

美育融入贫困大学生心理健康教育的实践路径探究

余琪, 丁洁

南京邮电大学自动化学院、人工智能学院, 江苏 南京

收稿日期: 2024年4月19日; 录用日期: 2024年6月4日; 发布日期: 2024年6月14日

摘要

贫困大学生是高校的一个特殊群体, 面临的不仅有经济贫困, 心理贫困亦是普遍且突出。美育作为我国社会主义教育中不可或缺的一部分, 它在调节情绪、陶养性灵、促进理性和感性协调发展以及塑造健全人格等方面有着显著功效。针对当前高校贫困生心理健康教育现状, 以美育为切入点, 开拓教育新思路, 提出加强美育和心理健康教育的互融共促, 并从发挥高校主导和个人主体两个层面明确实施路径, 以提升贫困大学生心理健康教育的针对性和实效性。

关键词

美育, 贫困大学生, 心理健康教育, 路径

Research on the Practical Path of Integrating Aesthetic Education into Mental Health Education of Poor College Students

Qi Yu, Jie Ding

College of Automation & College of Artificial Intelligence, Nanjing University of Posts and Telecommunications, Nanjing Jiangsu

Received: Apr. 19th, 2024; accepted: Jun. 4th, 2024; published: Jun. 14th, 2024

Abstract

Poor college students are a special group of colleges and universities, facing not only economic poverty, but also psychological poverty is common and prominent. As an indispensable part of so-

cialist education in China, aesthetic education plays a significant role in regulating emotions, cultivating the spirit, promoting the harmonious development of reason and sensibility, and shaping sound personality. According to the current situation of mental health education for poor college students, this paper explores new ideas of education, proposes to strengthen the integration and promotion of aesthetic education and mental health education, and puts forward specific practical paths from the leading role of colleges and individuals, so as to improve the pertinence and effectiveness of mental health education for poor college students.

Keywords

Aesthetic Education, Poor College Students, Mental Health Education, Path

Copyright © 2024 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

随着高校招生制度改革及国家助学资助力度的加大,越来越多的贫困生获得了接受高等教育的机会。作为高校的一个特殊群体,他们除了经济贫困外,在面对学业科研、人际交往、就业实习等实际困难时更容易产生较大的精神压力和心理负担,甚至滋生出一系列心理问题,心理贫困俨然成了另一种危机。长期以来,贫困生教育备受国家和社会各界的广泛关注,贫困大学生作为高校大学生中一个不可忽视的重要组成部分,是社会主义的建设者和接班人,是民族振兴和社会进步的后续力量。因此,解决好贫困大学生的学习、生活和心理等问题,不仅事关广大学生的切身利益,也影响着党和国家的形象及高等教育的持续、健康发展,同时更关系着社会的稳定和进步。

目前,不少高校在开展“解困工程”时更关注的是显性的经济困难,对此群体的心理贫困关注度较低,甚至忽略;即使在进行引导教育和帮扶的过程中,也大都沿用传统的教育理念,强调的是心理问题的被动解决和事后补救;教育内容和方式也往往枯燥单一,缺少吸引力,这都在一定程度上造成了贫困大学生心理健康教育的实效性差、受惠面小、解决路径少等问题。因此,如何创新和拓宽教育思路,整合和运用各种资源,从内在根源上提升其心理潜能和积极心理品质,从而普惠更多的贫困大学生群体,已成为高校贫困生心理健康教育的关键所在和突出难题。

2. 贫困大学生的心理特征

大学生处于三观形成和发展的关键期,他们阅历尚浅,社会经验不足,对人生和社会问题的看法往往并不成熟,很容易受到外界各种因素的干扰和影响。贫困大学生群体加之其特殊的生活环境和成长经历,使他们在面对现实问题时,更容易出现各种各样的心理矛盾,轻则影响心理健康,重则导致人格扭曲,做出危害自我、他人和社会的行为。

2.1. 自我认知偏差

自我认知偏差是人们在知觉自身时,常因自身或情境的原因使得知觉结果出现失真的现象。很多贫困大学生正是缺乏正确的自我认知,自我评价偏低,容易产生自卑、自怜等情感体验。在面对挫折或失败时,不能客观冷静地思考和处理,常常归因于外界因素或过于贬低自我,这种错误的认知方式容易引发心理问题和形成消极、不良的心理品质。

2.2. 负性情绪多

贫困大学生本身处于快速成长发育阶段, 又因为以往的成长经历, 在面对现实困境时更容易滋生诸多负面情绪: 焦虑、抑郁、敏感、自卑等。再加之一些贫困大学生的自我控制和心理调节能力较弱, 长期的负面情绪对贫困大学生的身心健康造成了严重危害, 甚至出现一些因心理压力而导致的极端事件。

2.3. 抗挫能力弱

抗挫折能力是指人在遭遇挫折时, 经受打击和压力的能力, 摆脱和排解困境的耐受能力。保持心理状态的稳定和拥有强大的心理素质都与个体的抗挫折能力密切相关。贫困大学生在面对经济困难、学业科研、毕业就业、亲子关系、情感适应等实际问题时, 容易出现不知所措、盲目逃避或过激反应, 更甚者出现情绪和行为的失常。

2.4. 人际关系敏感

相比较非贫困生群体, 贫困大学生因为经济原因难以获得和享受更多的资源和机会, 他们的成长环境相对单一和封闭, 缺乏人际交往的经验, 再加上因为经济贫困造成的自卑心理, 让其不愿不敢在公共场合表达自己, 缺乏与他人交往的勇气和能力。部分群体在面对校内外活动和社会实践时, 偶有兴趣但又充满各种担心和否定, 甚至直接回避, 很难与人深交, 这在很大程度上妨碍了良好人际关系的形成。

3. 高校贫困生心理健康教育现状分析

我国先后出台了《关于加强普通高等学校大学生心理健康教育工作的意见》、《普通高等学校大学生心理健康教育工作实施纲要》(试行)、《关于进一步加强和改进大学生心理健康教育的意见》等重要文件, 这些政策的颁布和实施给予高校心理健康教育很大的指导和支持, 大学生心理健康教育工作也取得了显著成效。近些年来, 贫困大学生的数量不断增加, 关于此群体的心理健康教育工作也越发引起研究者的关注。有研究表明当前贫困大学生心理健康教育模式僵化老套, 教育目标建设并不完善, 工作策略缺乏方向性(于晓亮, 2022)。韩立梅指出传统的心育观念抑制了贫困生学习的内在动力, 心理教育实践活动缺乏亲和力(韩立梅, 2023)。孙晋芳认为贫困大学生的心理健康教育缺少辩证的理念, 高校目前在引导贫困生如何看待贫困的问题上做法较少(孙晋芳, 2022)。可以说, 相比较贫困大学生群体的心理现状及存在风险, 高校对其心理健康教育的针对性和实效性尚有不足, 主要体现在以下几方面:

3.1. 贫困大学生心理健康教育理念滞后

当前大部分高校更多注重的是物质投入, 偏重经济资助, 容易忽视贫困大学生的精神关怀和心理需求。当下的心理健康教育很少会结合贫困大学生的心理特点进行前置引导和源头预防, 主要还是沿用传统的心理健康教育理念, 依赖理论灌输和说教, 侧重事后矫正和消除; 缺乏学科融合理念, 缺少对美育元素在心理健康教育方面的价值挖掘和发挥, 这使得贫困大学生的心理健康教育仍停留在被动解决和消极应对上。

3.2. 贫困大学生心理健康教育内容及形式单一

长期受传统教育模式的影响, 大多数高校的心理健康教育主要以课堂理论教学为主, 再加之教师很少在教学内容和形式上结合美育资源, 使得课程形式单一、感染力弱, 教育效果难以达到预期。此外, 心理健康教育相关的校内外实践活动并不多, 即便是定期举办的心理健康教育主题活动, 也大都程式化、大众群体的活动内容, 很少会关注到贫困大学生的实际需求, 活动缺乏吸引力和创新性, 受众群体缺乏兴趣, 参与度低、实施效果差。

3.3. 贫困大学生的主体作用发挥不足

“贫困”是把双刃剑,它对磨炼人的意志,培养个体自力更生、顽强不息、奋发图强的积极品质有着促进作用。有相关研究表明,贫困大学生的自我意识和责任心、坚韧顽强、吃苦耐劳、爱与善良、勤俭节约、独立性强、易于满足等心理品质尤为突显(琚长庭, 2018)。这些积极的“养分”在很大程度上为充分发挥其主体作用提供了现实依据。从目前现状来看,大部分人更倾向于将贫困生与自卑、怯懦、封闭等消极评价相关联,容易忽略其积极心理品质,贴标签的现象仍然存在。因此,在此取向的影响下,其主体作用的发挥并不到位。

4. 美育内涵及功能

美育作为新时代全面发展教育的重要组成部分,是立德树人、促进大学生全面发展的重要途径。它具有愉悦身心、丰富精神和健全人格的功能,对于促进高校贫困生健康成长和励志成才发挥着重要作用。中共中央办公厅、国务院办公厅印发的《关于全面加强和改进新时代学校美育工作的意见》中明确提出要树立学科融合理念,充分挖掘和运用丰富的美育资源(如心灵美、健康美、行为美、语言美等),有机整合相关学科的美育内容,大力开展跨学科的理论与实践融合,引导学生树立完善人格修养(中共中央办公厅国务院办公厅, 2020)。

4.1. 内涵

美育,又称审美教育或美感教育,即通过自然美、艺术美与社会美的途径培养人的审美意识、提升审美能力和提高审美情趣及丰富审美经验,从而使人在精神上得到愉悦、熏陶和提升。

《关于全面加强和改进新时代学校美育工作的意见》中指出:“美育是审美教育、情操教育、心灵教育”,“美育能够陶冶情操、温润心灵(中共中央办公厅国务院办公厅, 2020)。”因此可以说,美育是以人为本,促进人全面发展的教育;是培根铸魂、打磨人精神的教育。

4.2. 功能

美育是一种改变、完善人精神世界的教育,它具有情感性、具象化和感染力等突出特征。它能够通过生动、丰富的形象来传递美的内涵和精髓,在促使人们获得感官享受的同时,实现愉悦身心、陶冶情操、滋养心灵、涵养精神、塑造健全人格的目标;它擅于通过情感唤醒、产生共鸣、触动心灵等方式达到教育的目的,有利于帮助人们挖掘和强化自身的良好心理品质,增强心理潜能;它倾向于用浸润的方式引导人们在发现美、欣赏美、创造美的过程中增强自信心和幸福感,促进个体与他人及社会的和谐相处。因此,在加强和改进贫困大学生心理健康教育的过程中应充分发挥“以美育心、以美化人”的作用,真正实现春风化雨、润物无声的理想效果。

5. 美育对贫困大学生心理健康教育的多元价值

美育是一门交叉性边缘学科,它涉及到教育学、心理学、美学、哲学、社会学等学科内容,其根本目的是培养全面发展的时代新人。而贫困生心理健康教育则是根据贫困生的生理心理发展规律,运用心理学的教育方法,培养其良好的心理素质,促进其整体素质全面提高的教育,它也是新时代育人的必然要求和重要考量。不难看出,两者具有内容上的通融性和目标上的一致性。

5.1. 有利于促进贫困大学生心理健康教育目标的实现

心理健康教育的目标是培养个人良好的心理品质,增强心理调适能力,促进人格发展与改善,全面提升心理健康水平和应对生活的能力等。而美育的目标是帮助人们提升审美能力,树立正确的审美观,培养高尚

健康的品格, 促进个体身心的和谐统一, 因此可以看出两者在促成积极健康的心理状态, 丰富精神世界、促进人的全面发展等方面具有高度的一致性。因此将美育融入心育, 有利于实现润心铸魂、全面育人的目标。

5.2. 有利于拓展贫困大学生心理健康教育的内容

美是有力量的, 没有美育的教育是不完整的教育。几千年前, 孔子就提出“兴于诗, 立于礼, 成于乐”, 强调审美教育对于人格的培养作用(臧知非, 2008)。近代教育学家蔡元培先生曾言:“美育是最重要、最基础的人生观教育。”他将美育定位成情感教育, 指出其对培养人格的重要意义(金雅, 聂振斌, 2009)。著名美学家冉祥华指出:“美育是‘乐’的教育, 它的内容是‘和’, 即调和人的性情, 使人的精神保持和谐, 生动活泼, 充满活力和创造力(冉祥华, 2008)。”可以说, 美育的每一种具体形式如自然美、艺术美、社会美、科技美等内容都是心理健康教育的有益补充, 大大丰富了其教育内涵。

5.3. 有利于丰富贫困大学生心理健康教育的载体形式

心理健康教育属于专业性、理论性和实践性较为突出的一种教育形式, 而美育作为一种美感教育、心灵教育, 更善于通过潜移默化、润物无声的方式感染人的情绪、提升人的认知、净化人的心灵, 能将抽象的理论形象化、生动化、具体化, 可为传统的心理健康教育注入活力, 让学生从被动接受转为主动获取。因此, 在贫困生的心理健康教育中融入美育元素, 用榜样激励、情感陶冶、艺术感染等方式引导贫困大学生正确认识贫困、勇于面对挫折、开发心理潜能、优化心理素质。

6. 美育融入贫困大学生心理健康教育的实践路径

在促进美育和高校贫困生心理健康教育融合的过程中, 应深挖美育元素, 突显美育功能, 既要重视高校主阵地的主导作用, 也要发挥贫困大学生的个体价值。

6.1. 学校层面——“发挥主导, 以美育心”

6.1.1. 注重师资队伍建设, 充分发挥课堂教学主渠道作用

专业化、高水平的师资是保障教育教学质量的重要基石。“亲其师才能信其道”, 教育的过程是教师与学生之间相互作用的过程, 教师要用积极上进的思想、文雅端正的言行和健全高尚的人格, 通过榜样示范的方式直接影响贫困大学生。因此, 高校要增强教师队伍的政治素养和综合素质, 重视教师审美素养的提升, 塑造和培养个人言行美、人格美, 真正做到以身作则, 言传身教。

学校应结合贫困大学生的实际需求, 开设美学相关选修课程, 通过系统的课堂教学强化美学理论基础, 唤醒审美意识, 增强审美能力, 指导其擅用“美的眼光”探索世界, 从而在发现美、体验美和创造美的过程中调节情绪, 开发潜能, 健全人格, 创意创新。此外还应树立学科融合的理念, 加强美学理论与心理学理论的充分结合, 深挖心理学知识中蕴含的美育资源和内容, 引导其客观理性地看待家庭经济贫困带来的双重影响, 调动学生心理自主构建的积极性; 同时灵活运用美育载体, 发挥其形式多、趣味足、易接受、效果佳的优势, 让心理课程内容真正实现入脑入心。

6.1.2. 依托第二课堂, 凸显美育元素, 打造沉浸式心理实践活动

第二课堂是课堂教学的有益补充和重要延伸, 可以承载更多的教育形式和内容, 有利于帮助贫困生在实践中陶冶情操、磨炼意志, 实现综合能力的提升。一方面, 高校应充分运用美育资源丰富心理活动内容, 促使贫困生心理实践活动更贴近学生, 更具特色。如举办团体心理辅导专题活动——“用‘美的眼光’看世界”等, 引导贫困生用乐观的心态看待客观世界, 激发个体积极心理品质。另一方面, 利用美育的具象性、感染性等特点, 在社会实践、校园文化活动、志愿服务等方面融入吸引力大、感染力强的艺术载体形式, 创新教育渠道, 使其在“行走的课堂”中实现内在修心, 外在修为的目的。

6.1.3. 美化校园环境, 营造“以美润心”的校园文化氛围

校园是大学生学习和生活的主要场所, 其内部的自然与人文环境所发挥出的浸润和渗透作用无处不在, 无时不有。花木繁茂、景致宜人的校园环境和格调高雅、健康向上的校园文化对大学生的心理健康有着积极的推动作用, 因此高校应努力营造“以美育心、以美育人”的良好氛围。一方面要塑造校园内的自然环境美, 注重校内建筑、景致、环境的实用性和美观性相统一, 让贫困大学生在优美舒适的环境中放松心情、美化心灵; 另一方面将美学元素与心理活动相融合, 打造沉浸式、体验式的校园文化活动, 引导贫困生在感受、体验美的同时引发情感共鸣, 获得精神滋养, 提升创新精神。

6.1.4. 创新工作路径, 结合美育优势, 增强贫困生心理教育的即时性

信息技术和互联网的快速发展让师生们拥有了更加开阔的交流空间。数字化平台可以让枯燥抽象的理论知识从书本上走到大学生的身边, 更容易激发情感互通、心理共鸣。因此高校应充分利用网络优势资源, 促进贫困生心理健康教育和心理帮扶的有效性。一方面加强校园网建设, 在进行内容设计过程中充分融入美育理念, 强化网站功能性与美观性的有效统一, 提升网站吸引力和感染力; 另一方面, 加强与贫困生的网上互动交流和教育引导, 亲切且有针对性地开展网络心理健康的宣传, 及时解答学生心理问题, 线上线下相互促进, 相互补充, 形成育人合力。

6.2. 个体层面——“调动主体, 向美而行”

6.2.1. 重视个体审美素养的提升, 内修于心, 外化于行

贫困大学生可通过选修美学相关课程来加强美学理论和知识的学习, 不断提升个人审美意识和审美能力, 充分释放美育对于个体心理健康的促进和提升作用, 主动将其内化为一种自我修养和品行, 从而形成积极平和的心态和成熟健全的人格; 同时将审美素养外化为自觉行为, 如自信健康的社交方式、得体大方的谈吐等。

6.2.2. 积极参加美育实践活动, 丰富个人精神世界

美育实践活动是贫困大学生认知自我和完善自我的重要途径。它有利于强化和培养贫困生的积极心理品质, 塑造健康人格, 提高创新能力; 有利于引导学生在认识和改造世界的过程中追求真善美的统一。要鼓励贫困大学生积极发挥主观能动性, 做好自我教育、自我管理、自我提升; 要利用好美育实践平台, 在实践中正确认识自我、积极悦纳自我, 发展完善自我; 要学会用积极的思维方式看待问题, 选择用科学的方式解决问题, 不断增强心理弹性, 温润性情、塑造健康人格。

7. 结语

心理健康教育是贫困大学生成长和全面发展的重要保障, 而美育在助力贫困大学生心理健康教育方面具有得天独厚的优势, 两者互融共促, 在实践中能够取得一定的成效。如美育激活了传统的教育资源, 美育理念的结合使得心理健康教育内容和形式更具吸引力和趣味性, 大大提升了学生的学习积极性和效果; 美育也丰富了心理教育活动的载体形式, 类型多样的活动能够更好地满足贫困生群体的需求, 引导贫困大学生主动参与, 提高教育的针对性; 美育元素的融入大大拓宽了心理健康教育的阵地, 有效实现了“大水漫灌”和“精准滴灌”的结合, 于潜移默化、润物无声之中发挥着“以美润心、以美育人”的作用, 帮助贫困生在提升审美素养的同时不断探索自我、发展潜能。因此, 将美育融入高校心理健康教育领域, 对于促进贫困大学生心理健康教育创新发展具有一定的理论和实践意义, 同时也具有较为广阔的应用前景。

基金项目

2020年江苏高校哲学社会科学研究项目, 项目名称: “积极心理学视阈下的贫困大学生心理帮扶创

新机制研究”，项目编号：“2020SJB0037”；2023年江苏省高等教育教改研究项目，项目名称：“创新引领、行业驱动、校企联动的自动化专业实践教学改革与探索”，项目编号：“2023JSJG445”。

参考文献

- 韩立梅(2023). 积极心理学视角下高职贫困大学生心理健康教育研究. *广东省教师继续教育学会教师发展论坛学术研讨会*(pp. 434-441). 广东省教师继续教育学会.
- 金雅, 聂振斌(2009). *中国现代美学家文丛: 蔡元培卷*(p. 23). 浙江大学出版社.
- 据长庭(2018). 贫困大学生积极心理品质研究. *教育观察*, (11), 16-17.
- 冉祥华(2008). *美育的当代发展*(p. 103). 新华出版社.
- 孙晋芳(2022). 贫困大学生心理健康策略探讨. *教育观察*, 11(2), 37-39.
- 于晓亮(2022). 新媒体背景下贫困大学生心理健康教育工作中的问题与改进策略. *无锡职业技术学院学报*, 21(5), 20-24.
- 臧知非(2008). *论语*(p. 237). 河南大学出版社.
- 中共中央办公厅国务院办公厅(2020). 关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见 关于全面加强和改进新时代学校美育工作的意见. *人民日报*, 2020-10-16(004).