

积极心理学视域下国学中的传统文化融入高校心理健康教育探究

王 睿

南京邮电大学马克思主义学院, 江苏 南京

收稿日期: 2023年6月28日; 录用日期: 2023年8月2日; 发布日期: 2023年8月14日

摘 要

国学中的传统文化作为中华优秀传统文化的鲜明代表涵育着深厚的心理思想和价值意蕴。国学中的传统文化在培育高校学生爱国主义情怀、坚定人生理想信念、促进个人修心养性、树立文化自觉等方面突显出新的时代价值, 是高校开展心理健康教育的重要理论源泉。探索国学中的传统文化融入高校心理健康教育的路径方式, 通过优化高校教师人才队伍、编写本土化心理教材、创新传统文化展现形式等方式, 让高校学生体会先贤心理智慧, 领略传统文化之美, 从而推进高校心理健康教育工作的顺利开展, 保证国学中的传统文化发挥心理健康教育育人作用, 培育出积极向上、人格健全、各方面综合发展的高校学生。

关键词

积极心理学, 国学, 传统文化, 高校心理健康教育

Research on the Integration of Traditional Culture in Sinology into Mental Health Education in Colleges and Universities from the Perspective of Positive Psychology

Rui Wang

School of Marxism, Nanjing University of Posts and Telecommunications, Nanjing Jiangsu

Received: Jun. 28th, 2023; accepted: Aug. 2nd, 2023; published: Aug. 14th, 2023

Abstract

Traditional culture in sinology, as a distinct representative of Chinese excellent traditional culture, carries profound psychological thoughts and value implications. The traditional culture in sinology highlights the new value of The Times in the aspects of cultivating college students' patriotic feelings, strengthening their life ideals and beliefs, promoting personal cultivation, and establishing cultural consciousness, which is an important theoretical source for carrying out mental health education in colleges and universities. To explore the ways and means of integrating traditional culture in sinology into mental health education in colleges and universities, through optimizing the talent team of college teachers, compiling local psychological textbooks, and innovating traditional cultural presentation forms, college students can experience the psychological wisdom of sages and appreciate the beauty of traditional culture, so as to promote the smooth development of mental health education in colleges and universities. The traditional culture of sinology should be guaranteed to play the role of mental health education and cultivate college students with positive, healthy personality and comprehensive development in all aspects.

Keywords

Positive Psychology, Sinology, Traditional Culture, Mental Health Education in Colleges and Universities

Copyright © 2023 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

习近平总书记指出：“我们生而为中国人，最根本的是我们有中国人的独特精神世界。”国学中的传统文化作为中华优秀传统文化的鲜明代表，其中涵着深厚的心理思想和价值意蕴，心理健康教育是当前高校教育改革工作的重心之一，仅仅依托西方心理学理论并不能满足我国高校学生的心理健康教育需求。我国传统文化体系虽然没有形成类似于西方的系统心理学内容，但仍然为我国高校构建具有中国特色和中国风格的心理健康教育内容奠定了学理基础，正如心理学家卡尔·古斯塔夫·荣格评价我国国学经典《易经》时所说“《易经》中包含着中国文化的精神和心灵，几千年中国伟大智者的共同倾注，历久而弥新，仍然对理解它的人，展现着无穷的意义和无限的启迪(高岚，申荷永，1998)。”高校学生处于人生成长发展的关键时期，容易产生各种心理问题，因此，将国学中的传统文化融入高校心理健康教育，既是高校培育出积极向上、人格健全的学生的内在要求，也是当前高校践行积极心理健康教育的题中之义。

2. 积极心理学的定义和重要性

2.1. 积极心理学的定义

积极心理学的研究最早可以追溯到 20 世纪 30 年代关于天才和婚姻幸福感的探讨，以及荣格关于生活意义的研究，20 世纪 60 年代，人本主义心理学和由此产生的人类潜能研究为积极心理学奠定了发展的理论基础，到了 20 世纪末，西方心理学家马丁·塞里格曼开始从积极视角研究传统心理学，积极心理学由此受到世人的关注。心理学家谢尔顿和劳拉·金指出积极心理学的本质特点，即“积极心理学是致

力于研究普通人的活力与美德的科学”，积极心理学主张研究人类积极的品质，充分挖掘人固有的潜在的具有建设性的力量，促进个人和社会的发展，使人类走向幸福，其矛头直指过去传统的“消极心理学”（卡尔，2013）。部分学者在整合相关思想和实践的基础上提出，积极心理学就是利用心理学目前已经比较完善和有效的实验方法与测量手段来研究人类力量和美德等积极方面的一种心理学思潮（李金珍，王文忠，施建农，2003），是以一种新的视角诠释心理学，将心理学的研究关注点放在心理健康和良好的心理状态方面，是一门旨在促进个人、群体和整个社会发展完善和自我实现的科学（孟万金，2008），积极心理健康教育就是以人的向善性为价值取向，注重积极心理品质的培养和发展，防治心理问题，促进个体身心全面和谐发展。由此，积极心理学提出心理学的功能应该在于建设而不是修补，在关注个体心理研究的基础上应更加强调对群体和社会心理的探讨，重视对心理疾患的预防。

2.2. 积极心理学在高校心理健康教育中的重要性

当前，高校学生群体具有个性鲜明、性格开放、独立意识较强的特点，他们不受传统规矩束缚，易于接受新鲜事物并乐于接受挑战，但也存在着耐挫力较弱、缺乏自信心、容易迷茫等心理健康问题，尤其是进入高校后，学生离开父母的管束，由各不相同的成长环境进入到学校的群体生活之中，人际关系处理、自我意识认知、现实与理想冲突等心理问题和矛盾层出不穷。特别是高校学生大多为独生子女，平时被父母过度呵护，多以自我为中心，在群体生活中遇到不顺心的事情或者矛盾时，十分容易产生消极心理，心理承受能力较差，甚至会采取极端行为，加之网络科技的迅速发展，在竞争日益激烈的社会环境下，高校学生群体的心理健康教育问题日益突出，因此，如何培育学生的积极心理状态逐渐成为高校开展心理健康教育工作的重点关注方面。

积极心理学在高校心理健康教育中极具重要性，相关的积极心理学理论为高校有效开展心理健康教育奠定了理论基础。一方面，积极人格理论是积极心理学的基础，积极人格是指主张个体能在生活中不断主动追求幸福并时时体验到这种幸福，同时又能使自己的能力和潜力得到充分的发挥（孟维杰，马甜语，2010），一个具有良好心理状态的高校学生并不一定意味着不会出现心理问题，因此，高校在日常的心理健康教育过程中，通过引导学生建立起乐观向上、积极进取的心理状态，不断提高学生心理耐挫能力，那么当学生面临挫折失败时，就不会过分消极，而是能理性分析、主动面对。另一方面，著名心理学家 Barbara Fredrickson 曾提出积极情绪的扩建理论，他认为积极情绪似乎能扩展人们的瞬间想法和动作指令库，并建立持久的个人资源（刘佳人，2015），高校一直提倡学生积极面对问题和矛盾，引导学生积极运用自身的技能进行自我调节，构建个人相对持久的积极力量，进而平衡心理状态、解决问题。此外，对学生进行心理健康教育离不开高校的支持，社会组织系统包括家庭，社区以及学校三级，积极组织系统理论在人类经验的积累、潜能的挖掘和各种积极情绪的发展上进行着重研究（梅亚萍，2015），高校是为国家培育出有着健康人格、各方面综合发展的人才的重要阵地，高校群体生活也是学生人生成长中人生观、世界观、价值观、健康心理的形成的关键时期，高校必须持续推进积极心理学有效融入心理健康教育，才能让学生在面对社会责任和自我心理需求时做出正确判断，实现人生价值。

3. 国学与传统文化

国学和传统文化是联系紧密而又有所区别的两个不同概念，厘清二者的内涵和联系，可以更好的认识国学，进而将传统文化融入高校心理健康教育。

3.1. 国学的内涵

“国学”一词作为汉字词汇，最早出现在《周礼·春官宗伯·乐师》中，“乐师掌国学之政，以教国子小舞”（李勤学，1980），指的是国家为贵族子弟开办的学校，具备教育功能。20 世纪初，随着西方

列强的入侵，西方思潮也涌入我国，“国学”一词被赋予新的内涵，是与“西学”相对立的概念，区别于外来文化，指中国本土固有的文化。目前，学术界对于“国学”的定义没有统一界定，主要分为狭义、广义两方面，狭义的国学是指中国古代的学术文化，广义的国学则是指以儒家文化为主体的中华优秀传统文化和学术(俞秀玲, 2019)。总的来说，国学以中华优秀传统文化作为主要研究对象，其根本要义是再现我国古代圣贤所创造的诸多思想学术成果，传承凝练于国学之中的传统文化。

3.2. 传统文化的内涵

传统文化是中华民族经过千百年历史发展所演化而来的反映中华民族特质和风貌的文化，是中华民族传统社会物质生活方式、精神文化意识和社会管理制度的总体表现。传统文化包括儒家、佛家、道家、名家、纵横家等诸子百家文化意识形态，唐诗、宋词、元曲、明清小说等传统文学文化，琴瑟、围棋、书法、绘画等艺术技艺文化，神话传说、民间故事、传统节日活动等民俗文化多个方面。由此可见，传统文化不仅与生活息息相关，凝聚了中华民族的生活习俗、思维观念和情感认同，还突显出社会广泛认同的道德规范和价值取向，在政治、经济、文化等各方面发挥着潜移默化的作用(孔磊, 2016)。

3.3. 国学中的传统文化

通过对国学和传统文化的内涵进行厘清，可知国学和传统文化是联系紧密而又有所区别的，国学属于传统文化，但是不完全等同于传统文化，国学中的传统文化主要是指以先秦经典及诸子百家学为根基并涵盖后期各朝代的各类思想学术成果和传统文化精髓的总和，国学的积极向上的核心内容既是中华民族的根和中国特色的魂，也是古代文化传承至今的瑰宝，不仅为我国古代文化提供了一个总体框架，而且为古代学术提供了坚实的学理论证(白兆麟, 2007)。国学中的传统文化如四书、五经、六艺，既是儒家思想的核心载体，也是中国传统文化的重要组成部分，再如传统心理治疗中所说的七情互治法、“七情之病，看书解闷”等具体方法，对调节心理消极情绪，调适心态也有积极的作用(杨鑫辉, 1995)。可见，国学中的传统文化是实用之学，学习、弘扬国学中的传统文化，对提升个人精神境界、构建诚信社会、增强国家文化软实力、实现中华民族伟大复兴具有重要的现实意义。

3.4. 国学中的传统文化积极心理学

我国传统文化体系虽然没有形成类似于西方的系统心理学内容，但国学中的传统文化中体现出不少积极心理学相关的内容，既为高校开展心理健康教育拓宽了工作思路，也为国学中的传统文化融入高校心理健康教育奠定了理论基础。一是国学中的传统文化中蕴含着积极的处世之道，如《周易》中的“天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物”，从中可以看出先贤们刚毅坚卓的精神气魄和崇德向善的广阔胸怀，是先贤们生生不息、迎难而上的积极心理状态的集中体现。再如《论语》中，孔子曾称赞自己的弟子颜回“一簞食，一瓢饮，在陋巷，人不堪其忧，回也不改其乐”，可见，在面对困难和挫折的时候，不应受到外界物质条件的影响，要始终保持豁达、乐观积极的心理状态(经纶, 2015)。二是国学中的传统文化教会人们如何平衡好心态，如“否极泰来”、“苦尽甘来”、“时来运转”、“祸兮福之所倚，福兮祸之所伏”等告诫人们处于逆境时不要妄自菲薄，正视困难与挫折，坚定目标，不断磨练、提升自身的心理状态，终会取得理想结果。三是国学中的传统文化提供了现实可行的调节心理状态的方法，如中国传统的健身养生方式追求“形神一体”，其中“形”指人的身体状况，而“神”则是指心理状态，先贤们根据四时变化而提出了“养生”理念，将人的精神作为“养生”的重要一环(国智丹, 2021)，《素问·移情变气论》就提到“古之治病，惟其移精变气，可祝由而已”，具体方法为升华超脱、移情易性、运动移情三种，其中的移情易性是传统中医心理保健法的重要内容，《北史崔光传》中提到

“取乐琴书，颐养神性”，《千金要方》中也认为“弹琴瑟，调心神，和性情，节嗜欲”。总的来说，国学中的传统文化所蕴含着的积极心理学相关内容对于当前高校开展心理健康教育具有重要的指导作用和理论借鉴意义。

4. 积极心理学视域下国学中的传统文化的价值思考

国学中的传统文化源远流长、意蕴深厚，在高校心理健康教育方面突显出新的时代价值。

4.1. 培育爱国主义情怀，坚定人生理想信念

传统文化中涵育着崇高的家国一体思想和高尚的爱国主义情怀，既是中华文明长期延续的文化基础，也为高校学生个人坚定人生理想信念提供了深厚的观念基础。

其一，培育爱国主义情怀，勇于开拓创新。传统文化具有强大的吸引力、感召力、凝聚力等，在培育高校学生“天下兴亡、匹夫有责”的爱国情怀方面具有重要作用，深入挖掘传统文化中所蕴含着的深厚爱国主义和勇于开拓的精神内涵，从学生个人发展实际需求出发，将国学中的传统文化融入高校学生心理健康教育课程和日常生活之中，让传统文化根植于高校学生心中，在潜移默化中激发高校学生的爱国意识，坚定高校学生的爱国信念，合理引导高校学生的爱国行为，让高校学生树立积极、正向的人生理想信念。

其二，体会先贤人生智慧，坚定人生理想信念。随着世界多极化加速发展和新兴技术的迅速崛起，高校学生面临着人生各个方面的不同抉择，思想认知和价值观念也在不断改变，如何面对人生抉择和名利取舍，是当前快节奏的社会背景下亟待解决的重要问题之一。先贤的人生智慧就为高校学生做出了方向指引，如老子在《道德经》中提到的“知足者富，强行者有志，不失其所者久，死而不亡者寿”，诸葛亮在《诫子书》中所说的“非淡泊无以明志，非宁静无以致远”都告诫学生个人在功名利禄面前要坚持自我、恪守本分，不可贪慕虚荣，要适可而止，做到知足常乐。

4.2. 提升个人道德品行，促进个人修心养性

传统文化中“礼”“义”等思想要求人要适当约束自己的言行，而人的行为调节与控制正是心理健康的评价标准之一(罗鸣春, 苏丹, 孟景, 2009)。因此，国学中的传统文化融入高校心理健康教育是必要且可行的。

一是建立和谐人际关系，提升个人道德品行。中华优秀传统文化注重“以和为贵”，强调人与人之间要建立、维护和谐的人际关系，良好的人际关系是大学生保持心理健康的必要条件，是大学生健康成长不可替代的心理环境支持(熊英, 魏熠菲, 2023)。《大学》有云：“古之欲明明德于天下者，先治其国；欲治其国者，先其家；欲齐其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心；欲正其心者，先诚其意；欲诚其意者，先致其知；致知在格物。”可见，自古以来，人们就十分重视自身的道德修养，传承至今对高校学生塑造积极的心理品质仍然具有现实意义。

二是发挥主观能动性，促进个人修心养性。《左传·襄公二十四年》提到“令名，德之舆也；德，国家之基也。”孔子在《周易·系辞下》也提出“德不配位，必有灾殃；德薄而位尊，智小而谋大，力小而任重，鲜不及矣。”道德教化的重要性不言而喻。传统文化中也一直强调做人要“修心养性”，而良好的道德品行正是“修心养性”的外在表现，在信息化时代，越来越多的人急功近利，道德缺失、人心浮躁似乎已成为常态，这就需要进一步加强传统文化的弘扬和传承，在高校学生个人修心实践中，发挥个人的主观能动性，既要有思想上的自觉，主动阅读国学内容，了解传统文化，又要有行动上的自觉，加强自我德行约束。

4.3. 树立传统文化自觉，巩固社会主义核心价值观

在民族独立、国家富强的过程中，传统文化中的消极、糟粕部分被舍弃，积极、精华部分得以保留，并得到传承和创新，有助于高校学生树立起文化自觉意识，巩固社会主义核心价值观。

“文化世界不仅是人类创造的，而且同时也在不断地创造着人类，创造着不同国家、民族、社区人们的性格、心理、行为方式、思维方式以及种种价值观念”(邱向峰, 2018)。传统文化不是我国独有的，全球各个国家都有自己的传统文化，在全球化背景下，各国文化交流日益深入，西方国家通过网络平台、新闻报道等途径从物质、精神、制度三个方面进行渗透，对我国高校学生宣传享乐主义、个人主义等资本主义意识形态，侵蚀高校学生的思想观念和价值取向，部分高校学生容易被蛊惑利用，形成错误的思想观念和消极的心理状态，不利于个人正确人生观、价值观、世界观的形成。

国学中的传统文化为此提供了解决途径，《尚书·尧典》中提到“百姓昭明，协和万邦”，其中的“协和万邦”就是要让各具特色的多种文化和谐共处，共同发展。此外，我国传统文化中的最高理想是“万物并育而不相害，道并行而不相悖”，这为当前高校学生如何面对多元文化思潮的思想冲击以及我国传统文化与外来文化之间如何化解文化冲突、实现多元文化和谐共生提供了解决思路，我们要坚持以“和而不同”的眼光来看待各国文化之间的差异性，尊重文化多样性，通过兼收并蓄来弥合各国文化之间的不同，用求同存异的态度来寻求文化共识，以相互尊重的方式来化解冲突。

5. 积极心理学视域下国学中的传统文化融入高校心理健康教育的路径探析

在高校心理健康教育过程中，虽然需要依托西方心理学相关理论，但还是要立足于我国的社会文化环境，如何更好地将国学中的传统文化进一步融入高校心理健康教育，可以从以下三方面入手。

5.1. 优化高校教师人才队伍，编写本土化心理教材

高校对学生进行心理健康教育的主要途径是通过心理健康教师开展系统的心理健康教育课程，因此，高校心理健康教师和心理健康教育教材是有效开展心理健康教育的重要基础。

一方面，高校心理健康教师要不断加强自身专业素养，高校心理健康教师虽然心理专业能力突出，但是对于国学中的传统文化有关心理观念和方法了解不深，应加强自身传统文化素养，要善于将国学中的传统文化与心理健康教育结合起来，不断改进教学方式方法，同时，高校心理健康教师要做到“因材施教”，针对各个学生的不同心理需求，就人际交往、学习生活、就业发展等现实问题开设对应的心理健康教育课程，如广州中医药大学开设了“儒家思想与心理健康”课程，推动建立学生的心理健康评价标准，此外，还可以开设经典国学的心理学解读、传统文化心理学等课程(高芳芳, 2021)，提高国学中的传统文化的心理健康教育实效性。

另一方面，高校心理健康教师要提炼出国学中的传统文化元素和经典代表，创造性转化为心理健康教育课程内容的素材，今年4月，教育部等十七部门关于印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023~2025年)》的通知中就要求五育并举促进心理健康，其中就指出要全方位开展心理健康教育，组织编写大中小学生心理健康读本，扎实推进心理健康教育普及。因此，融合高校学生的个性化需求，推出内涵丰富、教育性强的本土化心理健康教育教材，既是对国学经典文化的重新解读，也打造了优质丰富的传统文化心理健康教育内容，既为传统文化提供了发展思路、促进了传统文化的创新性发展，也进一步完善高校心理健康教育课程体系，二者互相协同，共同发展。

5.2. 创新传统文化展现形式，拓宽线下课堂实践活动

国学中的部分传统文化内容学理性较强，晦涩难懂，因此，要善于变通，将其中的传统文化创新性

展现,以高校学生喜闻乐见的形式将国学中的传统文化融入心理健康教育。

一是善于运用新兴数字技术,创新传统文化展现形式。传统文化具有历史继承性,一定程度上反映出特定时期的社会风貌,在心理健康教育课堂中通过虚拟现实技术、沙盘投影等多元化数字形式展现国学经典和传统文化内容,让高校学生和传统文化之间进行多样式、个性化的互动,优化传统文化体验,让高校学生在沉浸式的互动中更好的感受传统文化,有效发挥国学中的传统文化的心理健康教育效用。

二是营造良好心理健康教育环境,拓宽线下课堂实践活动。心理健康教育虽然蕴含着丰富的理论知识,但归根到底还是一门强调实践性、应用性的学科,可以通过举办国学主题的传统文化交流会、国学大赛、国学经典诵读等文化活动进一步提升高校学生学习国学中的传统文化的主动性,如北京师范大学心理健康教育与咨询中心依托学生传统文化社团,举办了“以国学心,寻经典理”系列读书活动,让高校学生在实践活动中掌握心理调适方法,真正做到学以致用。

5.3. 挖掘国学经典故事,领略传统文化之美

将国学中的传统文化融入高校心理健康教育是一项持续推进的工作,只有在不断扩大传统文化宣传的基础之上,才能进一步发挥其心理健康教育作用,切实推进高校心理健康教育工作。

其一,依托数字媒体网络平台,挖掘国学经典故事。口口相传的国学经典故事,感染力强、说服率高,能够触及高校学生灵魂深处,让高校学生接受传统文化洗礼,从内心深处感受领悟国学文化。如央视推出的传统文化节目《典籍里的中国》,就综合运用环幕投屏、实时跟踪等数字技术手段,以跨越时空的形式与古人进行思想碰撞和对话(应霁民,冯潇颖,2021),集知识性、趣味性、参与性为一体,高校可以适当借鉴,组织学生集中观看,同时开展传统文化主题的心理健康教育讲座,帮助高校学生深入了解国学文化经典、在内心构建丰富的个人精神世界。

其二,拓宽传统文化宣传途径,领略到传统文化之美。积极心理学认为个体内在的积极力量与群体、社会文化环境彼此影响、相互作用,这些认识与中华传统文化中“治未病”、“天人合一”等理念不谋而合(李蕾,2021),要充分利用微信公众号、微博、短视频等校园网络媒体平台,对国学中的传统文化进行宣传推广,传统文化民族特征鲜明,文化底蕴深厚,因此,在高校学生的日常生活中,可以将汉字书法、十二生肖、民间故事等传统文化元素广泛运用于相关校园文化活动,如山东科技大学就举办了“优秀传统文化体验日”,推出多个“心育”和“美育”相结合的活动项目,以生活化、形象化、生动化的方式让高校学生深入了解国学中所蕴含着的传统文化的内涵价值,既对高校学生的审美情趣进行熏陶,也满足了高校学生的精神文化需求和心理需求。

6. 结语

国学中的传统文化融入高校心理健康教育是促进高校学生身心健康发展的现实需要,国学中的传统文化中蕴含着的培育爱国主义情怀、促进个人修心养性、树立文化自信等时代价值被进一步挖掘,记载于国学古籍上的国学经典故事借助数字技术也得以形象、生动展现,进一步融入进高校心理健康教育课程,发挥了国学中的传统文化心理健康教育育人作用。今后,高校应从各方面为国学中的传统文化融入心理健康教育创造更广阔的发展空间和更多的展现形式,要深入挖掘国学中的传统文化,在心理健康教育实践中不断创新,提升高校学生心理健康教育质量。

参考文献

- [爱尔兰]卡尔(2013). *积极心理学*(第2版). 中国轻工业出版社.
- 白兆麟(2007). 试论国学的三个层面. *学术界*, (3), 139-146.
- 高芳芳(2021). 中华优秀传统文化融入大学生心理健康教育探究. *中国民族博览*, (16), 129-131.

- 高岚, 申荷永(1998). 荣格心理学与中国文化. *心理学报*, (2), 219-223.
- 国智丹(2021). 传统文化引入大学生心理健康教育路径研究. *湖北开放职业学院学报*, 34(8), 107-108.
- 经纶(2015). 走进大学生心理健康教育视野中的道家文化. *扬州大学学报(高教研究版)*, 19(5), 51-55.
- 孔磊(2016). 弘扬优秀传统文化提高国民素质. *湖北经济学院学报(人文社会科学版)*, 13(11), 11-12.
- 李金珍, 王文忠, 施建农(2003). 积极心理学: 一种新的研究方向. *心理科学进展*, 11(3), 321-327.
- 李蕾(2021). 积极心理学视域下中华优秀传统文化思想研究——评《中华优秀传统文化与健康心理学》. *语文建设*, (3), 86.
- 李勤学(1980). *周礼(十三经注疏本)*. 中华书局.
- 刘佳人(2015). 关于建立积极学习模式的探析. *亚太教育*, (1), 137+129.
- 罗鸣春, 苏丹, 孟景(2009). 中国传统文化中心理健康思想传承的四个途径. *西南大学学报(社会科学版)*, 35(3), 7-12.
- 梅亚萍(2015). 积极心理学视野下五年制高职学生柔性化管理模式的构建. *中国职业技术教育*, (26), 90-93.
- 孟万金(2008). 论积极心理健康教育. *教育研究*, (5), 41-45.
- 孟维杰, 马甜语(2010). 积极心理学思潮兴起: 心理学研究视域转换与当代价值. *哲学动态*, (11), 103-108.
- 邱向峰(2018). 中华优秀传统文化视角下青少年心理健康发展路径探析. *安徽文学(下半月)*, (1), 99-101+114.
- 熊英, 魏熠菲(2023). 中华优秀传统文化融入大学生心理健康教育研究. *河南教育(高等教育)*, (4), 34-36.
- 杨鑫辉(1995). 中国传统心理治疗探讨. *南京师大学报(社会科学版)*, (4), 50-55.
- 应霁民, 冯潇颖(2021). 数字化能力跃升: 新文化报道何以翩若惊鸿. *传媒评论*, (8), 44-48.
- 俞秀玲(2019). *国学经典导论*. 中国社会科学出版社.