 为全面建设社会主义现代化国家而团结奋斗——在中国共产党第二十次全国代表大会上的报告[EB/OL].(2022-10-16)[2023-04-20].<https://baijiahao.baidu.com/s?id=1747731294518899648&wfr=spider&for=pc>.
- [2] 俞荣根.儒家法思想通论(修订本)[M].北京:商务印书馆,2018:23.
- [3] 李晶.让舜文化成为高职学生圆梦的“助推剂”[J].法制博览,2017(15):57-58.
- [4] 龚光军.敬以直内,义以方外:儒家视域下大学生人际交往研究[J].当代教研论丛,2022,8(12):94-98.
- [5] 陶梦馨,侯小花,郭丽娜.融媒体时代中华优秀传统文化融入高校心理健康教育的策略研究[J].产业与科技论坛,2022,21(15):154-155.
- [6] 谢玲.社会主义核心价值观视域下高校红色文化教育研究[D].株洲:湖南工业大学,2017.
- [7] 郭楠.中华优秀传统文化融入大学生心理健康教育课程研究[J].公关世界,2023(16):111-113.
- [8] 居妍.中华优秀传统文化视域下大学生心理健康教育的耦合逻辑与路径探析[J].教育视界,2023(32):67-71.
- [9] 陆时红.中华优秀传统文化融入大学生心理健康教育的现实困境及对策分析[J].邵阳学院学报(社会科学版),2023,22(2):86-90.
- [10] 熊英,魏熠菲.中华优秀传统文化融入大学生心理健康教育研究[J].河南教育(高等教育),2023(4):34-36.