

中职生心理健康教育与思想引导协同育人机制构建

张佳欢

河北省交通职业技术学校，河北石家庄，050000；

摘要：中职阶段是学生价值观逐步塑造的关键阶段，同时也是其心理状态走向成熟的重要时期。心理健康教育能够为思想引导工作的开展筑牢心理层面的基础，思想引导则可以为心理健康教育的推进明确价值层面的方向。二者形成协同效应，是提升整体育人工作实际效果的重要实现路径。文章从心理健康教育与思想引导协同育人的核心内涵切入，系统分析当前二者在协同过程中存在的衔接断层、目标脱节、路径单一等突出问题，在此基础上，进一步从目标设定、内容设计、路径拓展三个核心维度，详细提出构建二者协同育人机制的具体实施策略，最终目的在于推动心理健康教育与思想引导实现深度融合，为中职生的全面健康成长提供有力支撑。

关键词：中职生；心理健康教育；思想引导；协同育人机制

DOI：10.64216/3080-1494.26.03.015

引言

中职生这一群体，正处于自身身体与心理发展均较为特殊的阶段。在这一阶段，他们既要承受专业知识学习所带来的任务压力，也要应对技能水平提升过程中遇到的各类挑战。与此同时，他们还需要处理自我认知构建过程中的困惑、人际关系交往中的矛盾，以及面对未来职业规划时产生的迷茫。心理健康教育的核心价值，在于培养学生的情绪调节能力，帮助学生掌握科学的压力应对方法；思想引导的关键作用，则体现在影响学生正确价值观的树立，助力学生形成积极向上的职业观。二者并非彼此孤立、互不关联的育人环节，而是存在内在逻辑关联、能够相互支撑、相互促进的有机整体。当前，在部分中职院校的育人工作推进过程中，存在将二者割裂开来、各自推进的情况，这种情况直接导致育人工作的整体效果未能得到充分发挥。基于此，构建一套兼具科学性与高效性的协同育人机制，成为当前中职院校育人工作中亟待解决的重要课题。

1 中职生心理健康教育与思想引导协同育人的核心内涵

1.1 二者协同的内在逻辑

从育人工作的内在关联来看，心理健康教育可被视为思想引导工作开展的“基础工程”。对于学生而言，只有具备稳定的情绪状态，拥有健康的心理心态，才能够以更开放、更接纳的态度，去理解和接受思想引导过程中所传递的价值理念。同时，这也能有效避免学生因自身存在的心理问题，而对思想层面的认知塑造产生抵

触情绪。另一方面，思想引导则扮演着心理健康教育“方向舵”的角色。当学生拥有了明确的价值追求，便能够以此为依托，建立起积极正向的心理认知体系。在面对生活与学习中的挫折、成长过程中的各类困惑时，学生也能够凭借正确的价值观念，主动调节自身心态，从而减少消极心理的产生与蔓延。二者之间相互渗透、彼此补充，共同服务于中职生“身心健康发展+价值观念端正”这一核心育人目标。

1.2 协同育人的核心目标

中职生心理健康教育与思想引导的协同育人，其核心目标并非局限于单一提升学生某一项能力，而是致力于实现学生“心理素养”与“思想素养”的同步提升、协同发展。从其中一个维度来看，通过二者的协同配合，能够让心理健康教育的开展更具明确的价值导向，避免在教育过程中仅将重点放在学生的情绪疏导上，而忽视了对学生价值观念的引领与塑造。从另一个维度来看，二者的协同也能让思想引导工作更贴合学生的实际心理需求，避免在引导过程中脱离学生的心理发展实际，陷入空洞说教的困境。最终，通过二者的协同作用，帮助学生逐步形成健康、健全的心理品质，引导学生树立符合社会发展需求与自身成长定位的职业观与价值观，为学生未来的职业发展道路铺就坚实基础，也为学生长远的人生成长提供有力保障。

2 中职生心理健康教育与思想引导协同育人的现存问题

2.1 目标衔接断层，缺乏统一规划

在当前部分中职院校的育人工作实践中,心理健康教育与思想引导的目标设定,往往处于相互独立、缺乏关联的状态。具体而言,心理健康教育的目标设定,多将重心聚焦于学生日常情绪问题的解决,以及学生人际关系矛盾的化解,以此帮助学生维持基本的心理稳定。而思想引导的目标设定,则更多侧重于向学生传递正确的价值观,向学生普及职业道德相关知识,引导学生形成良好的职业素养。二者在目标设定上,并未形成一套统一、完整的育人目标体系。这种目标层面的衔接断层,直接导致育人工作出现“各管一摊、互不联动”的局面:心理健康教育难以在自身开展过程中,自然融入价值引导的相关内容;思想引导也无法根据学生的实际心理需求,及时调整自身的引导方向与方式。最终,二者无法形成育人工作的合力,影响了整体育人效果的提升。

2.2 内容融合不足,存在脱节现象

在育人内容的设计环节,心理健康教育与思想引导同样存在融合不足的问题,二者之间的脱节现象较为明显。其中,心理健康教育的内容设计,多围绕课本知识的普及展开,同时会向学生传授实用的心理疏导技巧,帮助学生应对常见的心理问题。但教学方式仍以教师讲授为主,教课实施过程中学生较少开展有效实践活动。这种单向的知识传授方式难以激发学生的兴趣和参与度,缺乏模拟或真实情境演练,导致学生实际操作能力难以得到有效培养。在实施问卷调查等活动中,隐秘性与匿名性方面让结果和现实存在较大差异。学生在参与话题讨论、发表观点时往往心存顾虑、有所保留,在内容推进过程中,我们也往往忽视了学生在接受这些思想内容时的实际心理状态,也未能充分考虑学生对内容的接受程度。更为关键的是,思想引导内容设计时,没有针对学生在理解思想内容过程中可能出现的认知偏差、在接受引导时可能产生的心理抵触等问题,设计相应的应对内容与引导方案。这种内容层面的脱节,使得二者无法为彼此的推进提供支撑与补充,进而降低了育人内容对学生的针对性,也削弱了育人内容的实际实施效果^[1]。

2.3 实施路径单一,协同渠道有限

在中职阶段的教材设计上,尽管已经开设《心理健康与职业生涯》模块作为一个学期的授课内容,将心理健康教育内容系统性融入思政教学范畴,对比原来的高中阶段把心理健康部分列为选修已经有很大提升,但课

堂内外未能形成有效衔接,既未围绕中职工生成长需求设计共同的教学主题,形成主题层面的协同呼应,也未实施开展设置联动的教学环节,实现教学过程的相互衔接与补充,课程间的协同效应未能有效发挥。除课堂教学场景外,在课外育人环节,心理健康教育与思想引导的协同存在明显不足,未能形成有效的配合机制。学校的心理咨询室形同虚设,极少同学通过此途径去寻求帮助解决困惑,学生多为被动进行心理疏导,规模较小覆盖范围与影响力度相对有限。任课老师在完成教学任务之余,鲜少组织心理实践活动或参与学校心理健康活动,任课教师难以了解学生课堂以外的真实情况,学生也缺乏将课堂上所学知识和方法运用于实践的锻炼机会。思想引导的课外推进方式,则多集中于班级层面的主题班会组织、校园层面的专题讲座开展等固定形式,活动形式与内容的创新性不足^[2]。

3 中职生心理健康教育与思想引导协同育人机制的构建策略

3.1 明确协同目标,搭建统一目标体系

构建协同育人机制,首要任务是明确二者的协同目标,以中职工生不同阶段的成长需求为核心导向,搭建起“心理素养提升+思想观念塑造”双维度并行的协同目标体系。在这一统一的总目标框架之下,还需要结合中职工生不同年级的成长特点,进一步分解形成阶段性的子目标。对于低年级中职工生而言,阶段性子目标应聚焦于“自我认知构建+规则意识培养”。在这一目标下,将心理健康教育中“自我探索、自我认知”相关内容,与思想引导中“校纪校规解读、职业礼仪培养”相关内容进行有机结合,以此帮助低年级学生快速适应中职校园的学习节奏与生活模式。对于高年级中职工生而言,阶段性子目标则需聚焦于“压力应对能力提升+职业担当意识培养”。在此目标指引下,把心理健康教育中“职业压力识别、职业压力调节”相关内容,与思想引导中“职业道德深化、责任意识强化”相关内容进行深度融合,助力高年级学生从容应对就业过程中可能遇到的各类挑战。

3.2 推动内容融合,构建互补内容矩阵

为切实解决心理健康教育与思想引导在内容层面存在的脱节问题,需始终围绕“心理内容思想化、思想内容心理化”这一核心原则开展工作。在此原则指引下,

对现有的育人内容进行系统性重构,打破二者之间的内容壁垒,最终构建起一套心理健康教育与思想引导相互补充、彼此支撑的内容矩阵,让两类育人内容不再孤立存在,而是形成有机联动的整体。在内容融合的第一个层面,要重点注重在心理健康教育的内容体系中,自然且深度地融入思想层面的元素,避免生硬叠加导致的教育效果打折。心理健康教育的核心在于帮助学生掌握心理调适方法、培育健康心理品质,而思想元素的融入,能为这份“心理培育”赋予更明确的价值导向。例如,在向学生系统讲解情绪调节的方法与技巧时,不能仅停留在“如何平复愤怒”“怎样缓解焦虑”等技巧传授层面,还可同步结合“理性看待挫折、积极面对困境”的价值理念展开讲解。通过将技巧教学与价值传递相结合,引导学生在熟练掌握情绪调节技巧的同时,逐步树立正确的挫折观,学会从成长视角看待困难,进而以更积极、更坚韧的心态,去应对学习过程中的任务压力与生活中的各类挑战,实现心理能力与思想认知的同步提升。在内容融合的第二层面,要着力在思想引导的内容设计中,合理且精准地融入心理层面的元素,让思想引导摆脱空洞说教的困境,更贴合学生的心理接受规律。思想引导的关键在于帮助学生树立正确观念、塑造良好素养,而心理元素的融入,能让这份“观念传递”更具针对性与感染力。比如,在向学生传递职业道德相关知识时,不能仅局限于“爱岗敬业”“诚实守信”等理论概念的解读,还需充分关注中职生群体的特殊成长阶段——他们正逐步向职业人过渡,在面对“校园角色向职业角色转变”这一过程时,极易产生身份认同模糊、能力匹配焦虑等心理不适。基于此,在讲解职业道德的过程中,需同步加入心理层面的引导,帮助学生识别角色转变中的心理困惑、掌握调适方法。通过这种“双向融入、相互渗透”的内容融合方式,既能让心理健康教育更具思想深度,又能让思想引导更具心理温度,有效规避二者内容脱节的问题,进一步提升育人内容与中职生不同阶段成长需求的适配性,为协同育人效果的提升筑牢内容基础。在具体内容编排上,还需结合中职生专业特色与成长节奏,动态调整融合比重与呈现形式。低年级侧重在基础心理知识中融入行为规范、集体意识等思想内容,帮助学生夯实心理与思想基础;高年级则在职业心理指导中深化职业精神、责任担当等思想内涵,契合就业准备需求。这种分层、精准的内容融合,让互补内容矩阵更具实操性,既避免了内容融合的表面化,也确保育人

内容始终与学生成长同频,为后续协同育人路径落地提供扎实的内容支撑^[3]。

3.3 拓展协同路径,整合多元育人渠道

要打破当前单一课堂教学的协同壁垒,从课堂、课外、师资三个关键维度出发,整合各类育人渠道,形成心理健康教育与思想引导协同推进的强大合力。在课堂教学层面,需积极推行“双师共授”的教学模式,由专业心理健康教师与思想政治教师共同参与课程的整体设计,明确在课堂中的教学重点与互动环节,通过联合授课的方式,实现课堂内容的协同融合。在课外实践层面,要对现有的课外育人活动资源进行整合,将心理健康教育中的心理团体辅导活动,与思想引导中的主题实践活动进行结合。例如,组织“职业场景模拟+职业心理调适”相结合的联合活动,让学生在实践中同时提升职业认知与心理适应能力。在师资建设层面,需建立思政教师与学校德育负责人之间的常态化交流机制,定期组织二者共同参与专业培训、开展教学研讨,分享各自的教学经验与育人心得,以此提升两类教师的协同育人意识与能力,最终实现多元育人渠道的深度融合,推动协同育人效果提升。

4 结语

中职生心理健康教育与思想引导的协同育人,既顺应了中职院校育人工作的内在规律,也精准契合了中职生成长发展的实际需求,是当前中职育人工作的必然选择。从当前的实践情况来看,二者在协同过程中,虽仍面临目标衔接、内容融合、路径拓展三个层面的问题,但通过明确统一的协同目标、推动二者内容的深度融合、拓展多元的协同路径,便能够构建起一套高效运转的协同育人机制。在后续的育人工作中,唯有始终坚持心理健康教育与思想引导相互渗透、同向发力,才能够真正实现“以心理育心、以思想铸魂”的育人效果,为中职生成长为符合社会需求的高素质技能人才,提供坚实而有力的保障。

参考文献

- [1]陈亚楠. 中职学校德育与心理健康教育互动机制的构建[J]. 现代商贸工业, 2023, 44(4): 116-118.
- [2]刘建功. 中职学校德育和心理健康教育互动机制构建[J]. 新课程, 2022(44): 234-235.
- [3]唐清. 基于德育视角的中职生心理健康教育策略研究[J]. 职业, 2024(4): 84-87.