

# 高职教育中劳动教育与心理教育融合的路径与实践研究

汤晓虹

浙江体育职业技术学院

**摘要：**本文旨在探讨高职教育中劳动教育与心理教育融合的路径与实践。通过分析高职教育的特点、劳动教育与心理教育的内涵及相互关系，阐述融合的必要性。结合实际案例深入研究融合的路径，包括课程体系构建、实践活动开展、师资队伍建设和等方面，并对融合实践的成果与挑战进行剖析，提出相应的对策建议，以期为提高高职教育质量、促进学生全面发展提供理论与实践参考。

**关键词：**高职教育；劳动教育；心理教育；融合路径；实践

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6288.2025.03.018

## 引言

高职教育作为我国高等教育的重要组成部分，肩负着培养高素质技术技能型人才的重任。在现代社会快速发展的背景下，高职学生不仅需要具备扎实的专业技能，还应拥有健康的心理和积极的劳动态度。劳动教育与心理教育在高职学生的成长成才过程中都发挥着不可替代的作用。然而，当前高职教育中这两种教育往往存在相互割裂的情况。因此，探索劳动教育与心理教育融合的路径并进行有效的实践具有重要的现实意义。

## 一、高职教育、劳动教育与心理教育概述

### （一）高职教育的特点

体育职业技术学院以培养高素质技能型人才为核心，突出职业性、实践性和开放性。通过校企合作，学生在健身馆、体育医院实习，深入场馆运营一线，掌握赛事组织与康复技术应用等技能。运动员学生参与食堂服务、校园美化等活动，提升劳动意识；集训期间整理行李箱，锻炼自理能力。这些实践强化了专业素养，增强了责任担当与团队协作能力，为未来职业发展奠定了坚实基础，同时实现了劳动教育与职业技能的深度融合。

### （二）劳动教育的内涵

劳动教育是使学生树立正确的劳动观念和劳动态度，热爱劳动和劳动人民，养成劳动习惯的教育。它不仅强调理论知识的传授，如劳动价值论、劳动法律法规等，还注重实践环节的设计与实施，例如校园环境打扫卫生、实训基地的设备维护以及参与社会服务活动等。通过这些具体的劳动任务，学生不仅能掌握实际操作技能，还能深刻理解劳动的社会意义和个人价值。

在高职教育中，劳动教育的价值远不止于技能培训。在校园绿化劳动中，学生需要分工合作，有的负责浇水，

有的负责修剪枝叶，有的负责规划布局。这样的协作过程不仅锻炼了学生的动手能力，还培养了他们的责任感和团队意识。面对复杂的劳动任务，学生需要开动脑筋、创新方法，从而提升解决问题的能力。长期坚持劳动实践，有助于学生形成积极向上的人生态度，为未来职业发展奠定坚实基础。

### （三）心理教育的内涵

心理教育是培养受教育者良好心理素质的教育，涵盖心理健康教育与心理素质提升。高职学生面临学业、就业及人际关系等多重压力，容易产生焦虑、抑郁等情绪问题。心理教育不仅帮助他们正确认识自我，还提升心理调适能力，增强抗压韧性，以积极心态应对挑战。通过心理健康讲座、团体辅导及个性化心理咨询等活动，学生不仅能掌握情绪管理技巧，还能学会合理规划目标、改善人际交往能力，从而在学习与生活中保持健康心态，实现全面发展。这些方法有效促进学生的心理成熟，为未来职业发展奠定坚实基础。

## 二、高职教育中劳动教育与心理教育融合的必要性

### （一）符合高职学生全面发展的需求

高职学生正处于身心发展的关键时期，劳动教育与心理教育的深度融合，能够全面促进他们在思想道德、专业技能及身心健康等方面的成长。在劳动实践中，学生通过克服困难、完成任务获得成就感，这种正向反馈不仅能显著增强自信心，还能有效缓解焦虑情绪，培养积极的心理状态。健康稳定的心理素质会反哺劳动过程，使学生以更饱满的热情和专注力投入实践，从而提升劳动效率与成果质量。在职业技能大赛中，学生历经艰苦训练，克服重重挑战取得优异成绩，这不仅是对劳动价值的直观体现，更是心理韧性和意志品质的磨砺。比赛

中的团队协作与压力应对,进一步强化了学生的抗压能力与合作精神,为未来职业发展奠定坚实基础。这种良性互动模式,真正实现了劳动与心理教育的双向赋能。

### (二) 适应现代职业教育发展的要求

现代体育职业教育注重培养具备全面职业素养的人才,劳动教育与心理教育的深度融合尤为重要。这一模式不仅能强化学生的专业技能,更能塑造坚韧的心理素质与积极的职业态度。以体育服务与管理专业为例,学生在赛事组织或场馆运营实践中,需展现耐心、责任心与团队协作能力,同时应对突发状况、处理复杂问题,这有效锻炼了抗压能力和情绪管理技巧。通过优质服务获得认可,学生的自信心与职业认同感显著增强,心理健康水平与职业能力实现协同发展。例如,在大型赛事志愿服务中,学生不仅要完成具体任务,还需保持高度专注与灵活应变,这种实践经历为未来职业发展奠定了坚实基础。劳动与心理教育的双向促进,是体育职业教育不可或缺的核心环节。

### (三) 提升高职教育质量的必然选择

将劳动教育与心理教育深度融合,不仅能够丰富高职教育的内涵,还能有效优化教育教学资源配置。例如,在劳动教育课程中融入心理教育元素,通过案例分析和互动体验,帮助学生理解劳动对个人成长及心理健康的意义,让课程内容更加生动有趣,激发学生的学习兴趣与参与热情。在心理教育课程中引入劳动实践环节,如团队协作项目或真实职场情境模拟,使学生在实践中锻炼劳动技能,培养抗压能力和积极心态,从而增强心理教育的实际效果。两者相辅相成,共同推动高职教育质量的整体提升,为学生全面发展提供有力支撑。

## 三、高职教育中劳动教育与心理教育融合的路径

### (一) 构建融合的课程体系

#### 1. 开发融合课程

在高职课程体系中,开发专门的劳动教育与心理教育融合课程,如“劳动与心理健康”课程。该课程涵盖劳动对心理健康的影响机制、不同类型劳动中的心理调适方法、职场压力管理及积极心态塑造等。通过理论讲授、案例分析与实践操作相结合的方式,例如组织学生参与实际劳动项目并进行心理状态评估,让学生深入理解劳动与心理健康的内在联系,提升综合素养,在实践中强化两者的融合效果。

#### 2. 课程渗透

在劳动教育课程中融入心理教育目标,例如通过讲

述劳动价值,引导学生探讨劳动如何培养责任感、提升自我效能感,以及对心理健康的重要意义;在心理教育课程中引入劳动教育案例,如分享创业者面对挫折时的劳动历程,分析其如何通过坚持不懈的劳动克服心理障碍,实现个人成长与价值创造,进而帮助学生理解劳动不仅是技能的锻炼,更是塑造积极心态和健全人格的关键途径。这种双向渗透的方式,能让学生在学习中深刻体会劳动与心理健康的内在联系,促进全面发展。

### (二) 推进融合的实践活动

#### 1. 结合校内劳动与心理拓展

组织校园内的劳动实践,如美化校园环境、食堂服务等,同时融入心理拓展元素。例如,安排运动员学生参与食堂服务或协助校园绿化工作,通过分组任务培养团队协作能力。在劳动过程中加入心理互动环节,如分享劳动心得、互相激励,从而提升学生的心理素质和集体意识。此外,针对运动员经常集训的特点,可设置整理行李箱、管理个人物品等技能训练活动,帮助他们在自我管理中增强责任感与独立性。

#### 2. 校企合作深化实习体验

开展与健身房、体育医院等机构的合作,为学生提供多样化实习机会。在健身房实习中,学生不仅能学习专业技能,还能通过指导客户锻炼来提升沟通能力和心理调适技巧。在体育医院实习期间,学生可通过观察和参与康复治疗,学会应对高压环境并掌握情绪管理方法。学校与企业共同建立心理辅导机制,定期开展心理健康讲座及咨询服务,帮助学生适应职场环境,缓解实习压力,提高综合素养。

### (三) 构建融合的师资队伍

#### 1. 提升教师专业能力

组织教师参加专题培训,邀请行业专家分享实践经验,并结合心理学理论探讨教学新模式。鼓励教师深入健身房、体育医院等场景,亲身体验实际劳动过程,从而更精准地设计课程内容,将劳动教育与心理教育深度融合。

#### 2. 推动跨领域合作教学

促进劳动教育教师与心理教育教师的合作,联合开发教学方案。劳动教育教师负责传授具体技能,如运动场馆设备维护、餐饮服务规范等;心理教育教师则聚焦于情绪调节与压力管理,帮助学生在劳动实践中增强心理韧性。双方优势互补,共同打造高质量的教学服务,助力学生成长为全面发展的高素质人才。

## 四、高职教育中劳动教育与心理教育融合的实践成果与挑战

### (一) 实践成果

#### 1. 学生综合素质提高

通过劳动教育与心理教育的融合实践, 高职学生的综合素质得到了明显提高。在思想道德方面, 学生更加尊重劳动、热爱劳动, 树立了正确的劳动价值观; 在专业技能方面, 学生的劳动效率和质量有所提升; 在心理健康方面, 学生的心理调适能力增强, 应对压力的能力得到提高。例如, 某高职院校在实施融合教育后, 学生的就业率和就业质量都有了显著提升, 学生在工作中的表现也得到了企业的认可。

#### 2. 教育教学质量提升

融合教育优化了高职教育的教学内容和教学方法, 提高了教育教学质量。融合课程和实践活动的开展丰富了教学资源, 提高了学生的学习兴趣 and 参与度。例如, 在融合课程的课堂上, 学生的互动性增强, 教师能够更好地引导学生思考和探索, 教学效果明显改善。

### (二) 面临的挑战

#### 1. 传统观念的束缚

在高职教育领域, 传统观念根深蒂固, 部分教师对劳动教育的理解局限于体力劳动层面, 未能认识到其与心理教育的内在联系, 认为两者彼此独立、互不相关。不少学生过度聚焦于专业技能的掌握, 将学习目标单纯限定在技术提升上, 而对劳动精神的塑造和心理健康素养的培养重视不足, 缺乏全面发展的意识, 这在一定程度上阻碍了劳动教育与心理教育融合的深入推进。

#### 2. 资源整合的困难

劳动教育和心理教育的融合需要整合多方面的资源, 包括师资、教材、实践基地等。在实际操作中, 由于不同部门之间的协调困难、资源分配不均衡等原因, 资源整合面临较大挑战。劳动教育实践基地的建设可能需要学校多个部门的合作, 但部门之间的沟通不畅可能导致基地建设进展缓慢。

## 五、对策与建议

### (一) 加强宣传教育, 转变观念

可通过校园广播、宣传栏、主题班会及线上平台等多种渠道, 深入开展劳动教育与心理教育融合的宣传教育。举办专题讲座和经验分享会, 引导教师创新教学理念, 帮助学生理解两者结合对个人成长与职业发展的深远意义, 从而主动转变观念, 积极投身到融合教育的实践中去。

### (二) 完善管理机制, 促进资源整合

应建立健全高职教育中劳动教育与心理教育融合的管理机制, 明确各部门职责分工, 强化部门间沟通协作, 优化资源配置, 提升资源使用效率。成立专门的融合教育管理委员会, 统筹规划相关工作, 制定具体实施方案与评估标准, 确保融合教育目标有效达成, 同时定期开展培训与研讨活动, 促进教师团队协同配合, 为融合教育提供坚实保障。

### 结语

高职教育中劳动教育与心理教育的融合, 不仅是提高教育质量的关键路径, 更是培养具备健全人格与实践能力的高素质技术人才的必然要求。构建融合课程体系时, 应注重将心理健康理念融入劳动实践教学, 设计既体现专业技能又关注心理成长的学习内容。通过开展形式多样的融合实践活动, 如团队协作项目、志愿服务等, 让学生在劳动中体验成就感, 增强心理韧性与社会适应力。加强师资队伍建设, 提升教师对劳动教育与心理教育融合的理解和实施能力, 是实现深度融合的核心保障。在实践中仍面临传统观念束缚, 部分师生对两者结合的重要性认识不足; 资源整合方面也存在跨部门协调难度大、资源分配不均等问题。需强化宣传教育以转变观念, 建立健全协同管理机制, 优化资源配置, 推动劳动教育与心理教育深度融合, 为高职学生全面发展奠定坚实基础, 助力其未来职业道路更加稳健与成功。

### 参考文献

- [1] 石伟平. 我国职业教育的时代特征与发展转型[J]. 中国职业技术教育, 2019, (16): 9-13.
  - [2] 赵忠心. 劳动教育论[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2004.
  - [3] 张大均. 教育心理学[M]. 北京: 人民教育出版社, 2015.
  - [4] 凌瑞, 蔡燕怡, 陈审波, 等. 新时代高职院校劳动教育与心理健康教育融合发展研究[J]. 体育画报, 2023(16): 33-35.
  - [5] 张凤. “五育”理念下高职护生志愿服务融合劳动教育的实践与探索[J]. 产业与科技论坛, 2022, 21(11): 181-182.
  - [6] 陈梦圆. 探究高职院校思政教育与心理健康教育的融合[J]. 魅力中国, 2021(41): 135-136.
- 基金项目: 本文系浙江省高职教育“十四五”第二批教学改革项目“‘劳’育温暖‘境’润生心——高职劳动教育中心理教育的渗透”(编号 jg20240421)的研究成果。