以德爱润心铸魂：故事激励与行为养成赋能青春期学生心理疗愈与价值塑造的实践研究

陆艳萌，包思灵，赖珊珊
大奔高考补习学校，陕西 西安 610123
DOI: 10.61369/RTED.2026160011

摘　　要： 青春期学生正处于身心剧变与价值建构的关键阶段，心理矛盾与认同困惑日益凸显。本研究立足“德爱润心铸魂”的育人理念，将故事激励与行为养成作为双轮驱动的实践路径，探讨其对青春期学生心理疗愈与价值塑造的赋能机制。研究认为，学校要以道德情感为内核构建叙事疗愈场域，教师要以行为训练为抓手推动价值内化，家长要以协同陪伴为支撑巩固育人成效。研究从内涵阐释、问题剖析与路径建构三个维度展开，力求为新时代中学德育与心理健康教育融合发展提供可操作的实践参考。

关 键 词： 故事激励；行为养成；青春期学生；心理疗愈；价值塑造

Nurturing Minds and Shaping Souls with Virtue and Love: A Practical Study on Story Incentives and Behavior Cultivation Empowering Adolescent Students' Psychological Healing and Value Shaping

Lu Yanmeng, Bao Siling, Lai Shanshan
Daben College Entrance Examination Tutoring School, Xi'an, Shaanxi 610123

Abstract: Adolescent students are in a critical stage of drastic physical and mental changes and value construction, with increasingly prominent psychological contradictions and identity confusion. Based on the educational philosophy of "nurturing and shaping souls with virtue and love", this study adopts story incentives and behavior cultivation as two core practical paths, and explores their empowering mechanism for adolescent students' psychological healing and value shaping. The research holds that schools should build a narrative healing field centered on moral emotion, teachers should promote value internalization through behavioral training, and parents should consolidate educational effects with collaborative companionship. Carried out from three dimensions of connotation interpretation, problem analysis and path construction, this study aims to provide operable practical references for the integrated development of moral education and mental health education in middle schools in the new era.

Keywords: story incentive; behavior cultivation; adolescent students; psychological healing; value shaping

一、以德爱润心铸魂：故事激励与行为养成的内涵

“德爱润心铸魂”是学校德育工作理念。“德爱润心铸魂”，即用道德之爱润泽学生的心灵，用价值之魂培育学生的人格。学校应把“德”看作是道德规范和价值标准相结合，把“爱”看作是教育情感和人道主义的结合，把“润心”看作是春风化雨一般对学生的熏陶，把“铸魂”看作是深深扎根于学生心中的信念。这就需要教师摒弃简单粗暴的说教方式，采用一种温柔的态度走进学生的心灵[1]。

故事激励与行为养成是“德爱润心铸魂”的实践双轮，学校要用故事激励解决“知”与“情”的问题，让学生在故事的影响下获得正确的价值观及情感体验；用行为养成解决“意”与“行”的问题，让学生在实践中锻炼自己的道德意志以及良好的行为习惯[2]。这两方面相互促进、相互依存，都对处于青春期的学生起到心灵抚慰以及思想引导的作用。作为教育者应掌握这二者之间的关系，避免重叙事轻实践或重训练轻情感的片面倾向。

二、当前青春期学生心理疗愈与价值塑造存在的问题

（一）情绪困扰加剧，支持系统薄弱

青春期的学生面临学习压力、人际关系问题以及自我认识等问题，情绪困扰出现低龄化、普遍化现象。目前，部分中学生都存在焦虑、抑郁或者孤独情绪[3]。学校要正视这个问题，不应把学生的情绪变化当作是“矫情”、“叛逆”。当前，一些学校心理健康教育仅仅停留在知识传授上，缺少有效治愈方法。心理老师要明白，单纯地进行心理课教学并不能解决学生内心痛苦。同时，

Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

家庭教育环境也是造成学生产生心理问题一个重要原因。在一些家庭中，父母不懂得如何关爱孩子，对孩子的感受置若罔闻或者处理不当。一些父母把学习成绩看得比孩子的心理健康更重要，无形中增加了孩子心理负担[4]。而且，家校之间在心理疗愈方面的沟通渠道也不够畅通，学校难以获取学生心理问题的完整背景信息。

（二）多元文化冲击，理想信念模糊交织

青春期学生处于价值观形成的重要时期，在价值观形成过程中最容易受到外界的影响而产生波动。互联网时代的信息洪流让学生接触到多种甚至是对立的价值观念，在消费主义、享乐主义、极端个人主义等思想冲击下，部分学生在各种各样的价值声音中迷茫、困惑，出现功利化、虚无化价值取向。另一方面，理想信念教育效果不佳也是目前学校德育存在的问题。部分学校的价值教育仍以灌输式教学为主，内容脱离学生的生活实际与心理需求。另一方面，缺少榜样示范作用降低对学生价值观引导。传统上的英雄模范故事对于一部分同学来说太过遥远，他们更加渴望身边能够有可以感知、能够理解的榜样存在。此外，一些老师以身作则不充足，也影响着对学生进行价值引导的可信度[5]。

（三）教育方法单一，协同机制缺失凸显

目前，部分学校对学生进行心理疗愈以及价值塑造的方式相对单一僵化，有的学校只依靠主题班会、国旗下的讲话等形式，缺少新颖有效的途径和个性化的措施。学校应该有更具有吸引力和感召力的方法让学生主动参与，实现自身的心灵成长与价值观形成。其次，德育与心理健康教育结合不够密切。一些学校德育工作与心理健康教育由不同的负责人负责，所以在目标定位、内容安排及操作上难以做到相互配合[6]。德育老师应当了解学生的心理状况，而心理老师也应有正确的价值取向。此外，家庭、学校和社会三方合作育人的格局还未完全建立起来。学校在心理疗愈以及价值观引导方面往往孤军奋战，家长参与程度和积极性参差不齐，社会力量介入也不够充分。学校应积极行动起来，搭建家校社沟通合作平台，凝聚合力，而非将教育责任全部揽于自身。

三、故事激励与行为养成赋能青春期学生心理疗愈与价值塑造的实践路径

（一）以故事激励为载体，构建德爱浸润的心理疗愈场域

学校要系统构建“德爱故事库”，为故事激励提供丰富的内容支撑。首先，按照“道德情感—心理成长—价值追求”三个维度遴选故事素材，比如中华传统美德故事、当代英模事迹、校友成长叙事、学生身边的凡人善举等类型[7]。学校要注重选取青春期学生能够产生情感共鸣的故事，避免选择过于宏大或脱离学生生活经验的素材。期间，心理教师也要参与故事筛选工作，确保所选故事具有心理疗愈功能，帮助学生在叙事中看见自己、理解自己、超越自己。

其次，教师要创新故事讲述方式，提升故事激励的感染力与渗透力。例如，语文教师可以在课堂教学中挖掘教材文本的德育与心育资源，引导学生在文学阅读中体验道德情感、疗愈心理创伤。班主任可以利用班会课开展“故事疗愈会”，通过教师讲述、学生分享、小组讨论等环节，使故事成为师生心灵对话的媒介。学校还可以邀请校友、家长、社区模范走进校园，以真人真事的讲述增强故事的可信度与感染力[8]。

再者，教师要注重故事激励后的情感引导与意义升华，避免故事教育流于表面。每一次故事活动后，教师都要设计反思性问题，引导学生思考“故事中的哪个人物或情节最打动你”“你从这个故事中获得了什么力量”“你打算如何将这份力量带入自己的生活”[9]。心理教师还可以运用团体辅导技术，组织学生进行深度分享与情感联结。通过建立故事激励的效果跟踪机制，观察学生的行为变化、收集学生的反馈意见，持续优化故事内容与实施方式。

（二）以行为养成为抓手，搭建价值内化的实践转化平台

学校要设计阶梯式行为养成方案，使价值观念在持续实践中逐步内化。第一，教师要根据青春期学生的年龄特点与心理发展规律，将“德爱”要求分解为可操作、可观测的具体行为指标。比如，初一年级侧重基本文明礼仪与同伴友善行为的养成，初二年级侧重情绪管理与责任担当行为的养成，初三年级侧重目标规划与社会服务行为的养成。班主任要与学科教师协同，将行为养成要求渗透到课堂学习、课间活动、宿舍生活等各个场景[10]。

第二，教师要建立行为养成的正向激励机制，激发学生的内在动力。学校要推行“德爱行为积分制”，学生每完成一项积极行为即可获得相应积分，积分可兑换荣誉称号或实践机会。接着，班主任可以每周评选“德爱之星”，在班级公示栏展示获奖学生的事迹。教师要善于运用具体表扬而非笼统赞美，明确指出学生的哪一个行为值得肯定，使学生清楚地知道自己为何受到鼓励。

第三，学校要创设真实的道德实践情境，使行为养成走出课堂、走进生活。教师要组织学生参与志愿服务活动，如社区敬老、环保宣传、同伴帮扶等，让学生在服务他人的过程中体会道德行为的真实意义。班主任可以设立“”级服务岗”，让每位学生承担一项班级公共事务，在日常履职中培养责任意识、提炼经验、深化认知。

第四，教师要关注行为养成中的个体差异，提供个性化的指导与支持。每个学生的性格特质、家庭背景、心理基础各不相同，行为养成的起点与节奏也应有所区别。班主任要为每位学生建立行为成长档案，记录学生的进步轨迹与遇到的困难。

（三）以协同育人为保障，形成家校社联动的铸魂育人格局

学校要主动搭建家校协同平台，使家长成为故事激励与行为养成的重要同盟军。

一要定期举办家长课堂，向家长传授青春期心理知识与家庭教育方法，帮助家长理解故事激励与行为养成的理念与做法。班主任要借助家长会、家访、线上沟通等方式，向家长反馈学生在校的行为表现，同时了解学生在家庭中的行为习惯。家长要在家庭中延续学校的行为养成要求，保持教育标准的一致性。比如，学校可以开展“家庭故事会”活动，鼓励家长与孩子共同讲述家族故事、分享成长经历，在亲子叙事中增进情感联结、传递价值观念。家长要以身作则，在日常生活中践行德爱要求，为孩子提

 Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

供最直接的行为示范。

二要整合社区资源，拓展故事激励与行为养成的空间与渠道。社区中蕴含着丰富的教育资源，老党员、老教师、劳动模范、行业能手都是生动的故事讲述者。学校要主动对接社区居委会，邀请社区模范人物进校园讲故事，组织学生走进社区聆听老人的人生故事。社区要为学生提供行为实践的岗位与场景，如社区文明劝导、文化活动志愿服务、困难家庭帮扶等。学生要在社区实践中了解社会、认识自我，将学校教育中获得的价值观念在更广阔的舞台上检验与深化。

三要建立科学的评价反馈机制，保障故事激励与行为养成的持续优化。学校要摒弃以分数为唯一标准的评价模式，构建涵盖道德认知、情感体验、行为表现、心理状态的综合评价体系。通过采用过程性评价与终结性评价相结合的方式，关注学生在故事参与和行为实践中的真实成长。最后，学校要将评价结果用于改进教育实践，而非用于对学生进行简单的等级划分。教育者要始终牢记，评价的目的是促进每一个学生的健康成长与全面发展。

四、结束语

青春期是学生人生中最为关键也最为脆弱的阶段，心理疗愈与价值塑造是这一阶段教育工作的核心命题。“德爱润心铸魂”理念为学校回应这一命题提供了价值指引，故事激励与行为养成则为理念落地提供了实践抓手。学校要继续深化故事激励与行为养成的实践探索，不断丰富内容载体、创新方式方法、完善协同机制。家长要与学校同向同行，在家庭中营造德爱浸润的成长氛围。唯有形成家校社协同发力的育人格局，“德爱润心铸魂”才能真正从理念走向现实，故事激励与行为养成才能持续赋能青春期学生的心理疗愈与价值塑造，帮助每一位青春期学生成长为身心健康、品格健全、信念坚定的时代新人。

参考文献

[1] 贲玥莹 . 以心理疗愈为导向的虚拟空间设计研究及实践 [D]. 安徽工业大学 ,2021.

[2] 蔡宏辉 . 艺术心理疗愈在大学生心理健康教育中的应用思考 [J]. 艺术教育 ,2022,(11):275-278.

[3] 罗婷 , 陈丽 , 涂泉 , 等 . 基于多传感融合与机器学习推理的情绪感知心理疗愈模型构建 [C]// 中国智慧工程研究会 .2024社会发展与科技创新交流会论文集 .[出版者不详],2024:307-309.

[4] 胡艺馨 . 基于疗愈环境理念下的心理疗愈空间设计 [D]. 西安工程大学 ,2024.

[5] 曹晨 , 章益 . 艺术心理疗愈在全人教育理念下的教师培训实践 [J]. 大众文艺 ,2024,(22):166-168.

[6] 武琪瑶 . 环境心理学视角下大学校园心理疗愈空间设计研究 [D]. 广西民族大学 ,2025.

[7] 张月玲 . 基于虚拟现实技术的心理疗愈内容设计研究 [D]. 北京邮电大学 ,2025.

[8] 冯煜薇 . 心理疗愈与艺术设计课程融合创新探索——以色彩构成课程为例 [J]. 美术教育研究 ,2025,(19):144-146.

[9] 杨淑雅 . 基于艺术心理疗愈理念下的 OTC 药品包装设计 [D]. 安徽工程大学 , 2023.

[10] 贾梦霏 . 现代陶瓷艺术的心理疗愈作用及应用策略 [J]. 景德镇陶瓷 , 2025, 53 (3): 75-77.

Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.