

# 传统文化融入高校心理育人工作的转化机制探索

韩荣丽, 于长宇\*

辽宁大学药学院, 辽宁 沈阳

收稿日期: 2025年4月23日; 录用日期: 2025年5月22日; 发布日期: 2025年5月29日

## 摘要

中华优秀传统文化是高校心理育人的主要资源, 其蕴含的“自强不息”“知行合一”等思想与高校心理育人目标一致, 能有效培养兼具文化底蕴与心理素养的人才。但这一融合过程面临教师素养提升、知识体系转化、学生兴趣引导等挑战。本文从文化根基、教育体系、协同育人等方面提出融合路径, 建议通过课程设计、师资培养等策略实现传统文化与心理教育的有机融合, 达成“以文育心”的育人目标, 为高校心理育人提供新思路。

## 关键词

中华优秀传统文化, 高校心理育人, 高校思政教育, 转化机制

# Research on the Transformation Mechanism of Integrating Traditional Culture into Psychological Education in Universities

Rongli Han, Changyu Yu\*

School of Pharmaceutical Sciences, Liaoning University, Shenyang Liaoning

Received: Apr. 23<sup>rd</sup>, 2025; accepted: May 22<sup>nd</sup>, 2025; published: May 29<sup>th</sup>, 2025

## Abstract

Chinese excellent traditional culture serves as a vital resource for psychological education in universities. Core concepts such as “unceasing self-improvement” and “unity of knowledge and action”

\*通讯作者。

align with the goals of psychological education, effectively cultivating talents with both cultural literacy and psychological well-being. However, this integration process faces challenges including enhancing teacher competencies, transforming knowledge systems, and guiding student engagement. This paper proposes integration pathways from perspectives of cultural foundation, educational systems, and collaborative education, suggesting strategies such as curriculum design and faculty development to achieve organic integration between traditional culture and psychological education. The ultimate goal is to realize “cultivating the mind through culture”, offering new insights for psychological education in higher education.

## Keywords

**Chinese Excellent Traditional Culture, University Psychological Education, Ideological and Political Education in Universities, Transformation Mechanism**

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

在新时代的背景下，将中华优秀传统文化融入高校心理育人机制，已成为增强文化自信、创新高校思政教育体系的重要路径。作为中华民族精神的核心载体，传统文化所蕴含的思想资源与人文关怀，既能丰富心理健康教育方法论，又能为当代高校心理教育体系提供文化支撑：一方面，通过转化传统文化中的思想精髓转化为心理调适工具，有助于构建高校心理育人体系；另一方面，通过对家国情怀、生命哲思、人际情感等多元文化进行解码，能够引导学生在价值认同中重构自我认知，主动寻求心理援助并提升心理韧性。本文聚焦传统文化精髓与高校心理健康育人体系的融合路径，探索具有文化特色的心理育人方法，旨在为高校大学生的心理健康教育提供文化支持，推动文化资源向育人实践转化，培育兼具文化底蕴与心理素养的新时代人才，为完善思政教育体系提供战略支持。

## 2. 传统文化与心理育人的契合之处

在多元文化碰撞的当代社会，中国传统文化与心理教育的深度融合有着独特的育人价值。这种跨时空的对话不仅彰显着“以文化人”的教育智慧，也建立起能指点迷津的特色心理育人体系。将传统文化融入高校心理育人工作，本质上是将“育德”和“育心”相互作用，都是基于对学生成长成才和心理发展规律的尊重，将文化渗透到道德教育的各个方面[1]。二者的有机结合促进学生心理健康和人格发展的有效方式，最终培养能够担当民族复兴大任的时代新人。

### 2.1. 传统文化中蕴含心理育人资源

当代大学生的心理问题的本质原因是错误的思想观念。虽然目前大学生心理发展整体呈现积极向上的态势。他们锐意进取，能够将个人理想融入民族振兴和国家富强的宏伟蓝图中。但是，在社会经济转型期，由于经济状况、思想观念和生活方式的剧烈变化，加之青春期心理发展的不稳定性和社会经验的不足，大学生的心理压力也越来越大，面临极端心理问题的数量也在不断上升。据调查，大学生一些常见的心理健康问题主要包括：思想懈怠，自律性不足，自我认知偏差，人际关系困境，就业焦虑，恋爱问题等等[2]。这些问题很大程度上源于错误的价值观念和认知偏差。所以，如果仅仅是通过简单的理论传授，很难拓宽学生思维格局。而传统文化中所奉行的“自强不息”“修身治国”“知行合一”等哲学思

想，不仅可以纠正大学生的错误思想价值观，还可以拓宽学生的眼界认知。在文化的熏陶下，现代心理咨询技术有了更适配的解决方案[3]。不仅如此，它还可以帮助学生更好地了解中国传统文化和历史，提升学生的文化认同和文化素养。

## 2.2. 古法育德更适合我国文化情境

理论与教育的内在契合对育人具有很重要的意义。近年来，高等院校的心理育人工作面临诸多困境：文化适配性不足、技术手段的双重脱节，心理健康教育体系的不完善等。例如，如今许多高校仍依赖西方的综合心理健康自评量表(SCL-90, Symptom Checklist-90)。但现在，国家经济和精神生活发生了巨大变化，且该常模并没有针对大学生群体进行专项标准制定，所以该制度难以维持下去[4]。不仅如此，当西方个人主义心理咨询模式遭遇中国集体主义文化情境时，育人工作就变得困难重重。这时候，传统文化就展现出了独特的优势。例如，举办品茶活动，引导学生集体静下心来去观察茶汤的色泽与香气，学会静心观察与感受，舒缓紧张情绪。将传统文化精髓有机融入心理育人，建设高效心理育人教育体系，达到提升“育德”效果，从而更好地“育心”，最终实现“育人”。

## 3. 将传统文化融入高校心理育人工作的转化路径

### 3.1. 先导因素：厚植传统文化根基，激活心理育人理论资源

作为中华民族的精神基因库，传统文化所承载的独特心理智慧为现代心理教育奠定深层哲学基础。为激活传统文化资源，在理论挖掘层面，教育研究者需深入挖掘心理资源，系统梳理其理论发展脉络。在实践转化层面，心理教育工作者要结合新时代语境进行创造性转化，提炼出适应当代高校心理教育的价值内核，将理论转化为可支持的心理方案。在环境营造层面，文化传播者应创新传承路径，借助数字化等传播手段加大传统文化在学生间的传播力度，提高其对传统文化心理价值的认知与认同，从而为心理健康教育注入文化动能。

### 3.2. 内部环境：优化教育体系，深化文化育人实践

高校构建文化特色心理育人体系需遵循理论、情境与行为的规律。在理论课程建构阶段，课程研发团队需立足本校实际需求，通过问卷调查与深度访谈精准把握学生心理状况，并据此设计分层递进的文化心理课程，将传统哲学智慧嵌入到心理健康教育课程内。接着在情景教学阶段，授课老师可设计沉浸式文化的课堂，在课堂互动中引导学生完成文化认知的迁移转化。也可以通过角色扮演、小组作业等方式促进学生对传统文化的理解和内化。最后在行为固化实践阶段，心理教育者需要注重文化育人实践活动对学生的文化浸润。学院可以依托文化实践基地开展知行合一的素质拓展，同时辅以专项培训和实践日志反馈，及时地反馈与总结，最终实现传统文化与心理教育的深度互嵌与动态调适。

### 3.3. 外部环境：营造多维空间，强化文化浸润效应

心理育人的文化环境建设需构建家庭，学校，社会的协同工作。家庭、学校与社会需团结一致来解决大学生心理健康问题，承担起各自的责任和义务，加大心理育人力量的整合[5]。家庭作为文化基因库，通过家训、家风等方式传递社会主义核心价值观，提供安全感和归属感，培养大学生抗挫折的能力。学校通过课程进行对文化进行系统编码。学校文化建设团队需在校园景观设计中，体现哲理意象，融入文化符号，打造兼具审美与心理疗愈功能的校园文化氛围。利用网络技术，面向学生，可以创建沉浸式文化体验平台，借助虚拟现实技术搭建传统心理智慧的交互式学习空间；面向老师，搭建心理文化交流平台，共同激发师生对文化的探讨兴趣。社会相关政策部门须完善制度，出台文化心理育人专项指导意见；

学术研究机构则要建立跨学科攻关团队，持续优化传统文化资源的现代转化路径。与此同时，家庭应与学校联合，建立家校常态化沟通渠道，发挥家庭教育在大学生心理健康中的重要作用。家庭与社会机构结合，共同营造浸润式文化社会氛围。而社会专业机构需要与高校智库进行合作，建立起基于教育数据构建的大学生心理素质动态评估模型，评估文化干预对学生抗逆力培养的效能。最终通过责任主体的精准分工与效能数据的实时反馈以形成文化育心机制从碎片化实施向系统化运作的质变升级。

### 3.4. 融合创新：推动创造性转化，激活文化当代价值

跨学科团队应从理论、技术、教育、效能四个顺序着力于传统文化资源的现代转化，融合心理学原理开展跨学科研究：心理学研究专家首先挖掘理论，开发基于传统哲学知识的心理测评或情绪评估表，创新研发有文化特色的心理辅导技术，将文化中的抽象概念转化为实用的心理干预计划。例如运用扎根理论解码《传习录》，提炼出“好事多磨”的心理韧性培养要素。技术团队继而将文化要素与现代社会和前沿技术结合，降低传统文化的传播难度。开展有关传统文化特色的心理活动，实现文化传承与心理教育的双重育人。例如将《菜根谭》的谚语转化为心理小剧场，把《孙子兵法》的战略智慧设计成压力的应对游戏，注重引导学生体验和感悟。教育者随后设计具身认知课程，通过理论与实践教导，直接完成文化与心理的育人融合转化。最后为保障转化效能，学术研究机构还需建立动态评估与反馈机制，根据反馈结果不断改进，最终形成传统文化资源从学术研究再到教育应用的完美转化，实现文化传承与心理育人的双重目的。

## 4. 传统文化融入高校心理育人工作机制的建议

### 4.1. 加大文化理念传播，筑牢价值植入根基

传统文化心理资源的现代化转变在于构建系统的传播体系。在理论层面，组织跨学科团队从心理学角度解读传统文化经典，形成兼具时代性与深度的文化心理学理论。同时，在传播上也需要双管齐下：线下打造“文化心理大讲堂”，邀请专家开展讲座；线上开发文化系列慕课，诠释自信自强等现代心理学运用方式，破解学生心理问题，增强学生对传统文化的理解与认同，深化传统文化在高校育人的价值引领。

### 4.2. 重构课程生态系统，创新文化育人载体

#### 4.2.1. 构建基于优秀传统文化的心理健康教育体系

将中华优秀传统文化如《论语》《孟子》中的心理智慧系统嵌入大学生心理健康教育课程中，并运用各种方法开展教学活动。传统心理健康教育往往局限于多重困境：教学场域囿于课堂环境，教学方法陷于单向灌输，教学效果止于知识记忆，无法达到教学目的。所以新时代的心理教育需要突破。在如今信息技术发达的时代，教师应敏锐地抓住机遇，合理利用在线资源与科技开展进行线上教学。在课程内容的选取上增加学生自主选择教学内容的可能，在教学方式也提供情境体验理论的机会，以达到增强学生的积极性和主动性的目的[6]。在课堂环节，教师可以精选与心理健康教育主题相关的文化元素，以讲述故事、观赏视频等形式引入课堂，让学生在轻松欢快的氛围中与传统文化交流。比如在“人际关系”为主题的单元中，教师可以选取“团队冲突”作为案例，鼓励学生将“己所不欲，勿施于人”的智慧融入解决方案中，进行将心比心，换位思考，引导学生更加客观地看待问题并找到解决冲突的方法。

#### 4.2.2. 编写基于优秀传统文化的心理教育教材

将传统文化资源通过理论与实际两部分有机融入教材中，在理论编纂环节中注重体现传统文化魅力对心灵的滋养；借鉴专业人员的实践经验，编写实践环节。重在解决理论知识运用过程中出现的常见问

题，以提高学生对理论的学习效率。除此之外，在教材编写中，教师需结合当地的文化资源，深入挖掘易于接受和传播的传统文化资源，同时密切关注社会热点，结合学生的实际需求，编撰出具有科学性、地域性、时代性的高校心理教材[7]。教材的实践部分可以参考当地民俗文化活动、节日活动的内容，使其成为实践教学的有机组成部分。

### 4.3. 锻造专业师资队伍，搭建协同育人平台

虽然传统文化对提高高校心理教育水平有益，但若想做到二者的完全接轨，就必须打造专业的心理学师资团队。心理教育工作者需要结合本校学生的心理特点，对理论和教材进行反复揣摩，设计教学内容并依据课堂效果进行检验。而在过程中，如果教师缺乏文化素养，就难以阐释清楚传统文化中的理论思想，传统文化融入高校心理育人的工作也将更有挑战性。因此，学校必须确保教师的高文化素养，定期举办文化专题培训活动，创建心理教育经验交流平台，加强师德师风建设。同时通过考核评定，保障教师的文化底蕴的丰厚。在基层的理论实践中，心理工作者需将理论与实践相结合。例如在朋辈辅导的工作中，心理委员应建立“班级文化心理成长档案”，努力学习文化育人方面的理论学习，并结合班级成员情况开展班会等心理主题活动，从而营造出上行下效的文化心理氛围，由班及院，由院到校，共同搭建起心理育人平台。

### 4.4. 营造立体文化场域，高校为主心理育人

充分发挥家庭、学校与社会的三方协同作用，围绕学生打造全方位，多层次的文化氛围。由于学生群体的在校时间占比最高，高校在学生的心理育人工作中承担主导角色，是最为关键和最有影响力的一环。通过鼓励学生的积极参与，心理工作者可设立心理健康教育角，开展沉浸式心理体验性活动，发挥心理辅导与教育的双重作用。活动可创新运用影音、文字等多媒体形式展现传统文化内容，激发学习兴趣，帮助学生借助文化资源疏导自身心理困扰，实现心理问题的早期干预。为深化理论学习成效，学校应拓展文化活动，举办传统文化知识竞赛、主题文艺汇演等活动，促进传统文化与学生校园生活的深度融合。在家校协同方面，学校需要聘用德才兼备的管理人才，专设家校合作管理部门，积极借鉴成熟案例优化管理机制，保障家校沟通质量与长效合作。针对社会变迁带来的心理挑战，学校应当对学生实施动态化心理调适举措。例如，毕业季时期，学校可联动新媒体平台，借助微信公众号、讲座活动等，及时解决学生毕业环节中存在的问题，缓解毕业生心理压力。

## 5. 结语

将中华优秀传统文化融入高校心理育人机制具有深远的教育意义。但融合并不是一蹴而就的，传统文化的融入需要高校联合各方，共同打造合适的育人环境。高校需要在丰富心理健康教育课程、强化师资建设的基础上，同步提升心理安全教育效果，并激发学生对传统文化的认同与传承意愿。通过传统文化与心理育人的融合机制，大学生在接受心理教育、疗愈心灵的同时，自然而然地传承了中华优秀传统文化的精髓，最终完成从文化认知到情感共鸣，最终实现行为与实践的内化，达成“以文化心”的育人目标。

## 基金项目

2024 年度辽宁大学本科教学改革研究项目：文化自信视阈下高校思政教育中心理育人的价值引领与实践路径(JG2024KCSZ001)。

## 参考文献

- [1] 崔丹丹, 李巧巧. 立德树人视域下高校心理育人的内涵、困境及突破[J]. 林区教学, 2025(2): 82-87.

- 
- [2] 周留柱. 大学生心理健康的现状成因分析及对策[J]. 中国高教研究, 2006(7): 67-68.
  - [3] 丁英平. 立德树人视域下高校心理育人研究[J]. 学校党建与思想教育, 2021(18): 79-80.
  - [4] 黄艳萍, 李玲. 用症状自评量表(SCL-90)评估中国大学生心理健康状况的Meta分析[J]. 中国心理卫生杂志, 2009, 23(5): 366-371.
  - [5] 孟祥哲.“三全育人”理念下高校协同心理育人路径探析——基于生态系统理论视角[J]. 公关世界, 2025(5): 55-57.
  - [6] 尤秋丽. 传统文化赋能大学生心理健康教育的价值意蕴、现实挑战与实践路径[J]. 锦州医科大学学报(社会科学版), 2025, 23(1): 79-82.
  - [7] 李霞. 优秀传统文化在高校心理教育的融合路径探索[J]. 江西电力职业技术学院学报, 2023, 36(1): 154-156.