

依托湘南红色文化推进心理育人的探索与实践

邓伟, 邓旭芳

湘南幼儿师范高等专科学校, 湖南 郴州 423000

DOI:10.61369/EDTR.2025120018

摘要 : 为破解当前高校心理育人活动碎片化、吸引力不足、地方特色缺失等难题,本研究以教育部《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》等文件为依据,立足湘南红色文化资源优势,构建“12345”五位一体红色心育体系。通过搭建平台、夯实阵地、建强队伍、创新载体、健全制度,实现红色文化浸润与心理育人的深度融合。实践表明,该体系有效提升了心理育人实效,近三年学校未发生学生心理危机事故,学生获奖数量年增长45%,相关成果获省级及以上认可,为地方高校心理育人模式创新提供了可借鉴的路径。

关键词 : 湘南红色文化; 心理育人; “12345”体系; 育心育德

Exploration and practice of promoting psychological education based on the red culture of southern Hunan

Deng Wei, Deng Xufang

Xiangnan Preschool Education College, Chenzhou, Hunan 423000

Abstract : To address the current challenges in psychological education activities in colleges and universities, such as fragmentation, insufficient appeal, and lack of local characteristics, this study, based on documents such as the "Implementation Outline for the Quality Improvement Project of Ideological and Political Work in Colleges and Universities" issued by the Ministry of Education, and leveraging the advantages of the red cultural resources in southern Hunan, constructs a "12345" five-in-one red psychological education system. By building platforms, consolidating positions, strengthening teams, innovating carriers and improving systems, a deep integration of red culture infiltration and psychological education can be achieved. Practice has shown that this system has effectively enhanced the effectiveness of psychological education. In the past three years, no student psychological crisis incidents have occurred in the school. The number of student awards has increased by 45% annually. Relevant achievements have been recognized at the provincial level or above, providing a referenceable path for the innovation of psychological education models in local colleges and universities.

Keywords : red culture in southern Hunan; psychological education; "12345" system; cultivate the mind and virtue

一、问题提出

2017年12月,教育部颁布《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》(以下简称《纲要》),明确提出构建“心理育人质量提升体系”,强调“育心与育德相结合”,标志着高校心理健康教育从“单一服务”向“系统育人”转型。这一转型要求高校打破心理健康教育与思政教育、地方文化的壁垒,在“三全育人”框架下整合校内外资源,形成特色化心理育人模式。然而,当前高校心理育人工作仍面临三大核心困境^[1]:一是活动碎片化,多为零散的讲座、宣传活动,缺乏系统性设计,难以形成持续育人效应;二是内容吸引力弱,部分活动脱离学生认知需求,侧重理

论灌输,导致学生主动参与意愿不强;三是地方特色缺失,未能有效激活区域文化资源,同质化现象严重,难以激发学生的文化认同与情感共鸣。

湘南地区拥有湘南起义纪念馆、“半条被子”纪念馆、第一功勋铀矿等丰富的红色文化资源,其蕴含的“为民服务”“纪律担当”“家国情怀”等精神内核,与心理育人所需的“共情能力”“抗挫折能力”“价值引领”高度契合。基于此,本研究聚焦“红色心育”,探索“文化浸润+实践历练+心理疏导”的融合路径,构建具有湘南特色的心理育人体系,旨在提升心理育人的针对性与实效性。

基金项目:2025年郴州市社会科学规划课题《“红色心育”模式的探索与实践》(项目编号:CZSSKL2025130)。

作者简介:

邓伟(1983—),男,汉族,湖南怀化人,硕士,副教授,研究方向:心理健康教育;

邓旭芳(1990—),女,汉族,湖南郴州人,硕士,讲师,研究方向:心理健康教育;

二、“12345”五位一体红色心育体系构建

本研究在调研湖南省3所地方高校心理育人现状的基础上，结合《纲要》《普通高等学校学生心理健康教育基本建设标准（试行）》（以下简称《办法》）要求，整合湘南红色文化资源，构建“12345”五位一体红色心育体系（见图1），各要素相互支撑、协同发力，形成闭环育人机制。

（一）搭建“一室社区”平台：筑牢心育基础

“一室社区”是心理育人的物理载体与服务枢纽，覆盖“学校——学院——学生”三级层面：

（1）心理咨询室（学校层面）：配备5名持有国家二级心理咨询师证书的专业教师，提供个体咨询、团体辅导、危机干预等服务，同时设立“红色心理沙盘区”，以湘南红色场景为原型设计沙盘道具，帮助学生通过意象表达缓解心理压力。

（2）成长辅导室（学院层面）：每个学院设立1个专属辅导室，由辅导员与专业心理教师共同驻点，针对学业压力、人际交往等学院特色问题，开展“红色故事分享会”等小型辅导活动。

（3）社团活动室（学生层面）：依托“299心理社”（“299”取“爱久久”谐音，象征持续心理关怀），由学生自主组织“红色心理剧本创作”“抗挫折主题辩论赛”等活动，实现学生自我教育、自我服务。

（二）立足“双阵地”：拓展心育空间

以“校内课堂+校外实践”为双阵地，将湘南红色文化融入心育全过程：

（1）校内主阵地：一方面，在《大学生心理健康教育》必修课中增设“红色心理模块”，如通过“半条被子”故事讲解共情能力培养、结合“第一军规”分析自律与心理调节的关系；另一方面，依托心理社团开展“红色心理文化节”，每年举办心理剧大赛（主题多为“传承红色基因，化解心理困惑”）、红色电影心理解析沙龙等活动。

（2）校外实践基地：与湘南起义纪念馆、“半条被子”纪念馆、第一功勋矿展览馆、女排竹棚训练基地等6家单位签订共建协议，打造“红色心育实践带”。定期组织学生开展“沉浸式”实践活动，如在“半条被子”纪念馆开展“温暖互助”团辅、在第一功勋矿开展“家国情怀与心理韧性”主题实践，让学生在红色场景中感悟精神力量，提升心理品质。

（三）建强“三支队伍”：夯实心育主体

构建“专业引领+骨干支撑+朋辈互助”的三级工作队伍，确保心育工作落地见效：

（1）心理辅导教师队伍：由8名心理学专业教师、12名持有心理专项职业能力证书的行政教师组成，负责课程教学、专业咨询、危机干预，同时牵头开发“红色心育”教学资源（如案例库、课件）。

（2）辅导员班主任队伍：将“红色心育”纳入辅导员考核指标，要求每位辅导员每学期开展1次红色主题心理班会、建立班级“心理档案”，重点关注学业困难、家庭经济困难等学生群体，及时介入心理问题苗头。

（3）朋辈互助队伍：选拔班级心理委员、寝室长共236人组成队伍，经“红色文化+心理知识”专项培训后上岗，负责每周上报班级心理动态、组织寝室“红色小故事分享”，构建“学院—班级—寝室”四级心理危机预防网，2022—2023学年累计预警并化解轻度心理问题47起。

（四）抓好“四个载体”：创新心育形式

以“答疑、宣传、新媒体、四季活动”为载体，让红色心育活起来：

（1）答疑系统：针对学生关注的“职业规划焦虑”“人际关系困惑”等问题，邀请心理教师、红色文化研究者开展“红色精神与人生选择”“从红色故事学沟通”等主题讲座，每年覆盖学生8000余人次。

（2）心理宣传栏：在“5·25”大学生心理健康节、“10·10”世界精神卫生日期间，打造“红色心育主题长廊”，展示“湘南红色人物的心理品质”“红色故事中的心理智慧”等内容，发放《红色心育手册》。

（3）新媒体平台：依托学校微信公众号“湘南心育”专栏，每周推送1篇“红色心理解析”文章（如《女排竹棚精神：如何用坚持化解挫折焦虑》），开设“线上心理树洞”，累计接收学生留言2000余条，回复率100%。

（4）四季常心活动：结合湘南红色文化与季节特色，形成全年活动体系：

1.春·暖心：组织参观“半条被子”纪念馆，开展“互助结对”活动，培养共情能力。

2.夏·正心：在第一军规广场开展“纪律与自律”主题实践活动，引导学生调节情绪、规范行为。

3.秋·匠心：走进第一功勋矿，通过“模拟矿工工作”体验，培育家国情怀与抗挫折能力。

4.冬·修心：学习女排竹棚精神，举办“冬季心理赋能营”，开展户外拓展、压力管理训练。

（五）健全“五项制度”：保障心育长效

通过制度建设规范工作流程、激发队伍活力：

（1）《心理辅导教师工作手册》：明确教学、咨询、科研职责，要求每年完成2项“红色心育”相关课题或案例开发。

（2）《辅导员班主任工作手册》：细化班级心理工作流程，规定“每月1次心理班会、每季度1次重点学生家访”。

（3）《朋辈互助员工作手册》：制定培训、考核、激励办法，对表现优秀者授予“红色心育标兵”称号。

（4）《活动考评激励机制》：将“红色心育”活动纳入学院思政工作考核，设立专项经费，对获奖活动（如优秀心理剧、特色实践）给予资助；

（5）《平台管理制度》：规范“一室社区”“校外基地”的使用流程，明确设备维护、安全保障责任，确保平台高效运转。

三、工作成效

（一）形成特色心育品牌，平台辐射效应显著

依托湘南红色文化，建成7个校外实践教学基地，打造“五融五推五结合”廉洁文化育人品牌（“五融”即融红色基因于廉洁教育、融心理疏导于文化活动、融课程教学于实践体验、融朋

辈互助于全员育人、融制度保障于长效机制),形成“清廉书画展”“红色心理剧展演”“四季常心”等3个标志性活动品牌。其中,“四季常心”活动年均参与学生超5000人次,相关经验被湖南教育政务网报道2次。

(二) 育人成果丰硕,学术影响力提升

近三年,学校依托红色心育体系,立项省级思政工作精品项目2项(《“五融五推五结合”廉洁文化育人模式的探索与实践》《“育心于剧”心理育人模式的探索与实践》)、省级科学研究项目1项(《中高职心理健康教育衔接现状与对策研究》),获省级优秀工作案例1项;师生廉洁文化作品获国家级“优秀奖”2项、省级一等奖2项、二等奖1项、三等奖1项;发表“红色心育”相关论文5篇,其中核心期刊1篇。

(三) 学生心理状态优化,成长成效突出

通过红色心育体系的持续推进,学生心理健康水平显著提升:2021-2023年,学生心理健康状况测评优良率从82%提升至91%,近三年未发生学生心理危机事故,学校连续三年荣获郴州市“融冰暖心”服务项目优秀奖。同时,学生综合素质明显增强,2023年获各级各类奖项58项(其中国家级5项、省部级26项、市厅级27项),较2022年增长45%,并斩获“中银杯”小学教育专业全国师范生技能竞赛一等奖第一名。

(四) 校地协同深化,社会认可度提高

与湘南起义纪念馆等基地建立常态化合作机制,每年联合开展“红色心育进社区”活动,组织学生为周边中小学开展“红色故事心理课”“抗挫折团体辅导”等志愿服务,累计服务青少年3000余人次,获当地教育局、社区居委会感谢信4封,学校被评为“郴州市红色文化育人示范单位”。

四、不足与改进措施

(一) 现存不足

(1) 融合深度不够。红色文化与心理育人的结合多停留在“活动层面”,尚未形成系统化的课程体系,如《大学生心理健康教育》中“红色模块”仅占课程内容的15%,缺乏深度案例与理论支撑。

(2) 基地联动不足。校外实践基地的合作多为“单次活动共

建”,缺乏常态化的课程开发、师资共培机制,如与“半条被子”纪念馆仅每年合作1次大型活动,未形成固定的实践课程;

(3) 评估维度单一。当前成效评估多以“活动参与率、获奖数量、危机发生率”为核心指标,缺乏对学生“心理韧性”“家国情怀”等长期心理品质的追踪评估,难以全面反映育人实效。

(二) 改进措施

(1) 深化课程建设。课程建设作为心理健康教育的核心载体,是推进心理育人的关键所在^[2]。开发“红色心育”系列特色课程,包括《红色文化与心理品质培养》(选修课)、《湘南红色故事中的心理学智慧》(微课程),编写配套教材,将红色心育内容在《大学生心理健康教育》中的占比提升至30%。

(2) 健全校地长效机制。对学生的心理帮扶,需要建立在校党委统一领导下以辅导员为中心的上下同心,家庭、企业等多方协作和持续跟踪、连续发力的三全育人的协同与长效机制^[3]。与校外基地签订《“红色心育”共建协议》,设立“校地联合教研室”,共同开发实践课程(如《红色场景中的团体辅导设计》),每年开展2次师资共培,将实践基地活动纳入学生“第二课堂学分”。

(3) 构建多维度评估体系。构建突出心理成长的增值性、嵌入校企协同载体强化心理迁移成效及完善评价反馈机制,能有效提升心理育人的实效性,促进学生心理健康与职业素养的全面发展^[4]。引入“青少年心理韧性量表”“家国情怀问卷”等工具,结合学生自评、教师评价、实践表现,建立“年度心理品质档案”,对学生进行为期3年的追踪评估,同时通过访谈、座谈会收集学生反馈,动态优化心育体系。

五、结语

本研究依托湘南红色文化构建的“12345”五位一体红色心育体系,突破了传统心理健康教育“单打独斗”的局限,实现了“地方文化资源——心理育人——思政教育”的三重融合。实践表明,该体系不仅有效破解了高校心理育人的碎片化、同质化难题,还通过红色文化的浸润,帮助学生在提升心理健康水平的同时,树立了正确的价值观与家国情怀。

参考文献:

- [1] 吕小康. 高校心理育人体系的现实困境与历史反思 [J]. 社会科学, 2023, (02): 13-23.
- [2] 朱仲敏. 论中学与大学心理健康教育衔接 [J]. 江苏教育, 2022, (64): 41-43+54.
- [3] 王丽, 朱平. “三全育人”协同和长效机制的探索与展望——以新华学院对“五特”学生的心理育人为例 [J]. 高校辅导员学刊, 2020, 12(06): 38-41.
- [4] 席辉, 张倩雯, 周昭根. “三全育人”视域下心理育人的困局、破局与格局 [J]. 惠州学院学报, 2025, 45(01): 122-128.