

“五育”融合赋能医学生积极心理品质培养 路径研究

闫迎春¹ 刘琳琳¹ 管思源² 强景¹ 李娜¹ 张敏¹ 付洋洋¹ 苏伟¹

1. 济宁医学院精神卫生学院, 济宁;

2. 济宁医学院临床医学院, 济宁

摘要 | 五育融合是医学生积极心理品质培育的创新路径, 突破了传统心理健康教育的单一模式, 以德育铸魂、智育启思、体育强志、美育润情、劳育笃行, 全方位、多层次赋能医学生心理成长。立足医学人才培养目标, 持续深化五育融合落地, 能够有效培育医学生坚韧、共情、担当、乐观的积极心理品质, 助力其成长为身心健康、德技兼备、心怀仁爱的新时代医务工作者。

关键词 | 五育融合; 积极心理品质; 医学生

Copyright © 2026 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 引言

《中国学生发展核心素养》(2016年, 教育部委托发布) 总体框架在北京发布, 以培养“全面发展的人”为核心, 从文化基础、自主发展、社会参与3个维度阐明了新时代中国学生应具备的核心素养, 具体表现为人文底蕴、科学精神、学会学习、健康生活、责任担当、实践创新六大素养(教育部, 2018), 具体细化为国家认同等18个基本要点。中共中央、国务院印发《“健康中国2030”规划纲要》(2016)“加强心理健康服务体系和规范化管理。加大全民心理健康科普宣传力度, 提升心理健康素养。”为积极心理品质培养提供国家层

面依据。《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》提出心理育人质量提升体系(2017年, 教育部)。坚持育心与育德相结合, 加强人文关怀和心理疏导, 深入构建教育教学、实践活动、咨询服务、预防干预、平台保障“五位一体”的心理健康教育工作格局, 着力培育师生理性平和、积极向上的健康心态, 促进师生心理健康素质与思想道德素质、科学文化素质协调发展(教育部, 2017)。明确提出“心理育人”将积极心理品质纳入高校思政与心理健康教育核心内容。

《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)》(教体艺〔2023〕1号, 教

基金项目: 山东省高等学校哲学社会科学计划研究项目“新时代医学生积极心理品质培养的协同机制与路径创新研究”(2025ZSZX205); 山东省社科联2025年度人文社会科学课题合作专项“运河文化带红色资源融入大学生思想政治教育全链条路径构建研究”; 2025年度教育部人文社会科学研究专项任务项目(高校辅导员研究)(25JDSZ3070); “精卫填海, 护心启航”——济宁医学院“百万医学生进社区”社会实践品牌项目。

通讯作者: 苏伟, 济宁医学院精神卫生学院副教授, 研究方向: 大学生心理健康教育。

文章引用: 闫迎春, 刘琳琳, 管思源, 强景, 李娜, 张敏, 付洋洋, 苏伟. (2026). “五育”融合赋能医学生积极心理品质培养路径研究. *中国心理学前沿*, 8(5), 798–804.

<https://doi.org/10.35534/pc.0805118>

教育部等十七部门)“培育学生热爱生活、珍视生命、自尊自信、理性平和、乐观向上的心理品质和不懈奋斗、荣辱不惊、百折不挠的意志品质,促进学生思想道德素质、科学文化素质和身心健康素质协调发展,培养担当民族复兴大任的时代新人。(教育部,2023)”并提出“五育并举促进心理健康”“以德育心、以智慧心、以体强心、以美润心、以劳健心(教育部,2023)”为五育并举培养积极心理品质培养提供国家层面依据。教育部办公厅关于印发《进一步加强中小学生心理健康工作十条措施》的通知(教基厅〔2025〕2号,2025年10月)(教育部,2025)明确提出“加强学生生命教育、青春期教育和挫折教育,提升学生适应环境、调适情绪、应对压力等方面能力,增强心理韧性和心理免疫力。”并提出“推进实施全员育心制度。”明确提出具体的建议“配齐配强专职心理健康教师、校医和保健教师,定期开展职业技能培训,发挥专业引领作用。”

《健全社会心理服务体系和危机干预机制实施方案》提出“坚持立德树人,五育并举促进学生心理健康”“加强学生生命教育、青春期教育和挫折教育,增强学生适应环境、调适情绪、应对压力等方面能力,提高心理韧性和心理免疫力。(国家卫生健康委等,2026)”《方案》中强调培育民众的积极社会心态,构建覆盖城乡的积极心理服务体系和网络。

2000年,塞利格曼等人在《积极心理学导论》中正式确立积极心理学核心理论体系。心理学研究视角逐步摆脱传统病理矫治与心理问题修复的固有模式,转向聚焦个体内在优势挖掘与身心潜能开发,着重倡导开展系统化的积极心理品质培育工作(张薇,2023)。积极心理品质是个体在先天遗传特质、后天成长环境与教育熏陶三者协同作用下,逐步形成并稳定发展的正向良性心理特质(刘军,2024),在当代医学生群体中,集中体现在认知思维、情绪情感、人际交往等多元心理层面。塞利格曼提出的六大美德与24项积极人格特质理论,以及孟万金立足本土文化语境搭建的六维度二十项积极心理品质模型,为学界开展医学生积极心理品质相关研究、测评实践奠定了坚实的理论根基与科学的评判标准(孟万金,2020)

本研究通过调查地方本科医学高校医学生积极心理品质的现状,并根据现状构建科学有效的“五育并举”医学生积极心理品质的实践价值和培育路径,以期优化医学高校心理健康教育体系、提升医学生心理素质提供理论依据与实践参考。

2 医学生积极心理品质的特点

2000年,塞利格曼等人在《积极心理学导论》中正式确立积极心理学核心理论体系。心理学研究视角逐步摆脱传统病理矫治与心理问题修复的固有模式,转向聚焦个体内在优势挖掘与身心潜能开发,着重倡导开展系统化的积极心理品质培育工作(张薇,2023)。积极心理品质是个

体在先天遗传特质、后天成长环境与教育熏陶三者协同作用下,逐步形成并稳定发展的正向良性心理特质(刘军,2024),在当代医学生群体中,集中体现在认知思维、情绪情感、人际交往等多元心理层面。塞利格曼提出的六大美德与24项积极人格特质理论,以及孟万金立足本土文化语境搭建的六维度二十项积极心理品质模型,为学界开展医学生积极心理品质相关研究、测评实践奠定了坚实的理论根基与科学的评判标准(孟万金,2020)

“医学生”已成为当前心理健康教育与高等教育研究领域的热点对象。相较于普通高校学生,医学生具有更早的职业定向、更密集的专业技能实训、更长的培养周期以及更严苛的职业伦理与社会评价压力,上述多重因素共同塑造了其心理发展与积极心理品质的独特性。

在积极心理品质结构上,医学生呈现出优势维度稳定突出、薄弱维度相对集中的鲜明特征。在优势品质方面,医学生普遍表现出更强的责任意识、共情能力、正直公平感与审慎态度,在诚信、友善、助人、尊重他人、严守承诺等道德与人际品质上得分显著更高,这与医学职业强调生命关怀、医德规范、团队协作和严谨细致的专业要求高度契合。同时,医学生学习动机明确、坚持性较好、规则意识与纪律观念较强,能够长期投入高强度的专业学习与临床实践训练,体现出良好的学习品质与意志品质。

在薄弱心理品质方面,医学生在自我调控、压力应对、希望感、生涯弹性与社交灵活性等维度相对不足。医学生长期聚焦专业学习与技能训练,休闲体验、兴趣拓展与非职业性社会参与相对有限,在希望品质、生活乐趣感、创造性表达与轻松的人际互动上自评水平偏低。

与普通医学生相比,医学生对积极心理品质的认知更贴合职业需求,其心理品质发展更易受学业进度、临床实习、医患关系预期、职业前景等现实因素影响。整体来看,医学生积极心理品质呈现出“职业性强、共情性好、责任感突出、自律性较高,但压力负荷较重、情绪耗竭风险较高、内在希望感与心理弹性有待加强”的独特样貌,具有显著的专业塑造性与情境依赖性。

大学阶段是医学生职业身份认同与自我概念形成的关键时期,医学生积极心理品质的培育能有效缓冲学业压力、职业迷茫的负面影响,既是促进学生个人成长、提高幸福感的内在需要,也是夯实其职业素养、实现高质量就业的关键支撑。因此,科学系统培育医学生的积极心理品质,是提升高职人才培养质量、赋能学生应对人生挑战的必然选择。

3 医学生积极心理品质整体现状

3.1 对象与方法

(1) 研究对象

本研究采用分层随机抽样法,于2024年秋季学期,选取地方本科医学院校全日制在校生为研究对象,覆盖医学

类及医学类相关专业各专业,大一~大五个年级。通过问卷星平台发放问卷1050份,最终回收有效问卷1030份(有效率98.1%)。所有参与者均知情同意。如表1所示。

表1 调查样本的基本情况

项目	类别	占比(比例)
性别	男	32.65%
	女	67.35%
年级	大	38.63%
	大二	12.48%
	大三	30.94%
	大四	9.91%
	大五	6.15%
	研究生	1.88%
学科类别	医学类	90.94%
	医学类相关专业	9.06%
生源地	农村	61.90%
	乡镇	14.50%
	城市	23.60%

(2) 研究工具

本研究采用孟万金教授团队基于中国文化背景编制的中国医学生积极心理品质量表,该量表涵盖认知、情感、人际、公正、节制与超越6个维度,共20个积极品质,62个问题目。采用Likert 5点计分法(1=“非常不像我”~5=“非常像我”),各维度得分与对应积极心理品质发展水平呈正相关。在本研究中,总量表的Cronbach's α 系数为0.978,各维度的Cronbach's α 系数介于0.923~0.949之间,表明量表具有优异的信度指标。(如表2所示)

表2 医学生积极心理品质的维度、因子

Table 2 Dimensions and factors of positive psychological traits of medical students

维度	因子	Cronbach's α
认知: 智慧与知识的力量	创造力、热爱学习、好奇心、思维力	0.935
人际: 人际的力量	爱与友善、感受爱、社交智慧	0.923
情感: 勇气的力量	勇敢坚持、真诚、热情	0.939
公正: 公民性力量	领导力、团队精神、正直公平	0.925
节制: 避免极端的力量	宽容、自制、审慎、谦虚	0.937
超越: 精神信念的力量	幽默风趣、希望与信念、心灵触动	0.931

3.2 分析小结

3.2.1 医学生积极心理品质

从调查结果来看,医学生积极心理品质的各个维度呈现出良好、积极发展的态势。

(1)从认知维度的4个子品质统计数据来看,如热爱学习71.33%、思维与观察力78.70%、好奇心84.05%、创造力73.79%。医学生的好奇心得分率最高,说明医学生具有强烈的探索新事物的兴趣。其次是思维与观察力,说明医学生能客观理性地处理问题,逻辑思考、思辨能力与观察研判素养整体良好。创造力整体处于中等水平,热爱学习与创造力维度相对偏低,原创思维、创新产出特质有待进一步激发。

(2)勇气维度各子品质的调查分析,勇敢坚持子品质(面对反对仍坚持立场67.18%,遇到阻碍仍坚持做完事83.93%,始终坚守个人信念82.91%);真诚子品质(信守诺言90.25%,犯错主动承认86.33%,承诺值得信赖85.81%,按信念塑造自我85.47%);热情子品质(忙于有趣的事81.02%,面对挑战对未来有信心75.04%),总的来说真诚均值86.97%,热情均值78.03%,勇敢坚持均值78.01%。在真诚维度的子品质中,医学生的勇气维度是得分率最高的品质,说明医学生在勇于担责、诚信守约等方面具有较高的素养。热情与勇敢坚持的维度得分基本持平,说明仍有持续提升的空间。

(3)超越维度三大品质调查的结果来看,心灵触动均值为86.90%,希望与信念的均值为75.47%,幽默风趣的均值为73.96%。从调研结果来看,心灵触动子品质得分最高,希望与信念、幽默风趣维度得分相近且略低于心灵触动,处于中等偏上水平,说明医学生具有较强的感恩意识、情感感知力以及审美感悟。

(4)节制维度四大品质的均值,自制均值为77.61%,宽容均值为73.43%,谦虚均值为72.25%,审慎均值为69.86%,节制维度中自制品质得分最高,宽容、谦虚品质处于中等偏上的水平,审慎的品质维度得分最低,说明医学生具有较强的自我约束和控制能力,宽容和谦虚的品质较好,但是审慎的品质维度得分偏低,需要进一步提升。

(5)人性维度品质中的三个子品质的调查结果比例为,感受爱维度均值为81.32%,社交智慧维度均值75.16%,爱与友善维度均值为72.14%。在各品质维度中,感受爱维度得分率最高,说明医学生能敏锐感到亲情、友情与他人关怀,情感感知能力比较强。社交智慧维度的品质居中,医学生善于觉察他人情绪,进行情感分享但洞察他人行为动机能力偏低,识人思辨能力与深层人际判断能力有待加强。

(6)公正维度品质中包含领导能力、正直公平、团队精神三项子品质,通过调研三项子品质的得分情况统计,团队精神均值为83.68%,正直公平均值是77.87%,领导能力均值为70.20%,集中反映医学生在组织协调与团队协作、处事公正意识、集体归属感方面具有较高的素养。团队精神维度得分最高,说明医学生重视团队精神,具有较强的集体意识和规则意识,是公正维度中表现最优的子品质。正直公平维度的子品质得分居中,说

明大多数医学生具有公平正义价值观,能够处事端正公道;领导能力维度的子品质均值得分最低,说明医学生的组织和策划统筹能力需要进一步提升。

医学生普遍具备较强的求知欲与好奇心,热爱新鲜事物、对世界充满好奇并能够主动寻求成长机会,学习动机与探索精神积极向上。在外部支持系统方面,87.7%的家庭相互鼓励支持,77.78%的家庭为民主和谐型教养,父母重视思想教育(73.68%总是/经常),家庭成为心理品质培育的重要支撑,家庭支持功能完善,八成学生所处家庭氛围和睦、家人间相互鼓励支持,近八成家庭采用民主和谐型教养方式,且多数父母能够常态化开展思想教育,为积极心理品质的形成提供了稳固的家庭支撑。与此同时,91.28%的学生通过心理健康课开展培育,79.59%的学校经常/总是开展心理讲座,75.89%的辅导员经常/总是进行心理辅导,学校培育渠道健全。学校心理健康教育覆盖面广、形式多元,绝大多数高校通过心理健康课程开展积极品质培育,心理讲座与辅导员心理辅导工作开展频次较高,形成了较为健全的校园心理育人体系。

3.2.2 核心积极品质发展不均衡

(1) 调查结果显示当代医学生积极心理品质整体呈现优势突出但短板明显、发展不均衡的结构性特征,不同维度品质水平差异较大,且存在较为显著的认知与实践脱节现象。在优势积极品质方面如爱与友善(74.53%)、团队精神(63.59%)、创造力与坚持(均61.54%)、正直公平(60.85%)认可度最高,学生自评具备较强的人际与实践品质。医学生普遍在人际互动与实践协作层面表现良好,其中爱与友善、团队精神、创造力、坚持性以及正直公平等品质的自评具备率相对更高,表明多数学生能够在日常学习与生活中展现出良好的人际亲和力、集体协作意识、创新思维与做事毅力,具备较为稳定的道德操守与责任意识,人际与实践类积极品质发展相对成熟。

(2) 医学生在内控性、规划性与调适性相关的积极品质上表现明显薄弱,如自制(39.66%)、审慎(41.71%)、社交智慧(47.35%)、信念(47.69%)、希望(50.09%)自评得分显著偏低,自我管理、情绪调控、长远规划能力不足。成为当前积极心理品质培育的突出短板。具体来看,自制、审慎、社交智慧、信念以及希望等品质的自评得分显著偏低,反映出部分学生在自我约束、行为管控、情绪调节、理性决策、人际交往技巧以及长远目标规划等方面仍存在明显不足,自我管理能力、情绪调控能力与人生规划能力有待进一步提升。

(3) 医学生积极心理品质呈现出认知水平较高但实践转化不足的矛盾状况。从认知层面来看,学生普遍将创造力、爱与友善、勇敢等视为新时代医学生最为重要的积极心理品质,对积极心理品质的价值认同度高、认

知清晰。然而从实践层面来看,学生实际自评具备上述品质的比例明显低于其重要性认知比例,呈现出“认知到位、行动不足”的典型特征,认知与行动存在差距,学生认为创造力(86.84%)、爱与友善(78.63%)、勇敢(77.26%)最重要,但自身具备比例明显低于认知比例,“知易行难”现象突出。这种“知易行难”的现象表明,当前部分医学生对积极心理品质的理解多停留在观念层面,尚未有效转化为稳定的行为习惯与内在人格特质,积极心理品质的内化程度不足、实践落地不够,品质培育仍停留在认知引导为主的阶段,未能真正实现从认知认同到行为自觉的深度转化。总体而言,部分医学生积极心理品质结构存在明显的不均衡性,优势品质与薄弱品质并存、高认知与低实践并存,成为制约积极心理品质整体提升的关键问题。

4 五育融合对医学生积极心理品质的涵养机理

近年来,国家持续出台系列顶层政策文件,强化教育领域宏观引导,为落实立德树人根本任务、推进五育融合育人实践、促进学生全面发展健康筑牢了坚实的政策根基。2023年,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)》(教育部,2023),构建了“五育并举促进心理健康”的系统化实践体系,明确要求将心理健康教育全面融入德育、智育、体育、美育、劳动教育全过程,推动心理健康教育与五育教育深度渗透、有机融合。同时,《教育强国建设规划纲要(2024—2035年)》着重提出健全德智体美劳全面培养的教育体系(国务院,2023),为依托五育融合模式培育时代新人、助力学生综合素质提升提供了重要方向指引。此外,党的二十大报告明确提出“健全学校家庭社会育人机制”“重视心理健康和精神卫生”的重要要求,进一步凸显了融合育人的核心价值,强化了全方位、常态化开展学生心理健康教育、促进学生身心全面发展的新时代教育政策导向。

(1) 德育筑基

德育作为五育融合育人体系的核心根基,是培育医学生积极心理品质、实现身心与职业素养协同发展的首要抓手。医学本质是兼具技术性与人文性的特殊职业,要求医务工作者始终坚守敬佑生命、救死扶伤的职业初心。依托系统化的德育教育,常态化的医德浸润与价值引导,能够深度涵养医学生医者仁心的人文素养与崇高的职业使命感,有效塑造学生利他奉献、包容宽厚、自律自省的优良心理特质,纠正学习过程中易产生的功利化认知、职业迷茫等消极心理。同时,从思想价值层面夯实医学生心理健康根基,为其抗压韧性、共情能力、责任担当等各类积极心理品质的培育提供核心价值支撑,实现道德素养与心理品质的双向培育、协同提升。

(2) 智育赋能

智育作为人才培养的重要支撑,依托系统化的医学专业学习、理论与科研实践探索,能够有效锤炼医学生的逻辑思辨与理性思维能力。医学生在探索学术、钻研专业的过程中,能直面学习挑战与科研难题,不断磨砺心理承受能力与环境适应能力,涵养勇于探索、求真务实的进取精神,逐步塑造坚韧的抗挫折素养与心理韧性,为医学生积极心理品质的养成筑牢认知与能力基础。

(3) 体育强身

体育是实现身心共育、塑造健全心理品质的重要载体。部分医学生在高压的学习与实习环境中可能体验到烦躁、焦虑或职业倦怠感等负面情绪,这是需要关注的心理健康风险因素。常态化的体育运动与身体素质训练,不仅能够增强医学生身体素质,更能够持续锤炼学生坚韧不拔的意志品质,帮助学生掌握科学的情绪宣泄与自我调节方法,有效疏解学业压力与心理焦虑,消解负面心理状态,推动身体素质与心理健康协同发展,构建身心合一、良性平衡的健康状态,为医学生积极心理品质的培育夯实身心基础。

(4) 美育润心

美育作为温润心灵、涵养人文素养的关键途径,是医学生积极心理品质培育的重要依托。美育立足医学专业特质,深度融合医学人文内涵、生命美学理念与多元化艺术熏陶,打破专业学习偏重技术性的育人局限。医学生在系统性的人文美育浸润过程中,能深刻体悟生命的价值与意义,逐步培育生命敬畏感,同时有效提升个体的情绪感知、共情与情感表达能力,丰盈学生内在精神世界,助力其形成细腻包容、温暖共情的积极心理特质,实现以美育人、以情润心的育人成效。

(5) 劳育塑形

劳育是知行合一、淬炼职业素养与心理品质的重要育人载体。劳动教育具备极强的实践性与体验性,通过整合临床实训、医疗志愿服务与社会公益劳动等多元实践场景,引导医学生走出课堂、扎根实践。医学生在各类医学劳动实践中直面临床工作难题、参与团队协作服务、开展公益帮扶工作,能够有效锤炼自身抗压能力与心理韧性,深刻体悟医疗卫生行业的职业使命,逐步营造良好的团队协作意识、敢于担当的职业素养与无私利他的奉献精神,助于应对学业与职业认知方面的挑战,以及责任意识培育中可能遇到的困难。

5 五育融合赋能医学生积极心理品质培养的实践路径

医学教育兼具人文精神与专业素养培育的双重使命,医学生面临学业压力、临床实践焦虑、职业伦理困惑等多重心理挑战,积极心理品质的培育是健全医学生人格、夯实职业素养、缓解心理压力的核心举措。五育

融合立足德育、智育、体育、美育、劳育协同赋能,打破单一心理教育局限,将心理健康培育融入人才培养全链条,契合医学生成长规律与医学人才培养要求,为医学生坚韧品格、共情能力、责任意识、抗压素养等积极心理品质培育提供系统化实践路径。

5.1 德育固本:厚植医者情怀,塑造正向价值心理

德育作为五育融合体系的核心基石,是涵养医学生正向价值理念、培育健康心理品质的关键支撑。依托医德思政体系建设,通过开设“医学伦理学”“论语导读”“中国传统文化概论”“医古文鉴赏”“爱心教育”等特色课程,将生命伦理、职业操守与仁爱精神系统纳入人才培养方案。将敬佑生命、救死扶伤的医学初心与职业精神深度融入日常教育环节,引导医学生树立正确的职业认知,有效缓解职业发展困惑与价值迷茫,构建稳定的价值取向。

5.2 智育提质:融合专业培育,锤炼理性抗压素养

优化医学专业课程体系,依托解剖学、临床医学、公共卫生等核心课程,将生命教育与心理调适相关内容有机融入教学环节,以学科知识为载体渗透心理健康理念,引导医学生理性认知医学学习过程中的各类压力,建立科学、客观的压力认知体系。立足医学人才培养目标,在生理学、病理学、精神病学、预防医学等主干课程中融入生命认知、压力管理与心理调适相关内容,同步开设“医学心理学”“心理健康教育”“医学人文导论”等拓展课程,依托专业课程群构建知识与心理相融的教学体系。鼓励学生参与学科竞赛、科研立项与课题研究,在专业探究与问题解决过程中锤炼理性思维能力,逐步提升环境适应能力与抗压抗挫素养,有效缓解学业困境引发的负面情绪。助力学生逐步养成自主学习意识与自我接纳的健康心态,以智育发展协同推动医学生积极心理品质的全面养成。

5.3 体育健心:强化身心协同,构建情绪调节机制

立足医学生高强度的学业特点与身心发展规律,完善体育教育体系,丰富特色化体育课程内容,针对性开设瑜伽、团体运动、舒缓健身等轻量化运动项目,引导学生养成常态化的运动习惯,借助体育运动舒缓学业压力,缓解焦虑情绪,实现身心状态的良性调节。学校紧扣医学生身心需求,构建“传统养生+现代轻运动”特色体育课程体系,面向本科一、二年级学生开设瑜伽、健美操、健身气功(八段锦、五禽戏、导引养生功十二法)、儒医养生功等轻量化、舒缓类选修课程,同步开设篮球、足球、排球等团体运动专项班,将体医融合理念贯穿教学全过程。

5.4 以美润心,涵养平和心态,培育健康心理品质

依托医学人文美育体系建设,将人文素养培育与专业教育有机融合,开设医学美学、生命艺术、医学文学等特色课程,结合医学影像美学、生命叙事等多元内

容,深度挖掘医学领域的人文内涵与生命价值,引导学生建立深刻的生命认知,逐步培育敬畏生命、体恤万物的人文素养与情感感知能力。通过审美教育的特殊途径,促使学生树立正确的审美观,丰富感情,提高情趣,激发美的创造力。而且有助于抵制社会上流行的错误思想作风的侵蚀,增强学生的积极心理品质。美育的基本载体和形态是艺术教育(俞国良等,2023)。席勒曾指出:“感受能力的培养是时代最迫切的需要,这不仅因为它是一种改善对人生洞察力的手段,而且因为它本身就会唤起洞察力的改善(席勒,1984)”

学校依托学校驻地优秀地域文化资源和相关的医学人文特色,开设“医学美学”“医学人文概论”等医学美育课程,将心理健康教育 and 美育课程相结合,引导学生体验生命价值和医学人文温度。高校推进美育润心育人,构建“第一课堂为主、第二课堂为辅”的立体化育人体系,将医学生的审美教育与积极心理品质培养、理性平和心态的养成进行深度融合,实现以美育心。如以第一课堂为依托进行美育心理育人,开设特色美育课程体系,例如开设:“音乐鉴赏”“影视欣赏”“医学美学与美容医学”“茶文化鉴赏”、DIY手工坊、漫画艺术欣赏与创作、美术与世界、中国内地流行音乐发展简史等通识美育必修与选修课程,通过品读古典诗词、赏析经典音乐文学作品,舒缓医学生繁重的学业压力,涵养平和的心境,培养温柔包容、沉稳专注的心理品质。

以第二课堂为牵引,依托专业特色开设相关的美育实践活动,如校园风光摄影大赛,短视频大赛、绘图大赛、衍纸艺术和人体结构设计大赛、“医学生合唱节”等常态化美育活动。让学生走出实验室和课堂,沉浸式体验美,缓解实验和课程学习的压力,养成积极乐观、平和的心理状态。高雅艺术进校园“古谱传韵 诗育儒医”诗歌讲唱会、话剧展演、合唱沙龙、书画艺术展等系列品牌活动,引入经典话剧、民族音乐、古典诗词艺术等优质美育资源;常态化开展宿舍文化节、寝室美化大赛、班级文化建设等生活化美育活动,丰富医学生课余时间、消解学业压力,增进同学互助协作,融洽人际关系减少人际矛盾引发的心理困扰,帮助学生持续维持稳定的情绪和平和的心理,培养具有人文情怀和积极的心理品质。

5.5 以劳健心

“以劳健心”是我国学生心理健康发展形势下的必然选择,也是现行教育体系中的内在要义。在劳动教育方面,充分结合学校专业特色,为医学生提供了丰富的实践机会,使他们能够在劳动中锻炼自我、提升技能,并体验成功的喜悦。开设《医学生劳动教育》必修课和选修课,同时开展日常生活劳动中,如校园劳动、宿舍劳动;依托专业进行实践训练、见习、实验室科研和实践劳动等活动。结合专业开展实训实操、学科实践、科研劳作、行业顶岗劳动,将专业学习融入劳动过

程。依托科研创新劳动、学科竞赛劳动,激发探索欲与成就感,树立正向自我认知。依托“第二课堂”进行社区志愿服务、敬老助残等青年志愿者活动和返乡社会实践。

以劳润心、以劳塑品、以劳励志,通过系统化劳动教育,全面提升医学生心理韧性、情绪调控能力、社会适应能力,培育健全人格,实现劳动育人与积极心理品质培育同频同步,助力青年学生身心健康全面发展。

6 结语

医学生既有医学生当前发展阶段的普遍心理特点,也有因职业教育属性而面临独特的心理挑战。研究表明,医学生在学业与生涯发展、自我意识发展、人际交往改善及情绪调节等方面有显著需求。五育融合的教育实践不仅能够回应学生的心理需求,更能有效涵养其心理品质。五育融合并非德育、智育、体育、美育、劳动教育五种教育形态的简单叠加和拼凑,而是在跨学科学习方式、课程建设、教学内容选择、教学方法运用及评价等多维度的相互渗透、协同促进与有机统一。五育也并非孤立地、单一地作用于某一特定心理品质,而是通过各自独特的育人功能以及彼此间的协同,共同塑造与提升医学生积极心理品质,为其职业生涯与终身发展筑牢心理基础。

参考文献

- [1] 刘惠娟,黄强.(2021).积极心理学视角下的高职心理健康教育课程建设.《教育与职业》,104(9),99-103.
- [2] 孙冬雪.(2021).浅谈积极心理学的发展与应用价值.《心理月刊》,16(16),214-215.
- [3] 张薇,李玲,古丽加那提·吾买尔,等.(2023).积极心理学视角下孕妇抑郁症状的影响因素研究.《现代预防医学》,50(1),97-102.
- [4] 刘军,张赫珈.(2024).思想政治教育视域下医学生积极心理品质培育路径研究.《职业教育论坛》,23(20),74-77.
- [5] 孟万金,官群.(2009).中国医学生积极心理品质质量表编制报告.《中国特殊教育》,16(8),71-77.
- [6] 中华人民共和国教育部.(2018-12-05).庆祝改革开放40周年教育改革纪事·素质教育探寻素质教育的真.取自 www.moe.gov.cn/jyb_xwfb/moe_2082/zl_2018n/2018_zl89/201812/t20181205.
- [7] 中共中央,国务院.(2016-10-25).《“健康中国2030”规划纲要》[EB/OL].取自 <https://www.xinhuanet.com/politics/2016-10/25>.
- [8] 中共教育部党组.(2017-12-06).中共教育部党组关于印发《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》的通知.取自 <http://www.moe.gov.cn/srsite/A12/s7060/201712/t20171206>.

- [9] 教育部等十七部门. (2023). 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)(教体艺〔2023〕1号). 取自 <https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/202305>.
- [10] 教育部办公厅. (2025). 教育部办公厅关于印发《进一步加强中小学生心理健康工作十条措施》的通知. 取自 <http://www.moe.gov.cn/srcsite/A06/s3325/202510/t2025>.
- [11] 国家卫生健康委员会等. (2026). 关于印发健全社会心理服务体系 and 危机干预机制实施方案的通知 (国卫医政发〔2026〕8号). 取自 <https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/202604>.
- [12] 中共中央, 国务院. (2024). 教育强国建设规划纲要 (2024—2035年). 取https://www.gov.cn/gongbao/2025/issue_11846/202502/.
- [13] 俞国良, 靳娟娟. (2022). 心理健康教育与“五育”关系探析. *教育研究*, 43(1), 136–145.
- [14] 席勒. (1984). *美育书简*(p. 61). 中国文联出版公司.

Research on the Path of Empowering Medical Students with Positive Psychological Quality through the Integration of “Five Education”

Yan Yingchun¹ Liu Linlin¹ Guan Siyuan² Qiang Jing¹ Li Na¹ Zhang Min¹
Fu Yangyang¹ Su Wei¹

1. School of Mental Health, Jining Medical University, Jining;

2 Clinical Medicine College of Jining Medical University, Jining

Abstract: The integration of the five educations is an innovative approach to cultivating positive psychological qualities in medical students, breaking through the single model of traditional mental health education. Through moral education to shape character, intellectual education to inspire thought, physical education to strengthen will, aesthetic education to nurture emotions, and labor education to foster practice, it empowers the psychological growth of medical students in a comprehensive and multi-level manner. By grounding in the objectives of medical talent cultivation and continuously deepening the implementation of the five education integration, it can effectively cultivate positive psychological qualities such as resilience, empathy, responsibility, and optimism in medical students, helping them grow into new-era healthcare professionals who are mentally and physically healthy, skilled in both virtue and expertise, and compassionate in heart.

Key words: Integration of Five Educations; Positive Psychological Traits; medical student