

砚田心语：端砚文化融入高职院校心理育人的实践路径研究

——以广东工商职业技术大学“星湖心语”辅导员工作室为例

陈嘉颖

广东工商职业技术大学文化与传播学院，学工办，广东 肇庆

收稿日期：2026年7月15日；录用日期：2026年8月17日；发布日期：2026年8月24日

摘 要

该研究以广东工商职业技术大学为例，探讨将肇庆端砚文化融入高职心理育人的实践路径。通过积极心理学与具身认知理论，构建“端砚 + 心理”课程及“5·25”品牌活动，并链接志愿服务。实证显示，该模式能显著提升学生心理韧性与自我效能感，有效实现文化传承与心理赋能的双重目标。

关键词

端砚文化，心理育人，高职院校

Whispers from the Inkstone Field: A Study on the Practical Pathways of Integrating Duan Inkstone Culture into Psychological Education in Higher Vocational Colleges

—A Case Study of the “Xinghu Xinyu” Counselor Studio at Guangdong Business and Technology University

Jiaying Chen

Counselor's Office, School of Culture and Communication, Guangdong Business and Technology University, Zhaoqing Guangdong

Received: July 15, 2026; accepted: August 17, 2026; published: August 24, 2026

Abstract

This study takes Guangdong Business and Technology University as a case to explore practical pathways for integrating Zhaoqing Duan inkstone culture into psychological education in higher vocational colleges. Grounded in positive psychology and embodied cognition theories, it develops a “Duan Inkstone + Psychology” curriculum and a “5·25” signature event, while linking them to volunteer services. Empirical evidence shows that this model significantly enhances students’ psychological resilience and self-efficacy, effectively achieving the dual goals of cultural heritage and psychological empowerment.

Keywords

Duan Inkstone Culture, Psychological Education, Higher Vocational Colleges

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

在五育并举背景下，针对高职院校心理育人本土化资源不足的现状，本文以广东工商职业技术大学“星湖心语”工作室为例展开研究。肇庆独有的端砚文化不仅是非遗瑰宝，更是一座蕴藏“工匠精神”、“廉洁品格”与“坚韧意志”的育人富矿。将端砚文化融入心理育人，既是落实“立德树人”的内在要求，也是实现传统文化“创造性转化、创新性发展”的有效路径。本研究旨在通过挖掘这一富矿，构建具有地域特色的高职心理育人新模式。

2. 理论基础与融合逻辑

2.1. 积极心理学视域下的“心流”体验与文化赋能

端砚文化与心理育人的融合，首先建立在积极心理学关于“投入”与“意义”的理论基础之上。在快节奏的数字化生存环境下，高职学生普遍面临注意力碎片化和意义感缺失的困扰。端砚制作讲究“因石构图、精雕细琢”，这种高度专注的工艺过程与塞利格曼 PERMA 模型中的“投入”要素高度契合。中国本土的心理健康教育必须植根于文化土壤，传统文化中的修身思想与现代心理学的自我实现目标具有内在一致性[1]。学生在打磨砚台的过程中，手脑并用，能够暂时屏蔽外界干扰，获得内心的宁静与掌控感。此外，中华优秀传统文化中蕴含的“天人合一”与“知行合一”思想，是解决当代大学生心理困惑的重要资源，通过非遗技艺的沉浸式体验，能有效诱发“心流”，缓解焦虑情绪，实现从“技艺习得”到“心灵滋养”的转化[2]。

2.2. 具身认知视角下的心理隐喻与人格重塑

从具身认知理论来看，端砚的物理属性与制作过程构成了独特的心理隐喻系统，能够潜移默化地重塑学生人格。端砚石质“坚如铁、润如玉”，象征着“外圆内方”的理想人格；其开采与雕刻中面对石材瑕疵的“巧色”处理，则是挫折教育的生动教材。新时代的工匠精神培育应超越技能层面，深入挖掘其蕴含的专注、坚持等心理品质，这对于高职院校学生职业核心能力的构建至关重要[3]。端砚文化中的“磨

砺”意象，能引导学生在面对人生困境时进行积极的认知重构。将地域文化符号(如端砚的坚韧特质)融入心理教育，能显著增强学生的文化认同感与心理韧性，使学生在触摸历史厚度的同时，习得面对挫折时的坚韧与变通，实现人格的完善与升华[4]。

2.3. “五育并举”下的协同育人机制与实践逻辑

在宏观育人逻辑上，端砚文化与心理育人的融合是落实“五育并举”、实现协同增效的必然选择。心理育人不应是孤立的咨询室工作，而应渗透在美育与劳育之中。新时代的文化育人应当注重“以文化人”，通过挖掘文化资源中的育人元素，构建全员全过程全方位的育人格局，文化自信是心理健康的深层基石[5]。端砚文化集审美(美育)、制作(劳育)、修身(德育)于一体，为心理育人提供了丰富的载体。将中华优秀传统文化融入高校心理育人，能够有效解决传统心理教育中理论说教枯燥乏味的问题，通过文化的浸润作用，让学生在触摸历史厚度的同时，拓展心理的广度与深度，真正实现以文育心、以文化人的目标[6]。

3. 实践路径：从“文化载体”到“心理活动”的转化

3.1. 课程融合路径：构建“端砚 + 心理”特色课程体系

将端砚文化深度融入心理健康教育课程体系，是实现文化育人与心理育人协同增效的关键路径。依托“百千万工程”对地方特色文化资源的挖掘与活化要求，高职院校可联合地方非遗传承人与心理健康教师，共同开发“端砚文化与积极心理品质培养”校本课程。课程内容不仅包括端砚的历史渊源、雕刻技艺等知识传授，更注重挖掘其背后的心理育人元素。例如，在“因材施教”环节引导学生理解个体差异与自我接纳；在“精雕细琢”过程中训练专注力与耐心，体验“心流”状态；在“巧色利用”中培养面对缺陷与挫折的积极应对策略。通过“理论讲授 + 实践体验 + 心理分享”三位一体的教学模式，使学生在动手实践中实现心理品质的内化与提升。

3.2. 活动载体路径：打造“5·25”心理活动月品牌项目

以“5·25”大学生心理健康活动月为契机，将端砚文化元素融入系列主题活动，打造具有地域文化特色的心理育人品牌。可设计“砚心·匠心·我心”主题系列活动：开展“端砚文化心理工作坊”，通过石料触摸、纹样临摹、简易雕刻等体验，引导学生感知“石之坚韧”与“心之韧性”的隐喻关联；举办“我的心理‘砚’值”创意征文与摄影展，鼓励学生用文字和镜头记录在端砚制作或欣赏过程中的心理感悟与成长故事；组织“非遗传承人面对面”心理沙龙，邀请大师分享其从艺生涯中克服困难的经历，传递“择一事终一生”的专注精神与抗逆力。这些活动将抽象的心理概念具象化、生活化，增强了心理教育的吸引力与感染力。

3.3. 实践拓展路径：链接大学生基层服务等志愿服务，升华文化心理价值

将端砚文化所涵养的心理品质与“大学生志愿服务西部计划”等国家重大战略需求相结合，实现文化育人价值的升华与拓展。在参与“大学生志愿服务西部计划”学生的行前培训中，可融入端砚文化专题教育，引导他们理解端砚“千锤百炼始成器”的磨砺精神与西部建设者“艰苦奋斗、甘于奉献”的精神内核高度契合。通过讲述端砚从深山顽石到国之瑰宝的蜕变历程，激励志愿者将赴西部服务视为人生的一次“精雕细琢”，在服务国家、奉献社会的大我中实现小我的价值。同时，可组织已参与“大学生志愿服务西部计划”的优秀校友返校，分享他们在艰苦环境中如何运用从传统文化中汲取的精神力量克服心理挑战，为在校生树立榜样，形成“文化熏陶 - 心理赋能 - 实践践行”的良性循环。

4. 实证成效与数据分析

4.1. 研究设计与方法

为检验上述实践路径的有效性,本研究选取本校 2022 级两个平行班级为研究对象,实验班($n = 45$)实施为期一学期的“端砚文化融入心理育人”综合干预方案,对照班($n = 43$)则接受常规心理健康教育。采用混合研究方法,量化部分使用《大学生心理韧性量表》(CD-RISC)和《一般自我效能感量表》(GSES)进行前后测;质性部分通过半结构化访谈和作品分析,深入了解学生的心理体验与变化。

4.2. 量化数据分析

为更精确地评估干预效果,本研究采用协方差分析(ANCOVA),将前测得分作为协变量,以控制基线水平的差异。分析结果显示,在控制前测得分后,干预后实验班学生的心理韧性得分(调整后 $M = 78.25$)显著高于对照班(调整后 $M = 68.48$), $F(1, 85) = 29.54$, $p < 0.001$, $\eta^2 = 0.26$,表明干预对提升学生心理韧性具有显著的中等效应。同样,在自我效能感方面,实验班的后测得分(调整后 $M = 30.18$)也显著高于对照班(调整后 $M = 26.95$), $F(1, 85) = 11.02$, $p = 0.001$, $\eta^2 = 0.12$ 。这表明,融入端砚文化的心理育人实践能有效提升高职学生的心理韧性与自我效能感。

4.3. 质性资料分析

对实验班 15 名学生的访谈资料进行主题分析,提炼出“专注与宁静”、“接纳与转化”、“价值与认同”三个核心主题。这些主题与前文所述的积极心理学和具身认知理论形成了有力呼应。

1) 专注与宁静(心流体验的具身化): 学生普遍反映,在雕刻端砚时能进入一种忘我的状态。一位学生提到:“在打磨砚台时,世界好像只剩下我和这块石头,所有的烦恼都消失了,心里特别平静。”这种体验正是积极心理学中“心流”状态的生动体现。端砚制作的“精雕细琢”过程,作为一种具身化的实践活动,为学生提供了诱发心流的理想情境,使其在专注中获得了内心的宁静与掌控感。

2) 接纳与转化(心理隐喻的认知重构): 端砚制作中的“巧色”技艺,即巧妙利用石材的天然瑕疵,为学生提供了深刻的心理隐喻。一位学生分享道:“看到石头上的瑕疵,想到自己身上的不足,也学会了怎么去利用和转化,而不是总想着去掩盖它。”这一过程完美诠释了具身认知理论,学生通过亲手处理石料的物理瑕疵,在认知层面完成了对自身“不完美”的接纳与重构,将挫折视为成长的契机,从而提升了心理韧性。

3) 价值与认同(文化自信的赋能): 端砚作为国家级非物质文化遗产,其深厚的文化底蕴激发了学生的自豪感。有学生表示:“觉得端砚很了不起,自己作为广东人也自豪,更有动力去做好事情。”(S12)这种由文化认同带来的价值感,是心理赋能的重要源泉。它不仅增强了学生的自我效能感,也为他们未来的职业发展和人生选择提供了精神支撑。数据显示,通过此项实验,2026 年毕业生西部计划报名人数为 7 人,拟录取 3 人;“百县千镇万村高质量发展工程”学生三下乡参与率提升 63%;学生心理活动作品获得校级奖项 13 项,省级 2 项。这些成果印证了文化认同对个体行为的积极引导作用。

5. 难点突破、局限性与展望

5.1. 难点突破:从“物理拼接”走向“化学融合”

当前实践的核心挑战在于规避文化活动与心理教育“两张皮”现象。突破关键在于强化“心理学技术”深度介入,单纯的端砚雕刻仅是技艺习得,唯有引入心理教师的引导性提问与专业干预,才能将感官体验上升为认知重构。通过在创作中植入正念引导、在互评中运用团体辅导,将隐性心理育人目标显

性化,实现从“物理拼接”向“化学融合”的转变。

5.2. 研究的局限性与展望

本研究虽取得初步成效,但仍存在一定局限性。首先,样本仅来源于单一院校的两个班级,样本量较小且同质性较高,可能影响研究结果的普适性。其次,研究周期为一学期,缺乏对干预效果长期持续性的追踪数据。最后,心理韧性自我效能感的测量主要依赖自评量表,可能存在社会赞许性偏差。

未来研究可从以下方面展开:一是开展多中心、大样本的随机对照试验,以验证该模式的稳定性和普适性。二是进行纵向追踪研究,考察端砚文化干预对学生心理品质的长期影响。三是探索该模式在不同地域文化背景下(如将端砚替换为其他非遗项目)的适用性与调适策略,为高校心理育人提供更丰富的本土化方案。

5.3. 未来展望:以“创造性转化、创新性发展”视域赋能留肇就业

未来将在“两创”视域下,探索文化传承与人才留存的耦合机制。端砚美育不仅是心理疗愈媒介,更是增强文化自信的纽带。通过挖掘“砚德”精神,激发学生对肇庆的认同感与自豪感,构建“文化育人-心理赋能-留肇就业”转化链条,引导学子扎根肇庆、建设湾区,实现以文化人、以文润城。

基金项目

本文系肇庆市2026年度哲学社会科学规划项目《“两创”视域下肇庆端砚文化融入高校美育的创新路径研究》(项目编号:26GJ-191)以及广东工作职业技术大学2026年“星湖心语”辅导员工作室(项目编号:FDYGZS2026-01)研究成果。

参考文献

- [1] 任素芳. 探索“德育”与“心育”相结合的职业本科高校心理育人新路径[J]. 邯郸职业技术学院学报, 2026, 39(2): 11-14.
- [2] 郭雅茹. 中华优秀传统文化与积极心理学融入高校心理育人路径探索[J]. 教育观察, 2025, 14(35): 45-48.
- [3] 王世铎. 工匠精神融入高职思政课教学的价值、原则与策略[J]. 西北成人教育学院学报, 2026(4): 31-36.
- [4] 李乐怡, 唐艳秋, 林晓倩, 等. 非遗文化融入高校思想政治教育的实践路径研究——以肇庆市端砚制作技艺为例[J]. 文化创新比较研究, 2026, 10(6): 57-60.
- [5] 沈壮海, 陶孝芳. 在加快建设教育强国中落实好立德树人根本任务[J]. 中国高等教育, 2025(18): 4-10.
- [6] 穆彦霞, 吴爱. 文化自信视域下高校心理育人工作研究[J]. 佳木斯大学社会科学学报, 2026, 44(6): 136-139.