

人本主义心理学在职业院校学生培育中的应用和启示

谭 晋

重庆工信职业学院马克思主义学院, 重庆

收稿日期: 2026年7月13日; 录用日期: 2026年8月15日; 发布日期: 2026年8月24日

摘 要

以马斯洛、罗杰斯为核心的人本主义心理学摒弃精神分析、行为主义的研究局限, 提出坚持人性本善的观念, 坚持以“学生为中心”的思想, 提倡构建良好的师生关系等。这些思想对于职业院校学生的培育具有重要的思想引领, 对形成良好的师生关系、促进人的全面发展、推进健康中国建设具有积极的作用。

关键词

人本主义心理学, 职业院校, 教育, 启示

Application and Enlightenment of Humanistic Psychology in the Cultivation of Students in Vocational Colleges

Jin Tan

Marxism College, Chongqing Institute of Industrial and Information Technology, Chongqing

Received: July 13, 2026; accepted: August 15, 2026; published: August 24, 2026

Abstract

Centered on Abraham Maslow and Carl Rogers, humanistic psychology breaks away from the research limitations of psychoanalysis and behaviorism. It advocates the belief that human nature is inherently good, upholds the student-centered philosophy, and promotes the establishment of sound teacher-student relationships. These ideas provide important intellectual guidance for the cultivation of students in vocational colleges. They also exert positive effects on fostering healthy teacher-student relationships, advancing all-round human development, and advancing the Healthy China In-

itiative.

Keywords

Humanistic Psychology, Vocational Colleges, Education, Enlightenment

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 人本主义心理学的主要观点

20 世纪 60 年代初, 人本主义心理学在美国兴起, 从此成为心理学的“第三势力”。它既不认同“第一势力”的精神分析学派, 也不认同“第二势力”的行为主义学派, 而是主张从人本身出发, 研究人的本性、内在潜能、创造力、生命的价值和意义等[1]。职业院校学生普遍存在理论基础薄弱、自我认同感偏低、实操学习意愿强烈、青春期情绪敏感、职业发展规划模糊等群体特征, 传统管控式、标准化育人模式难以适配其成长需求, 而人本主义恰好弥补该模式短板。其中典型的代表人物以马斯洛和罗杰斯为首。

1.1. 马斯洛的自我实现心理学

1) 需求层次理论

马斯洛从人的动机出发对人的需求和本性等进行探究, 将人类需求分为五个不同的层次, 一级一级地逐次增高, 最基本的是生理需求, 其次依次是安全需求、归属与爱的需求、尊重需求, 自我实现的需求是最高层次的需求[2]。结合职业院校学生群体特征来看, 大量学生底层需求存在缺失: 部分学生家庭经济压力较大, 生理、安全需求难以稳定满足; 长期基础教育阶段以分数为唯一评价标准, 教师否定式评价、同学间成绩攀比, 导致学生归属感、尊重感长期缺失, 进而丧失实训、课堂学习动力, 无法触及自我实现层面的职业价值追求。

2) 自我实现理论

自我实现理论是人本主义心理学的核心。马斯洛认为个体的成长, 就是不断地将隐藏在自身的潜能发挥出来, 实现潜能和欲望的满足, 提升实力, 把自己变更好和更好的生活。这里的实现自我, 包括两个方面的内容, 一个是身体自我, 要求身体健康; 一个是精神自我, 要求潜能和价值的实现。该指引可直接转化为职业院校学生人格培育、职业素养培育的日常教学准则, 适配实训受挫、人际矛盾、职业迷茫等学生常见问题。

1.2. 罗杰斯的人格自我心理学

罗杰斯不仅是人本主义心理学的主要创建者, 也是享誉全球的教育改革家[3]。

1) 人性论

罗杰斯的人性论观点的集中体现是实现倾向这一概念。实现倾向是指: 人类发展他们的所有潜能, 变为他们遗传将允许其成为最好的样子的先天倾向[4]。他认为人性中有积极的一面, 也有消极的一面, 但是认为消极的一面并不是先天就有的, 而是后天影响的。这一观点精准解释职校学生普遍的自我否定心理: 多数学生入学前长期被贴上“差生”“动手能力差”标签, 形成消极自我认知, 这类负面心态是外部环境塑造的结果, 并非学生先天本性顽劣, 为教师包容式育人提供理论依据。

2) 自我论

罗杰斯提出以人为中心的核心理念，主张教育者、心理咨询师充分尊重个体，引导其全面客观认识自我。在育人与心理疏导过程中，不仅要解决学生当下的学业、人际、心理难题，更要推动学生长期成长，剥离外界强加的“虚假自我”标签，建立贴合自身能力、兴趣、职业追求的真实自我认知。其核心实施三要素为真诚、无条件积极关注、共情，也是职业院校师生日常沟通、实训指导的核心准则[5]。

2. 本主义心理学在职业院校学生培育中的应用

2.1. 人性观在分层培育与心理健康教育中的落地

人性是指人类区别于动物，人类所特有的基本属性，也是人类与动物不同的关键所在。有两种倾向，一种是自然科学倾向，强调人的本性是天生；另一种是社会科学倾向，强调人的精神和意识，鼓励开发人的潜能，实现自我价值。人本主义心理学属于后者，但也吸收和借鉴了前者的观点。

1) 人性本善

传统教育普遍认可人性向善的底层逻辑，该观点与我国传统文化中儒家向善思想形成呼应，可直接融入职业院校育人实践。人本主义承认人的本性是善的，但是也会受到其他因素的影响，如果不好好教育，就会向相反的方向发展，就会转为恶的一面。因此，教育在人性观上发挥着重要的作用。

落实到职业院校培育工作中，首先要引导学生正确地认识自己，只有现实与理想一致时，人才能获得真正的快乐。我们常说：理想很美好，但现实很残酷。这就是不能够达到自身与周围环境的和谐，人也就常常陷入痛苦等不好的情绪之中。其次，金无足赤人无完人，没有一个人是完美的，要接受自己的不完美。最后，宽以待人，要有宰相肚里能撑船的气量。宽容对待他人，是一种美德，才能够与他人友好地相处。

2) 人性成长论

教育是为了推动人性正向发展，充分挖掘个体内在潜能，实现持续性成长。首先，人的成长具备客观规律与阶段性特征，职业院校育人工作需遵循青少年成长规律，分阶段制定差异化教学目标与指导方法。中职、高职阶段学生处于青春期，自主意识、独立意识大幅增强，不再依赖教师、家长的全程管控，心智逐步成熟，传统一刀切、强制管控的管理模式极易引发逆反心理。其次，教育全过程需兼顾学生阶段性心理特征，实训教学、日常管理、心理疏导同步调整方式。最后，教育是为了实现人的成长，学生通过校园学习掌握专业知识、实操技能、人际交往能力，形成独立适应社会与行业岗位的综合素养。

3) 人性选择论

在成长过程中，我们会面对很多的选择，不同的选择将带来不同的结果。我们现在身处人工智能高速发展期，由于人的成长环境和教育背景的不同，导致每个人的个性都是不一样的，形成了形形色色的人。当面对同样的问题，也会有不同的答案和选择。职业院校培育工作需引导学生坚守正向价值导向，形成真诚、友善、求真的处事准则，成长为具备独立价值判断、能够适配行业发展的技能人才。

2.2. “以学生为中心”的思想

在传统的中国教育中，教师处于绝对权威地位，学生被动接受知识，将教师言论视为标准答案，即便教师出现教学疏漏，学生也极少主动提出质疑。古代科举导向下的读书模式侧重书本背诵，脱离现实实践，容易形成读死书的学习习惯，限制学生发散思维与创新能力，该模式弊端在当前职业院校理论课堂仍有残留。

现代素质教育倡导以学生为中心的育人逻辑，全部教学、实训、管理工作围绕学生成长需求设计。制定教学目标时充分匹配职校学生阶段性心理特征。教学实施层面坚持因材施教，关注学生个体差异，

采用差异化指导方式：面对长期受挫、自信心不足的学生，持续给予正向鼓励；面对容易骄傲自满的学生，适时提醒短板；专业成绩突出的学生提供竞赛、创新项目资源；基础薄弱学生配套一对一课后实训辅导。培育工作需平等对待每一名学生，引导学生开展自我反思、自我教育，教师仅作为成长引导者，学生是自身学习与成长的核心主体[6]。

2.3. 构建良好的师生关系

人本主义心理学强调师生关系应该处于一种融洽的氛围。传统教育体系过度抬高教师地位，形成不对等的师生关系，长期压抑学生表达欲，不利于内在潜能开发，也容易滋生师生矛盾。人本主义视角下，教师与学生人格完全平等，日常沟通、实训指导应当双向平等交流。老师和学生之间应该培养良好的感情，情感是维系人与人之间联系的纽带，这样不仅有利于师生情感的交流，也有利于营造良好的学习氛围。

人本主义心理学强调环境对人的影响。环境对人的影响是巨大的，健康、积极向上的充满正能量的环境，对人的影响是正面的；相反，不健康、消极的具有负能量的环境对人的影响是负面的。当前部分职业院校存在师生关系紧张问题，例如老师体罚、辱骂学生；学生不尊重、打伤教师等。这样的氛围普遍的存在的话，营造的将是不健康的环境，这与教育是背道而驰的。教育在社会中倡导良好的师生关系和营造良好的社会氛围，这种良好的社会风气是有益于人才的培养和教育的发展。

3. 人本主义心理学优化职业院校学生培育的实践启示

3.1. 锚定学生主体地位，重塑教师复合型主导角色

人本主义“以学生为中心”的核心思想，要求职业院校将学生放置于培育工作的核心位置，同时不弱化教师的专业指导、人文陪伴双重主导职能。传统教育模式中，学生长期处于被动接收知识的状态，教师单向讲授、学生机械记忆，压抑学生创新思维与实操主动性。职业教育改革背景下，全部教学、实训、学生管理、心理服务工作均围绕学生成长需求设计，摒弃“管控优先”的传统思路，依托分层实训、自主科创项目、个性化职业规划，匹配不同基础学生的成长诉求。教师需构建双重主导职能：一方面承担专业技能、行业规范、理论知识的标准化指导职能，融合认知、建构理论搭建规范实训体系；另一方面落实人本主义共情陪伴职能，持续关注学生情绪变化，及时疏导实训挫败、就业迷茫、人际矛盾等心理问题，成为学生成长支持者。

3.2. 完善多元培育体系，推动学生全面发展

职业教育提倡德、智、体、美、劳全面发展，培育工作不能仅聚焦实操技能，需同步兼顾心理人格、职业素养全方位成长。第一，改革单一分数、实训成绩评价机制，搭建多元综合评价框架[7]。考核维度覆盖实操技能、阶段性进步幅度、人际协作能力、自主创新表现、心理健康状态，不再以单次实训考核结果定义学生整体发展水平。第二，完善校园心理健康配套体系，扩大专职心理教师配比，开设常态化人本主义心理课程，针对实训挫折、升学就业压力、人际矛盾开展专项团体辅导；加大心理场地、设备经费投入，心理咨询室、心理舒缓空间覆盖全部院系、实训车间。第三，将人文关怀全程融入实训教学，引导学生接纳自身短板，树立正向职业价值观，同步提升实操专业能力与心理韧性，实现身心协同完整成长。

3.3. 融合多流派理论，构建适配职业教育的人本实训育人模式

直接照搬西方纯粹人本主义理论会出现水土不服问题，必须结合认知主义、建构主义完成本土化改

造,形成专属职业院校的复合型育人方案。课堂层面:人本主义营造包容良好的课堂氛围,认知主义梳理专业知识逻辑框架,建构主义设计项目化协作实训,三者同步落地;管理层面:以人本主义平等沟通为基础,配套标准化实训安全、技能考核制度,平衡学生自主成长空间与行业规范约束;评价层面:三维综合评价体系,包含主观成长体验(人本)、认知思维提升(认知)、实践建构成果(建构),全面衡量学生综合培育成效。

3.4. 化解学生高频心理问题,推进健康中国建设

随着国家经济的发展,人民生活水平得到显著提升,以及网络的快速发展,给我们带来了很大的变化,同时也出现了很多新的社会问题,尤其是人的心理问题[8]。现在关于学生心理问题不断发生,有的学生心理压力承受力低,比较脆弱,常常做出比较偏激的行为;有的学生人际交往有障碍,不知如何与他人相处;有的学生有考试焦虑等等。健康中国,不仅包括身体健康,还包括心理健康。职业院校应更加关注学生的心理健康问题,使我们的学生不仅有扎实学识、过硬的技术,还有健康的心理。

在职业教育提质升级的发展背景下,将人本主义人文关怀完整融入实训教学、学生管理、心理健康、职业规划全培育链条,能够打破唯技能、唯分数的单一培育逻辑,同步提升学生实操专业能力、心理健康水平、完整人格素养,为国内各类职业院校完善学生综合素质培育体系提供稳定可行的理论支撑与实践路径。

参考文献

- [1] 埃里克·希雷. 心理学史(原书第二版)[M]. 北京:机械工业出版社,2023.
- [2] 许芳,张楠,朱永虹. 马斯洛人本主义心理学在心理健康辅导中的应用[J]. 安阳工学院学报,2022,21(5): 90-92.
- [3] 赖华盛. 罗杰斯关于教育的论述及启示[J]. 西部学刊,2021(1): 77-79.
- [4] 郑雪. 人格心理学[M]. 广州:暨南大学出版社,2022.
- [5] 陈冠宇,刘恕华. 卡尔·罗杰斯人本理论对现代教育观的启示[J]. 吉林工程技术师范学院学报,2020,36(3): 48-52.
- [6] 李静. 立德树人视域下高职院校学生综合育人路径研究[J]. 职业,2023(24): 78-80.
- [7] 周琳. 新时代职业院校多元学生评价体系构建研究[J]. 职业教育研究,2024(2): 41-45.
- [8] 俞国良. 心理健康经典理论思想研究[M]. 北京:北京师范大学出版社,2022.