

积极心理学视域下幼儿劳动教育课程设计及其心理健康促进研究

吕婷

内蒙古鸿德文理学院 内蒙古 呼和浩特 010050

【摘要】：劳动教育与心理健康教育的融合发展是新时代学前教育改革的重要方向。本研究基于积极心理学 PERMA 模型，以呼和浩特地区为研究场域，探讨幼儿劳动教育课程设计与心理健康促进的理论基础与实践路径。研究发现，当前呼和浩特地区幼儿劳动教育面临劳动教育与心理健康促进的理论脱节、课程内容形式的单一化倾向、家园协同机制缺失三重困境，同时也迎来未成年人保护网络日益完善、社区教育资源持续拓展、民族文化资源丰富独特三大机遇。本研究构建了“劳动行为—积极体验—心理资本”的中介机制理论模型，设计了分龄模块化课程体系，并提出了“教师—家长”双导协同机制。研究建议：依托呼和浩特市未成年人保护工作网络，深化“劳育养勤”与“心灵守护”融合实践；利用社区托管项目拓展劳动教育场景；挖掘游牧文化资源开发特色课程，推动呼和浩特地区幼儿劳动教育与心理健康促进的协同发展。

【关键词】：积极心理学；幼儿劳动教育；心理健康；课程设计

DOI:10.12417/2705-1358.26.06.042

1 问题缘起

1.1 政策背景与现实诉求

近年来，劳动教育与心理健康教育的融合发展已成为国家教育改革的重要方向。2020年3月，中共中央、国务院印发《关于全面加强新时代大中小学劳动教育的意见》，明确提出“劳动教育要与德育、智育、体育、美育相融合，注重提升学生综合素质”，将劳动教育纳入国民教育体系的核心框架。2022年2月教育部颁布《幼儿园保育教育质量评估指南》，进一步强调幼儿园应“创设丰富的教育环境，让幼儿在真实的生活和游戏中获得积极体验”。在地方层面，《内蒙古自治区教育条例》第二十条明确规定“幼儿园应当把保护儿童生命安全和身心健康放在首位”，第二十一条要求幼儿园“注重习惯养成，以游戏为基本活动”。这些政策文件为劳动教育与心理健康融合研究提供了坚实的政策依据。

1.2 研究现状与理论缺口

国外研究中，塞利格曼的 PERMA 模型已广泛应用于学前教育领域，通过积极情绪（P）、投入（E）、人际关系（R）、意义（M）和成就（A）五个维度构建幸福教育体系，但其在劳动教育场景中的系统性应用仍显不足。欧美国家虽重视幼儿劳动体验，但多聚焦技能培养层面，缺乏积极心理品质养成的理论支撑。国内研究显示，劳动教育对幼儿习惯养成、社会交往能力发展具有显著作用。然而现有研究存在三重割裂：一是劳动教育与心理健康促进的理论脱节，多数课程设计未纳入积极心理学框架；二是内容形式单一，大部分幼儿园劳动活动局

限于自我服务类，集体劳动和创造性劳动占比不足；三是家园协同不足，部分家长对幼儿劳动持抵触态度，认为“劳动会影响学习”。这三重割裂构成了本研究试图回应的核心问题。

1.3 研究价值

本研究的学术价值体现在两个方面：其一，构建“劳动行为—积极体验—心理资本”的中介机制理论模型，填补积极心理学与劳动教育融合的理论空白；其二，创新幼儿心理健康评估体系，将 SDQ 量表与劳动场景观察相结合，开发适用于劳动教育的心理发展测评工具。本研究的应用价值主要体现在：一是针对幼儿园劳动教育资源不足的现实困境，设计模块化课程方案，降低实践门槛；二是建立“教师—家长”双导机制，改善家长认知偏差，提升家园协同效率；三是将游牧文化中的劳动智慧融入课程，培养兼具文化认同与积极心理品质的幼儿。

2 呼和浩特地区幼儿劳动教育现状审视

2.1 区域实践的政策引领与项目支撑

呼和浩特地区近年来在幼儿发展与未成年人保护领域形成了较为完善的政策体系与实践网络。从市级层面看，呼和浩特市未成年人保护中心开展的“胡桐共创计划”以“建立联结，赋能成长”为核心主旨，通过“团队融入与社交赋能”“自我认知提升与成长目标启迪”等板块，让幼儿在协作中凝聚力量、在体验中调节情绪。该计划中“成长目标卡”的运用，引导幼儿将模糊心愿转化为具体计划，这一方法可迁移至幼儿劳动教育中的目标设定与成就体验设计。

从旗县层面看,《和林格尔县教育高质量发展三年行动方案(2025-2027年)》明确提出实施“劳育养勤行动”和“心灵守护行动”,强调“德智体美劳全面培养体系进一步健全”。从社区层面看,回民区团委启动的“共青团·伙伴计划”爱心托管项目,面向新就业群体未成年子女开展劳动技能、心理纾解等托管服务,赛罕区“青城家家学堂”等项目的开展,为劳动教育从幼儿园延伸至社区和家庭搭建了平台。

2.2 现实困境的多维审视

尽管政策引领明确、实践探索活跃,但呼和浩特地区幼儿劳动教育仍面临多重现实困境。课程设计的心理适配性不足。当前多数幼儿园的劳动活动停留在技能训练层面,未能有意识地将劳动与积极心理品质培养相联结。笔者在实地调研中发现,小班幼儿参与“分发碗筷”等活动后,教师往往止步于任务完成情况的评价,缺乏对幼儿劳动过程中情绪体验、合作行为的关注与引导。内容形式的单一化倾向明显。调查显示,大部分幼儿园的劳动活动局限于自我服务类劳动,集体劳动和创造性劳动占比严重不足。这种单一化的劳动内容难以激发幼儿的深度参与和积极体验,更无法实现多维度心理品质的协同发展。家园协同机制尚不健全。赛罕区“青城家家学堂”家庭教育沙龙显示,家长对“家务劳动参与”存在认知分歧,部分家长认为假期安排应聚焦学习而非劳动。这种“重智轻劳”的认知偏差,导致幼儿园劳动教育难以向家庭延伸。

2.3 区域发展的机遇审视

呼和浩特地区的独特优势为本课题实施提供了三大机遇:其一,未成年人保护网络日益完善,从市级未成年人保护中心到旗县区团委、妇联,已形成覆盖城乡的未成年人服务体系;其二,社区教育资源持续拓展,回民区“爱心托管班”、赛罕区“家庭教育沙龙”等项目的常态化开展,为劳动教育延伸搭建了平台;其三,民族文化资源丰富独特,内蒙古游牧文化中蕴含丰富的劳动智慧,可转化为富有地域特色的幼儿劳动课程资源。

3 理论基础与模型建构

3.1 积极心理学 PERMA 模型及其教育转化

塞利格曼提出的 PERMA 模型认为幸福由五个要素构成:积极情绪、投入、人际关系、意义和成就。在学前教育领域,PERMA 模型为设计促进幼儿心理健康的课程活动提供了理论框架。将 PERMA 模型转化为具体的劳动教育设计,可以建立如下对应关系:种植类劳动活动侧重成就维度与意义维度的培养;值日生工作强化人际关系维度;手工制作类劳动聚焦投入维度;节日劳动活动激活积极情绪维度。这种对应关系的建立,使得劳动活动的心理育人功能从自发走向自觉。

3.2 “劳动行为—积极体验—心理资本”中介机制模型

本研究提出“劳动行为—积极体验—心理资本”的中介机制模型,其核心逻辑在于:劳动行为本身并不直接产生心理资本,而是通过劳动过程中的积极体验作为中介,最终转化为幼儿的积极心理品质。具体而言,劳动行为通过以下机制激活 PERMA 各维度:适度的劳动负荷激发投入状态;同伴协作生成积极人际关系;任务完成带来成就感;劳动成果的意义赋予使幼儿感受到自身行动的价值。这些积极体验经过反复累积和内化,逐渐积淀为幼儿的坚毅、责任感、乐观、合作等心理资本。

3.3 文化浸润式劳动教育理念

结合内蒙古地域文化特色,本研究提出“文化浸润式劳动教育”理念。其核心观点是:将游牧文化中的传统劳动智慧转化为课程资源,通过“民俗劳动—文化认同—心理归属”的传导路径,增强幼儿的文化自信与心理安全感。在具体实践中,文化浸润体现为三个层次:一是物质文化层面,将勒勒车、蒙古包、奶食加工等具象化的劳动载体引入课程;二是制度文化层面,借鉴游牧民族协作放牧的集体劳动传统设计合作性劳动任务;三是精神文化层面,通过劳动过程中的故事讲述、歌谣传唱,让幼儿感受游牧民族敬畏自然、坚韧乐观的精神品格。

4 幼儿劳动教育课程体系设计

4.1 课程设计的基本原则

基于积极心理学理论和呼和浩特地区实际,课程设计应遵循以下基本原则:心理适配性原则,确保每项劳动活动至少激活 PERMA 模型中的两个维度;分龄递进原则,依据 3-6 岁幼儿身心发展规律设计模块化课程;地域浸润原则,融入呼和浩特及内蒙古地域文化元素;家园协同原则,设计可延伸至家庭的劳动任务。

4.2 分龄课程模块的具体设计

小班(3-4岁):自我服务与感官探索。核心目标在于培养基本生活能力,使幼儿在劳动中获得积极感官体验。课程模块包括:衣物整理(叠毛巾、配对袜子)、谷物分类(区分小米与燕麦、认识蒙古族炒米)、水果清洗。每个活动时长控制在 10-15 分钟,注重教师的鼓励式语言和即时肯定。

中班(4-5岁):集体协作与自然劳动。核心目标在于体验同伴合作,在自然劳动中培养责任感。课程模块包括:班级种植园照料(浇水、除草)、民俗美食制作(简易奶食制作、蒙古族果子制作)、班级环境布置。活动中设置明确的协作任务,如“两人一组,一人扶苗一人培土”。

大班(5-6岁):社区参与与项目劳动。核心目标在于拓

展劳动视野,在项目式劳动中培育创造力与社会责任感。课程模块包括:敬老院志愿服务、传统工具简易制作(勒勒车模型、蒙古包模型)、社区环境清洁。采用项目式学习方式,引导幼儿经历“计划—实施—反思”完整过程。

4.3 课程实施的三阶段流程

课程实施遵循“准备—实施—反思”三阶段流程:准备环节明确活动目标、准备材料、预设引导问题;实施环节注重教师的观察与引导,采用“鼓励式语言”关注过程而非结果;反思环节通过幼儿分享、教师记录、作品分析总结活动效果,设计“劳动成就墙”让幼儿体验目标达成的成就感。

5 家园协同与心理健康促进路径

5.1 家长认知偏差与干预策略

针对家长“重智轻劳”的认知偏差,可采取以下干预策略:开发“家庭劳动任务卡”,分年龄段设计可在家完成的劳动任务,附“家长观察指南”引导家长关注幼儿劳动过程中的心理成长;编制“优势成长手册”,记录幼儿在家劳动中的进步与积极品质;开展家园线上分享会,邀请表现积极的家庭分享心得,形成同伴影响。

5.2 社区资源的整合利用机制

呼和浩特地区丰富的社区资源可为家园协同提供支撑:依托爱心托管项目拓展劳动场景,在假期延续劳动教育;利用未成年人保护中心专业资源,组织大班幼儿参观体验,将心理调适学习与劳动实践相结合;联动社区开展主题劳动活动,结合传统节日组织幼儿参与力所能及的社区劳动。

5.3 教师专业能力建设

教师是课程实施的关键主体,建议开展以下培训:积极心理学基础培训,帮助教师理解 PERMA 模型及其应用;观察记录能力培训,提升教师运用《幼儿劳动心理发展观察量表》的能力;家园沟通能力培训,指导教师如何与家长沟通劳动教育的价值。

6 结论与建议

6.1 研究结论

本研究基于积极心理学理论,结合呼和浩特地区现状,得出以下主要结论:

出以下主要结论:

第一,幼儿劳动教育与心理健康促进具有内在耦合性。劳动活动通过激活 PERMA 各维度,为幼儿积极心理品质培养提供了天然载体。构建“劳动行为—积极体验—心理资本”的中介机制模型,有助于突破当前劳动教育“重技能轻心理”的实践困境。

第二,呼和浩特地区具备实施本课题的有利条件。从市级政策引领到旗县区项目实践,从未成年人保护网络到社区教育资源,从民族文化底蕴到家长教育需求,构成了推动劳动教育与心理健康融合发展的现实基础。

第三,分龄模块化课程设计与“教师—家长”双导协同机制是破解实践难题的有效路径。课程设计需遵循心理适配性、分龄递进、地域浸润、家园协同四项原则,课程实施需依托幼儿园、家庭、社区三方合力。

6.2 政策建议

基于研究结论,对呼和浩特地区提出以下政策建议:

建议一:深化“劳育养勤”与“心灵守护”的融合发展。借鉴和林格尔县行动方案的经验,在旗县区学前教育规划中明确劳动教育与心理健康教育的协同机制,推动课程融合、师资融合、评价融合。

建议二:依托未成年人保护网络推广课程成果。利用呼和浩特市未成年人保护中心、各旗县区团委、妇联的组织网络,将课程指南、指导手册推广至更多幼儿园和社区,建立“试点—评估—推广”的工作流程。

建议三:开发“青城特色”幼儿劳动课程资源包。结合呼和浩特历史文化、草原游牧文化资源,研发具有地域辨识度的劳动教育活动方案,如“小小牧民体验日”“青城小工匠”等主题活动。

6.3 研究展望

后续研究计划选取呼和浩特市3所幼儿园作为实验园,通过前后测对比检验课程对幼儿积极情绪、亲社会行为、抗挫力等心理健康指标的促进效果。最终形成可复制、可推广的《3-6岁幼儿积极劳动教育课程指南》和《家园协同指导手册》,为呼和浩特地区幼儿劳动教育改革提供实践支撑。

参考文献:

- [1] 呼和浩特市共青团.回民区团委正式启动“共青团·伙伴计划”爱心托管项目[EB/OL].(2026-01-28).
- [2] 呼和浩特市未成年人保护中心.“胡桐共创计划”——“暖冬护航,童心绽放”主题活动[EB/OL].(2026-01-28).
- [3] 和林格尔县人民政府.关于《和林格尔县教育高质量发展三年行动方案(2025-2027年)》的解读[EB/OL].(2025-12-05).
- [4] 赛罕区人民政府.“青城家家学堂”走进赛罕区,家庭教育活动助力科学育儿与阳光成长[EB/OL].(2026-01-09).