

编者按:
今年全国两会期间,全国政协委员、浙江财经大学副校长郑亚莉提交了“关于打造全生命周期幸福教育体系”的提案,提出以大中小幼教育一体化为抓手,打造全生命周期幸福教育体系,让学生幸福成长。本报刊发了郑亚莉的观点,获得广大读者的共鸣。为此,本期我们约请专家学者进行更深入的研讨——

推进幸福教育 共建幸福校园



扫一扫,关注“浙江教育报 前沿观察”
微信公众号,了解教育前沿观点

什么是幸福?怎样在学生 学习阶段培养幸福体验,并为他们的人生未来奠定幸福基础?学生的幸福感不仅影响其当下的学习状态,更关乎其社会适应能力和终身发展。创建幸福校园、提供优质教育是每个基层教育工作者的初心和使命。

●主持人:首先,请大家谈谈什么是幸福,你理解的幸福教育是什么?

贺武华:古今中外,“幸福”就是教育的题中应有之义。孔子的“知者乐水,仁者乐山”与幸福教育有关;亚里士多德说幸福是“人类的善”,侧重德育;边沁和密尔认为,行为正确与增进幸福倾向成正比,这对养成教育颇具启示。此外,诸多哲学家、教育学家、心理学家针对幸福是什么、教育如何使人幸福等问题提出了系列论点学说。马克思关于“人的全面发展学说”以及马克思主义致力于实现的“每个人的自由发展”理想,则从根本上道出了幸福教育的本真追求。

李晓娟:我曾经问过学生们一个问题——幸福是什么?从学生们

的回答中,我提炼出了自由感、活力和希望这3个关键词。自由感并非任性妄为,而是在理解边界的前提下,拥有探索世界与自我的空间,拥有按照自己的价值取向选择人生道路的权利和能力。活力源自对世界的好奇与探索欲,是挑战未知和困难的勇气与力量。希望则意味着相信自己的努力会有回报,相信明天会比今天更好,相信自己能够创造有意义的未来。这3种幸福元素相互交织、相互滋养。

李佳慧:从心理学的角度来看,幸福是一种复杂的心理状态,是个体对自己生活整体的满意度和积极的情感体验。我认为,幸福的关键

因素在于:良好的人际关系,例如亲密的家人和朋友,能为我们提供情感支持和归属感;乐观的心态与积极的思维方式,有助于我们更好地应对生活中的不确定性;健康的身体与良好的心理状态,能够让我们更好地应对和解决生活中的问题,直接影响我们的幸福体验。

孙婕:幸福是一种因人而异的感受。我认为幸福有3个关键词:自主、满足、胜任。自主,即能有丰富和完整的心灵,能自由地支配时间和空间。满足,即内心需求能够得到一定的满足。胜任,即能有匹配的知识、能力、技能去胜任特定的任务或工作。

●主持人:目前,有不少学生无法感知到幸福,你认为主要原因是什么?

李晓娟:学生们的不幸福,往往源于自由感的被剥夺。这种剥夺可能表现为教育者的过度控制、过度保护或过高的要求,也可能表现为个体不得不屈从于某种单一的价值评价体系的无奈。当一个学生内心的声音被忽略、真实的情绪情感被压抑,他们对世界的感知触角就难以健康生长。如果体会不到发自内心的快乐,找不到真正的自我,学生们就很难体验到持久的幸福感。

孙婕:原因有很多,比如内心需求得不到满足或者负面情绪不能很好地释放,还有一个很重要的原因是家长的期待值跟学生的实际能力不匹配造成的压力和内卷,严重影响到亲子关系。

童永圣:学生的幸福,本质上是

被看见、被信任、被赋予力量。过度的控制、单一的评价、被忽视的情感需求等就是阻碍他们感受幸福的围墙。作为学校管理者,最有力的行动不是“为学生创造幸福”,而是拆除阻碍学生感受幸福的围墙。当学校成为一个让学生敢于尝试、不怕失败、自由生长的地方时,幸福自然会成为教育的副产品。

●主持人:有研究表明,幸福是一种能力,是可以学习的。为了让学生感受幸福,创造幸福,学校应该教给学生什么?幸福教育又该如何实践?

贺武华:教育要为学生提供丰富多样的经验世界,要创造感知、体验、对比、分享幸福的环境和机会。学校要让学生从小关注幸福、体验幸福、思考幸福,进而创造幸福。

有一种能力,被称为“幸福力”,体现在对幸福的认知力、汲取力、共情力、分享力、迁移力、创造力等方面。故此,幸福需要教育(培养),这就有了幸福教育。我一直主张,幸福是人一辈子要学习的课程,大中小幼各学段要循序渐进提供这方面的课程和活动。正如同“活到老,学到老”一样,“活到老,也要幸福成长到老”,直至“幸福地老去”。

李佳慧:我认为,幸福教育是需要融入到家庭教育和学校教育中的,家长和老师都可以在潜移默化

中帮助学生理解和感悟幸福、追求并获得幸福。幸福教育的关键在于对学生秉持积极的信念,相信他们的潜力、相信他们在遇到困难时可以通过努力跨越障碍并收获成长,以积极的信念陪伴学生享受快乐、经历挫折、韧性成长。

李晓娟:在某种程度上,幸福确实可以教与学。情绪调节的能力、人际交往的技巧等都与幸福能力密切相关,这些也是我们应该教给学生的。但我认为,对学生而言,最根本的是:家庭、学校与社会能够共同创造一个鼓励尝试、包容失败的环境,能够用多元的视角帮助学生发现自身独有的价值,鼓励学生探寻真正适合自身成长的路径。通过这样的方式,帮助学生牢固树立这样的信念:失败只是成长过程中的宝

●主持人:对于构建幸福校园,您有什么建议?

郑亚莉:今年全国两会期间,我提交了“关于打造全生命周期幸福教育体系”的提案。我觉得,要倡导以大中小幼教育一体化为抓手,通过建立学生幸福成长档案、教师幸福力提升计划等方式,给学生提供一个有幸福感的教学环境,让学生幸福成长。我的初衷很简单,就是想要社会中的每一个人都能感受到幸福。幸福不仅是个人的事,也是社会的事。幸福教育不仅是一种教育模式,更是一种教育文化、教育理念。因此我认为,让更多人通过幸福教育感受幸福,是件很有意义的事情,要让更多人发自内心的地来参与。

李晓娟:学校可以为提升学生的幸福感做很多富有成效的工作,比如改善校园环境、革新教育理念等。这至少能让学生在某些时刻、某些情境中拥有幸福的感觉。但影响学生幸福感的因素是多元的,况且学校教育也难以完全避免社会价值评价体系的裹挟,因此个体幸福感的构建仅靠学校的力量远远不够,家庭、学校与社会协同才是最理想的状态。

江志明:让学生站在教育的正中央,“让每个生命蓬勃绽放”的幸福教育理念,始终是钱塘区打造幸福教育的指南。近年来,钱塘区教育局深入推进“钱塘优学”三年行动,高举幸福教育大旗,引领钱塘

师生幸福成长。我们以“大思政”为统领,成立“红潮”区校思政联盟,积极推进大中小学思政教育一体化建设,扣好钱塘学子“人生第一粒扣子”。以“大健康”为主线,抓实“365 健康跑”“亮眼控肥”“舒心躺睡”等特色活动,推广课间 15 分钟,落实“健康第一”教育理念,赋能学生健康成长。以“大美育”“大实践”为载体,实施“钱塘印记·美丽校园”建设行动,强化学校美育主阵地作用,提高钱塘学子审美和人文素养。深度挖掘钱塘高教园、围垦文化、江海滩涂、先进制造业等优势资源,建设青少年素质教育基地集群,打造具有钱塘辨识度的实践育人课程体系。

陈立剑:杭州市东城外国语实验学校通过“幸福四园”建设来提升师生幸福感。学校通过“生态乐园”建设使校园变成花园、果园、动物园。学校通过校园围墙爬藤月季的种植打造网红景点,通过校园小景的建设塑造花园效果;通过几百棵桃、梨等树的种植,让师生在花香、果香里不断成长;通过让学生和动物一起跑步、课间喂孔雀等活动链接人与自然的关 系,达到治愈心灵的效果。另外,学校还通过省级博物馆提供的资源为核心的“文化圣园”建设、师生优良环境的“温馨家园”“智慧校园”建设,努力打造幸福

前沿观察 会客厅

- 嘉宾:
- 郑亚莉 全国政协委员、浙江财经大学副校长
 - 贺武华 浙江财经大学教务处处长、马克思主义学院院长
 - 李晓娟 浙江财经大学心理健康教育中心主任
 - 李佳慧 浙江财经大学副教授
 - 江志明 杭州市钱塘区教育局副局长
 - 童永圣 杭州电子科技大学附属中学党总支书记
 - 陈立剑 杭州市东城外国语实验学校党支部书记、校长
 - 孙 婕 浙江师范大学附属杭州笕桥实验中学党支部书记、副校长
 - 孙婷婷 杭州市钱塘区云帆幼儿园园长

主持人:言 宏



□杭州市钱塘区幸福河小学
党支部书记、校长 周 虹

青少年阶段是个体身心发展的关键期,其健康素养是实现幸福教育的基石。因此,幸福教育的首要目的就是使人健康。杭州市钱塘区幸福河小学秉承自然主义教育哲学理念,通过构建环境、活动、课程、评价四大体系,追求健康的身心状态、健康的生活态度与健康的生活习惯,让每一个学生都健康成长,走出一条幸福健康之路。

一、创设支持每一个学生健康成长的环境场

学校认为,“玩出来的健康”和“说出来的快乐”很重要,所以创设多元开放的活力场景,让学生自主自然生长;构造友善包容的人文环境,让学生自由自信表达。学校以“玩出来的健康”为核心,系统设计“一站三圈N廊”开放式场域,促进学生身体健康、精神愉悦,帮助其活泼泼地成长。“一站”指“一米空间站”,是集多元开放的学习平台、自然趣味的生活场景于一体的学生活动区,帮助学生释放心理压力、建立积极情绪。“三圈”是指围绕“童玩”“国学”“科创”特色形成的非正式学习圈。安全和谐的人文环境会给予学生积极的社交支持,而社交支持决定着学生健康的起点与习惯。在课堂上,借助研习共同体,鼓励学生亮出观点、提出质疑、说出心声。在课堂外,给予学生倾诉、自由表达的机会,畅通学生参与学校管理的渠道,如躺睡公约、活动公约均来自学生的本真表达。

二、开发提升每一个学生健康成长的活动圈

活动是学生成长过程中不可或缺的一部分。学校系统构建包含节日纪念日活动、仪式教育活动、校园节会活动、团队社团活动在内的“幸福久久”活动体系。“幸福久久”活动体系以体验、实践为活动的主要形式。其中,节日纪念日活动以中华传统节日为主;仪式教育活动以“四大仪式”(入学仪式、入队仪式、成长仪式和毕业仪式)为主;校园节会活动以惊喜开学日为主;团队社团活动以梦想学科节为主。不同活动有不同的侧重点,发展学生不同素养。

三、建构看见每一个学生健康需求的课程群

学校在幸福教育核心理念体系下科学架构整体性、个性化、多样化的健康课程图谱,让每个学生都能在学习时找到幸福感。比如,基于睡眠健康的躺睡课程:学校安排每天中午 40 分钟时间为躺睡课程,充分利用图书馆、教室、体育馆等场地,探索形成以“空间全利用、时间全整合、环境全优化”为主策略的躺睡十法,通过自主选择躺睡方式、师生共建躺睡制度、躺睡项目课程学习等系列举措,让学生在校园里实现幸福躺睡。

四、实施促进每一个学生健康成长的评价链

着力生长、关注每个人的当下生活和未来发展的评价,应是以诊断为基础、激励为方式、增值为目标的。基于此,让每一个学生的闪光点都被看见成为可能。学校以德智体美劳“五育”对标品德、学业、身心、艺术、劳动五大素养,构建指向学生健康成长的“五彩锦鲤”学生综合评价体系,努力实现从育分到育人的转变,实现从追求最好到追求更好的转变。学校着力让评价赋能每个学生的健康成长,赋能综合素养的提升。如评价内容从偏重学科成绩向注重德智体美劳全面发展转变,评价导向由偏重“评选甄别”向注重“过关激励”转变,评价主体由学校单一主体向家校社多元主体转变。

实现从好到更好的转变

幸福教育理念下的学生健康教育新路径