

职教本科心理健康教育的实施路径研究

王晶晶

芜湖职业技术学院

摘要：职教本科作为我国培养人才的重要基地之一，主要培养高素质技能型人才，每年为社会输送大量的高技能应用型人才，对于我国社会的发展具有重要的影响。随着我国社会的不断发展，职教本科院校的招生越来越多，人才培养的责任也逐渐变大，学生的心理问题慢慢凸显出来。心理健康教育作为职教本科院校梳理学生情绪的主要途径之一，具有引导学生心理，促进学生身心健康发展。基于此情况，此篇文章将从职教本科心理健康教育的现状出发，对职教本科心理健康教育的实施路径进行探究，并给出具体的实施策略，希望能够给广大的职教本科教育工作者提供一些有价值的参考意见。

关键词：职教本科；心理健康教育；实施路径

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2024.10.218

引言

在我国教育进一步发展的背景下，教育部门对学生的心理健康教育关注度逐渐提升，对于职教本科学生的教学要求不断提升，不仅需要教师将专业的知识与技能传授给学生，更要求教师关注到学生的心理健康问题，注重心理健康教育工作，使学生得到全方位的培养。但是从目前阶段来看，有一部分职教本科教育工作者对于心理健康教育的认知有限，在开展教学活动中存在一些不足之处，不能发挥出心理健康教育的价值，影响到学生心理素养的提升^[1]。因此，对于职教本科心理健康教育的实施路径进行探究具有一定的必要性，需要引起广大教育工作者的重视，为学生构建更加完善的教育体系，让学生的身心得到良好培养，推动学生综合素养的增强，奠定学生未来发展的基础。

一、职教本科心理健康教育的现状

（一）院校重视程度有待提升

从目前阶段来看，有一些职教本科院校虽然成立了专门的心理健康教育小组，也仿照其他院校设计了具体的心理健康教育流程，但是在具体开展心理健康教育活动的过程中，由于院校教师的执行力较为缺乏，使院校的心理健康教育活动只能停留在浅层次，不利于学生心理素养的提升，给职教本科院校学生的心理问题埋下了隐患^[2]。因此，需要加强职教本科院校对于心理健康教育的重视程度，提升教育工作者的认知，使教育工作者能够积极参与到心理健康教育工作中，为学生提供全方位的教育。

（二）教学内容较为单一

在职教本科院校的心理健康教育过程中，课堂教学内容较为单一，所形成的教学氛围较为枯燥，不能够引导学生对心理健康教育知识进行深度的探究与思考，使学生对于心理健康教育知识理解较为浅层次，难以

将其运用到实际的问题中，从而无法达到教师预期的教学效果^[3]。

（三）健康教育普及程度较低

现阶段来看，职教本科教育工作者只是将心理健康教育知识灌输给学生，没有为学生创设自主的实践活动，学生不能够对知识有深度的掌握，不利于学生将所学的知识运用到实际生活中，难以将心理健康教育知识良好的普及给学生。

二、职教本科心理健康教育工作的现状及成因分析

（一）教育工作者的思想较为落后

从目前阶段来看，职教本科院校受到传统教学思想的影响，只是一味追求学生的专业技能水平，忽略了学生心理健康教育，不利于学生身心健康的发展。还有一部分职教本科院校虽然已经意识到开展心理健康教育工作的重要性，但是由于教学工作任务较为繁重，不愿将时间浪费于学生的心理健康教育上，认为学生只要不出大事就可以，对于心理健康教育的重视程度有待提升。

（二）教育工作者专业能力有待提升

在我国教育进一步改革的背景下，职教本科已经设立了心理健康教育课程，专门对学生的心理健康进行教育，期望能够疏导学生的心理问题，提升学生的心理素养。但是从目前阶段来看，大部分职教本科院校在开展心理健康教育活动的过程中，只是单纯将教材中的内容照抄照搬给学生，使学生始终处于被动接受的状态，无法调动学生的主观能动性，降低了学生的参与兴趣，导致教学工作效果并不显著。

（三）教学方法较为落后

从目前阶段来看，大部分职教本科心理健康教育在开展教学的过程中，通常采用灌输式的教学方法，将心理健康教育知识灌输给学生，无法调动学生的积极性，使学生在教育活动中的参与度不高，自然教育工作者取

得的教学成果不明显。在落后教学方法的课堂下，课堂缺乏互动性，使学生对于心理健康教育知识的学习兴趣较低，灌输式的教学方式容易让学生产生抵触情绪，影响到学生的学习效果^[4]。

三、职教本科心理健康教育工作的实施路径

(一) 构建全校育人的模式，提升心理健康教育重视度

在三全育人的教学理念下，职教本科在开展心理健康教育的过程中，需要构建全校育人的模式，提升学生心理健康教育重视度，使教育工作者能够积极参与到教学活动中，形成全校联动的育人模式，加强学生的心理健康教育。首先，需要提升辅导员的重视程度，让辅导员关注学生的心理与行为变化，及时掌握学生的异常，对学生进行心理的引导，帮助学生解决问题。其次，需要加强心理健康教育教师的专业程度，从不同的角度对学生进行教育，帮助学生形成积极向上的心态，预防学生出现心理问题。最后，需要增强各学科教师的重视程度，让各学科教师将心理健康教育融入到专业课程中，对学生产生潜移默化的影响，有助于提升学生的心理素养。

(二) 提升教师综合素养，建设完善教师队伍

教师作为教学工作的主要实施者之一，教师的教学素养直接影响到学生的学习成果。因此，在职教本科院校想要开展良好的心理健康教育，需要注重对教师队伍的建设，提升教师的综合素养，让教师能够从专业的角度设计教学活动，为学生提供良好的学习平台，增强教师的教学质量^[5]。第一方面，职教本科院校可以引进心理教育专业人才，为心理健康教育教师队伍注入新鲜的血液，激发教师的积极性，提升教师的重视程度，有助于增强心理健康教育的效果。同时，将心理教育专业人才引入到职教本科院校中，能够提升心理健康教育教师队伍的综合素养，使心理健康教育工作更加专业的开展，加强心理健康教育教师的教学水平。第二方面，职教本科院校可以聘请专业的心理健康教育专家为教师进行授课，让教师能够接触到专业的知识与技巧，提升教师的认知度，使教师能够意识到心理健康教育对于学生的重要性，积极参与到心理健康教育工作中，不断优化原有的心理健康教育内容，创新心理健康教育形式，以此来满足学生的发展需求。同时，在教师在专业知识的启发下，能够转变自身传统的教学形式，将先进的技术 with 教学思想运用到心理健康教育活动中，丰富心理健康教育内容，调动学生的积极性，使学生能够自主对心理健康知识进行探究与思考，进而增强教师的整体教学成果。第三方面，职教本科院校需要定期组织教师开展教学研讨会，引导教师将自己教学中遇到的困难或不解之处进行交流，互

相解决问题与借鉴教学经验，提升教师的教学综合素养，更好地为学生讲解心理健康教育知识。

(三) 丰富教学内容，调动学习兴趣

兴趣是学生开展学习的主要原动力之一。在教师开展心理健康教育的过程中，可以学生感兴趣的信息引入到教学活动中，丰富心理健康教学内容，调动学生的学习兴趣，提升学生对心理健康教育的关注度，使学生能够积极参与到教学活动中，增强学生对心理健康知识的理解^[6]。同时，职教本科院校的教育工作者可以将教学案例引入到心理健康教育课堂中，通过具象化的教学案例，引发学生对心理健康教育知识的思考，使学生能够更好地理解心理健康教育知识，并能够将所学的知识运用到实际生活中，提升心理健康教育知识的普及程度。在实际的教学过程中，职教本科院校的教育工作者可以利用当下的时事热点、社会话题等，将其作为教学案例引入到课堂中，为学生构建具有趣味性的教学内容，调动学生的积极性，使学生对心理健康知识产生探索的欲望，有助于教师开展有效性的教学活动，帮助学生树立正确的思想观念，提升学生的心理素养^[7]。除此之外，职教本科教育工作者需要将职业发展的相关案例引入到教学活动中，让学生能够接触到本专业的内容，加强学生对于就业压力的关注，锻炼学生的抗压能力，使学生能够理性看待就业问题，避免学生产生心理问题，影响到学生身心健康的发展。

例如，小明作为职教本科中会计专业的学生，他在实习期间投递了较多理想的公司，但是迟迟没有得到回复，让小明的心理产生了不良的想法，放弃了在校企合作的实习工作，每天沉迷在游戏世界中，除了吃饭与睡觉，每天都在打游戏。在教育工作者了解到小明的情况后，针对小明的情况为学生设计具体的心理健康教育内容，将与小明相似的教学案例引入到教学课堂上，借助多媒体教学设备为学生播放视频，吸引学生的注意力，引导学生对教学案例进行探究与思考，让学生能够透过具体的案例看到自己的影子，逐渐认识到自身想法的错误，帮助学生疏解不良的情绪与心理问题。同时，教师可以引导学生以小组的形式将自己的想法表达出来，活跃学生的思维，使学生能够畅所欲言，增强学生之间的互动性，并且教师能够根据学生的想法调整教学内容，为学生提供良好的教学活动，提升学生的心理素养。除此之外，教师需要根据小明的实际情况，与小明进行沟通，帮助小明消化不良的情绪，树立正确的就业观，使小明能够积极面对就业中遇到的问题，让小明能够理想看待生活中的困难，提升小明的抗压能力。

(四) 创新教育形式，提升学生参与度

对于职教本科院校的学生而言，他们大部分对于知

识的学习兴趣较低,不愿自主参与到教学活动中。职教本科院校的教育工作者需要考虑到学生的这一特点,根据学生的实际情况,转变单一的教学形式,创新心理健康教育形式,提升学生在教学活动中的参与度。在实际的教学过程中,教师需要从学生的实际情况出发,结合教学要求,为学生创设新的线上教育形式,如互动式、体验式等教学方法,加强学生之间的互动性,提升学生的参与度^[8]。例如,教育工作者在开展教学的过程中,可以运用体验式教学方法,将实际生活中的案例引入到教学活动中,让学生将理论知识与实际生活建立紧密的联系,提升学生的认知度,有助于学生将所学的知识运用到实际问题中,帮助学生解决生活中的问题。

(五) 建立线上平台,拓展教学途径

在我国信息技术快速发展的背景下,信息技术已经被人们运用到各行各业中,为人们的生产生活带来了便利。职教本科教育工作者也可以将信息技术运用到心理健康教育工作中,创新教育形式,开辟新的教学途径,吸引学生的关注度,提升学生在教学活动中的参与度,从而有助于教育工作者得到显著的教学成果。首先,职教本科院校需要构建线上心理健康教育平台,通过线上的形式将知识传授给学生,延伸学生的学习时间,突破时间与空间上的限制,使学生能够随时随地对心理健康教育知识进行学习,有助于进一步普及大学生心理健康教育知识。其次,职教本科院校的教师需要根据学生的实际情况,将学生感兴趣的元素融入到心理健康教育知识中,为定期为学生推送心理健康教育信息,引导学生在线上对信息进行交流与探索,加强学生对心理健康教育知识的理解与掌握,有助于教师进一步开展教学活动。同时,教育工作者可以收集学生在线上交流的内容,对其进行汇总、整理、分析等,掌握学生的心理情况,进而为学生设计具有针对性的心理健康教育内容,实现心理健康教育的有效性开展。最后,职教本科院校可以构建线上咨询窗口,让学生能够通过线上的形式,将自己遇到的问题与教师进行沟通,及时帮助学生解决心理问题,疏解学生的不良情绪,有助于提升学生心理素养。同时,线上咨询窗口的构建,能够保护学生的隐私,学生可以匿名进行心理咨询,避免学生由于不好意思而耽误了最佳心理疏解时间,造成难以挽回的后果。通过线上心理健康教育辅导平台的创建,能够加强心理健康教育知识的普及,让学生能够意识到自己心理的问题,及时解决心理问题,保障学生心理的健康发展。

结语

综上所述,在新媒体的背景下,高校学生心理健康问题逐渐暴露出来,经常能够看到学生由于心理问题做

出的不正确行为,对学生自身与他人产生较大的危害。因此,职教本科院校需要注重学生的心理健康教育工作,意识到心理健康教育工作需要一个漫长的过程,不是一时之间就能够完成的,需要不断对其进行优化与创新,将心理健康教育具体的推进,真正掌握学生的心理情况,认识到教育工作中存在的不足之处,针对问题提出解决方案,提升心理健康教育质量。在实际的心理健康教育工作开展的过程中,职教本科院校可以通过建设完善教学队伍、创新教育形式、丰富教学内容等措施,不断对心理健康教育工作进行完善,构建更加具有科学性的教学工作体系,加强对学生心理健康教育的重视度,促进我国职教本科学生身心健康的发展。

参考文献

- [1] 白雪. 基于认知行为理论的本科院校心理健康教育策略设计及效果评估[J]. 公关世界, 2024, (07): 29-31.
- [2] 潘美娟. 心理健康教育在应用型本科高校人才培养中的作用探索[J]. 华东科技, 2024, (01): 137-139.
- [3] 王雨飞, 于欣雨, 徐敬康, 等. 本科阶段医学生心理健康教育的研究[J]. 牡丹江医学院学报, 2023, 44(06): 159-161.
- [4] 李融亲. “三教”改革视域下职业本科心理健康教育课创新教学研究——以广西农业职业技术大学为例[J]. 科教文汇, 2023, (23): 151-154.
- [5] 刘东江. 互联网时代数字化转型与大学生心理健康教育的融合发展[J]. 老字号品牌营销, 2021, (09): 155-156.
- [6] 武洪波. 全面发展教育观下学校心理健康教育现状及实施路径反思[J]. 襄阳职业技术学院学报, 2022, 21(03): 129-132.
- [7] 贾艳锋. “互联网+”时代应用型本科院校课程教学改革探索[J]. 现代商贸工业, 2022, 43(09): 183-184.
- [8] 雷子舒. 第二课堂中应用型本科心理健康教育活动实效性研究[J]. 黑龙江科学, 2021, 12(23): 134-135.

作者简介: 王晶晶(1979-), 女, 汉族, 安徽铜陵人, 硕士研究生, 副教授, 研究方向: 学校心理健康教育。

基金项目: 本文系2023年校级人文重点科研项目《职业本科教育模式下的心理健康教育实施路径探究》项目编号: wzyrwzd202307; 2023年安徽省职业与成人教育学会教育教学研究规划课题一般项目《“提质培优”视域下的高职公共课程考试改革路径探究》项目编号: AZCJ2023217。