

中华优秀传统文化对大学生健全人格的培育研究

张晓娜

(无锡学院,江苏无锡 214105)

[摘要]本文立足于“知情意行”统一的人格养成规律,构建了中华优秀传统文化融入大学生健全人格培育的内容体系与实践路径。研究首先从中华优秀传统文化中提炼家国情怀、仁爱和谐、自强不息三大核心要素作为人格培育的文化根基;进而分析出其对于引导当代大学生价值认同、构建和谐人际关系、砥砺意志品质的积极作用;最终提出一个贯穿课堂教学(认知)、校园文化(情感)、生活实践(意志行为)与网络媒介(赋能)的四维协同模型,以期为新时期高校育人工作提供具象化方案,培养大学生健全人格,促进大学生的全面发展。

[关键词]中华优秀传统文化;大学生;健全人格;培育

[中图分类号] B844.2; B82-051; G641 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 2096-711X(2025)24-0043-03

doi:10.3969/j.issn.2096-711X.2025.24.015

[本刊网址] <http://www.hbxb.net>

大学生肩负着实现中华民族伟大复兴的时代重任,处在人生观、世界观、价值观等形成的关键时期,培育大学生的健全人格对于促进大学生全面发展,实现中华民族伟大复兴的中国梦有着至关重要的作用。中华优秀传统文化历经五千余载积淀而成,具有深厚的人文底蕴和历史价值,有助于大学生健全人格的培育。习近平总书记指出:“中华优秀传统文化是中华民族的根和魂,是我们站在世界文化激荡中站稳脚跟的坚实根基。”中华优秀传统文化蕴含丰富的讲究仁爱、看重诚信、追求和谐大同的哲学理念,有助于培养大学生的爱国主义精神、养成正确的道德观念、塑造健全的人格品质。

目前关于中华优秀传统文化的现有研究充分肯定了中华优秀传统文化的育人价值,但多集中于理论阐发或单一路径探讨,在系统性的整合模型构建及与人格心理学机制的深度结合方面尚有深化空间。本文旨在结合大学生培养实际,构建中华优秀传统文化融入大学生健全人格培育的内容体系与实践路径。

一、中华优秀传统文化融入大学生健全人格的内容之要

(一)讲责任奉献,重家国情怀

中华优秀传统文化历来重视和弘扬“家国情怀”,凝聚着中华民族共同的价值观念。中华优秀传统文化中“治国先治家”体现了个人的命运与国家、民族命运的紧密联系,以及家国与共的责任感与使命感,比如苏武持节不屈、岳飞怒发冲冠、范仲淹“先天下之忧而忧”的爱国爱家精神。家国情怀也意味着责任和奉献,文天祥的“人生自古谁无死,留取丹心照汗青”以及《后出师表》“鞠躬尽瘁,死而后已”表示为国家事业竭尽心力,奉献一切,直到生命尽头;贾谊在《治安策》中表达了“国而忘家,公而忘私”的思想,“家国情怀”代表了中华民族强烈的爱国之心,体现了“家”与“国”在结构、伦理和情感上的同构与统一,更是一种凝聚人心、激励人奋进的高尚情操。它是深植于中华民族血脉之中的一种精神特质,是将家庭、家族与国家、民族命运紧密相连的崇高情感与价值追求。它是中国人特有的世界观、人生观和价值观的集中体现。弘扬中华优秀传统文化中责任与奉献的精神动力,是助推中华民族砥砺前行、实现伟大复兴的必由之路。讲求责任奉献,追求家国情怀的思想,有助于提升大学生的责任感,引导

大学生将自我价值的实现与国家发展、民族复兴结合起来,树立正确的理想抱负和责任担当。

(二)讲仁爱之心,重和谐关系

中华优秀传统文化中的“仁爱之心”思想,是儒家传统文化的思想核心,也是塑造大学生健全人格的宝贵精神资源。仁爱之心讲求的是同理心、同情心,孔子的“己欲立而立人,己欲达而达人”,孟子的“人皆有不忍人之心”,王阳明的“天地万物一体之仁”等强调关爱、善良以及和谐人际关系的重要性,涵盖的不仅是人与人之间,还扩大到人与社会、人与自然之间的和谐相处,体现在从人际到天人关系的各个层面。“父子有亲,君臣有义,夫妇有别,长幼有序,朋友有信”讲求的是人际关系的和谐。“修己以敬”“修己以安人”“修己以安百姓”是指要通过修养自身,给他人带来安宁,从而实现整个社会的和谐。“天人合一”最终扩展到爱护自然、珍惜万物,追求人与自然的共生共荣,这是一种更高境界的和谐。总的来说,仁爱是一种高尚的道德品质,结合当前大学生中存在的自我中心、精致的利己主义等现象,培养大学生的仁爱之心,就是培养善良品质和责任感,强化大学生的同理心和责任感,能够帮助大学生摆脱自我中心,感知、理解和体谅他人的处境与情感,做到互相包容互相理解,关爱他人、注重集体、追求和平,从而建立和谐的人际关系。这也是大学生健全人格培育不可或缺的重要方面。

(三)讲积极进取,重自身修养

“自强不息”,中华民族赖以生存和发展的核心精神动力之一,在中华优秀传统文化中有着丰富多重的体现。《易传》提出:“天行健,君子以自强不息。”其意思是:君子应效法天道,奋发进取,永不懈怠。强调人应具备刚毅坚韧、积极向上的良好品质。大禹治水体现了坚韧不拔、百折不挠的奋斗精神。司马迁在遭受宫刑后,忍常人不能忍之辱,发愤著书,终成《史记》。他的一生,不仅是一部著作的诞生记,更是对“人固有一死,或重于泰山,或轻于鸿毛”这一价值观的生动诠释,彰显了逆境中自强不息的强大生命力。儒家强调“为仁由己”,强调的也是依靠自身努力,例如在面对学业的压力、困难或挑战时,主动寻求解决问题的办法,而不是被“躺平”“摆烂”或者一味抱怨。积极进取来自对社会的责任、对理想

收稿日期:2025-10-20

基金项目:本文系2023年度江苏高校哲学社会科学研究一般项目“社会主义核心价值观引领新时代大学生健全人格培养的实践探赜”阶段性成果(项目编号:2023SJSZ0475)。

作者简介:张晓娜(1986—),女,河南商丘人,无锡学院讲师,主要从事思想政治教育、心理健康教育研究。

的执着以及在逆境中的坚韧。“独立自主,迎难而上”不仅是一种积极向上的精神力量,也是提高个人修养和发展进步的意志品格。“慎独克己,修身齐家”是积极进取的根基,强调人要通过内在的修炼,达到人格的完善。中华优秀传统文化中蕴含的自强不息的进取意识促使大学生在日常学习生活中注重学习和思考,保持积极向上的信心和志向,努力提高个人修养,追求个人价值的最大化。

二、中华优秀传统文化对大学生健全人格培育的价值之义

(一)仁爱之心,有助于构建和谐的人际关系

中华优秀传统文化赓续数千年,蕴含着丰富的个人品德修养直至社会生存实践的处事智慧。总体上崇尚人际和谐、社会和谐、天人合一的伦理文化。“和合”一词出自《墨子·尚同·中》,本意为“和睦、同心”,其深层意旨为“人与人之间要以和为贵,和睦相处”,这一传统价值观深远地影响着中国人的为人处世和人际交往原则。和谐的追求体现在两个层面:一方面是向内追求与自我的和谐,即通过不断的修养与提升,达到身心一致的安宁与平衡;另一方面是向外实现与他人的和谐,将个人内在的修养转化为和谐友好的人际关系。儒家文化中的“仁者爱人”、传统文化中的“五伦”,道家文化的“上善若水”等强调通过尊重他人、关爱他人,建立和谐的人际关系,进而实现社会稳定安宁。大学生普遍存在着利己主义的思想,中华优秀传统文化提倡与人为善、团结友爱、和衷共济,这些都可以帮助大学生学习如何处理自我、他人及社会关系,纾解大学生的人际疏离感、培育有效的人际交往能力。

(二)家国精神,有助于培养责任担当意识

中华优秀传统文化中蕴含丰富的责任担当的精神内容。“家国天下”体现出个人、家庭与国家命运是紧密相连的。“家国天下”思想会引导大学生将自身作为出发点,置身于家、国和天下的宏观背景下,促进个体与家、国、天下的命运融为一体,兼顾个体发展与社会进步,将个体放在实现中华民族伟大复兴的时代背景下定位自我价值,追求更高层次的人生意义。“修身、齐家、治国、平天下”也能清楚直观地感受到个人修养,家庭和谐与国家命运、社会稳定是休戚相关的。当代大学生有着良好的成长成才环境,却普遍存在着“佛系”“躺平”和“摆烂”等消极心态,因此需要多方面激发青年主体性和主动性。中华优秀传统文化蕴含着深厚的责任感和使命感,可以利用这种精神力量解决当前大学生成长成才中出现的突出矛盾问题,增强他们的责任担当和奋发有为的精神状态。

(三)自强不息,有助于养成乐观向上的心态

自强不息是中华民族的传统美德,党的十八大以来,习近平总书记高度重视自强不息精神的重要价值,党的二十大报告中,习近平总书记从多个维度和层面,深刻阐释了“自强不息”这一宝贵精神对于我们党与中华民族生存发展的核心地位与时代价值。“自强不息”强调人应该积极作为,迎难而上,独立自主,相信通过自身努力可以改变现状,致力于人格的完善、自我价值的实现与精神层面的超越。“自强不息”还强调了逆境困境中的坚持和毅力,是不轻言放弃的坚韧,是直面困难的勇气。《道德经》里提到“胜人者有力,自胜者强”,意思是真正的强大不在于战胜别人,而在于能够战胜自己,克服自身的弱点、欲望和局限,不断超越自我。孟子强调“动心忍性,曾益其所不能”,逆境能帮助人磨炼意志,战胜困难。如此才能承担上天赋予的使命。墨子主张“非命”,认为事在人为,不相信命运,不自暴自弃,把命运掌握在自己手

中。这些传统文化都强调自强有为、不懈奋斗、积极进取,对于大学生健全人格、完善自我、实现个人价值具有重要的意义。

三、中华优秀传统文化对大学生健全人格培育的实践之路

(一)融入课堂教学内容,提高大学生认知认同度

在认知上实现认同是大学生认同中华优秀传统文化的基础。认知是认识、理解、改变的过程,大学生只有了解中华优秀传统文化形成的背景和内容,并对之正确深刻地理解,才能在内心接受并认可。只有对中华优秀传统文化认知上认可和接受,才能发挥它的教育价值,接受影响健全人格的养成。在日常课堂教学中融入中华优秀传统文化,可以提高大学生的认知水平,增强大学生对于中华优秀传统文化的认同,丰富大学生的情绪情感体验,推进他们在理论知识学习中领略传统文化的魅力,感受健全人格培育的重要意义。只有学生主动接受认同中华优秀传统文化,才能增强学习和了解的兴趣,进而发挥心理健康教育的价值,唤醒大学生培育健全人格的主动性和积极性。比如增加特色专业融合课程,从人才培育的各个角度与专业知识相结合,或者有针对性地开设包含中华优秀传统文化的心理学选修课等,提高学生完善自我发展自我的意识,积极主动培育健全人格。

(二)融入校园文化建设,提高大学生情感认同度

校园文化是培养大学生思想品德、促进大学生身心健康发展的重要阵地。中华优秀传统文化可以从环境的打造、丰富多面的校园活动以及学校的管理理念、校风学风和精神气质等多个层面相结合,滋养学生精神世界,完善大学生的人格和价值塑造。大学生对中华传统文化的情感认同是以他们的认知情况为基础,并结合自己的经验和个人需求,对中华传统文化产生比如赞同和喜爱等积极的情感反应。情感认同与大学生的需求紧密联系,因此,校园文化应尊重大学生的主体地位,与大学生的需求相契合,满足他们的情感期望。要发挥校园文化作为大学思想和情感交流的平台作用,可利用公众号、文化墙等宣传平台,推送中华优秀传统文化相关内容,宣传弘扬中华优秀传统文化的丰富精神内涵,如和谐的人际关系、乐观向上的生活态度、健康的价值观念等具备心理健康教育的资源。此外,还可以建设中华优秀传统文化故事长廊,举办相关主题的诗词大会等,让大学生在丰富多彩的活动和文化氛围里提高对优秀传统文化的情感认同度,养成积极向上的态度倾向,进而促进健全人格的培育。

(三)融入日常生活,促进大学生行为养成

日常生活是检验大学生行为习惯的重要途径。行为习惯是人格和品行的集中体现,是一种自觉、稳定、习惯化的做事方式,是健全人格培育成果的重要标志。行为认同是大学生对中华优秀传统文化认同的最高层次。行为认同表现为大学生在认知上认可,情感上接受和喜爱,行为上与之保持一致。从知情意行的各个层面上都高度统一,这样才能真正达到效果。高校要利用好各种契机,比如在大学生遇到思想困惑或者遭遇挫折时,可以及时给予指导和援助;比如结合民族英雄故事中展现的个人优秀品质等,引导大学生在问题解决中习得优良品格、养成良好的行为方式;同时可以通过弘扬与中华优秀传统文化相关的奉献精神以及提升个人修养等内容,引导大学生把个人需要与他人、社会、国家的需要相结合,激发他们的时代责任感,进而内化为个人需求。同时还可以利用中华传统文化健全人格培育的内容,鼓励大学生以新媒体形式传播传统文化,如制作短视频、文创产品等。因为,一方面,大学生用自己喜闻乐见的方式,可以更好地接

受中华优秀传统文化的熏陶和培养;另一方面,由此他们的文化自信和文化认同得到了增强,从而中华优秀传统文化在大学生健全人格的培育作用得到了更好的发挥。

(四)走进网络教育:满足大学生学习需求

在互联网时代,网络是当代大学生学习生活的主要平台。他们通过网络获取信息和知识,通过网络表达需求、彰显个性,容易被网络文化所吸引,对他们的日常生活、人生观、价值观以及是非观念的塑造都产生着广泛而深刻的影响。通过网络教育,将中华优秀传统文化蕴含的仁爱之心、家国情怀和自强不息、积极进取等精神传递给大学生,实现以美育人、以文化人。首先,高校可以结合地方特色以及自身的特色学科课程与优秀传统文化相结合开发相关特色课程,通过搭建特色网络教育平台,设立传统文化讲堂、各类研讨学习、特色互动论坛等板块,根据学生的不同需求定制个性化学习路径和多样化的学习方式。其次,还可以充分利用“中国大学慕课”、超星学习通平台、图书馆的各类电子学习资源等在线课程,丰富中华优秀传统文化课程资源,让大学生可以多渠道多方式获取不同的学习内容,丰富个人精神世界,形成积极向上的人生态度,从而提高个人文化素养,塑造健全人格。此外,还可以建设和利用好学校或学院的各种新媒体账号,师生联合,一起打造中华优秀传统文化作品,利用和发扬优秀传统文化中丰富的人格塑造资源。

四、结语

展望未来,将中华优秀传统文化融入大学生健全人格培育,是一项具有深远意义的系统工程。它不仅是落实立德树人根本任务的内在要求,更是培养担当民族复兴大任时代新人的战略举措。因此,我们需要更深入地挖掘中华优秀传统文化中与当代人格心理学、教育学的结合点,构建起既能充分体现民族精神内核,又具有中国特色的健全人格理论框架

与评价体系。这要求我们要致力于实现传统文化资源与当代大学生发展特点的创造性结合与转化,使“仁爱”“自强”“家国情怀”等核心观念深植于大学生的价值观念之中。在育人实践中应更加注重大学生的个体差异与时代特征,根据学生的认知风格、情感需求和行为特点,动态调整教学内容与互动方式,使传统文化的滋养更能触达内心,激发共鸣。共同推动传统文化中的精华内化为大学生的价值观念,外化为自觉的行为习惯。最终引导大学生以健全、饱满、自信的人格姿态,肩负起时代赋予的历史使命,成为真正可堪大用、能担重任的栋梁之材。

参考文献:

- [1]周惠玉,刘晓明.社会主义核心价值观引领新时代大学生健全人格的发展与培育研究[J].思想政治教育研究,2022,38(2):29-34.
- [2]张向前.当代大学生健全人格培育探微[J].学校党建与思想教育,2015(11):92-93.
- [3]景宏华.健全人格素养的内涵、表现及其评价[J].中国职业技术教育,2020(14):14-18.
- [4]敖玲敏,沈菊.中华优秀传统文化融入大学生心理健康教育的价值之维与实践之路[J].黑龙江高教研究,2024,42(12):120-126.
- [5]王华,殷旭辉.中华优秀传统文化融入高校思政教育刍议[J].学校党建与思想教育,2022(19):54-56.
- [6]尹风雨,刘韧.中华优秀传统文化在思想政治教育中的价值意蕴与践行方略[J].湖南科技大学学报(社会科学版),2020,23(4):175-179.
- [7]熊英,魏熠菲.中华优秀传统文化融入大学生心理健康教育研究[J].河南教育(高等教育),2023(4):34-36.

A Study on the Development of University Students' Sound Personality Through Excellent Chinese Traditional Culture

ZHANG Xiao-na

(Wuxi University, Wuxi Jiangsu 214105, China)

Abstract: Based on the principle of personality development unifying cognition, emotion, will, and action, this paper constructs a content system and practical pathways for integrating excellent Chinese traditional culture into the development of university students' sound personality. The research first distills three core elements—patriotism and national identity, benevolence and harmony, and relentless self-improvement—from excellent Chinese traditional culture as the cultural foundation for personality development. It then analyzes their positive roles in guiding contemporary university students' value identification, constructing harmonious interpersonal relationships, and tempering willpower and character. Finally, a four-dimensional collaborative model is proposed, integrating classroom teaching (cognition), campus culture (emotion), life practice (will/action), and digital media (enabling). This aims to provide a concrete approach to fostering talents in higher colleges within the new era, developing sound personality for university students, and promoting their holistic development.

Key words: excellent Chinese traditional culture; university students; sound personality; development

(责任编辑:章樊)