

数智化视域下高校劳动教育与心理健康教育的耦合路径探索

王 裕, 曹闪闪

湖北汽车工业学院汽车工程学院, 湖北 十堰

收稿日期: 2026年7月4日; 录用日期: 2026年8月4日; 发布日期: 2026年8月12日

摘 要

数智化时代推动高校育人模式朝着精准化、智能化方向转型。劳动教育与心理健康教育在育人目标、内容与方法上存在内在耦合逻辑, 二者协同发力, 共同助力大学生身心健康与全面发展。本文从数智化视角出发, 剖析两育的本质关联, 揭示当前融合实践中机制分离、资源分散、评价脱节及师资能力不足等现实困境。在此基础上, 本文从育人理念革新、数智平台构建、师资队伍赋能、协同机制完善四个维度出发, 构建耦合的实施路径, 为高校推进“以劳健心”育人实践提供理论支撑与实践参考。

关键词

数智化, 劳动教育, 心理健康教育, 耦合育人, 高校辅导员

Exploration of the Coupling Path of Labor Education and Mental Health Education in Higher Education Institutions from the Perspective of Digital Intelligence

Yu Wang, Shanshan Cao

School of Automotive Engineering, Hubei University of Automotive Technology, Shiyan Hubei

Received: July 4, 2026; accepted: August 4, 2026; published: August 12, 2026

Abstract

The digital intelligence era is driving the transformation of university education models toward

precision and intelligence. Labor education and mental health education share an inherent coupling logic in terms of educational objectives, content, and methods. Working in synergy, they jointly contribute to students' physical and mental health and holistic development. From the perspective of digital intelligence, this paper analyzes the essential connections between these two types of education and reveals practical challenges in their current integration, including separation of mechanisms, fragmentation of resources, disconnection of evaluation systems, and insufficient faculty competence. To address these issues, this paper proposes a coupled implementation pathway from four dimensions: innovation of educational concepts, construction of a digital-intelligent platform, empowerment of teaching staff, and improvement of collaborative mechanisms. The study provides theoretical support and practical reference for universities to advance the educational practice of "cultivating mental health through labor."

Keywords

Digital Intelligence, Labor Education, Mental Health Education, Coupled Education, University Counselors

Copyright © 2026 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

劳动教育被列为“五育”之一，改变了长期以来劳动教育在实际工作中“说起来重要、做起来次要”的边缘化处境[1]。2023年教育部等十七部门联合印发的专项行动计划中，“以劳健心”的提法首次在政策文件中出现，这为劳动教育与心理健康教育的制度化衔接提供了文件依据[2]。但在现实中，高校的劳动教育与心理健康教育往往分属不同部门，彼此独立运行：前者一般由教务处、团委负责，重点在于劳动意识与实践技能的培养；后者则由学生处、心理健康中心承担，侧重于心理状态的识别与干预。两者之间缺少有效的协同机制，难以实现育人功能的整合[3]。近年来，大数据、人工智能测评、虚拟仿真技术及在线协作平台等数智化手段的兴起，为打破部门之间的隔阂、促进资源整合与个性化育人创造了技术条件。辅导员身处学生工作一线，既承担劳动教育的组织与推进职责，也担负心理健康教育的引导与守护任务，在数智化背景下探索两育融合路径具有天然优势和现实必要性。

为此，本文基于数智化视角，对高校劳动教育与心理健康教育之间的内在联系及当前融合困境进行系统梳理，尝试构建可行的耦合路径。研究成果将为高校开展协同育人工作提供理论参考与实践指导，助力实现“以劳健心、以心促劳”的良性互动。

2. 劳动教育与心理健康教育的本质及其内在关联

2.1. 高校劳动教育的本质内涵

高校劳动教育主要依托实践活动，旨在帮助学生形成科学的劳动观、掌握基本的劳动技能、养成积极的劳动习惯[3]。其核心不在于简单的体力消耗或操作训练，而是借助“做中学、学中悟”的实践机制，促使学生在过程中认识劳动价值、尊敬劳动人员、珍视劳动成果，从而实现知识吸收、人格完善与能力增长的有机融合。数智化带来的变化不限于技术工具的更新——劳动教育的形态从过去的体力劳动为主，延伸到虚拟仿真劳动、数据标注劳动、创意设计劳动等新类型，这种变化本身也在重新定义“什么样的劳动更能育人”这一基本问题。

高校劳动教育强调与专业教育深度融合, 结合不同学科专业特点设计实践内容, 如工科学生的专业实训劳动、文科学生的社会调研劳动、艺术类学生的创意创作劳动等, 其核心要义在于让学生在真实或仿真的劳动情境中, 锤炼劳动本领、培育劳动精神, 实现个人价值与社会价值的协同发展。

2.2. 高校心理健康教育的本质内涵

高校心理健康教育以促进学生心理健康发展为核心, 通过心理测评、咨询干预、课程教学、团体活动等多元形式, 帮助学生构建健全人格、培育稳定情绪、提升社会适应能力与心理调适能力。健康的心理状态不仅表现为无心理疾病, 更体现为积极的自我认知、有效的情绪管理、良好的人际交往能力以及面对挫折的抗压能力。

当前, 高校心理健康教育已形成“预防为主、防治结合、全程干预”的工作格局, 通过心理普查、个体咨询、团体辅导、危机干预等路径, 为学生成长提供全方位、全周期的心理支持[4]。在数智化背景下, 心理健康教育正逐步摆脱传统面对面咨询的局限, 向线上心理测评、AI 辅助诊断、智能干预推送等智能化模式转型, 提升了心理服务的精准度与便捷性[5]。

2.3. 劳动教育与心理健康教育的内在耦合关系

劳动教育与心理健康教育在育人目标上高度契合, 二者均以促进大学生全面发展、培育健康成长的时代新人为核心导向, 相辅相成、辩证统一。经过大量的问卷调查数据可发现劳动教育通过实践体验, 帮助学生在克服困难、完成任务的过程中, 增强自信心、责任感与抗压能力, 这些素养正是心理健康教育的核心培养目标; 心理健康教育则通过情绪管理、压力应对、动机激发等方式, 为学生参与劳动实践提供心理资本支撑, 引导学生以积极乐观的心态投入劳动, 提升劳动参与的主动性与实效性, 具体影响见图 1。

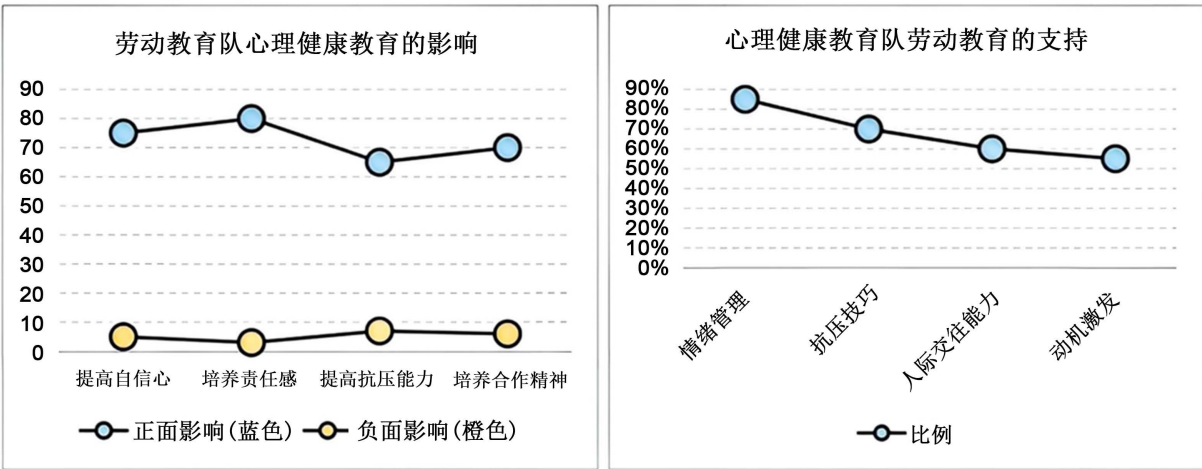


Figure 1. Interaction and impact of labor education and mental health education

图 1. 劳动教育与心理健康教育的相互作用与影响

在内容载体上, 二者相互渗透、有机融合。劳动教育与心理健康教育并非简单叠加, 而是内在耦合、相互支撑。劳动中的困难与矛盾需借助心理调适来应对, 心理干预方法也可在劳动实践中落地, 实现“以劳调心、以心促劳”。两者均重视体验式学习与情境化教学, 数字智能技术为其融合提供了共通平台。可见, 从实践效果来看, 没有心理维度的劳动教育容易沦为“打卡式”完成任务, 而脱离劳动实践的心

理教育也常常停留在认知层面、难以转化为学生的真实体验——两育耦合不是政策倡导的口号，而是解决各自实效性问题的内在需要。

2.4. 劳动教育“健心”功能的理论基础

劳动教育何以促进心理健康，可以从三条理论线索加以把握。具身认知理论认为认知根植于身体与环境的互动之中，劳动提供的体力付出与感官刺激恰好构成了这种互动的载体；职业治疗与团体心理治疗的实践也表明，有目标、有结构的集体活动本身即具有调节情绪、改善人际的治疗价值。在此基础上，积极心理学进一步为两育耦合提供了更具操作性的评估框架——Seligman 的 PERMA 模型将心理健康拆解为积极情绪、投入、关系、意义、成就五个可测量的维度[6]，胡帅以农事体验为载体开展的准实验研究已验证了劳动实践在这五个维度上的提升效果[7]。综合来看，具身认知解释了“身体参与如何影响心理”，活动疗法说明了“结构化活动为何具有治疗功能”，积极心理学则提供了“如何测量和评估这一功能”的工具——三重理论从不同层面共同支撑了“以劳健心”的合理性。

3. 数智化视域下两育耦合的研究进展与不足

国内关于两育融合的研究已形成政策阐释、课程设计、实证调查三类成果，但多停留于应然层面的理念倡导或短期干预效果验证，且大多以传统线下活动为载体，对数智技术在其中扮演什么角色几乎未加讨论。国外在数字心理健康干预方面积累更为丰富，Lattie 等的系统综述表明 80% 的高校数字干预研究显示有效，但这类研究往往将数字技术应用于纯粹的心理咨询场景，极少将劳动实践作为干预载体或数据来源。综合来看，现有研究存在三个共性问题：理论解释碎片化，缺乏对劳动“健心”多重机制的整合性阐释；数智化视角缺位，“劳动 + 心理 + 数智”的交叉研究几乎空白；从理念到操作的转化路径不清晰，对“具体怎么做”缺乏可操作的方案。本研究正是试图在这三个方向上做出回应——在理论层面整合多重资源，在实践层面将数智化作为打通两育壁垒的核心抓手，把耦合育人从政策倡导推进到可操作的层面。

4. 数智化视域下两育耦合的现实困境

4.1. 机制分离：部门壁垒导致耦合缺乏制度保障

当前，多数高校的劳动教育与心理健康教育分属不同职能部门，形成了各自独立的运行体系，在目标设定、资源配置、考核评价等方面缺乏协同衔接，部门壁垒现象突出。劳动教育多由教务处、团委统筹规划，侧重劳动实践的组织与实施；心理健康教育则由学生处、心理中心负责，聚焦学生心理状态的监测与干预，二者在工作推进中缺乏常态化的沟通协作机制[8]。

与此同时，数智化平台建设也呈现“各自为政”的态势，劳动教育平台主要用于记录学生劳动时长、劳动成果等基础数据，心理测评平台则侧重采集学生情绪状态、压力水平等心理数据，二者数据标准不统一、无法互通共享，难以形成全面、精准的“劳动 - 心理”联合画像，导致两育耦合缺乏坚实的数据支撑与制度保障。

4.2. 资源分散：平台与活动缺乏融合设计

随着高校育人工作的不断推进，多数高校已建成一批劳动教育实践基地与心理健康服务平台，但这些资源在物理空间与功能定位上相互独立，缺乏系统性的融合设计。在劳动教育活动中，往往只注重劳动技能的培养，很少主动嵌入心理教育元素，未能充分发挥劳动教育的“健心”功能；在心理健康教育活动中，也多以理论讲解、心理疏导为主，极少引入劳动实践环节，难以实现心理教育与劳动实践的有

机结合[9]。

4.3. 评价脱节：两育考核各成体系缺乏交叉衔接

当前高校劳动教育与心理健康教育的评价体系相互独立、缺乏衔接,难以支撑两育耦合发展的需求。劳动教育评价多以量化指标为主,侧重考核学生劳动时长、劳动成果质量、劳动技能掌握程度等,忽视了劳动过程中学生的心理变化与成长;心理健康教育评价则主要以心理测评分数、咨询次数、危机事件发生率等为核心指标,未能将学生在劳动实践中的心理表现、心理成长纳入评价范围。

两者缺乏科学的交叉评价指标,既未纳入劳动教育评价体系,也未成为心理健康教育的评价重点。尽管数智技术能够精准采集此类过程性数据,但由于评价导向的分离,这些数据采集后往往被闲置,无法形成“数据采集-分析研判-干预优化”的闭环反馈机制,制约了两育耦合的深度推进。

4.4. 师资不足：辅导员耦合育人能力有待提升

辅导员作为高校劳动教育与心理健康教育的主要组织者与实施者,其耦合育人能力直接影响两育融合的实效。当前,多数辅导员缺乏系统的心理学专业培训,对大学生常见心理问题的识别、干预能力有限,难以在劳动教育过程中及时发现学生的心理异常并进行科学引导;同时,部分辅导员对劳动教育的理解仍停留在“完成劳动工时、落实劳动任务”的表层层面,未能深刻把握劳动教育的“健心”内涵,难以将心理育人理念有效融入劳动教育全过程[10]。

此外,在数智化工具的应用方面,辅导员普遍存在操作不熟练、数据分析能力薄弱等问题,难以充分利用数智平台整合两育数据、开展精准干预,无法充分发挥数智技术在两育耦合中的支撑作用,制约了耦合育人工作的高质量推进。

5. 数智化视域下两育耦合的路径构建

5.1. 革新育人理念：确立“以劳健心、以心促劳”耦合目标

理念革新是推进两育耦合的前提与基础。高校应从顶层设计层面,打破传统育人理念的局限,明确劳动教育与心理健康教育的协同育人目标,将“提升学生心理韧性与劳动素养”纳入人才培养方案,确立“以劳健心、以心促劳”的耦合育人理念,推动两育从“各自独立”向“协同融合”转型[11]。辅导员对劳动教育“健心”功能的认知程度,直接决定了两育耦合能否在操作层面落地。如果辅导员眼中的劳动教育只是“完成任务工时”,心理育人只是“谈话+转介”,那么即使平台功能再完善,也只能停留在数据采集层面而无法进入育人实践。具体而言,可在主题班会、劳动实践动员等环节,设置“劳动与情绪管理”“动手实践与压力缓解”等专题分享,引导学生深刻理解劳动与心理健康的内在关联,树立“劳动润心、心理赋能劳动”的理念。

5.2. 构建数智平台：打通两育数据壁垒实现精准育人

数智平台是打破两育壁垒、实现精准耦合的核心支撑。高校应整合现有劳动教育管理系统与心理健康服务平台,构建统一的“劳育-心理”耦合数据中台,建立标准化的数据采集、分析、应用机制,实现两育数据的互通共享。

平台的数据采集须分层推进。基本信息层涵盖年级、专业、生源地、家庭结构等静态属性数据;行为过程层聚焦劳动类型(如校园服务、专业实训、志愿公益、创意劳动)、劳动时长、任务完成度及团队协作表现等指标,通过劳动打卡与指导教师评价双渠道采集;心理状态层则包含定期量表测评结果、日常情绪打卡记录,以及可穿戴设备在劳动现场采集的心率变异性(HRV)和皮电反应等生理指标。三类数据经

统一学生 ID 关联后, 形成“基础画像 - 行为轨迹 - 心理波动”三位一体的数据闭环。

在分析模型的选择上, 本文建议综合运用三种方法: 其一, 通过关联规则挖掘, 探索“劳动类型 - 劳动频次 - 心理指标变化”之间的强关联项集, 例如识别出“持续参加团队协作型劳动的学生, 其人际关系敏感因子得分呈下降趋势”等规律型结论; 其二, 借助 LDA 主题模型与情感分析工具, 对学生劳动总结文本进行主题聚类与情绪赋分, 捕捉文本中隐含的焦虑、满足、疲惫等情绪线索, 弥补量化指标对个体体验反映不足的局限; 其三, 基于前两类分析构建随机森林分类器, 将劳动行为特征作为输入变量, 对心理风险等级进行预测, 当模型判别概率超过阈值时触发预警机制。

5.3. 创新活动载体: 设计耦合型劳动心理实践项目

活动载体是两育耦合的重要抓手, 应依托数智技术, 设计兼具劳动教育与心理健康教育功能的耦合型实践项目, 实现“劳育”与“心育”的有机融合[12]。一方面, 开发虚拟劳动心理训练项目, 利用 VR/AR 技术构建沉浸式劳动场景, 在场景中嵌入心理挑战任务, 让学生在安全、仿真的环境中, 锤炼劳动技能与心理韧性; 另一方面, 开展真实劳动与即时反馈项目, 在校园农场、实训车间、志愿服务基地等实体劳动场所, 部署可穿戴设备与移动终端, 实时采集学生心率、皮电等生理指标, 劳动结束后自动生成“压力 - 恢复”曲线, 帮助学生直观认识自身应激反应, 同时推送个性化的心理调节技巧。此外, 还可组织劳动后的线上线下分享会, 引导学生交流劳动中的情绪体验、挫折感悟, 深化劳动实践的心理滋养效果。

5.4. 赋能师资队伍: 提升辅导员耦合育人专业能力

辅导员队伍能力提升是推进两育耦合的关键支撑。高校应建立系统化的辅导员培训体系, 聚焦“数智 + 劳育 + 心理”复合能力培养, 明确培训内容与考核标准, 全面提升辅导员的耦合育人能力。培训内容应涵盖三大模块: 一是心理健康专业知识, 提升辅导员的心理服务能力; 二是劳动教育理论与实践, 帮助辅导员深刻把握劳动教育的“健心”内涵; 三是数智工具应用, 提升辅导员的数智化应用能力。

同时, 建立典型案例共享库, 收集辅导员在耦合育人实践中遇到的真实场景与解决经验, 附上专业的心理分析与干预建议, 供辅导员交流学习、借鉴参考。此外, 在辅导员职称评审、绩效考核中, 增设耦合育人相关指标, 形成正向激励机制, 激发辅导员推进两育耦合的积极性与主动性。

5.5. 完善协同机制: 构建家校社数智联动育人网络

两育耦合的深度推进, 离不开家庭、社会的协同参与, 应依托数智技术, 构建“高校主导、家庭参与、社会支持”的数智联动育人网络, 实现全时空、全方位的耦合育人。在家庭层面, 高校可依托数智平台建立“家校互通”模块, 定期向家长推送学生在劳动实践与心理成长方面的非敏感数据与成长报告, 同时收集家长反馈的学生居家劳动表现、情绪状态等信息, 引导家长重视劳动教育与心理健康教育, 形成家校协同育人合力; 在社会层面, 高校可与街道社区、企业单位共建“数智劳动心理服务站”, 为学生提供多元化的劳动实践岗位与心理服务资源, 学生在假期参与社会实践、企业实习时, 可通过小程序打卡劳动任务、完成简易心理自评, 相关数据自动回传至学校数智平台, 实现学生劳动实践与心理状态的全周期跟踪。通过家校社数智联动, 打破校园育人边界, 构建全方位、立体化的耦合育人体系, 推动两育融合向纵深发展。

6. 伦理风险与应对策略

数智平台的深度介入不可避免地引致多重伦理风险, 须在制度设计层面加以回应。第一, 数据隐私与边界控制。劳动场景中的可穿戴设备采集的心率、皮电等生理信号属于《中华人民共和国个人信息保护法》界定的敏感个人信息, 平台应确立“最小必要采集原则”, 明确劳动场所设备启用须经学生知情

同意,且同意书须载明数据用途、保留期限及退出机制,不得以劳动成绩或评优资格作为同意的前提条件。第二,算法偏见与标签化风险。关联规则与分类模型依赖训练数据集,若样本代表性不足或标注存在偏差,可能将特定群体的劳动行为特征(如某类性格学生的参与频率偏低)错误标记为心理异常信号。对此,须建立“预测结果人工复核机制”,预警信息须经辅导员或心理中心专业人员二次确认后方可介入干预,避免算法决策直接作用于学生管理。第三,数据安全的组织保障。平台应实行分级授权管理——辅导员仅可查看所带班级学生的非敏感行为画像,心理中心拥有量表数据与生理指标的完整访问权限但须承担数据保密协议,校级管理部门只能接触脱敏后的统计汇总数据,任何层级的数据导出均须留痕审计。上述伦理措施的落地,有赖于学校网络安全与信息化领导小组牵头制定专项管理办法,并在平台试运行前通过伦理委员会审查。

7. 结语

数智化时代的到来,为高校劳动教育与心理健康教育的深度耦合提供了前所未有的技术支撑与发展机遇。劳动教育与心理健康教育作为高校育人体系的重要组成部分,在育人目标、内容载体与实施方法上具有天然的内在耦合逻辑,其深度融合是落实“五育并举”育人方针、推进“以劳健心”育人实践的必然要求。数智技术作为打破部门壁垒、整合育人资源、实现精准干预的关键中介,能够有效破解当前两育耦合面临的现实困境,推动育人模式向智能化、协同化转型。

辅导员作为高校育人工作的一线力量,应主动拥抱数智化变革,从育人理念革新、数智平台应用、活动载体创新、专业能力提升、家校社协同联动五个方面,积极探索两育耦合的有效路径,切实发挥“以劳健心、以心促劳”的协同育人效应,助力大学生锤炼劳动本领、培育健康心理,成长为可堪大用、能担重任的时代新人。未来研究可进一步聚焦不同类型高校的办学特色,探索差异化的两育耦合模式,同时加强数智化耦合干预对学生长期发展影响的追踪研究,不断完善两育耦合的理论体系与实践路径。

基金项目

本文是十堰市哲社科思政专项课题“数智化视域下高校劳动与心理健康教育的耦合研究机制”(24Z182)阶段性成果。

参考文献

- [1] 巩红冬,李彪.五育并举视域下融合劳动教育的植物学价值意蕴及实践路径[J].现代园艺,2026,49(17):141-145.
- [2] 五育并举促进心理健康——教育部等十七部门联合印发《全面加强和改进新时代大学生心理健康工作专项行动计划(2023-2025年)》[J].吉林教育,2023(26):97.
- [3] 孙若东,朱丽娟.“五育融合”视域下高校心理健康教育的探索与实践研究[J].佳木斯职业学院学报,2025,41(4):143-145.
- [4] 矫壮.高校劳动教育与心理健康教育融合发展研究[N].江苏经济报,2025-03-28(T03).
- [5] 张俊英.高校“心理健康”课程改革与劳动教育融合的耦合机理与实现路径[J].宁波开放大学学报,2024,22(2):97-100.
- [6] 夏沫.积极心理学 Martin Seligman 和 Barbara Lee Fredrickson 观点之异同[J].知识库,2025,41(11):123-126.
- [7] 胡帅.体验农事,劳逸结合——基于校园“药王谷”开展综合实践活动的探索与实践[C]//北京市朝阳区国际绿色经济协会.全球绿色经济发展论坛会议文集(专题四).2025:85-87.
- [8] 熊英,罗露萍.高校“劳·心”协同育人实践研究[J].文教资料,2024(5):170-173.
- [9] 李慧.“五育融合”视域下高校心理健康教育的探索与实践[J].湖北开放职业学院学报,2024,37(2):39-41.
- [10] 蔡伟.心理健康教育视域下高校劳动教育开展路径研究[J].创新创业理论与实践,2022,5(5):144-146.
- [11] 张昕.“三全育人”视域下高校心理健康教育路径探析[J].大众文艺,2026(9):103-106.
- [12] 张俊英.心理健康课程与劳动教育融合的路径探索[J].课程·教材·教法,2023(2):67-72.