

全人教育理念下高校心理课程五育融合育人路径研究

李美凤 单锐 梁爽

哈尔滨信息工程学院 黑龙江 哈尔滨 150000

【摘要】：全人教育理念以培养“完整的人”为核心，强调个体生理、心理、道德、审美、劳动能力的全面协调发展，与我国德智体美劳“五育并举”育人方针高度契合。当前高校心理课程存在目标单一化、内容碎片化、与五育割裂等问题，难以满足大学生心理成长与综合素养提升的双重需求。本文基于全人教育理念，立足心理课程育人本质，解析五育与心理课程融合的内在逻辑，系统构建“德育铸魂立心、智育赋能润心、体育强基健心、美育滋养暖心、劳育砺行强心”的融合育人路径，提出优化策略，为高校心理课程改革、落实五育并举、培养全面发展人才提供理论参考与实践借鉴。

【关键词】：全人教育；五育融合；高校心理课程；心理成长；育人机制

DOI:10.12417/2982-3803.26.02.012

1 引言

1.1 研究背景

《中国教育现代化 2035》提出，“更加注重全面培养，大力发展素质教育，坚持健康第一，发展个体特长，提升综合素质，促进德育、智育、体育、美育和劳动技术教育有机融合”^[1]，这就对高校的心理课提出了更高的要求——心理课是大学生心理健康教育的重要途径，不能只停留在对心理问题的治疗上，还要提高学生的综合素质水平。全人教育的理念源于古希腊时期的和谐教育观，并在人本主义心理学家罗杰斯及美国心理学家马斯洛的需求层次论影响下逐渐成型^[2]。“全人教育”的内涵是指以培养学生健全人格为目的，在注重学生心理健康发展的基础上，更加关注学生德、智、体、美、劳的全面发展。这与心理课“帮助学生获得身心健康发展”的基本理念相吻合。然而目前关于在全人教育视角下心理课程五育融通的研究相对较少，如何实现有效的、可持续发展的融合育人模式是高校开展心理健康教育的关键所在。

1.2 国内外研究现状

(1) 国外研究现状：国外对全人教育的研究起源于 20 世纪 60 年代，拥有不同的学说及方法论，能够为心理课程与五育相结合提供一定的理论依据。罗杰斯认为“以人为本”，注重因材施教，主张让学生的情感与理性得到全面发展，这给心理课程中渗透德育、美育以及体育等内容奠定了心理学基础。美国杜威提倡“教育即生活、教育即生长”^[3]，把劳动教育、体育、心理教育渗透于日常生活中，形成一体化的育人实践方式，并被欧美各高校所吸收，发展出“体验式心理课程+多元实践”的整合形式。

(2) 国内研究现状：我国对全人教育的研究起步较晚，

在 21 世纪初期开始兴起，并在近几年伴随着五育并举政策的出台，越来越多地将心理课程与五育进行结合。王晨等人讨论了基于全人教育视角的高校通识类心理课教学改革路径，强调通过对课程内容的优化来达成五育融合的目的^[4]；我们发现，在有关五育融合的研究方面，有的研究局限在一域（如艺术+心理健康教育），较少有一体性地研究五育如何共促学生成长的相关成果；在实践方面，大多聚焦于课程活动层面上，鲜见课程开发、教学实施、评价改进等方面的探索。未能形成可复制的系统经验。

2 核心概念界定

2.1 全人教育理念

全人教育是指以人为主体的一种教育理念和教学模式，主要指的是一个“完整的个人”，可以简单地理解为“全面发展、充分个性化以及理论联系实际”的意思。全人教育的主要特点为：以人为本、整体协调性、实践体验性、持续发展性，这正好与高校心理课程教学旨在“促进大学生身心健康发展”的基本宗旨相契合，对心理课的五育融合有重要的指导作用。

2.2 心理课程五育融合

心理课程五育融合是指以全人教育为引领，将德育、智育、体育、美育、劳育的育人目标与内容，有机融入高校心理课程的目标设定、内容设计、教学实施与评价反馈全过程，构建“各育渗透、以心育为核、协同增效”的课程体系。智力发展是心理健康课的知识基础，能增强学生的心理认识能力和自我探究能力；体育锻炼是心理健康课的身体保障。能促进心理与身体的协调发展；美育赋予心理课以美的教育意义，能愉悦心情、润泽心灵；劳育为心理课提供活动平台，培养学生的责任感和抗挫能力。

3 全人教育理念下高校心理课程五育融合的育人路径

3.1 德育铸魂立心：筑牢心理课程的价值根基

(1) 重构德育融合内容：将德育内容及案例融入心理课程模块，在“心理知识+道德修养”方面做到有机结合。“自我认知”模块融入“责任担当与自我价值实现”，通过名人案例让学生在对自我的认识过程中树立责任意识，“情绪调节”模块融入“道德情绪管理”，讲述愧疚、感恩等道德情绪如何进行调节，培养良好的道德情感；在“人际关系”单元，加入“友好交流、诚实待人”板块，让学生扮演角色，实践道德规范。可借鉴朋辈讲堂模式，在心理课程中设置“道德心理分享”环节，让学生分享身边的道德榜样故事与人际互助经历，实现道德认知与心理体验的同步提升。

(2) 创新德育融合方法：采用“案例教学+情景模拟+朋辈互助”的融合教学方法，避免道德教育的说教式渗透。以寝室关系处理、诚实守信、服务他人等大学生日常生活中的常见道德心理情境为例，让学生进行小组探讨，在情境中探究存在的心理矛盾及所面临的道德抉择；开展“道德两难困境”角色扮演，“当好友向你提出请求，请其代替自己参加考试”的情形下你会怎么做？当看到身边某位同学出现心理问题会采取什么态度？等等，帮助学生在情境体验中学会道德取舍以及正确处理自身心理矛盾的方法。成立心理课程朋辈帮扶小组，引导学生在小组内部进行心理帮扶、德性互帮，将道德认识付诸行动，在心灵成长中树立价值坐标。

3.2 智育赋能润心：强化心理课程的知识支撑

(1) 丰富智育融合内容：采用“基本的心理学知识+多元化交叉领域知识+实践运用技能”三个层面的内容设计。“基本的心理学知识”包括普通心理学、发展心理学、积极心理学等知识，是学生进行心理健康建设的基本理论储备；多元化交叉领域知识包括与德智体美劳相联系的心理学知识，如体育心理学中关于运动对情绪的影响、美育心理学中关于艺术治疗的相关知识以及劳动心理学中关于劳动心理素质等方面的知识；第三层面是应用性训练模块：主要指在实践中运用的心理测量技术、心理调适、缓解焦虑、处理人际关系等方面的具体方法和技术。

(2) 创新智育融合方法：采取“课堂讲授+案例分析+心理实训”的模式，将知识传授和能力培养贯穿于课堂教学全过程。应用建构主义学习理论，通过对心理案例的小组讨论，帮助学生自主建构心理知识；利用心理测评软件、VR 技术进行心理实训，在做中学，掌握心理测评、情绪管理等内容；设置“心理知识应用”任务，让学生尝试利用所学知识分析自己的心理问题或者制定自己的心理成长计划，也可以帮助同学解决

一些简单的心理困惑，达到“学懂、弄通、会用”的智育目标。

3.3 体育强基健心：构建身心协同的育人体系

(1) 融入体育相关内容：结合心理课的主题内容，融入体育心理学知识及运动体验的内容，在“管理情绪”的板块内，讲解运动对情绪的作用机理，介绍跑步、瑜伽、团体舞等释放压力的运动方式及其作用机理；在“心理韧性”的板块内，穿插一些体育竞赛中克服挫折的心理素质训练实例，讲解如何进行体育运动以提升自己的心理韧性，让学生在运动中磨练意志。

(2) 创新体育融合形式：以“理论讲授+户外体验+心得体会”的模式，突破传统心理课教学的教室限制。把一些心理课的内容移到操场、体育馆进行教学，带领学生参加团体运动、正念瑜伽、运动嘉年华等，在运动过程中舒缓压力，宣泄情绪；在活动之后进行心理分享会，引导学生表达运动过程中的心理感受和变化，加强对身心协调发展规律的理解；引导学生自己制订运动计划，在日常生活中进行锻炼并在心理健康课上汇报体育运动带来的心理变化，形成终身体育观念，提升自我管理能力。

3.4 美育滋养暖心：实现情绪疗愈与心灵升华

(1) 丰富美育融合内容：构建“艺术审美+情绪疗愈+心理成长”的美育融合内容体系。在“情绪表达”模块，融入绘画、音乐、手工等艺术疗愈内容，如“听音绘心”“黏土捏塑疗愈”“缠花解压”等，让学生通过艺术创作表达内心情绪；在“心理疗愈”模块，讲解艺术疗愈的基本原理与方法，介绍绘画疗愈、音乐疗愈、戏剧疗愈等主流形式，帮助学生掌握自主艺术疗愈技能。

(2) 创新美育融合方法：采用“艺术体验+创作实践+心灵分享”的教学方法，营造轻松、包容的课堂氛围。邀请艺术专业教师开展联合教学，指导学生进行艺术创作与欣赏；设置“艺术疗愈工作坊”，让学生在彩绘、拼贴、音乐创作、即兴合奏等活动中释放情绪、梳理心事；开展艺术作品分享会，鼓励学生分享创作背后的心理故事，在交流中获得情感共鸣与心灵支持；将美育体验延伸至课外，组织学生参观艺术展览、欣赏经典剧目，在生活中感受美育的心理滋养作用。

3.5 劳育砺行强心：培育责任意识与心理韧性

采取“讲授知识+劳动实践+反思内化”的模式，将劳动教育过程与心理健康教育过程有机结合。“走出去”，鼓励学生参与学校劳动（如卫生清扫、心理活动室装饰），参与志愿工作（如社区心理宣传、关爱老人），参与家务劳动（如做手工艺品、做饭），在劳动过程中面对困难、承担压力。以劳动后召开反思总结会的形式，让学生梳理自己劳动的心理变化，思考面对困难是如何增强心理韧性的；布置“劳动心理日记”的作业，鼓励学生记录劳动中的感受、收获和困惑，在课堂上分享讨论，加深对劳动滋养心灵的理解。

4 问题与优化策略

4.1 现存问题

(1) 师资能力不足,难以支撑多元融合:心理课程五育融合对师资提出更高的要求,既要具备心理学专业的素养,又要具备五育相关的知识能力。目前高校心理教师大多是心理学专业的,缺少美育、体育、劳动教育等方面的专业能力,无法进行高质量的融合教学活动的设计与开展;另外,跨学科师资协同不够,没有与艺体劳教师的合作,限制了融合程度。

(2) 评价机制不完善,反馈闭环未形成:现有的评价多注重心理知识及技能方面的评价,对于五育素质提升效果的评价缺少针对性和系统性;评价方法以教师评价为主,同伴互评、自评所占比例较小,无法充分体现出学生的心理发展和综合素质提高程度,而且评价结果反馈不够及时,并未加以有效利用。不能根据评价的结果改进课程内容及教学方式方法,以实现“评价-反馈-改进”。

4.2 优化策略

(1) 强化师资建设,完善跨学科协同机制:强化对心理教师进行五育融合培训工作,以专题讲座、跨学科研讨、实践研修为载体提高教师美育、体育、劳动教育等方面的能力素养;构建跨学科师资协作共同体,邀请心理教师、艺术教师、体育教师、劳动教育教师参与课程开发及教学活动,明确自身角色定位及责任担当,凝聚育人合力;引入行业专家、朋辈优秀讲

师进入课堂授课,充实教师队伍,提高融合课堂教学质量。

(2) 完善评价机制,形成闭环育人体系:建立“心理发展+五育素质”的双目标评价标准,明确各项评价细则,在评价学生心理知识、心理能力发展的基础上,增加对学生品德、审美、体能、劳动等方面素质发展的评价;改进评价手段,加大同伴互评、自我评价、实践行为等方面的比重,并将量规评价与质性评价结合使用,系统体现育人成效;构建评价结果反馈及应用机制,及时获取学生、教师的反馈信息,并根据评价结果对课程内容、方式方法和融合方式进行修正,实现“评价—反馈—改进”。

5 结论

全人教育思想与高校心理课程五育融合的价值追求、育人功能、实践途径具有较高的契合度,把全人教育思想引入心理课程五育融合之中,是实现高校心理课程内涵式发展,落实五育并举的有效途径;以形成“德育铸魂立心、智育赋能润心、体育强基健心、美育滋养暖心、劳育砺行强心”的融合育人之路,可以有效地解决传统心理健康教育课同质化、表面化的弊端,促进学生的心理健康和全面发展。但是心理健康教育课融入五育之路还面临教师素养有待提高、考核评价体系不健全等挑战。今后,需完善队伍建设和评价考核机制,建立有效的融合育人机制是实现高校心理健康教育课程教学改革及良性发展的关键环节,也是培养高素质复合型人才的重要保障。

参考文献:

- [1] 教育部.中国教育现代化 2035[Z].2019.
- [2] 罗杰斯.当事人中心治疗[M].李孟潮,李迎潮,译.北京:中国人民大学出版社,2019.
- [3] 杜威.民主主义与教育[M].王承绪,译.北京:人民教育出版社,2018.
- [4] 王晨,李静.全人教育理念下高校通识心理课程改革路径[J].高等教育研究,2023(04):76-83.