

# 中华传统文化视角下心理育人路径探析

殷长元

湖北工程学院新技术学院，湖北孝感市，432100；

**摘要：**中华传统文化深刻影响了民族精神和人格塑造。本研究探讨中部两所高校学生对这一文化的认识及其对心理育人影响，以及文化与心理育人融合的程度。研究旨在探索如何将传统文化融入高校心理健康教育，并提出适应中国特色社会主义文化背景的新理论和方法。将传统文化融入现代高校心理健康教育，已成为一种趋势。

**关键词：**传统文化；心理育人；现状；对策

**DOI：**10.69979/3029-2735.25.09.092

中华优秀传统文化是中华文明的智慧结晶和精华所在，是中华民族的根和魂，是我们立足于世界文化激荡中的坚实基础。<sup>[1]</sup>优秀传统文化对培养高尚品质的中华儿女至关重要。目前，将传统文化与高校心理健康教育结合是趋势。深入研究传统文化资源，探索融合中国特色社会主义文化的心理健康教育新理念、方法和技术，是实现传统文化与高校心理教育有效结合的关键。利用传统美德塑造学生内心世界，增强他们对中华文化的认同感。

## 1 问题提出

学术界研究中华优秀传统文化与心理育人结合，主要分为理论基础研究。这类研究强调中国文明历史中佛教、道教、儒家、医学等思想对国人心理建设的影响。将民族传统文化融入心理健康教育，可拓宽专业视野，探索发展可能性，深入挖掘和阐释民族传统文化的现代意义，促进其繁荣。<sup>[2]</sup>结合中华优秀传统文化与心理健康教育具有重要性。研究探讨了这种融合的可行性。学者指出，这些文化包含丰富的思想、人文精神和道德规范，指导青年认识和改造世界，辨别是非，进行人际交往，引导他们向上向善，成长成才。它们在培育大学生健康社会心态方面，从文化引导认知、疏导情绪、主导价值共识、倡导公共人格、督导社会行为等方面发挥作用。<sup>[3]</sup>学者们构建了中国特色高校心理健康教育体系，融合社会主义文化与心理健康教育。例如，将儒家伦理道德应用于生命意义教育，培养大学生理性应对压力，建立和谐关系；结合红色文化，将革命精神融入学生意志品质；以及将社会主义核心价值观融入心理健康教育，进行实践性研究。<sup>[4]</sup>第三类研究关注文化背景下心理育人路径和对策。有学者认为，青少年心理健康教育对建设教育强国和实现健康中国至关重要，需家庭、学校和社会共同参与。高质量的心理健康教育体系应整合家庭教育和社会教育，形成协同的教育生态系统。<sup>[5]</sup>

有学者指出，解决大学生心理问题需家庭、学校和社会合作。学校应加强心理健康课程和师资，重视校园生活育人，教师要注重师德，利用课堂建立和谐师生关系，学生要培养良好习惯和社会责任感。<sup>[6]</sup>在心理育人路径研究方面，有学者认为应扎实推进“三全育人”落地生根，以提高心理育人实效性为目的<sup>[7]</sup>。学者提出思政教育与心理健康教育协同育人，深入研究二者结构、形式、内容、方法、特点，找出内容和方法的契合点，设计科学有效的育人计划，实现育人目标。<sup>[8]</sup>学者建议，高校心理健康教育需结合德育和心理教育，创新发展。未来将趋向本土化、深入研究，专业化、全员参与，多元化、智能化方式，法制化、规范化流程。同时，我国高校心理育人工作面临家庭文化资本、三全育人机制、网络舆论场域等挑战。<sup>[10]</sup>

在新时代中国特色社会主义思想指导下，探索传统文化与心理健康教育的联系。通过教学、活动和咨询服务等途径，帮助大学生建立积极的心理健康状态，促进心理素质与思想道德、科学文化素质的协调发展，引导学生形成正确的世界观、人生观和价值观，培育健全心理素质和良好习惯，增强文化自信，推动学生全面发展。

## 2 中华优秀传统文化在高校心理育人中的现状与问题

为研究中华优秀传统文化在高校心理教育中的应用，课题组以中部地区大学生为对象，通过问卷和访谈深入分析，旨在提升学生的心理健康和综合素质。

课题组开发了“中华优秀传统文化与心理教育”态度量表，收集了参与者的性别、专业、年级等信息，以及他们对中华优秀传统文化的认知、影响、文化与心理教育融合情况、高校心理教育问题和中华优秀传统文化实践现状的数据。在中部地区的两所大学中，向 65.85% 文史类专业的 615 名学生发放问卷，回收 606 份，有效回收率为 98.54%。

## 2.1 研究显示，问卷调查主要基于学生在校接触传统文化的实际情况。

问卷调查结果分为五个类别，每类 20 分，总分 100 分。类别包括：中华优秀传统文化了解、影响心理教育的程度、文化与心理教育结合、现存问题及学生实践情况。结果按专业类别划分，采集相关信息：

数据分析显示，艺术类专业对中华优秀传统文化的了解得分为 13.31，文史类专业为 13.44，汉语言文学专业为 13.09，均高于理工类的 11.47。在传统文化对心理教育影响方面，文史类专业得分最高，为 15.33，其次是汉语言文学专业 14.74，艺术类专业 14.17，理工类专业 13.83。在文化与心理教育结合程度上，汉语言文学专业得分 13.17，艺术类专业 12.73，文史类专业 12.24，理工类专业 11.49，呈递减趋势。在传统文化在心理教育上的问题方面，艺术类、汉语言文学类、理工类专业得分均超过 15 分，文史类专业得分较低，为 12.91。学生在传统文化实践方面，四类专业得分相近。

这些数据反映了中华优秀传统文化在高校心理教育中的应用现状，并为未来融合二者提供了实证基础。

## 2.2 研究分析

调查显示，中华优秀传统文化在心理育人方面面临问题：学生对传统文化认知差异大，文化与心理育人结合不紧密，实践环节薄弱，资源及师资分配不平衡，校园文化环境支持不足。这些挑战需多方共同努力解决。

## 3 中华优秀传统文化在心理育人中现存困境的原因分析

为提升大学心理教育效能，需融合中华优秀传统文化与心理健康教育，增强教育工作者的文化自觉与认同。实践中，传统文化在心理育人中面临困境，原因主要有四点。

### 3.1 认知与理解有局限

中华优秀传统文化历史悠久，但现代社会对其育人价值认识不足。教育者和学生往往只了解其表层，未深入理解其心理滋养内涵，影响了其在心理育人中的应用。教育体系强调专业技能，忽视人文素养提升，导致传统文化教育边缘化。不同学科背景学生对传统文化认识有偏差，文史艺术类学生更易深入理解，理工科学生接触较少。全球化和互联网普及带来外来文化影响，年轻人易受时尚文化影响，忽视传统文化，导致青年群体对传统文化认知差异。

### 3.2 教育体系衔接不完善

中华优秀传统文化在心理育人领域面临挑战，主要由于教育体系衔接不完善。从小学到大学，缺乏连贯的教育规划，导致传承断层和课程不生动，大学生对传统文化了解不足。文理学科界限分明，使得理工科学生难以接触传统文化，且存在观念偏差。此外，社会、家庭、学校在推广传统文化方面存在不足，导致传统文化的心理育人功能难以充分发挥。

## 3.3 实践应用不充分

中华优秀传统文化在心理育人中的应用遭遇挑战。高校课程偏重专业知识，留给传统文化心理素质教育的空间有限，缺乏跨学科合作。现代社会信息繁多，若实践活动设计不吸引人或教师缺乏实践经验，学生参与度会降低。传统文化在心理育人中的应用多停留在理论，缺乏具体实施路径。教育工作者虽认识到传统文化的价值，但理论转化为实践措施仍需解决。源于西方的心理咨询与辅导在中国的适用性有限，缺乏运用传统文化的经验。

## 3.4 师资队伍文化建设不足

教育者需具备文化素养和心理教育能力，将中华优秀传统文化融入心理育人。然而，复合型师资不足，心理健康教师虽有兴趣，却缺乏系统培训和专业指导，难以有效运用传统文化。同时，教材和教具资源不足，专业研究和学术交流缺乏，限制了理论和实践的发展。学科特性差异导致教师资源分布不均，汉语言文学和艺术类教师更易结合传统文化进行心理健康教育，而理工类教师因学科特性，与传统文化接触少，难以激发兴趣，影响了心理健康教育的引导。

## 4 中华优秀传统文化在高校心理育人中的优化路径

在马克思主义中国化和时代化的百年历程中，中华优秀传统文化始终扮演着关键的推动角色。党的二十大报告明确提出了“两个结合”的重要理念，即“将马克思主义基本原理与中国具体实际相结合，以及与中华优秀传统文化相结合”<sup>[11]</sup>。核心理念是保持马克思主义的活力。中国共产党推进马克思主义中国化和时代化，融合中华优秀传统文化，实现马克思主义与中华文化的深度结合。这种“两个结合”有助于深入理解马克思主义原理，认识中华文化的价值，推动马克思主义在中国的发展，增强活力与创造力。现代化进程中，物质文明与精神文明协调发展至关重要。高校作为培养中国式现代化建设人才的基地，应重视精神文明建设，在思想政治教育中强调中华优秀传统文化。有助于“延续中华文化的脉络，推动中华优秀传统文化的创造性转化与创新性发

展”<sup>[12]</sup>。文化育人是“十大育人体系”的核心，通过融入先进文化，培养德才兼备的人才。传承和创新中华优秀传统文化对社会主义文化发展至关重要，是高校思想政治工作的核心。

中华优秀传统文化是中华民族文明的深厚积淀，包含丰富的哲理和智慧，对高校心理育人具有重要价值。面对全球化和信息化的挑战，我们需要利用这一文化优势，挖掘其在心理育人中的潜力，并探索其功能及优化路径。

#### 4.1 加强宣传与教育，祛除对中华优秀传统文化心理育人价值的认知与理解偏差

建立文化心理研究中心，研究传统文化与心理育人的结合，提升社会对传统文化价值的认识。通过多种媒介宣传传统文化心理育人价值，内容易懂，强调其在塑造健康心理、培养品德方面的作用。媒体和互联网利用短视频、直播等形式向年轻人普及知识，引导他们运用传统文化提升心理健康素养。通过传播正面信息激发公众兴趣，促使更多人了解、学习和传承传统文化。在学校、社区、企事业单位举办教育活动，邀请专家分享传统文化精髓及其应用案例，鼓励互动，加深理解。

#### 4.2 完善教育体系，建立更加紧密的中华优秀传统文化心理育人衔接机制

融入教育体系的中华优秀传统文化至关重要。高校需更新理念，特别是理工科，增加相关课程比重，设计有吸引力的跨学科学习活动，提升学生文化素养和道德品质。同时，完善从小学到高等教育的传统文化教育衔接，确保内容连贯递进，制定统一政策，分阶段设定教育目标，开发系统教材，丰富教学资源，如图书、音像制品、网络课程等，以满足不同学段需求。这些措施有助于传承和弘扬中华优秀传统文化，发挥其在心理育人中的潜力。

#### 4.3 创新实践方法，拉近理论学识与社会实践之间的距离

为推广中华优秀传统文化在心理育人中的作用，课程设计需平衡专业技能与文化教育，并创新教学方法，例如融合主题教育与文化体验。通过媒体与文化活动提升公众意识。鼓励学生体验传统文化，如书法、国画，以培养其健全人格。学校应创新文化活动，如传统文化节和诗词朗诵，利用微视频和展示区让学生日常接触传统文化。结合传统心理调适方法，如冥想和太极拳，与现代方法结合，形成中国特色心理育人模式，推动传统文化心理育人价值的宣传与教育。

#### 4.4 加强师资培养，打造高素质的专业队伍

学校致力于培养高素质的传统文化心理育人教师队伍。通过专业培训提升教师的传统文化和教学技能，鼓励创新和利用现代技术促进经验分享。通过交流活动拓宽教师视野，学习先进理念，增强文化自信。建立激励机制，表彰优秀教师，激发积极性和创造力。这些措施有助于提高教师的传统文化和心理育人能力，为培养具有深厚文化底蕴和良好心理素质的学生奠定基础。

#### 参考文献

- [1] 坚定文化自信秉持开放包容坚持守正创新为全面建设社会主义现代化国家全面推进中华民族伟大复兴提供坚强思想保证强大精神力量有利文化条件[N], 人民日报. 2023-10-9 (01).
- [2] 戴晓伟. 中华传统文化中的修心理论研究——评《当心理咨询遇上传统文化》[J], 语文建设. 2021 (05)
- [3] 吕小康. 高校心理育人体系的现实困境与历史反思[J], 社会科学. 2023 (02) 未公开出版
- [4] 刘丽莉, 张永红. 中华优秀传统文化在大学生健康社会心态培育中的作用及路径选择[J], 学校党建与思想教育. 2018 (07)
- [5] 彭敏, 黄莹. 家校社协同推进青少年心理健康教育：问题审视与纾解路径——基于互动仪式链理论的分析[J], 当代教育论坛. 2023 (06)
- [6] 冀文彦, 刘林. 大学生心理困惑归因及高校心理健康教育策略研究[J], 中国高等教育. 2023 (Z2)
- [7] 马喜亭, 冯蓉. 建强高校心理育人队伍扎实推进“三全育人”[J], 中国高等教育. 2022 (10)
- [8] 陈敏艳, 倪东. 思政教育与心理健康教育协同育人策略探讨[J], 中学政治教学参考. 2023 (22)
- [9] 李焰, 朱丽雅, 王瑞, 杨笑蕾. 育德与育心结合导向下高校心理健康教育的创新发展[J], 教育发展研究. 2022, 42 (10)
- [10] 陈南菲. 新时代高校心理育人工作高质量发展面临的现实挑战与应对策略探究[J], 思想教育研究. 2023 (06)
- [11] 习近平. 在庆祝中国共产党成立100周年大会上的讲话[R]. 北京. 人民日报, 2021 年.
- [12] 习近平. 全国宣传思想文化工作会议精神要点[R]. 北京. 人民日报, 2023 年.

作者简介：殷长元（1976—）中共党员，湖北工程学院新技术学院学工部（处））