

齐鲁文化融入高校大学生心理健康教育的路径

葛万帅

山东省现代教育科学研究院 山东 潍坊 261000

摘要: 高校大学生的心理健康教育不管对于大学生本身还是对于社会的发展都有着重要的意义,是教育工作的重要组成部分,把齐鲁文化融合到高校大学生心理健康中,是新近提出的心理健康教育观点,优秀齐鲁文化中的内涵与大学生的心理健康教育中的诸多内容都是相通的,这也为齐鲁文化与高校大学生心理健康教育的融合提供了可能。本文从齐鲁文化的深层内涵出发,探讨齐鲁文化与高校大学生心理健康教育如何展开有效融合。

关键词: 齐鲁文化;高等教育;心理健康教育;

新时代的高校大学生们正处在互联网信息大爆炸的时代,各种各样不同文化不同思想的信息冲击着大学生的心理,当这些文化和信息与大学生所实际具有的或者一直受到教育和影响的主流思想发生冲突时,就会影响大学生的心理健康,这只是影响大学生心理健康的一个方面。要想将大学生心理健康教育与齐鲁文化进行融合,首先需要授课教师们和教育工作者们充分了解齐鲁文化的深层含义,有哪些点能够与大学生的心理相契合,从而为二者的融合提供可能和契机。

一、齐鲁文化中的心理健康教育要点

(1) 从人际关系的角度

在齐鲁文化中,对于孔孟文化的“仁”“义”“信”“礼”进行了传承,其中与人际交往有关的“仁爱”和“和谐”是重要的思想。齐鲁文化讲究“大和”,在齐鲁文化中,主张做一个自然人,自然人的要求就是能够与天地和自然和谐,其中也包括与人交往的和谐,“天时不如地利,地利不如人和”这句话中,表达了齐鲁文化对人际关系的重视,强调作为一个君子要“喻于义”,人和人交往中要以诚信为本,不能贪恋眼前的一些利益,这样才能更好的促进人际关系的和谐发展。齐鲁文化中的仁爱、诚信的思想内涵,这是大学生心理健康教育中人际关系健康发展所需要的,同时也是我们当今社会人与人交往应该遵守的准则。

(2) 从调节情绪的角度

齐鲁文化在情绪调节方面,主张修身养性,修身修心之后修性,同时在处世方面信奉中庸之道,主张过犹不及,希望人能够向上向善,有仁爱之心,希望能够通过内心的平和来调节身心和兴趣,不为小事斤斤计较,避免情绪的起伏和波动,才能够修身修心。这些调节情绪的齐鲁文化内涵对于现代大学生们来说也同样适用,让他们能够通过齐鲁文化内涵的教育,舒缓自己的内心,不为外界躁动的社会所干扰^[1]。

(3) 从面对挫折的角度

即使在大学校园中,大学生们也会遇到各种不如意的

事情,困难每个人都会遇到,重要的是我们面对挫折时要怎么做,怎么能够让学生用更加积极乐观的心态面对,同时提升自己的抗压能力,这是大学生心理健康教育中一项重要的内容。把挫折教育与齐鲁文化进行融合,用齐鲁文化中挫折教育有关的部分去影响和教育学生。孟子《告天下》中讲到“故天将降大任于斯人也,必先苦其心志,劳其筋骨,饿其体肤,空乏其身……”就是说困难和挫折是每一个成长中的人必须经受的,所谓吃得苦中苦方为人上人。还要树立远大的理想,不怕艰难困苦,持之以恒的实现理想,齐鲁文化中的经典语句主张在遇到困难时要有积极的心态,临危不乱,敢于面对。对我们的心理健康教育,培养学生的面对挫折的能力,以及大学生们积极乐观的心理品质的锻炼,都有着积极意义。

(4) 关于健全人格的养成

让培养出的大学生具有健全的人格是心理健康教育乃至整个道德教育的重要目标,在这一方面,齐鲁文化也有与之相对应的思想内涵。在人的发展过程中,齐鲁文化主张人格要内外兼修,“仁”和“礼”是齐鲁文化中强调的外在修为准则,为人处事要恪守礼仪,与人为善,知行合一。与外修相对应的内修主张要“慎独”,修身养性,主张内在美和外在美的统一,这是完美人格的人的前提,还要有仁义的道德,强调知与行要达到有机的统一。为高校大学生心理健康教育培养学生的健全人格提出了更多的教育思路和教育途径^[2]。

二、齐鲁文化融入高校大学生心理健康教育的路径

(一) 坚持齐鲁文化融入,营造良好的教育氛围

对一个人的成长影响因素有很多,其中环境氛围是一项非常重要的因素。生活方式、文化思想以及人际关系等都会影响大学生们的心理健康,这种大环境的氛围对于学生的思想和行为的影响是潜移默化的,所以我们要坚持把齐鲁文化融入到大学校园心理健康教育中来,把大学心理健康教育的内涵与齐鲁教育的内涵进行充分融合之后,进行创新,提出教育教学的新思路,然后在教育之中形成对齐鲁文化的传承,为学生的心理健康打下良好的基础。

虽然教育中相关政策指出要将齐鲁文化与校园教育进行结合,但是往往在实际应用中,只是一个形式上的应用,很多工作并没有进行有针对性的跟进,在整个教育效果上来说并不理想。所以我们要通过运营机制的建立,来让齐鲁文化与心理健康教育工作进行紧密融合,使之能够学校的具体工作和教育活动相结合,利用本学校校园和学生的特点,因地制宜的做好齐鲁文化的宣传和深入工作,为其搭建一个传播的平台和载体。

另外,为了能够更加提升齐鲁文化对学生的吸引和感染力,同时也能更好的让学生在积极参与下发挥自己的主观能动性,就要通过各种社团和学生组织的作用,让齐鲁文化真正融入生活,真正从学生的角度策划各种活动,活动的主题要围绕齐鲁文化与心理健康教育的融合来进行。这样整个校园就形成了有齐鲁文化融入的良好氛围,在潜移默化中对学生的思想进行熏陶。

(2) 将齐鲁文化融入到心理健康教育课程体系

要坚持在心理健康教育中融入齐鲁文化,在整个校园氛围内建立良好的文化氛围,除了举办一些相关的活动之外,还要在课程体系和教学中融入进齐鲁文化的思想。尤其对于心理学科而言,为了能够切实的促进学生心理健康的发育,不管是课程设置还是教育教学工作都要从学生的生活实际出发,对于一些西方外来的理论也要进行严格的考察,是否符合我校学生心理发展的特点,是否能够解决实际问题。需要结合自己的学校和学生实际来进行课程设计,对当代大学生存在的心理健康问题进行有效的了解和分析,教学方式要让学生感兴趣,以学生对整个教育的接受为前提,可以通过齐鲁文化的经典案例,对学生实际存在的一些问题,将齐鲁文化和心理健康教育契合的各项内容在教学工作中融合进去,来解决学生的实际问题。达到培养学生思想,锻炼学生品格的目的。

在实际的教学课堂中,对齐鲁文化与心理健康教育的融合既要进行传承也要进行创新,对于这一方面的探索和创新,要建立在对学生心理实际和学生特点的了解上,这样才能使得心理健康教育更加具有针对性,让二者的融合起到更好的教学效果,要让齐鲁文化与心理健康的融合教育渗透到学生生活的各个角落,使其能够全方位的为大学生的心理健康产生积极影响^[3]。

(3) 搭建心理健康与齐鲁文化的教育实践平台

为了能够让大学生们学用相融,把在学校中学会的理论应用到实际生活中去,就要让齐鲁文化与大学生心理健康教育的融合更加具体化,同时在生活中进行实际应用。齐鲁文化起源于山东,所以在山东的大学可以让学生亲临那些文化遗迹,或者在外地的学校可以为学生讲解山东境内存在的文化遗迹的传承,通过对这些文化遗迹的了解,了解齐鲁文化的发源和传承,让学生能够对齐鲁文化有更深刻的感知和理解,在脑海中更加认同齐鲁文化的思想内涵,这样更有助

于学生继承齐鲁文化的精髓。各个高校的心理健康工作者都要对这一方面的教育效果进行中试,通过生动的实践和感受齐鲁文化的起源和传承,必要时可以组织学生进行实地学习,更好的感受齐鲁文化遗址,感受齐鲁文化的思想内涵和精髓,通过这种校外实践平台的搭建和拓展,使得齐鲁文化在学生心中再也不是冷冰冰的文化符号。这样学生就能够更加积极的继承和发扬齐鲁文化,让齐鲁文化与大学生心理健康教育更好的融合,产生一加一大于二的教育效果。

(4) 通过互联网实现齐鲁文化与心理健康教育的融合

互联网在全国范围内的普及为我国公民的日常生活带来了巨大的便利,所有的产业和工作领域都因为有了互联网的应用而产生了巨大的发展和变革。对于大学生来说,互联网的使用在方便了学生学习,丰富了学生的视野的同时,互联网上存在着各种各样的信息也影响着大学生的心理健康和价值观。通过互联网的使用,齐鲁文化对于大学生心理健康教育也有了新的思路和载体,为了能够让学生在网络空间中能够避免那些网络不良的影响,就要让齐鲁文化能够在网络平台中有一席之地,让学生无时无刻不受到齐鲁文化的熏陶。可以考虑通过互联网,与学生平时喜爱的游戏、直播、短视频等进行融合,通过开发齐鲁文化系列网络游戏、齐鲁文化直播,还可以拍着一些关于齐鲁文化的短视频,宣传齐鲁文化遗址遗迹,使之成为网红景点,总之,让齐鲁文化“火”起来,让齐鲁文化能够成为大学生们喜欢的网红文化,充斥于学生生活,让学生不管在什么地方都能接触到齐鲁文化的相关内容,全方位影响学生的心理健康素质^[5]。

要想实现齐鲁文化与高校大学生心理健康教育深度融合,大学心理健康教育工作者们就首先要明白,齐鲁文化中的哪些文化内涵与大学生心理健康教育的内容息息相关,然后在具体教育实践中,将这些紧密融合的内容应用到具体的教育工作中。要重视齐鲁文化与心理健康教育的融合工作,不能只流于形式,把齐鲁文化应用到大学课程体系中,条件允许可以实际搭建心理健康与齐鲁文化的教育平台,通过齐鲁文化的遗址遗迹来对学生的心灵进行感染,同时还要通过各种方法和途径使齐鲁文化充斥于学生生活,使之能够起到全方位教育的目的。

参考文献:

- [1] 陈显捷,韩影,朱洪霞,等.探究优秀齐鲁文化融入山东省高校大学生心理健康教育的路径[J].太原城市职业技术学院学报,2019,000(003):79-81.
- [2] 武海鹏.高校大学生心理健康教育创新路径研究[J].山东青年,2018,000(004):48.
- [3] 康学梅.中国传统文化融入高校心育的路径探析——以福建农林大学安溪校区为例[J].传播与版权,2018,000(007):162-163.
- [4] 张瑞红.新时期高校大学生心理健康教育工作的路径探讨[J].科学与财富,2013(22):317-317.