

高职院校学生心理健康教育存在的问题及对策研究 ——以咸宁职业技术学院为例

高洁

咸宁职业技术学院 湖北咸宁 437100

DOI:10.12238/jief.v7i4.13691

[摘要] 在职业教育快速发展的背景下,高职院校学生心理健康教育成为人才培养体系的重要组成部分。本研究以咸宁职业技术学院为样本,通过实证调研与理论分析,系统探讨高职院校学生心理健康教育的现实困境与优化路径。研究发现,当前高职院校心理健康教育在资源配置、课程体系、干预机制及社会支持等层面存在结构性矛盾,而个体心理发展特征、家庭环境影响、校园文化氛围与社会就业压力构成多维影响因素。基于发展心理学、社会心理学与认知心理学理论框架,研究提出构建“教育-预防-干预-协同”四位一体的心理健康教育模式,通过完善课程体系、强化师资队伍、创新干预手段及深化家校社协同机制,提升心理健康教育的针对性与实效性。研究旨在为职业院校心理健康教育的专业化发展提供理论参考与实践借鉴,助力培养具备健康心理品质与社会适应能力的高素质技术技能人才。

[关键词] 高职院校;心理健康教育;协同干预

Research on the Problems and Countermeasures of Psychological Health Education for Vocational College Students

—— Take Xianning Vocational and Technical College as an example

Gao Jie

Xianning Vocational and Technical College, Xianning, Hubei 437100

[Abstract] In the context of the rapid development of vocational education, mental health education for students in higher vocational colleges has become an essential component of the talent cultivation system. This study, using Xian Ning Vocational and Technical College as a case study, explores the practical challenges and optimization strategies for mental health education through empirical research and theoretical analysis. The findings indicate that current mental health education in higher vocational colleges faces structural issues in resource allocation, curriculum design, intervention mechanisms, and social support. Individual psychological development, family environment, campus culture, and social employment pressures are key factors influencing mental health. Drawing on the theoretical frameworks of developmental psychology, social psychology, and cognitive psychology, the study proposes a four-pronged mental health education model: 'education, prevention, intervention, and collaboration.' By enhancing the curriculum, strengthening faculty, innovating intervention methods, and deepening collaboration among families, schools, and communities, this model aims to improve the relevance and effectiveness of mental health education. The study aims to provide theoretical insights and practical guidance for the professional development of mental health education in vocational colleges, contributing to the cultivation of high-quality technical and skilled talents with healthy psychological qualities and strong social adaptability.

[Key words] Higher vocational colleges; mental health education; collaborative intervention

一、高职院校学生心理健康教育的价值审视

1.1 个体发展维度，心理成长与职业素养的共生建构

高职院校的学生处在从青年中期迈向成年期的重要过渡时段，生理机能的成熟与社会角色的转变相互交错，致使他们要应对自我认同构建、职业角色提前演练等一系列心理任务。心理健康教育凭借认知行为干预、情绪管理训练等专业方式，助力学生认识和调整学业压力、就业焦虑等负面情绪，培育坚强的心理承受能力。比如说，对于职业院校学生普遍存在的“技能学习受挫感”，借助归因训练引导学生把学习上碰到的困难归结为可以改变的努力因素，而非固定不变的能力因素，从而激发学习的动力。这种心理资本的积累，不但直接作用于学生在校期间的学习成效与生活品质，而且通过对职业心理素质的培养，为他们在职业生涯中的抗压能力、创新能力筑牢根基。从发展心理学的角度来看，此阶段实施的干预具备“为终身发展打基础”的战略意义，能够协助学生在职业适应阶段，从“学校人”平稳转变为“职业人”。

1.2 教育生态维度，职业教育内涵发展的必然要求

伴随职业教育类型定位得以清晰明确，高职院校人才培养目标由单纯的技能传授朝着“德技并修、全方位发展”方向转变，在此情形下，心理健康教育成为达成立德树人这一核心任务的关键依托。以咸宁职业技术学院的实际操作为例，心理健康教育与思政教育、专业教育的融合实践体现出，借助“心理+课程思政”这一方式，把积极心理品质的培育融入到专业课程教学当中，能明显提高学生在课堂上的参与程度以及对职业的认同程度。从教育生态学的视角加以剖析，心理健康教育作为职业教育生态体系中不可或缺的构成部分，其功效的发挥对学生的学习生态环境、校园文化生态状况乃至职业教育在社会上的声誉所营造的生态氛围，都有着直接的影响。健全完备的心理健康教育体系，不但能够减少校园内心理危机事件的发生几率，而且还能够通过塑造积极乐观、奋发向上的心理文化氛围，推动形成“全员参与育人、整个过程皆育人、各个方面都育人”的教育生态架构，进而助力职业教育从注重规模扩充朝着内涵式发展的模式进行转变。

1.3 社会需求维度，技术技能人才供给的质量保障

处于产业逐步升级以及技术不断迭代这样的大环境之中，社会对于技术技能型人才所提出的需求状况，已然从过往的“单一技能类别”朝着“复合创新类别”发生转变。在这个过程里，人才的心理健康状况，成了判定其综合素质高低的关键标准。高职院校在技能人才培养方面占据主要位置。

1.4 文化建设维度，校园文化软实力的重要构成

心理健康教育有着培育积极校园文化的关键作用，其核心价值与职业院校的文化特性紧密相连。比如咸宁职业技术学院举办的“心理文化节”“职业心理情景剧”等特色活动，通过这些文化形式，把心理健康观念变得更具体、更鲜活，如此可以切实增强学生心理自助以及相互帮助的意识。站在校园文化

建设的角度看，心理健康教育不光是用来解决学生心理难题的一种“救治方式”，更是塑造和谐校园人际关系、培养理性平和和校园氛围的一种“建设性力量”。这种文化层面的软实力增强，表现在学生之间形成的互助支持体系、教师团队里体现出的心理教育观念，还有校园管理制度所包含的人文关怀思想。而这些最终会变成职业院校独有的文化标志，为院校发展给予源源不断的精神动力和文化保障。

二、高职院校学生心理健康教育的现实图景

2.1 教育资源配置的结构失衡

在高职院校里，心理健康教育资源的供应状况与学生实际所需要的之间呈现出明显的差距。其中，较为突出地体现在师资配备不够充足以及硬件设施发展相对迟缓这两个方面。拿咸宁职业技术学院来讲，该校专职心理教师和学生的比例达到了1:3200，比教育部所规定的1:3000的标准还要高出不少，而且教师群体的专业背景呈现出多样化的特点，心理学专业科班毕业的人数占比还不到30%，这样一来就使得专业服务水平受到了一定限制。

2.2 课程体系构建的专业性不足

现阶段，高职院校心理健康教育课程呈现出一种较为显著的“公共课化”态势。其课程目标不够清晰明确，内容体系存在严重的碎片化现象。许多院校把心理健康教育简单看作是普通的通识教育，课程所涵盖的内容主要围绕心理学的基础理论知识展开，并未深度结合职业院校学生本身所具备的特性。举例来讲，像高职学生常面临的“职业认同方面的困惑”以及“技能学习过程中的焦虑”等特定问题，在课程设置里缺少专门的针对性模块设计。这样的课程体系由于专业性的欠缺，致使心理健康教育无法完全发挥其作为专业教育关键构成部分本应具备的价值。该教育活动仅仅停留在知识传播的浅层次，没能深入触及心理干预的核心范畴。

2.3 心理干预机制的协同性缺失

心理健康教育工作在预防、识别以及干预等环节没能构建起切实有效的闭合体系，各部门之间的协同运作机制亟需加以完善。在对咸宁职业技术学院展开调研时察觉到，针对班级心理委员的培训体系不够完备，致使其在心理危机预警工作中本应发挥的“前沿哨点”关键作用未能获得充分彰显；心理咨询中心同院系以及学生家长之间的信息交流渠道并不顺畅，在干预过程中出现了“各自为战”的状况；心理危机干预的转介机制未能与专业医疗机构达成常态化的衔接，造成存在严重心理问题的学生在后续治疗方面难以获得足够的支持。这种协同方面的欠缺，致使心理健康教育落入“哪里有问题就解决哪里，缺乏整体规划”的被动状态，想要实现从侧重于问题干预的模式向以预防为主的模式转变较为困难。

2.4 社会支持网络的系统性薄弱

高职院校学生所面临的心理健康难题，受家庭、学校以及社会等多种因素作用。不过，现阶段社会为学生构建的支持网

络,并未产生系统性的综合效力。从家庭角度来看,部分家长对于心理健康相关问题,存在理解上的偏差,他们把学生的心理困扰简单视为“思想方面的问题”,没能给予学生必需的交流与支持。就社会角度而言,职业教育在社会上获得的认可程度不高,导致学生普遍存在“学历自卑”的心理状况。并且,社会舆论针对高职学生所抱有的固有看法,进一步加重了学生的这种心理负担。在企业方面,于实习实训阶段,企业对学生职业心理的适应情况关注度不够,未能和学校在心理疏导工作上实现有效协作。社会系统性支持的薄弱,致使学生在面对学业压力、就业压力等情况时,缺少多维度的心理缓冲区域,提升了心理问题出现的可能性。

三、高职院校学生心理健康教育的优化路径

3.1 专业师资队伍的专业化建设

强化心理健康教育师资队伍的建设工作,是提高教育质量的关键切入点。对于高职院校而言,需制定专门针对专职心理教师的招聘与培育专项规划,在引进教师时,对具备心理学、教育学专业背景的人员予以优先考虑,并且构建常规化的专业培训制度。举例来讲,借助“校内指导+校外研习”这样的模式,定时安排教师参与心理咨询技术培训活动、临床案例指导会议,从而提升他们的实践干预能力。与此同时,要把心理健康教育融入全体教师的继续教育体系之中,借助“心理教育能力认证”这一制度,推动专业教师、辅导员等全体教职工掌握基础的心理辅导技巧,形成以专职教师为主体、兼职教师为辅助、全体人员共同参与的教师队伍格局。除此之外,还能够尝试建立心理教师职称评审单独列项的机制,以此激发他们职业发展的动力。

3.2 课程与教学模式的创新性重构

打造“职业导向与心理发展”双维度的课程体系,这属于高职院校开展心理健康教育具有特色的途径。课程内容方面,得紧密依照职业院校学生成长的各种需求,增添像“职业心理适应”“职场情绪管理”之类的模块,把专业学习过程中具有代表性的心理问题融入到教学案例里面。在教学方法的运用上,要推广“体验式教学加上项目化学习”的模式,依靠诸如心理沙盘、团体拓展训练等实践性活动,加大学生在情感方面的体验,并且让学生参与的程度更为深入。与此同时,还要开发线上线下相融合的课程,借助虚拟现实(VR)技术,构建出沉浸式的心理体验场景,以此来提高教学所具备的科技特性和对学生的吸引力。

3.3 全程化心理干预体系的系统性构建

构建“预防-识别-干预-跟踪”全方位的心理干预体系,需对多层次工作机制予以健全。于预防环节而言,借助新生心理普查这一方式,设立动态性的心理档案,并推行“心理风险预警分级管理”措施。在识别环节,强化班级心理委员、宿舍长等学生核心力量的选拔以及培训工作,搭建起“寝室-班级-院系-学校”这样的四级预警网络。针对干预环节,

面对不同种类的心理问题,实施差异化的干预办法,像针对一般性的心理困扰开展团体心理辅导,对于较为严重的心理问题即刻转送至专业的医疗结构。在跟踪环节,搭建毕业后的心理支持机制,依托校友平台提供职业心理调适方面的服务。除此之外,还应当强化同精神卫生医疗机构的协作,开通“医教协同”的快速通道,以保障心理危机干预能够兼具及时性与专业性。

3.4 家校社协同育人机制的深化拓展

为进一步增强家庭、学校以及社会在心理健康教育工作当中所发挥的协同效应,务必构建起一套具备制度化特性的沟通平台。就学校方面而言,应当有规律地开展“家长心理课堂”活动,运用线上与线下双管齐下的办法,向学生家长广泛推广心理健康相关知识,促使家长更新自身教育理念;同时,建立起“家长-辅导员-心理教师”这样的三方交流互动机制,及时地把学生在校里的心理状况反馈出来,从而凝聚起强大的教育合力。从社会角度来看,要努力获取政府部门以及各行各业企业的有力支持,将心理健康教育融入到职业教育校企合作的整体框架体系当中。通过多个不同主体齐心协力的共同参与,搭建起一个覆盖全面、层次分明的心理支持网络结构。

结语:

高职院校学生心理健康教育属于一项专业性和系统性兼备的育人工作,它的意义不只是处理个体的心理难题,更关键的是造就契合新时代标准的高素质技术技能人才。本研究借助对咸宁职业技术学院的实际状况分析,呈现出当前心理健康教育在资源、课程、机制以及支持等方面所面临的实际困难,并从师资队伍建设、课程重新构建、干预体系完善、协同机制优化等多个方面提出改进策略。往后的研究要进一步深入推进心理健康教育与职业素养培育的融合机制,探寻数字化技术在心理干预当中的创新性运用,为职业教育达成高质量发展提供更具实践指引价值的理论成果。只有把心理健康教育全面融入职业教育的各个环节和全部进程,才能够切实达成“育心”与“育人”的有机结合,培育出既具备高超技艺又拥有健康心理的新时代“大国工匠”。

[参考文献]

- [1]吴迪.新时代高职院校学生心理健康教育难点与对策研究[J].辽宁师专学报(社会科学版),2024(2):92-94.DOI:10.3969/j.issn.1008-3898.2024.02.028.
- [2]周婷.思政教育融入高职院校学生心理健康教育的实践与应用研究[J].情感读本,2024(23):19-21.
- [3]张蕾.民族地区高职院校学生心理健康教育的针对性与实效性研究[J].江西电力职业技术学院学报,2024,37(6):90-92.DOI:10.3969/j.issn.1673-0097.2024.06.031.
- [4]欧阳娟.高职院校学生心理健康教育与思想政治教育的有机结合[J].畅谈,2023(9):76-78.

作者简介:高洁,1992.8.11,女,汉族,湖北咸宁,博士研究生,讲师,研究方向:哲学(教育方向)。