

美育融入大学生心理健康教育的实践路径研究

龙瑜丹 冯越铃

重庆理工大学经济金融学院

DOI:10.12238/mef.v8i12.15050

[摘要] 本文围绕美育与大学生心理健康教育的融合展开系统性研究。理论层面剖析了美育内涵功能、心理健康教育目标内容,阐释融合的理论依据;实践层面上,以重庆理工大学经济金融学院构建的“美育环境优化-美育活动承载-美育成果产出”三维实践框架为例,从优化美育环境搭建育心平台、丰富活动载体创新育心形式、加快成果转化构建长效机制三个方面,探索了二者协同发展的实践路径。研究表明,美育与心理健康教育的有机融合能够产生显著的协同效应,有效促进大学生健全人格的培育与全面发展。

[关键词] 心理健康;美育;协同效应

中图分类号: G479 **文献标识码:** A

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

Yudan Long Yueling Feng

School of Economics and Finance, Chongqing University of Technology

[Abstract] This paper conducts a systematic study on the integration of aesthetic education and mental health education for college students. Theoretically, it analyzes the connotation and functions of aesthetic education and the goals and contents of mental health education, and explains the theoretical basis for their integration. On the practical level, taking the three-dimensional practical framework of "optimizing the aesthetic education environment - carrying out aesthetic education activities - generating aesthetic education outcomes" constructed by the School of Economics and Finance of Chongqing University of Technology as an example, it explores the practical paths for their coordinated development from three aspects: optimizing the aesthetic education environment to build a mental health platform, enriching activity carriers to innovate mental health forms, and accelerating the transformation of outcomes to establish a long-term mechanism. The research shows that the organic integration of aesthetic education and mental health education can produce significant synergy and effectively promote the cultivation of a sound personality and all-round development of college students.

[Key words] Mental health; Aesthetic education; Synergistic effect

引言

2019年4月,教育部印发《关于切实加强新时代高等学校美育工作的意见》,对新时代高校美育改革发展提出明确要求。高校美育工作的重点任务是在高校美育要以艺术教育的改革发展为重点,紧紧围绕高校普及艺术教育、专业艺术教育和艺术师范教育三个重点领域,大力加强和改进美育教育教学^[1]。2023年4月,教育部等十七部门联合印发《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)》,提出要五育并举促进心理健康,其中要发挥美育丰富精神、温润心灵作用,实施学校美育浸润行动,广泛开展普及性强、形式多样、内容丰富、积极向上的美育实践活动,教会学生认识美、欣赏美、创造美^[2]。

美育作为兼具审美培育与人格塑造功能的育人实践,其与心理健康教育的深度融合为思政教育创新提供了新范式,尤其在促进大学生心理品质发展与健全人格建构方面展现出独特价值。而美育活动则通过艺术感知、情感体验等路径可有效提升表达能力、优化情绪管理,进而完善个体的人格塑造^[3]。基于此,本文系统梳理美育与心理健康教育协同作用的内在机理,构建“美育环境优化-美育活动承载-美育成果产出”三维实践框架,重点考察美育实践在大学生情绪疏导、压力应对模式优化等方面的作用机制,以期完善高校心理健康教育工作体系提供理论支撑与实践参考。

1 美育与大学生心理健康教育的理论概述

针对美育与大学生心理健康教育的协同发展,从理论与实践层面看有两个问题:一是二者在理论基础与实践路径的对比中存在显著差异,二是心理健康教育在美育管理结构框架中的运用尚未得到充分重视,这在一定程度上制约了两者协同效能的发挥^[4]。从实际问题出发,立足美育视角,通过艺术创作、审美体验等美育载体,建立心理健康教育主体间的情感联结,在共情共境的互动过程中,塑造并实践“以美育心”的心理健康共育符号,进而形成具有情感共鸣与群体认同的育人模式,为心理健康教育提供新的实践范式。

1.1 美育的内涵与功能

美育即审美教育,概念由18世纪德国席勒在《美育书简》中首创,旨在使感性和精神力量整体尽可能和谐。本质上,美育是借审美活动培育个体审美素养、塑造健全人格的教育形态,涵盖对各类美的认知鉴赏及审美相关能力的培养。从历史看,中华美育传统强调“以美人、以文化人”,融合审美与道德教化,如孔子“兴于诗,立于礼,成于乐”体现美育对人格养成的基础作用。此外,在以创新为驱动的时代,美育能激发个体创造力,其培养的感知与想象为创造力提供土壤。

从新时代的美育发展来看,高校美育实施的新要求可从美育价值引领、赓续中华美育精神以及美育多元协同这三个维度展开探析^[5]。在落实立德树人根本目标的进程中,高校亟需将美育价值引领作为实践逻辑起点,通过系统的美育实践达成铸魂育人的核心目的,这既是对新时代育人要求的回应,也是推动美育内涵式发展的必然选择。

1.2 大学生心理健康教育的目标

聚焦大学生心理健康培育,有助于提升其对校园及社会环境中各类心理现象的认知与鉴别能力,增强应对复杂心理问题的适应性与主动性,进而在心理发展与社会化进程中逐步塑造符合社会主流导向的价值观念体系,为其全面发展奠定坚实的心理基础。《高等学校学生心理健康教育指导纲要》中明确指出,心理健康教育是提高大学生心理素质、促进其身心健康和谐发展的教育,是高校人才培养体系的重要组成部分,也是高校思想政治工作的主要内容^[6]。

1.3 美育融入大学生心理健康教育的理论基础

弗洛伊德潜意识理论指出,个体诸多心理问题源于潜意识中的冲突与压抑。而美育活动里的艺术创作(如绘画、雕塑、音乐创作等)为个体搭建了潜意识表达的途径。个体在创作时无需刻意遮掩,潜意识中的情感、欲望及冲突会自然呈现于作品,这种非语言表达方式有助于释放内心压抑、缓解心理紧张,实现心理疏导。

积极心理学聚焦个体幸福感、乐观主义、创造力等积极心理品质。美育活动富含积极心理元素,艺术作品之美可激发大学生积极情绪,培育其审美愉悦感与幸福感。此外,大学生在艺术创作中需发挥创造力与想象力并克服困难完成作品,这有助于塑造其坚韧意志品质与自我效能感。积极心理学主张以积极心理体验推动个体心理成长,美育活动恰能为大学生提供诸多积

极心理体验契机,二者在促进个体积极心理发展上高度契合。

柯林斯的互动仪式链理论表明,个体间基于共同关注焦点、情感共鸣与符号认同的互动,会形成强大仪式力量,催生集体兴奋与情感能量。美育与心理健康教育均聚焦学生审美能力与情绪表达等的培养,二者融合实施,既能精准识别并解决学生心理健康问题,又能以美育活动为补充手段提升心理健康教育实效、保障其落地,最终达成教育形式多元化、体验积极化、学生发展全面化的目标^{[7][8]}。

2 美育与大学生心理健康教育协同发展的实践路径——以重庆理工大学经济金融学院为例

美育与大学生心理健康教育的协同发展,是高校落实“五育并举”育人方针、促进学生全面发展的重要路径。重庆理工大学经济金融学院以二者深度融合的实践创新为核心抓手,通过系统化的育人设计,构建起“美育环境优化-美育活动承载-美育成果产出”环环相扣的三维实践框架,在审美素养培育与心理状态调适的双向互动中,实现学生人格的健全发展,为高校探索美育与心理健康教育协同育人模式提供了可操作性的实践范例。

2.1 优化美育环境,搭建浸润式育心平台。

通过整合校园物质空间与文化氛围资源,打造兼具审美意蕴与心理疗愈功能的育人场域。深入实施“以文化人、以美育人”理念,通过悬挂艺术作品、设立社区美育角等方式,营造包容开放的心理支持氛围,使学生在潜移默化中获得审美体验与心理慰藉,实现环境育人与心理滋养的协同增效。

2.1.1 构建生活化学生社区美育场域

以学生宿舍园区、生活服务中心为核心,融入美育元素进行环境改造。例如,在宿舍楼公共区域设置艺术作品展示墙、心理主题文化角,在园区绿化带布置小型雕塑与励志标语牌,将日常起居空间转化为兼具生活功能与审美熏陶的育心环境,让学生在生活化场景中持续获得审美体验与心理滋养。

2.1.2 打造互动型师生研学交流空间

在办公走廊等公共区域构建集艺术创作、学术研讨与心理交流功能于一体的示范性育人空间,重庆理工大学经济金融学院以“经金论道”为核心品牌打造育人空间,下设“思政沙龙”“学术沙龙”“博雅沙龙”三个功能模块,其日常运行主要围绕两大维度展开实践:

一是打造文化浸润式育人场域。通过常态化展示历年文化育人品牌活动(如折扇设计大赛、手绘明信片大赛等)的学生获奖作品及教师书法创作成果,将公共空间转化为兼具审美熏陶与文化传承功能的教育载体。既为师生营造了富含人文气息的互动环境,亦能激励学生主动参与多元文化实践,在体悟中华优秀传统文化精髓的过程中,提升审美鉴赏能力与文化素养,为美育与心理健康教育的融合奠定认知基础。

二是构建跨主体协同育人平台。聚焦大学生思想政治教育与心理健康教育的协同推进,定期组织师生在沙龙区域开展“心理健康教育专题工坊”等主题活动。在凝聚育人共识、优化实践路径的同时,重点探索美育与心理健康教育的融合机制,为构

建“以文化人、以美润心”的协同育人体系提供跨角色、多维度的经验交流载体,最终形成覆盖学生全面发展的育人合力。

2.2 丰富活动载体,创新体验式育心形式。

美育活动的有效开展离不开多元载体的支撑,通过设计兼具审美性与心理疏导功能的差异化主题活动,引导大学生在艺术创作的沉浸式体验中,实现情感的具象化表达与心理状态的主动调适,既完成审美素养的培育,又达成心理健康的动态优化。

重庆理工大学经济金融学院以特色艺术活动为载体,构建了“艺术表达-心理调适-价值内化”的递进式育人模式:其一,心理健康漫画大赛以视觉叙事为媒介,通过“创作-表达-反思”闭环机制,引导新生将心理状态转化为图像语言,借助艺术表现力与心理深度的双重评审标准,实现情绪映射与自我认知的同步提升;其二,手绘明信片大赛创设“创作-寄送-反馈”互动链条,将水彩、彩铅等技法训练与亲情、友情等主题表达相结合,通过社会支持系统的强化构建,促进学生在情感传递中获得自我价值认同,尤其对缓解社交焦虑具有显著效用;其三,折扇设计暨PPT制作大赛创新性地融合传统工艺美术与数字技术,以“扇面创作”承载文化审美基因,借“PPT阐释”解析心理调节逻辑,通过多维评审体系考察美学价值与心理寓意的契合度,使学生在传统美学体验中领悟情绪调控的辩证关系。

此类艺术实践活动能够有效打破存在心理困扰学生的自我封闭壁垒,通过创作分享与作品互动强化同辈情感联结,在审美共鸣中培育积极心理认知与健康状态,增强集体归属感与荣誉感,形成个体心理成长与集体凝聚力提升的协同效应。活动均遵循“艺术创作-情感投射-认知重构”的路径,将心理健康教育目标融入美育各环节,既提升了大学生的审美表现能力,又实现了心理压力隐性疏导,为美育与心理健康教育的深度融合提供了可操作的实践范式。

2.3 加快成果转化,构建长效化育心机制。

注重将美育实践中的创作成果、体验感悟转化为促进心理健康的持久动力。建立“作品-心理”联动分析机制,借助对绘画、书法等作品的解读,把握学生心理动态并提供针对性指导;将美育活动中的积极体验纳入心理健康教育课程资源,形成“创作-展示-反思-成长”的闭环,推动美育效能向心理素养提升的持续转化,为大学生心理健康教育提供可持续的实践支撑。

以心理健康漫画大赛、手绘明信片大赛等活动的文艺作品为核心,构建“展陈传播-文创转化”的成果应用体系,使艺术创作成为学生心理成长历程的“可视化印记”。一方面,策划主题性艺术作品巡展,按“情绪表达”“人际互动”“自我认知”等心理维度对作品进行分类陈列,附创作者对心理意象的解读,形成“视觉观赏-心理共鸣”的多维体验,让静态作品成为心理叙事的载体。另一方面,基于优质作品开发文创产品(如手绘元素的

笔记本、帆布包、折扇和团扇等),保留作品原始的心理符号,使学生在使用过程中持续获得心理暗示与自我认同。这种“艺术作品-展陈传播-文创产品”的转化路径,既延伸了美育活动的影响力,又通过可感知载体将心理成长轨迹具象化、持久化,为心理健康教育提供兼具审美价值与实践意义的成果呈现方式。

3 结语

将美育融入心理健康教育,可突破单一教育模式局限,形成“以美润心、以美育人”的协同效应。此融合既能借助美育艺术载体拓宽心理健康教育表达路径,将抽象心理状态转为可感知审美符号,增强教育感染力与亲和力;又能通过心理健康教育目标导向,为美育明确育人指向,使审美体验深度关联心理成长需求,达成感性滋养与理性引导的统一。从实践层面看,二者的融合有助于构建更具包容性的育人体系,既满足学生对美的精神追求,又回应其心理健康发展的现实需要,最终服务于大学生健全人格的塑造与全面发展目标的实现。

[基金项目]

重庆理工大学2023年辅导员工作精品项目——构建“三‘启’联动”模式,系统化加强大学生心理健康教育工作。

[参考文献]

[1]教育部关于切实加强新时代高等学校美育工作的意见[EB/OL].http://www.moe.gov.cn/srcsite/A17/moe_794/moe_624/201904/t20190411_377523.html.

[2]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[EB/OL].http://www.moe.gov.cn/srcsite/A17/moe_943/moe_946/202305/t20230511_1059219.html.

[3]张晓艳.中华美育精神在高校心理健康教育中的实践[J].上海服饰,2025,(02):80-82.

[4]肖璐.新时代大学生心理健康教育与美育协同发展的创新性研究[J].科技风,2022,(18):10-12.

[5]郭垚成.高校美育教育的困境与提升路径探索研究[J].汉字文化,2025,(14):187-189.

[6]中共教育部党组关于印发《高等学校学生心理健康教育指导纲要》的通知[EB/OL].https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2018-12/31/content_5443423.htm.

[7]杨颖香.美育视域下高职心理健康教育课程教学方向与策略[J].现代职业教育,2024,(32):129-132.

[8]丛雅馨.高校美育与心理健康教育融合发展研究[J].华章,2024,(12):69-71.

作者简介:

龙瑜丹(1989--),女,汉族,重庆江北人,研究生,研究方向:思政教育。