

认知行为理论视角下大学生劳动教育教学改革实践探究

蒙跃平^{1,2}, 姚玉阁^{2*}

¹首都师范大学教育学院, 北京

²集宁师范学院计算机与大数据学院, 内蒙古 乌兰察布

收稿日期: 2025年4月25日; 录用日期: 2025年5月23日; 发布日期: 2025年5月30日

摘 要

新时代劳动教育重要性的日益凸显, 高校大学生劳动教育的教学改革尤为关键。本研究针对当前大学生劳动教育现状, 基于认知行为理论框架, 从认知、行为、情感三个维度聚焦进行具体的教学设计, 构建“认知重构-行为塑造-情感内化”三位一体的系统性改革路径。最终通过相关劳动实践任务驱动后, 学生KWL问卷反思与访谈总结反馈, 结合结构方程模型(SEM)的量化分析, 验证认知行为理论及其维度关系及其对大学生劳动教育中的实践效果, 结果表明, 学生的劳动实践能力得到提高, 教学效果良好, 为高校构建劳动教育教学提供理论依据和实践路径。

关键词

认知行为理论, 劳动教育, 教学改革

A Practical Investigation on the Reform of College Students' Labour Education Teaching from the Perspective of Cognitive Behavioural Theory

Yueping Meng^{1,2}, Yuge Yao^{2*}

¹College of Education, Capital Normal University, Beijing

²College of Computer and Big Data, Jining Normal College, Ulanqab Inner Mongolia

Received: Apr. 25th, 2025; accepted: May 23rd, 2025; published: May 30th, 2025

*通讯作者。

文章引用: 蒙跃平, 姚玉阁. 认知行为理论视角下大学生劳动教育教学改革实践探究[J]. 教育进展, 2025, 15(5): 1467-1475. DOI: 10.12677/ae.2025.155926

Abstract

The importance of labor education in the new era is becoming increasingly prominent, and the teaching reform of labor education for college students is particularly crucial. Based on the theoretical framework of cognitive behavior, this study focuses on specific teaching design from the three dimensions of cognition, behavior and emotion, and constructs a systematic reform path of "cognitive reconstruction, behavior shaping and emotional internalization". Finally, after being driven by the relevant labor practice tasks, the students' KWL questionnaire reflection and interview summary feedback, combined with the quantitative analysis of structural equation model (SEM), verified the cognitive behavior theory and its dimensional relationship and its practical effect on college students' labor education, and the results showed that the students' labor practice ability was improved, and the teaching effect was good, which provided a theoretical basis and practical path for colleges and universities to construct labor education teaching.

Keywords

Cognitive Behavioural Theory, Labour Education, Teaching Reform

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

劳动教育是在系统的文化知识学习之外,有目的、有计划地组织学生参加日常生活劳动、生产劳动和服务性劳动,让学生动手实践、出力流汗,接受锻炼、磨炼意志,培养学生正确劳动价值观和良好劳动品质[1]。2018年全国教育大会上,习近平总书记就指出,要在学生中弘扬劳动精神,同时要求把劳动教育纳入人才培养全过程,构建德智体美劳全面培养的教育体系[2]。2020年,教育部印发《大中小学劳动教育指导纲要(试行)》,提出要在大中小学设立劳动教育必修课程[3]。2021年4月,“培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人”被写入新修订的《中华人民共和国教育法》[1]。劳动教育作为学生成长中的必要途径,关系到未来社会主义建设者和接班人的综合品质,大学生尤为重要,大学生毕业后直接奔赴社会,其劳动教育往往易被忽视,然而,如何加强大学生劳动教育成为高校尤为重要的研究课题。尽管已有研究中,国内相关研究均从个体,群体层面进行了相关的研究,聚焦于高校学生个体思维认知的劳动教育路径没有。本研究旨在探讨认知理论视角下,就大学生劳动教育教学改革进行设计与实践,构建适合地方高校学生劳动教育育人实践路径,以期达到全面提升劳动教育成效的同时,促进大学生全面发展。

2. 当前高校劳动教育现状

本研究采用内蒙古自治区高等学校劳动实践项目清单作为问卷条目,其中包括(日常生活劳动,生产劳动,服务性劳动3个主条目,清洁卫生与整理收纳,烹饪营养,生活事务管理,农林牧业劳动,工业生产劳动,专业劳动,新科技应用与创新创业,专业服务,志愿服务9个二级条目),加之劳动教育的价值性,重要性方面设计问卷,对X校X学院大一新生进行了劳动教育现状问卷调查,回收216份问卷,回收率达90%,通过问卷数据结合访谈分析结果如下。

2.1. 劳动认知

个体对劳动的主观认知，影响着个体的劳动态度，情感及行为，知在行之前，知影响情感的持续投入，通过调查发现，大学生对劳动教育整体价值观和重要性都认为很重要，结果如图 1 所示，但在提及到具体的某项劳动时，大学新生的认知存在一定偏差，尤其是具体某项劳动的价值观和重要性认知方面，部分学生将劳动实践视为形式化的任务，缺乏对其教育意义的深刻理解。比如在提到新科技应用与创新创业方面，很多学生不能够很好的说出其价值观以及重要性。由此可见，具体劳动教育的实践意义与价值需传递和引导学生，改变学生笼统狭隘的劳动教育观。而现有课程设计中理论知识与实际劳动体验脱节，导致学生对劳动的复杂性与重要性认识不足。

28. 你认为大学生劳动实践活动的重要性是？（单选）

选项	小计	比例
A.非常重要	103	47.69%
B.较重要	86	39.81%
C.一般	19	8.8%
D.较不重要	3	1.39%
E.不重要	5	2.31%
本题有效填写人次	216	

Figure 1. Diagram of the importance of labor practice activities
图 1. 劳动实践活动的重要性图

2.2. 劳动行为

劳动教育强调知行合一、身心合一、体脑并用。通过劳动教育，学生在身体力行的劳动和身体感知中协调人与自我、人与自然的关系，使劳动教育真正地内化于心、外化于行，促进学生的身心健康。尽管大多数学生参与过劳动教育活动，但其深度和广度较为有限。一些学生仅完成最低要求的实践任务，缺乏主动性与创造性。学生均表面参加过劳动教育活动，但结合访谈，学生表示 53.24%和 73.61%的学生参加的是环境保护和社区服务的劳动教育，并不知道如何去创造劳动形式。如图 2 所示，由此可见，创新大学生劳动教育形式非常有必要。劳动教育重在劳动实践后对学生的反思和引导，许多学生在完成任务后缺乏深入总结与批判性思考，难以通过劳动教育真正提升实践能力与综合素养，劳动教育有必要通过反思提升行为能力认知。

21. 你参加过哪些类型的劳动实践活动？（可多选）

选项	小计	比例
A.社区服务	159	73.61%
B.农村支教	30	13.89%
C环境保护	115	53.24%
D.企业实习	75	34.72%
E.学校实习	94	43.52%
F.其他，请注明	5	2.31%
本题有效填写人次	216	

Figure 2. Diagram of the types of labor practice activities
图 2. 劳动实践活动的类型图

2.3. 劳动情感

关注学生对劳动的情感体验与情感态度的培养，如劳动情感的认同、热爱劳动的情感等。大学生在劳动教育中普遍缺乏情感认同和积极投入。一些研究发现，学生对劳动教育的热情较低，主要原因在于实践活动形式单一，缺乏趣味性与挑战性。此外，学校在组织劳动实践时对学生的情感支持与引导不足，93.06%的学生认为学校应该提供更多的劳动实践机会，如图 3 所示，并提到希望通过劳动实践能够增加社会经验，提升实践能力，如图 4 所示，通过访谈也发现，很多学生希望实践后对努力成果给予肯定，反馈以及激励机制。

25. 你认为学校应该提供更多的劳动实践机会吗？（单选）

选项	小计	比例
A.是	201	93.06%
B.否	15	6.94%
本题有效填写人次	216	

Figure 3. Chart on whether schools should provide labor practice opportunities
图 3. 学校是否应该提供劳动实践机会图

20. 你参加劳动实践的的目的是什么？（可多选）

选项	小计	比例
A.增加社会经验	195	90.28%
B.提升实践能力	189	87.5%
C.增加就业竞争力	120	55.56%
D.探索职业兴趣	132	61.11%
E.帮助他人	138	63.89%
F.其他，请注明	3	1.39%
本题有效填写人次	216	

Figure 4. Purpose map of labor practice activities
图 4. 劳动实践活动的目的图

3. 认知行为理论视角下大学生劳动教育教学实践路径设计

认知行为理论认为，在认知、情绪和行为三者中，认知扮演着中介与协调的作用。认知对个人的行为进行解读，这种解读直接影响着个体是否最终采取行动[4]。认知行为理论提供了一个理解个体如何通过认知过程影响情绪和行为的框架，认知、情感、行为的互动关系及其对个体行为和习惯的塑造作用。当前大学生对于劳动价值的认识模糊，缺乏相关理论支撑，情感方面劳动兴趣不足，缺乏积极的情感体验，很多劳动实践流于形式，缺乏真实体验和反思，据此，基于认知行为理论设计大学生劳动教育教学实践路径，注重从认知，行为，情感三维度来设计大学生劳动教育教学实践路径，在大学生劳动教育教学过程中，认知维度注重引导学生理解劳动价值，掌握劳动技能；情感维度注重培养学生劳动兴趣和责任感；行为维度注重引导学生通过实践活动形成劳动习惯，内化劳动精神。具体设计如下图 5 所示。



Figure 5. Three-dimensional design diagram of labor practice
图 5. 劳动实践三维度设计图

3.1. 认知层面

3.1.1. 课程内容设计

融入劳动教育的理论体系，加强劳动价值观教育。如通过马克思主义劳动观等理论的讲解，使学生理解劳动在个人成长和社会发展中的重要作用；系统化设计劳动教育教材知识体系，将知识体系转化为知识图谱，能力图谱，注重劳动素养的综合训练和提升，注重结合社会生活，职业生活，专业教育相联系来设计课程内容。

3.1.2. 教学方法

利用数字化资源，如微课，短视频和案例分析等方式，帮助学生直观理解劳动教育的意义和价值；同时注重跨学科的教学，将劳动教育与其他学科课程结合，拓展学生对劳动价值的多维认知。不仅注重物质层面的劳动，更注重精神层面的劳动。

3.2. 行为层面

3.2.1. 实践教学设计与反思与反馈

构建任务驱动型劳动项目，设计结合社会实践生活，如学校，宿舍，校园等劳动活动中，深入实际劳动场景中感受劳动；同时鼓励学生将专业知识应用于劳动实践中，感受精神劳动转化为专业实践过程。

3.2.2. 反思与反馈

设置劳动日志或反思报告，引导学生总结劳动经验，并分小组汇报实践劳动中的所思，所想，所悟，强化内化的同时，也为小组共同学习提供机会，通过小组相互分享互动，深化对劳动实践的理解。

3.3. 情感层面

3.3.1. 创设劳动情境

通过真实案例、情境化教学激发学生情感共鸣，让学生在具体情境中感受劳动的艰辛与价值；举办劳动教育故事分享会，邀请优秀劳动教育者，包括观看大国工匠劳动视频，激发学生对劳动创造美好生活的共鸣。

3.3.2. 多样化激励机制

利用奖励和反思活动，增强学生的成就感和情感投入，设计项目驱动，任务驱动式，对在劳动实践中表现优异的学生进行表彰；组织反思活动，通过一些成果展示，汇报，劳动主题感想讨论等方式，帮助学生感受到劳动的成就感和意义。

4. 具体应用实践案例

以 XXXX 学院 XX 专业学生 2 个班共 75 人为研究对象,《大学生劳动教育》开展了为期 10 周的基于认知行为理论视角下设计劳动教育教学的实践。将劳动教育设计为温馨宿舍,你我参与、美丽校园,共同守护、整洁食堂,你我参与、社会实践,感受劳动等几大实践主题的活动,活动时分为小组进行完成,活动结束后要求以小组成员制作本组成果以 PPT 的形式汇报分享本小组实践成果,并要求每位实践活动成员填写 KWL 问卷。KWL 问卷是由教育学家 Donna Ogle 在 1986 年首次提出的一种学习策略工具,旨在帮助学生在过程中组织和评估他们的知识。其名称源自三个关键问题的缩写:What I Know (我知道什么)、What I Want to Know (我想知道什么)和 What I Learned (我学到了什么) [5]。将 KWL 问卷修改为:1) 关于此次劳动实践活动,我们知道哪些相关知识技能?(你现有的知识,你听说过的,你阅读的教材或搜索到的任何相关信息);2) 关于此次劳动实践活动,我们想知道什么?(列出你想获得的更多的信息或想要进一步了解的方面);3) 关于此次劳动实践活动,我们学会了什么?(你可能解决了一些问题或者获得了新的见识和观点)。

4.1. 认知层面设计

4.1.1. 课程内容设计

围绕温馨宿舍,你我参与、美丽校园,共同守护、整洁食堂,你我参与、社会实践,感受劳动等几大实践主题任务来设计课程内容,首先是要求学生学习在线平台相关实践活动知识,分配小组组长东部布置安排完成本小组实践活动该方案,尤其注重实践目标的引导,要求学生将实践目标和劳动素养,能力融合,将本次劳动教育实践和未来个人成长和社会发展相联系起来,明确劳动教育的价值与意义。

4.1.2. 教学方法

利用在线平台的数字化资源,如微课,短视频和案例分析等方式,帮助学生直观理解实践劳动的流程和注意事项,安全保护等事项,要求将本小组已经完成的实践活动方案和在线学习平台上的实践活动方案做对比,完善方案的同时,小组组长成员协调完成实践活动方案的前期任务安排,在对比中不断完善,修改,在讨论对话中不断协调,实践,此过程不仅引导学生完善对于实践任务的认知,也在劳动中将育人潜移默化设计其中。

4.2. 行为层面设计

4.2.1. 实践教学设计

构建引导学生参与温馨宿舍,你我参与、整洁食堂,你我参与、美丽校园,共同守护、社会实践,感受劳动等实际劳动活动中,深入实际劳动场景中感受劳动的任务驱动型劳动项目进行具体实践;同时安排引导学生将专业知识应用于劳动实践环节中,如要求学生通过计算机专业所学软件设计制作志愿劳动活动的宣传海报,感受精神劳动化为专业实践过程。

4.2.2. 反思与反馈

设置要求学生在线上平台书写劳动日志或反思报告的环节,引导学生总结劳动经验,并在线下分小组汇报实践劳动中的所思,所想,所悟环节,强化内化的同时,也为小组共同学习提供机会,通过小组相互分享互动,深化对劳动实践的理解,树立正确的劳动价值观。

4.3. 情感层面设计

4.3.1. 创设劳动情境

首先通过举办劳动教育故事分享会,邀请优秀劳动教育者,包括观看大国工匠劳动视频,激发学生

对劳动创造美好生活的情感共鸣。然后聚焦小组整理的活动方案, 要求组长进行本次活动的宣讲, 招募成员, 激发学生兴趣自愿参与本组的实践任务, 最后要求学生书写在具体情景中感受劳动的艰辛与价值的反思与总结。

4.3.2. 多样化激励机制

利用在线平台的分数以及支援北疆的志愿时长作为实践活动的肯定和奖励, 增强学生的成就感和情感投入的正反馈; 设计项目驱动, 任务驱动是完成后的奖励环节, 对在劳动实践中表现优异的学生进行表彰并给予加分; 组织成果展示汇报环节, 通过学生小组成员劳动主题感想反思讨论等方式, 帮助学生感受到劳动的成就感和意义。

4.4. 结论

通过每次活动中 KWL 问卷的文本分析, 整理了为期 10 周实践活动学生的统计性数据, 结合结构方程模型(SEM)的量化分析, 验证了认知行为理论在大学生劳动教育中的实践效果, 统计分析结果如下表 1 所示:

Table 1. Summary of KWL data results
表 1. KWL 数据结果汇总

活动主题	K——我知道什么	W——我想知道什么	L——我学到了什么	新的感想
温馨宿舍, 你我参与	86%的学生表示知道了新的收纳清洁的知识和技能	了解具体的劳动步骤	如何维护宿舍卫生	宿舍是要共同努力维护卫生
整洁食堂, 你我参与、	80%的学生表示知道了食堂清洁的知识和技能	掌握食堂菜品配料,	珍惜劳动成果, 维护食堂卫生, 明确清洁工具用途	锻炼了系统的组织能力
美丽校园, 共同守护	92%的学生表示知道了垃圾分类, 绿化带的清理	保持校园清洁, 如何相互配合	珍惜劳动成果, 学会垃圾分类	校园服务工人的服务质量, 体会她们工作的不易
社会实践, 感受劳动	92%的学生表示知道了社区沟通服务的流程, 宣传的方式	宣传知识的重要性, 如何宣传	便民服务的流程	感受团结互助, 良好沟通的重要性

由此数据表明基于认知理论视角下的大学生劳动教育教学改革实践效果较好, 通过认知, 行为, 情感三个维度环节的教学设计, 学生们的 KWL 数据结果较好, 每次活动均有 80%以上的学生表示知道了新的劳动相关知识。

此外, 将筛选的题目归类为潜变量的观测指标, 基于认知行为理论和劳动教育目标, 提出几个路径关系假设: 对劳动重要性的认知直接影响参与行为; 学生个人对劳动教育的支持程度和重要性评估促进其责任感与参与意愿; 责任感和参与意愿驱动实际行为; 结果显示, 认知行为路径系数显著($\beta = 0.35, p < 0.01$), 学生认知直接影响劳动行为; 认知情感路径系数显著($\beta = 0.48, p < 0.001$), 认知水平越高, 对劳动的情感承诺(继续参与意愿、责任感)越强; 情感行为路径系数显著($\beta = 0.27, p < 0.05$), 情感(如责任感)对实际行为有直接促进作用; 情感在认知→行为间的间接效应值 0.13 显著, Bootstrap 95% CI [0.06, 0.20] (不包含 0), 情感在认知与行为之间起部分中介作用, 占总效应的 27%, 支持情感的中介作用。情感是连接认知与行为的关键桥梁, 也提示在劳动教育实践过程中, 需兼顾理性认知与情感体验, 为后续相关劳动教育课程实践提供启示, 优化实践。

此外，结合实践活动后线上超星平台的讨论统计以及活动过程中的感想记录，学生 A 在温馨宿舍，你我参与活动后体会表示，“俗话说：‘众人拾柴火焰高’，一个优秀的寝室离不开宿舍成员的团结一心、彼此包容、互相帮助、相互尊重。与此同时，营造一个和谐温馨的寝室是我们 321 的目标。宿舍是我们的家，每个人都希望自己的家更温馨。整洁舒适的宿舍环境是我们学习生活的良好基础。在这次整洁的宿舍中我们深刻体会到‘家’的整洁并非一人之力所为，它是我们四人的努力。”；而学生 B 在整洁食堂，你我参与活动后表示，“原来我们的饭菜要如此多的程序，流程，感觉在家妈妈炒菜很简单，人多的饭菜原来需要考虑这么多的细节，以后我要多珍惜食堂阿姨的劳动成果，维护食堂卫生。”随机在活动小组中也访谈了其他几位同学，同学们纷纷表示自己在亲身体验劳动中有了不一样的感受，在活动体会也有了新的认识，超越了自身以往对这些劳动的认知和感受，更体会到了劳动的价值所在。最终通过提取大家劳动实践后的感想的主题提取词云分析如图 6，图 7 所示。

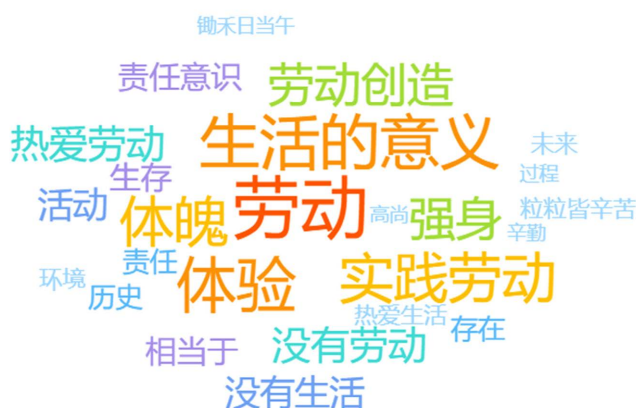


Figure 6. Reflections on labor practice (Chart 1)
图 6. 实践劳动后的感想图 1

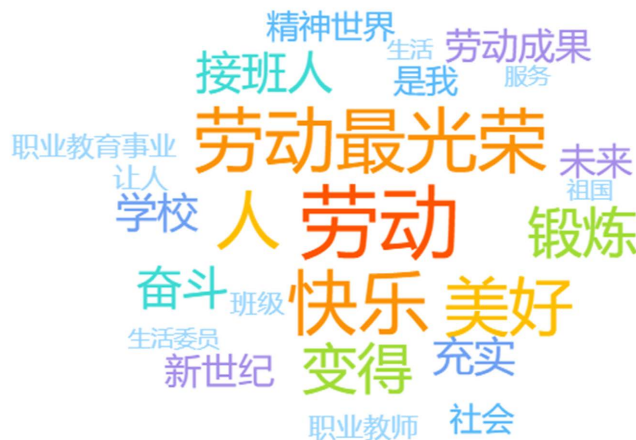


Figure 7. Reflections on labor practice (Chart 2)
图 7. 实践劳动后的感想图 2

通过结构方程模型量化结果,从相关数据分析中揭示劳动教育中认知、行为、情感三者存在相关互动影响关系,同时通过实践后学生心得体会感悟主题词云分析,提炼出“劳动创造”“生活的意义”“热爱劳动”等核心词汇。综上所述,基于认知行为理论视角展开大学生劳动教育教学实践效果良好,使得学生在行动中体悟,重塑认知,激发情感,重新反思劳动观,人生观,价值观。

5. 结语

本实践基于认知行为理论视角展开大学生劳动教育教学实践, 结合实践全过程课程线上, 实践线下相关过程性数据, 分析当前大学生个体劳动教育现状, 并开展了具体认知, 情感, 行为三维度的教育教学改革实践, 最终通过结构方程模型解释了大学生劳动教育中认知、行为与情感的动态关系, 结果表明, 情感是连接认知与行为的关键桥梁, 劳动教育需兼顾价值引导与情感培养, 整体教育实践效果较为理想, 以期为大学生劳动教育教学提供一定的启示与实践借鉴, 但也存在诸多不足, 就实践样式可再丰富化, 劳动教育评价体系的构建, 以及学生个体文化差异的深层探讨都有待进一步深入, 数据收集方面行为测量未涵盖更为具体指标, 样本局限于单一高校, 未来需开展纵向数据与多维度行为指标, 进一步验证模型的普适性, 期待后续更为深入的研究与探讨。

基金项目

本文基于集宁师范学院“三全育人视域下大学生劳动教育路径探究”科研项目编号: (jssqyr202217)。

参考文献

- [1] 中共中央国务院关于全面加强新时代大中小学劳动教育的意见[EB/OL]. https://www.gov.cn/zhengce/2020-03/26/content_5495977.htm, 2020-03-20.
- [2] 张烁. 坚持中国特色社会主义教育发展道路 培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人[N]. 人民日报, 2018-09-13(001).
- [3] 中华人民共和国教育部. 教育部关于印发《大中小学劳动教育指导纲要(试行)》的通知(教材[2020]4号)[EB/OL]. http://www.moe.gov.cn/jyb_xwfb/gzdt_gzdt/s5987/202007/t20200715_472806.html, 2020-07-09.
- [4] 中国大百科全书. 认知行为理论[EB/OL]. <https://www.zgbk.com/ecph/words?SiteID=1&ID=403971&Type=bkzyb&SubID=266764>, 2025-01-03.
- [5] Ogle, D.M. (1986) K-W-L: A Teaching Model That Develops Active Reading of Expository Text. *The Reading Teacher*, 39, 564-570. <https://doi.org/10.1598/rt.39.6.11>