

花艺生活育心载道的融合路径探析

李丽^{1,2} 刘晓梦^{1,2} 张娜^{1,2} 饶申^{1,2}

1. 武汉轻工大学硒科学与工程现代产业学院, 中国·湖北 武汉 430023

2. 国家富硒农产品加工技术研发专业中心, 中国·湖北 武汉 430023

摘要: 针对当代大学生普遍面临的心理压力与价值观困境, 本研究立足课程思政视域, 以“花艺生活”通识课为载体, 探索美育与思政教育深度融合、协同育人的创新路径。构建了包含分层教学目标(知识、能力、心理调适、价值观)与阶段化教学设计(认知与联结、技法与表达、生活与升华)的“以美育心·以艺载道”教学模式, 并突出其“生活化”特征。实证研究结果表明, 该模式有效缓解学生焦虑、提升专注力与幸福感, 并在尊重生命、劳动精神、文化自信等价值观塑造上取得了显著成效, 为思政美育融合提供了一套可推广的创新实践方案。

关键词: 课程思政; 美育融合; 心理调适; 价值观塑造; 花艺生活; 分层教学

Analysis on the Fusion Path of Cultivating Mind and Carrying Tao in Floriculture Life

Li Li^{1,2}, Liu Xiaomeng^{1,2}, Zhang Na^{1,2}, Rao Shen^{1,2}

1. Wuhan University of Light Industry Selenium Science and Engineering Modern Industry College, China Hubei Wuhan 430023

2. National Fuxi Agricultural Products Processing Technology Research and Development Professional Center, China Hubei Wuhan 430023

Abstract: In view of the psychological pressure and value dilemma that contemporary college students generally face, this study, based on the perspective of curriculum ideological and political education, takes the general course of "Floriculture Life" as the carrier to explore the innovative path of deep integration and collaborative education of aesthetic education and ideological and political education. This paper constructs a teaching mode of "taking aesthetic education as the heart and art as the way", which includes hierarchical teaching objectives (knowledge, ability, psychological adjustment and values) and staged teaching design (cognition and connection, techniques and expression, life and sublimation), and highlights its "life-oriented" characteristics. The empirical research results show that this model can effectively alleviate students' anxiety, improve their concentration and happiness, and has achieved remarkable results in shaping values such as respect for life, labor spirit and cultural self-confidence, which provides a set of innovative practical schemes for the integration of ideological, political and aesthetic education.

Keywords: Ideological and political course; Aesthetic education integration; Psychological adjustment; Shaping values; Floriculture life; Hierarchical teaching

0 引言

当代大学生面临学业竞争、就业压力及社交适应等多重挑战, 焦虑、抑郁等心理问题凸显, 价值观呈现碎片化、功利化倾向^[1,2]。对此, 党中央高度重视思政教育与美育工作: 2020 年《高等学校课程思政建设指导纲要》要求“价值塑造、知识传授、能力培养三者融为一体”; 2023 年美育浸润行动强调“将美育融入教育教学各环节”; 2021 年教育部文件(教思政厅函〔2021〕10 号)明确提出培育学生积极心理品质。因此, 亟需通过美育浸润全面提升学生

心理调适能力与人文素养。

然而当前美育课程存在三大短板: 课程定位割裂弱化思政协同性, 灌输式教学制约情感浸润, 隐性育人功能未充分激活。而美育与课程思政若深度融合, 既能拓展思政教育的载体与路径, 更能通过艺术表达增强教育的亲和力与实效性^[3]。花艺生活课程以植物为媒介, 融合美学与民族文化, 将宏大的价值观转化为可感知的生活美学实践, 其“生活化思政美育”特性为构建“心理调适—价值观塑造”双效合一模式提供理想载体。

表 “花艺生活” 课程分层教学目标、实施策略与评估方式

分层维度	核心目标	实施策略	评估方式
知识层	技法与文化认知	• 3大核心花型（直立/倾斜/平铺）+3类文化花材（梅兰竹）记忆法教学 • “花材盲盒” 游戏化任务强化认知	图像识别测试（10秒辨别花材并阐释文化寓意）
能力层	创作/审美/协作能力	• 分阶训练（剑山→非遗撒技法） • 商业花礼vs传统插花的美学差异 • 10元预算花礼挑战	• Rubric量表（技术50%+创意50%） • 完成审美偏好分析报告 • 解决方案路演
心理层	专注力/情绪疏导/效能感	• 90分钟“心流时段” 主题创作（禁用手机） • 21天鲜花守护计划	• PANAS量表差值 • 徽章认证（铜/银/金）
价值观层	生命观/工匠精神/文化自信	• 凋谢花材创作生命主题 • 百次“一枝定乾坤” 训练	• 反思报告文本分析 • 过程录像微表情分析（烦躁→平静变化）

本研究立足课程思政视域，以花艺生活为创新载体，探索缓解心理压力、抵御价值观异化的教学路径，构建“以美育心·以艺载道”育人范式，为破解思政教育与美育“两张皮”问题提供实证方案。

1 花艺生活的双重育人功能

园艺疗法通过植物互动促进身心健康，花艺（插花、微景观创作）作为其重要形式，已被证实对心理干预具有显著效果^[4]。花艺凭借生命性、即时性、文化性三大特质（区别于绘画、音乐等艺术形式），能直接作用于学生的心理调适与价值观塑造。

1.1 生命体验强化心理韧性

学生通过观察植物生长及修剪等过程，直观感知生命的律动与内在韧性。这种具身体验激发对生命的敬畏与热爱，深化自我认同感，同时从植物生命力量中汲取抗压能力，通过作品创作表达“生命顽强与美好”的积极人生态度^[5]。

1.2 即时创作触发心流疗愈

短期创作（如 30 分钟主题插花）的即时成就反馈可显著缓解焦虑，提升积极情绪水平与自我评价。操作中通过触觉体验（剪枝、摆弄花材）与沉浸式心流状态（Flow），可实现深度心理放松，降低抑郁水平，减少紧张情绪，提升专注力，重构学习与生活的节奏平衡。

1.3 文化浸润引导价值内化

花艺具有装饰性。将花艺融入生活，可提升学生审美情趣与幸福感，催化“发现美—欣赏美—创造美”的素养养成。此外，中国花道“天人合一”“和谐共生”的哲学理念（如多而不乱的花材排布）^[6]，可引导学生理解生命轮回与生态共生的自然观，体悟协调与秩序之美，并通过传统技艺实践强化民族认同，增强文化自信。

2 “花艺生活” 课程美育思政新模式的教学实践设计

2.1 课程定位与教学目标

《花艺生活》通识课融合美学、心理学与思政教育，通过花艺实践将社会主义核心价值观具象化，构建“生活化思政美育”体系，实现“以美育心·以艺载道”目标。

2.2 课程分层教学目标及实施路径

该课程主要从四个维度设置教学目标（如上表）。具体如下：①知识层：掌握花艺技法并与文化生活关联；②能力层：提升创作、审美、协作及解决问题的能力；③心理层：增强专注力、情绪疏导与幸福感；④价值观层：内化生命观、工匠精神及文化自信等。

2.3 课程的教学环节与教学设计

课程遵循“认知→实践→创新”逻辑，依托下图“美育认知—心理调适—价值内化”螺旋模型，分三阶段推进：

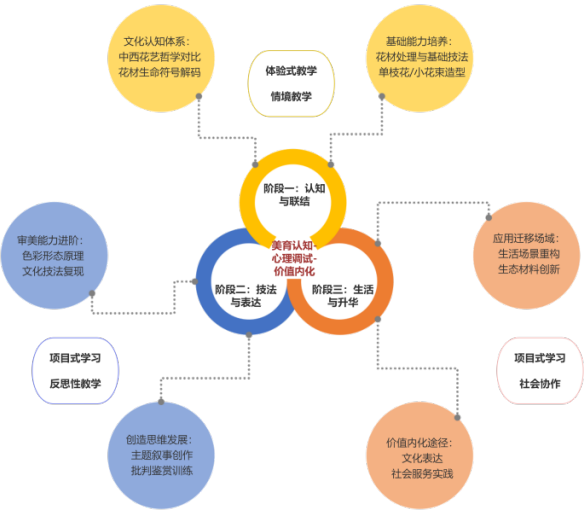


图 “美育认知—心理调适—价值内化” 三阶段螺旋式教学设计模型

第一阶段：认知与联结阶段（美育认知奠基）。通过

跨文化对比解析中西方花艺哲学（如“天人合一”自然观 vs 几何秩序美学），结合经典作品可视化呈现，奠定文化认知基础；同步设计“盲盒识花”多感官游戏（触/嗅/视辨识花材）与单枝情感造型表达，激发学习内驱力并融入生命教育。

第二阶段：技法与表达阶段（心理调适赋能）。重点通过项目式学习深化能力：①开展分层技法训练（从剑山基础到非遗撒技法），匹配主题创作任务（“心情之花”疏导情绪、“家乡记忆”融入地域文化）；②利用反思性讨论引导小组分享创作心理体验，并借助短视频记录+文化解读强化数字媒体表达能力，实现技法进阶与文化内化的双向促进。

第三阶段：生活与升华阶段（价值内化践行）。推动技艺向生活方式转化：一方面引导学生将花艺植入真实场景（宿舍微景观改造、书桌美学应用），培养生活创新能力；另一方面组织社会服务实践（心理咨询中心花艺布置、成立“解压花艺工作坊”），通过创作自然材料情绪疗愈装置，深化“以艺疗心”的社会效能，最终达成价值迁移与思政内化目标。

3 “花艺生活”课程美育思政新模式的教学实施效果

美育类通识课课程思政的有效性可以从学生心理层面、价值观层面和行为层面反映出来。通过深度访谈、学生创作手记/反思报告分析、课堂观察记录以及作品分析等方式，调查了武汉轻工大学 2023 级、2024 级不同专业选课学生（包括理工科和文科共计 250 余名）的课程教学实施效果，研究清晰地观测到学生在课程学习过程中发生了多方面的积极转变。在心理层面，学生普遍报告焦虑水平与压力感知显著降低，情绪趋于稳定平和，专注力显著提升，获得了成就感和自信心，生活愉悦感与意义感也得到有效提升。例如，学生在基础技法的反复练习中培养了耐心、细致、精益求精的态度；在“心流时段”的 90 分钟内主动放下手机进行主题创作，有效提升了专注力；他们描绘动物卡通图案并进行压花作品展示、利用干燥花进行创意风铃的制作、利用废弃的“茶颜悦色饮料杯”插作具有东方韵味的花艺作品时，体会到了动手创造的乐趣与价值，增强了自我认同感和创新意识。在价值观层面，学生

审美品位趋向高雅化、健康化发展，对生命价值、人与自然关系的理解更为深刻，环保意识更强，同时对中国传统文化的兴趣和认同感也增加了，合作意愿与分享精神显著增强，对挫折的接纳度和应对能力也有所提高。在行为层面，学生更愿意动手美化生活空间，他们用手机记录“宿舍空间改造”前后的环境变化和自我情绪的变化，通过主动营造美学氛围进行自我状态调适，更好地投入到其他学习和生活中。

4 结语

“花艺生活”课程作为思政视域下美育的创新实践，依托生活化情境与深度体验式学习，有效培育了当代大学生的积极心理品质（显著缓解压力、提升心理弹性、增强主观幸福感），并潜移默化地引导其内化了符合时代精神的价值观（尊重生命、热爱劳动、崇尚美好、文化自信、和谐共生、勇于创新、善于合作），成功验证了“以美育人、以美化人、以美培元”理念指导下的有效实践路径，为高校美育与思政深度融合提供了可借鉴的范式。

参考文献：

- [1] 李楚云. 当代大学生的心理问题及健康水平提升研究[J]. 教育进展, 2025,15(5):659-665.
 - [2] 黄颖, 王思婷, 陆菊林等. 突发公共卫生事件下大学生焦虑现状调查——以广西壮族自治区在校大学生为例[J]. 中西医结合护理, 2024,10(3):193-198.
 - [3] 曹丹. 高校美育与大学生思政教育的融合创新[N]. 中国文化报, 2025-5-30(007).
 - [4] 章志琴, 吴抒玲, 刘薇等. 插花和微景观创作两项园艺活动对大学生心理健康的影响[J]. 上饶师范学院学报, 2022,42(3):52-60.
 - [5] 李永玲, 桂枝, 厉枫. 园艺疗法在大学生积极心理品质提升中的应用[J]. 心理学进展, 2021,11(9):2138-2143.
 - [6] 许文龙. 跨学科视角下的高等教育美育课程探索：现代花艺设计与赏析课程案例研究[J]. 教育教学, 2024, 14(6):22-24.
- 基金项目：武汉轻工大学教学研究项目“课程思政视域下以美育通识课《花艺生活》为载体的混合式教学模式研究”（编号：XM2025019）。