

双轨融合视角下民族地区学校学生心理主题活动设计研究

袁丽丽

(德宏师范学院,云南芒市 678400)

[摘要]云南德宏州作为傣族、景颇族、德昂族、傈僳族、阿昌族等多民族聚居的边疆地区,其学生群体在多元文化背景下易面临自我认同与跨文化交往的心理适应性问题。为深入贯彻党的二十大及二十届三中全会关于深化民族团结进步教育的要求,本研究采取“心理成长”与“文化认同”双轨融合视角,以铸牢中华民族共同体意识为核心,设计“自我认知”与“人际交往”双主题融合的心理活动方案。此方案以“发现独特的我·共筑同心圆”为主题,通过民族文化智慧赋能个体成长,运用徽章、盲盒、拼图等具象化游戏载体降低认知门槛,构建“认知构建+行为强化+环境浸润”的育人模式,形成“静态知识融入—动态实践体验—环境熏陶固化”三阶渐进式实施路径。试点实践表明,该方案能有效提升学生的自我认同感、跨民族交往意愿与中华民族共同体意识,为边疆民族地区心理育人与民族团结进步教育融合提供实践范式,为铸牢中华民族共同体意识贡献教育力量。

[关键词]中华民族共同体意识;心理主题活动;民族文化赋能;三阶渐进式路径;双轨融合

[中图分类号] B844.2; G759.2; G448 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 2096-711X(2025)24-0046-03

doi:10.3969/j.issn.2096-711X.2025.24.016

[本刊网址] <http://www.hbxb.net>

引言

民族地区是我国统一多民族国家的重要组成部分,其教育发展事关民族团结进步与国家长治久安。党的十八大以来,以习近平同志为核心的党中央高度重视民族工作和青少年心理健康工作,作出“铸牢中华民族共同体意识是新时代党的民族工作的主线,也是民族地区各项工作的主线”的重大论断。党的二十大报告及二十届三中全会决议进一步强调,要“全面推进中华民族共同体建设”,“深化民族团结进步教育,健全学校、家庭、社会协同育人机制,着力培养担当民族复兴大任的时代新人”。

学校作为铸牢中华民族共同体意识的主阵地,其心理健康教育工作面临新的时代要求。云南德宏傣族景颇族自治州作为多民族边疆地区的典型代表,世居着傣族、景颇族、德昂族、傈僳族、阿昌族等多个民族。各民族学生共学共居在多元文化交汇的独特环境,既是中华文化的传承者,也是本民族文化的承载者。这一背景既赋予了他们丰富的文化资源,也可能带来独特的心理挑战。个体在建构自我同一性时,可能面临“本民族文化”与“中华主流文化”的双重认同整合问题;在人际交往中,则可能因文化差异、习俗不同而产生误解。传统的心理健康教育多聚焦于普适性心理问题,未能与民族团结教育实现深度有机融合,挖掘本土民族文化中的心理育人元素,导致其对民族地区学生心理发展的针对性不足,难以有效回应上述挑战。因此,探索一种能将心理素质教育与民族团结进步教育深度交融,既遵循学生心理发展规律,又紧扣铸牢中华民族共同体意识这一主题的创新实践模式,具有重要的理论价值与现实意义。

一、活动方案设计背景:理论基础

(一)社会认同理论

Tajfel 与 Turner (1970) 提出的社会认同理论 (Social Identity Theory) 认为个体通过自己所属的社会群体来认识自己,群体成员的身份会影响个体的认知、情感和行为,主要通过

社会分类、社会比较和积极区分来获得群体认同与自我概念。基于社会认同理论,本研究依据认同拓展与整合的心理机制路径,将活动方案设计思路如下:首先,依据内群体积极区分机制,引导学生认识自身民族文化的特质与产生积极的情感体验;其次,依托共同内群体模型,促进学生理解中华文化框架下各民族文化的平等性与渊源共通性;最后,推动个体从亚群体认同向超群体认同的过渡,实现民族认同与中华民族共同体意识的融合。

(二)积极心理学

Seligman 等人倡导的积极心理学,关注人的积极心理品质、关注人类健康幸福与潜能开发。本次活动方案设计聚焦于培育学生的积极的自我认识和人际交往,借助少数民族文化智慧培养学生热情、谦逊、团结、包容、坚强、沉稳等积极心理品质,通过“民族身份”“优点盲盒”“携手同行”等活动,创设成功和愉悦的积极体验,增强其自尊与自信,也为主动进行跨民族交往、构建积极人际关系提供内在动力。

(三)建构主义学习理论

Jean Piaget 和 Lev Vygotsky 的建构主义学习理论强调学习是学习者主动建构意义的过程,关注学习的主动性、社会性和情境性。本次活动方案设计摒弃单向知识灌输,通过创设游戏化、情境化的活动,让学生在合作、探索、分享中主动建构起关于“个体独特性”“文化多样性”及“中华民族一体性”的深刻理解,使共同体意识成为其内化的认知图式。

二、活动方案设计框架:设计理念与实施过程

(一)设计理念

1. “心理—文化”双轨融合设计。活动将“自我认识和人际交往”作为心理主线,将“民族文化和铸牢中华民族共同体意识”作为文化主线,打破心理健康教育与民族团结教育“两张皮”的壁垒,使每一项活动都同时承载双重目标,实现心理和文化的双轨道有机融合。例如,“我的民族身份证”活动既是自我探索(心理轨道),也是文化溯源与表达(文化轨道);

收稿日期:2025-10-20

基金项目:本文系 2025 年云南省教育厅科学研究基金项目“大中小学心理健康教育工作助推铸牢中华民族共同体意识的实践路径”(项目编号:2025J1599);2024 年德宏师范学院校级项目“边疆民族地区高校铸牢中华民族共同体意识教育的现状分析”(项目编号:2024XJ29ZX)。

作者简介:袁丽丽(1988—),女,云南保山人,讲师,硕士,主要从事青少年心理健康教育工作、民族心理研究。

“民族合作拼图”既是团队协作能力训练(心理轨道),也是“多元一体”格局的具体体验(文化轨道)。双轨并行,相辅相成,共同服务于学生的全面发展与共同体意识的铸牢。

2. “三位一体”的育人模式和“三阶渐进式”的实施路径。活动遵循认知、行为、环境相互作用的规律,构建了“认知构建+行为强化+环境浸润”协同作用的教育模式,突破传统教学的时空局限,将教育活动拓展为持续性的环境嵌入与关系型成长支持,实现从课程教学到课余生活、从个体学习到群体互动的全方位覆盖,最终形成促进学生心理发展与认同内化的支持性生态系统。活动设计了“静态知识融入—动态实践体验—环境熏陶固化”三阶渐进式的实施路径。静态认知阶段(知)侧重于知识内化与概念建立,以主题班会为载体,结合当地世居民族文化案例开展教学,通过讲解民族文化知识,设计“我的民族身份证”及“优点盲盒”大轰炸分享环节,帮助学生建立“个体独特性—民族文化关联性”的基础认知;动态实践阶段(行)侧重于行为转化与情感体验,通过系列游戏深化认知,将抽象理念转化为具体的交往行为,加强同学之间的交往交流交融,在成功与欢笑的体验中深化情感认同。环境固化阶段(固)侧重于氛围营造与习惯养成。通过活动延伸来巩固效果,班级上通过打造班级文化心理角展示活动成果和学生感悟,通过建立友谊加油站增强学生之间的交流互助,并通过家校共育和多学科融合实现育人效果的长效化。

3. 家—校—社协同机制。活动设计强调通过家校社共育形成教育合力。一方面,家长通过填写《家庭“优点发现卡”》,记录孩子在家中的闪光点;另一方面,通过跨学科融合协同育人,语文课撰写“我的民族朋友”故事,美术课绘制“56个民族是一家”作品等。此外,建立长期跟踪机制,通过“成长记录册”记录学生自我认知与交往行为变化。

(二) 实施过程与内容

1. 活动对象:分层设计,一体化的学段适配

为确保方案在不同年龄阶段学生中的适用性,活动设计遵循学生心理发展规律,进行分层细化,保持核心框架一致的同时,在不同学段侧重点有所不同,在核心目标、内容深度、活动形式和师生角色上有所区分。小学阶段侧重感知与趣味,活动设计突出具象化和趣味性;中学阶段侧重理解与反思,活动设计增加深度和思辨性;大学阶段侧重内化与创造,活动设计强调自主性与创造性,加入学术探索。

2. 活动内容:民族文化智慧的心理赋能

深入挖掘并转化各世居民族文化中的积极心理元素。将傣族泼水节水文化中的谦逊包容、景颇族目瑙纵歌的集体团结意识和山地民族带来的坚韧豪放、德昂族茶文化中的内敛沉稳、傈僳族迁移文化中的团结适应、阿昌族手工艺文化的勤劳细致,转化为活动设计的核心精神与案例素材。这不仅使心理健康教育更具文化亲和力与地方特色,也让传统文化在新时代青少年心理培育中焕发新的生命力。

3. 活动形式:低门槛、高参与的游戏化载体

巧妙运用徽章、盲盒、拼图等具象化的游戏载体,低成本、易操作。个性徽章的制作要求学生在个性化彩色卡片上填写/绘制个人信息和家庭民族文化元素,达到可视化效果,助力于身份认同;优点盲盒,充满未知惊喜,也降低学生对于自我暴露的焦虑;民族文化拼图赛,需要任务分解与整合,加强学生的交流与沟通、分工与合作,直观隐喻“多元一体”,这些载体将抽象概念转化为可触摸、可参与、可完成的具体任务,极大降低了认知负荷,提升了活动的吸引力和学

生的参与度。

三、活动方案设计评价:实施成效与反思

(一) 通过多维度视角对成效进行评估

一方面,采用前后测问卷进行量化评估,结果显示,学生在跨民族交往意愿、青少年自我认同、中华民族共同体意识方面有了显著提升。另一方面,通过对学生活动心得、教师观察日志及焦点小组访谈资料进行质性评估,提炼出以下核心结果:在增强文化自信方面,一位景颇族中学生写道:“优点大轰炸”让我发现,同学眼中我的“直率”和“勇敢”正是我们景颇山的性格,我为自己的民族感到骄傲,也更喜欢自己了。在促进深度交往与情感联结方面,一位傣族大学生志愿者分享:在带领“携手同行”游戏时,我看到不同年级、不同民族的同学从小心翼翼到紧紧搀扶,最后一起欢呼。那种跨越差异的信任和合作,比任何说教都更有力量。在营造包容支持的班级氛围方面,一位班主任在观察日志中记录:“民族文化心理角”成了班级最受欢迎的地方,课间总有学生围在一起交流。

(二) 活动方案需要完善的地方

首先,该方案对教师的跨文化沟通与共情能力、团体动力引导以及发展性心理辅导技能提出较高要求,部分教师在初期实施阶段表现出专业准备度不足,民族文化认识和体验不深等问题。其次,社区、家庭和系统协同仍显薄弱,具体体现在社区资源开发较少导致效果不显著,家长对活动目标的认同度及行为参与水平存在明显差异。再者,项目缺乏组织层面的制度支持,没有系统性保障易导致实践效果片段化与短期化。

(三) 后续改进的途径

(1) 构建教师多元文化胜任力发展体系,通过系统化工作坊与反思性实践社群,提升专业素养;(2) 深化家庭—学校—社区三位一体的支持性生态,依托家长开放工作坊、亲子协同干预项目及社区文化资源整合;(3) 推进数字化资源平台与标准化评估工具开发,建设开放共享的方案库、案例集及培训模块,以提升项目可迁移性与实施效率,并建立科学的效果追踪与跨情境比对机制;(4) 推动项目与学校组织文化与制度系统的深度整合,将其纳入校本发展规划与德育评估框架,通过稳定的资源投入与政策锚定,实现教育干预的长期良性嵌入。

参考文献:

- [1] 张莹瑞, 佐斌. 社会认同理论及其发展[J]. 心理科学进展, 2006, 14(3): 475-480.
- [2] 孙冬雪. 浅谈积极心理学的发展与应用价值[J]. 心理月刊, 2021(16): 214-215.
- [3] 麻彦坤. 皮亚杰与维果茨基:两种平行的建构主义[A]. 第二十三届全国心理学学术会议摘要集(上)[C]. 第二十三届全国心理学学术会议, 2021: 98-99.
- [4] 陈立鹏, 闫芸. 从中华民族多元一体到中华民族共同体——我国民族理论的新发展[J]. 贵州民族研究, 2025, 46(3): 8-15.
- [5] 毕长新, 史春林. 中华文明与中华民族共同体建设的互构逻辑[J/OL]. 学术探索, 1-8 [2025-12-4]. <https://link.cnki.net/urlid/53.1148.C.20250918.0900.008>.
- [6] 李青山, 李士芹. 以文化认同铸牢中华民族共同体意识的内在逻辑与实践路径研究[J]. 贵州民族研究, 2025, 46(4): 16-21.

(下转第50页)

文化自信秉持开放包容坚持守正创新为全面建设社会主义现代化国家 全面推进中华民族伟大复兴提供坚强思想保证 强大精神力量有利文化条件[N]. 人民日报,2023-10-9(1).

[3]黄佳丽. 中华传统廉洁文化传承发展的三维向度[J]. 学校党建与思想教育,2024(10).

[4]魏变竹,高佩,张有武. 新时代学校廉洁文化建设:价值意蕴与实现维度[J]. 高等教育与高校管理,2025(4).

[5]习近平:在中国文联第十一次全国代表大会、中国作协第十次全国代表大会开幕式上的讲话[Z]. 2021-12-14.

Exploration on the Path of Cultivating the Style of Colleges and Universities with Traditional Chinese Integrity Culture

WU Yuan-yuan

(Jiangsu Vocational College of Information Technology, Wuxi Jiangsu 214153, China)

Abstract: The traditional Chinese culture of integrity takes the wisdom of governing the country of “morality and punishment”, the social ethics of “knowing shame and honoring integrity” and the official norms of “justice and integrity” as the core essence, and emphasizes the unity of individual self-discipline and social heterogeneity through moral education, institutional norms and cultural infiltration. The construction of college style covers the ruling style of leading cadres, the ethics and teaching style of teachers, the academic atmosphere of students and the style of management service, and its essence is to build a campus ecology of honest politics, honest teaching, and honest learning through value guidance, institutional constraints and cultural edification. The two are highly consistent in the value orientations of “self-cultivation and morality” (such as self-restraint of “correcting oneself and transforming others”), “advocating integrity and shame and greed” (such as the value orientation of taking pride in integrity), and “justice for the people” (such as the code of conduct of “justice first”), which provides an internal rationale for the integration of traditional integrity culture and modern university governance, and also provides theoretical support and practical path for improving the systematization and effectiveness of college style construction.

Key words: excellent traditional Chinese culture; integrity culture; colleges and universities; work style construction

(责任编辑:陈思婷)

(上接第47页)

A Study on the Design of Psychological Thematic Activities for Students in Ethnic Regions from a Dual-track Integration Perspective

YUAN Li-li

(Dehong Normal University, Mangshi Yunnan 678400, China)

Abstract: As a frontier region inhabited by multiple ethnic groups including the Dai, Jingpo, De'ang, Lisu, and Achang, Dehong Prefecture in Yunnan presents a context where students are prone to psychological adaptation issues related to self-identity and intercultural communication within a multicultural environment. To thoroughly implement the directives of the 20th National Congress of the Communist Party of China and its Third Plenary Session regarding deepening education for ethnic unity and progress, this study adopts a dual-track integration perspective combining “psychological growth” and “cultural identity”. With forging a strong sense of the Chinese national community as the core objective, a psychological activity program integrating the dual themes of “self-cognition” and “interpersonal communication” was designed. Themed “Discovering the Unique Me — Building a Concentric Circle Together”, this program leverages the wisdom of ethnic cultures to empower individual growth. It employs tangible game-based carriers such as badges, blind boxes, and jigsaw puzzles to lower cognitive barriers, constructing an educational model based on “cognitive construction + behavioral reinforcement + environmental immersion”. This forms a three-stage progressive implementation pathway: “integration of static knowledge — dynamic practical experience — environmental influence for consolidation”. Pilot practices indicate that the program effectively enhances students’ self-identity, willingness for cross-ethnic communication, and sense of the Chinese national community. It provides a practical paradigm for integrating psychological education with initiatives for ethnic unity and progress in frontier ethnic regions, thereby contributing educational strategies to the forging of a strong sense of the Chinese national community.

Key words: sense of the Chinese national community; psychological thematic activities; ethnic cultural empowerment; three-stage progressive pathway; dual-track integration

(责任编辑:范新菊)