

职校生心理健康教育的现状及改进策略研究

莫光莹¹, 杜晨蕊¹, 张雨点¹, 薛亚平², 张长英²

¹江苏理工学院炎培学院, 江苏 常州

²江苏理工学院研究生院, 江苏 常州

收稿日期: 2024年10月17日; 录用日期: 2024年12月3日; 发布日期: 2024年12月18日

摘要

心理健康教育的质量直接影响到职业教育的效果, 而有效的心理健康教育能够显著提升职校生的自我效能感, 减少因心理压力导致的行为问题。然而, 通过对职校生心理健康教育的现状进行分析, 发现管理体制、课程体系、重视程度、师资力量等方面的问题仍需要进一步提出改进策略。所存在的这些问题不仅影响着职校生心理健康教育工作的开展, 同时也为学生的心健康成长埋下了隐患。因此, 必须采取切实有效的措施, 如完善管理体制、优化课程结构体系、提高重视程度、强化师资力量等, 以全面加强职校生心理健康教育。

关键词

职校生, 心理健康教育, 改进策略

Research on the Current Situation and Improvement Strategies of Mental Health Education for Vocational School Students

Guangying Mo¹, Chenrui Du¹, Yudian Zhang¹, Yaping Xue², Changying Zhang²

¹Yanpei College, Jiangsu University of Technology, Changzhou Jiangsu

²Graduate School, Jiangsu University of Technology, Changzhou Jiangsu

Received: Oct. 17th, 2024; accepted: Dec. 3rd, 2024; published: Dec. 18th, 2024

Abstract

The quality of mental health education directly affects the effect of secondary vocational education, and effective mental health education can significantly enhance the self-efficacy of vocational school students and reduce the behavioral problems caused by psychological stress. However, by analyzing

文章引用: 莫光莹, 杜晨蕊, 张雨点, 薛亚平, 张长英(2024). 职校生心理健康教育的现状及改进策略研究. 心理学进展, 14(12), 137-143. DOI: 10.12677/ap.2024.1412864

the current situation of mental health education for vocational school students, it is found that problems in the management system, curriculum system, degree of attention, and teachers' strengths still need to be further proposed as improvement strategies. These problems not only affect the development of mental health education for vocational school students but also lay hidden dangers for students' mental health growth. Therefore, it is necessary to take practical and effective measures, such as improving the management system, optimizing the curriculum structure system, raising the degree of attention, and strengthening the teachers, to comprehensively strengthen the mental health education for vocational school students.

Keywords

Vocational School Students, Mental Health Education, Improvement Strategy

Copyright © 2024 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. 引言

职业教育作为教育体系中不可或缺的部分，学校不仅肩负着传授学生专业知识与技术技能的职责，更承载着培育学生心理健康与人格的重任。同时，职校生正处于心理发展、自我认知形成的重要时期，面对就业、学业、人际关系等诸多因素的影响，这很容易产生情绪波动和心理困扰。因此，职业院校很有必要实施全面系统的心理健康教育，帮助学生具有更清晰的自我认知，从而提升整体心理素质。

近年来，教育部针对学生心理健康教育这一问题，出台了一系列重要政策文件，以指导、推动全国各校的心理健康教育工作。教育部于2021年8月颁布了《对十三届全国人大四次会议第1373号建议的答复》专门针对职业院校的特点，提出了“完善制度建设，强化政策引领”和“提高心理健康教育课程建设水平”等具体措施。此外，教育部等十七部门于2023年4月颁布的《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023~2025年)》，强调要构建更健全的心理健康教育体系，确保心理健康教育贯穿于从小学至大学教育教学的全过程，实现全过程育人体系。特别是近期，2024年5月，《教育部办公厅关于开展首个全国学生心理健康宣传教育月活动的通知》明确指出，要“全社会都行动起来，共促学生心理健康”。为此，教育部通过一系列丰富多样的宣传教育活动，来增强师生及家长的心理健康知识水平和素养，并期望能够达成全社会关注学生心理健康的普遍共识。这些文件的发布，不仅彰显了国家对青少年心理健康问题的重视，也为职业学校的心理健康教育提供了更加明确具体的发展方向。基于此，先对当前职校生心理健康教育的现实状况进行分析，通过探讨相应的影响因素，提出对应有效的策略。

2. 职校生心理健康教育的现状

中等职业教育作为培养高素质技术技能人才、推动产业发展的重要力量，正步入一个全新的发展阶段。在此背景下，构建高效运行的心理健康教育体系变得尤为重要。然而，相对于普通中小学，中等职业教育的心理健康教育面临着“表面化、形式化”的困境(俞国良, 靳娟娟, 2021)。即尽管理论上被强调其重要性，但在实际操作中往往因种种原因而被边缘化或忽视。具体的问题主要有以下几个方面。

(一) 管理体制不健全

管理体制是指为促进职业学校的学生心理健康发展而建立一系列组织结构、制度规范、资源配置及监督评估机制的综合管理体系。然而，当今的管理体制仍存在诸多不完善之处。一是资源分配不均。心

理健康教育常被误解为只需向有心理问题的学生开设课程即可，而忽视了其预防心理问题、增强心理韧性等方面的重要性。因此，许多学校在执行教育制度时，出现一种“重专业、轻心理”的偏向现象，心理健康教育只是走个形式(俞国良, 靳娟娟, 2021)。部分学校愿意将更多的资源投入到其他教育领域，而忽视心理健康教育的需求。二是责任分工不明确。心理健康教育本应是一个跨部门、多层次的综合性工作，需要学校的教育管理部门、心理咨询中心、班主任等多方共同参与配合。然而实际上仍有不少职业院校存在心理健康教育管理权限配置不规范、学院各个部门之间没有厘清责任和权限、心理健康教育没有独立的建制等问题，从而导致出现工作重叠、衔接不畅或责任推诿的问题(游晓功等, 2022)。三是制度保障不足。由于当前许多职业院校在心理健康教育方面的制度建设相对滞后，如缺乏明确的规章制度、评估标准和激励机制，这既直接制约了教师在工作中的积极性，也限制了学生的参与度。

(二) 课程体系不完善

课程体系是指在教育系统中建立一套完整、科学、系统的心理健康教育课程体系，旨在提供全面、有效的心理健康服务和支持。目前，课程体系主要面临的挑战是心理健康教育工作体系的不健全与心理健康教育教材体系的不完善(肖莹, 单李丹, 2020)。一方面，心理健康教育工作体系缺乏全面系统的规划和明确的教育目标设定。在教育部颁布相应的政策时，未能及时调整心理健康教育工作体系建设思路，忽视了职业教育与普通教育不同生源学生群体认知水平和学习偏好的区别(覃梅芳, 潘宇, 2022)。因此，教育内容和活动难以精准根据职校生的实际需求进行设计。同时，实施过程中还缺乏有效监督和评估机制，致使不能切实地了解到职校生的实际心理健康情况。另一方面，心理健康教育教材体系也有待优化升级。当前教材内容普遍显得枯燥，缺乏新鲜感和实用性，难以引起学生的兴趣与共鸣，且针对职校生这个群体的心理特点设计也有待加强(李盼盼, 梁丰, 2023)。更为重要的是，教材市场上缺乏统一、规范的心理健康教育教材，导致不同职业院校、教师在教学内容和教学方法上存在较大差异，从而影响了教育效果的一致性和科学性。

(三) 重视程度不足

近年来，尽管对中小学生心理健康状况的调查研究日益增多，但这些研究多聚焦于普通中学生，对职校生心理健康现状的关注却相对匮乏(何志昌, 2017)。虽然国家政策积极倡导全面发展素质教育，但在实际运行的职业院校中，心理健康教育领域仍然缺乏足够的重视。在教育资源分配时，职业院校往往倾向于实用性课程，认为这些课程能够直接转化为就业技能或提升学业成绩，而心理健康教育则相对被边缘化。然而，多数职校生因各种原因“被选择”进入高职院校，他们正值青春期与职业选择的关键时期，心理需求尤为迫切(丁文娟, 2022)。开展心理健康教育不仅深化了对这一群体心理特征的理解，促进了社会对他们的广泛关注并打破了刻板印象，更有助于塑造职校生积极的心理状态，为社会培养兼具健康心理与卓越技能的人才，从而关乎个人成长及未来社会的稳定与发展。尽管多数职业院校已设立了心理咨询服务中心，但在实施心理健康教育的过程中，“说起来重要，忙起来不要”的问题仍然存在，尤其是在学生心理健康档案的管理上，这导致心理健康教育在某些情况下流于形式(俞国良, 2022; 卢元风等, 2024)。因此，心理健康教育应如同专业教育一样，突出职教特色，紧扣职业教育的培养目标，准确把握学生的职业、就业及创业心理，并在教学过程中强化服务意识，以确保每一位职校生都能得到全面而有效的心理支持(俞国良等, 2017)。

(四) 师资力量薄弱

师资力量是实施心理健康教育教学的主体，不仅直接关系到教学质量的效果，还对学生心理健康水平的提升产生深远影响。一些研究表明，当前无论是中小学还是职业院校，在心理健康教育方面都面临着诸多挑战，包括师生比例失衡、心理教师角色界定不明确以及专业师资水平待提升等(邓林园等, 2018)。部分专任教师热衷培训提升咨询技能，却对本校心理健康教育工作投入不足(罗晓路, 2018)。这一现状背

后，隐藏着多重深层次原因。一是社会认知度不高。虽然相关的学校、企业等领域已逐步引入了相关心理健康教育的课程或活动，但由于宣传普及不足，心理健康教育资源未能充分惠及大众。此外，心理健康教育在部分职业学校中仍被视为边缘学科，未能得到足够的重视和支持，这也影响了师资力量的壮大和稳定。二是专业培养体系不完备。由于目前针对职校心理健康教育师资的专业培训和发展路径尚不明确，部分教师缺乏系统学习和实践的机会，导致他们在心理健康教育的理念、方法和技巧上存在不足。这不仅难以有效提升他们的专业能力和教学水平，也使他们难以有效应对学生的复杂心理问题。三是职业院校里学术氛围与研究资源的不足。职校生更倾向于将时间和精力投入到直接提升职业技能的活动中，而不是专注于需要长时间投入的学术研究中。这种倾向不仅影响了职业院校的学术发展，也限制了学生个人在学术领域内的成长进步。正是如此，学校难以吸引和留住具备高水平心理学专业知识的教师，这也造成心理健康教育团队的专业水平参差不齐。

3. 职校生心理健康教育的问题成因

职校生的心理健康问题，是党中央高度重视且社会各界广泛关注的焦点议题。现如今职校心理健康教育依旧面临着多重的困境，其深层原因可归结为资源投入不足、宣传力度不够、专业人才匮乏等。这些因素不仅削弱了心理健康教育对职校生心理危机的有效干预，还阻碍了提升学生心理素质的整体进程。

(一) 资源投入不足

资源投入是支持职校生心理健康教育发展的基石，它能够确保教育资源的充足与优化配置，从而为心理健康教育的发展提供了有力的支撑。然而，当前部分学校在心理健康教育方面的资源投入明显不足，无论是资金、场地还是教材资料等方面都存在短缺现象，这也就无法保证心理健康教育的可持续发展(沈绮云, 肖平, 2014)。另外，受应试教育的影响，心理健康教育课程相对于其他学科而言处于劣势。普遍认为心理健康教育课程对于职校生的未来就业没有实际的用途，学生的心灵问题可以通过家庭教育和自我调节来解决，无需学校过多干预。因此，在资金有限的情况下，学校往往优先保障教学设施、教师薪酬等显性投入，而心理健康教育等软实力建设则难以获得充足的资金支持。

(二) 宣传力度不够

现今人们对于心理健康教育的认知度不高，很大程度是因为心理健康教育的宣传力度不够。虽然互联网的普及使得新媒体成为信息传播的重要渠道，但是在宣传心理健康教育上，目前许多学校仍主要依靠海报和讲座这些传统的宣传方式。部分学校未能充分地意识到新媒体的优势，这不仅阻碍了教育创新的步伐，还使得新媒体技术难以迅速普及到更广泛的学生群体。另外，学生在接触到心理健康教育宣传的内容并学习后，却缺乏有效的反馈渠道来表达自己的感受和意见。这在一定程度上也影响了人们参与心理健康教育活动的积极性和教育效果的评估。

(三) 专业人才匮乏

专业人才的水平直接影响着职校生心理健康的教育质量，是学生健康成长的保障。而职校生心理健康教育的专业人才匮乏，主要源于教育体系中对该领域专业人才培养的忽视，以及职业学校对心理健康教育重视程度的不足。一是现有教师中具备专业心理学背景和技能的教师比例较低。许多职业院校的心理健康教育教师并非心理学专业出身，而是由专业背景不匹配的其他学科教师兼任。这些教师虽然可能拥有丰富的教学经验，但在心理健康教育方面的专业知识和技能相对欠缺。二是心理健康教育相关专业的毕业生数量有限。多流向了高校或大型企事业单位，职业学校难以吸引和留住这些专业人才。这不仅限制了职业学校心理健康教育师资队伍的壮大，还影响职业学校学生的心理健康教育和辅导质量。

4. 职校生心理健康教育的改进策略

虽然近年来各级党委、政府也更加重视学生心理健康教育工作，并且在大中小学各年龄段的心理健康

教育工作取得了一定的成效，但在工作中仍存在一些有待解决的问题。因此，职业院校应深入剖析自身心理健康教育现状，明确改进方向并采取多元化的策略全面加强和改进新时代学生心理健康工作。

（一）健全心理健康教育管理体制

健全心理健康教育管理体制是开展心理健康教育工作的基本架构，是有效进行各项心理健康教育活动的前提。在此基础上，娄底职业技术学院通过加强制度保障、改善硬件设施等措施，高度重视并不断探索创新心理健康教育路径，成功构建了具有娄职特色的心理健康教育新体系。首要的是，建立全面的心理健康教育管理架构。从校级管理层、心理咨询师到班主任、任课教师，每个人都应该明确自身的职责分工。在此基础上，为了形成一个上下级紧密协作的心理健康教育工作网络，每个层级都需要被纳入管理体系中。此外，管理架构还需要全面涵盖心理健康教育多方面的重要内容，包含目标设定、工作流程、课程设置、危机干预等，确保每一项工作都有章可循、有据可依(俞国良, 王浩, 2022)。其次，制定科学的评估反馈机制。职业院校可以定期以问卷调查、网络心理辅导等方式，吸引学生积极参与心理健康筛查和评估工作，及时发现并干预学生潜在的心理问题。然后对评估结果的数据进行分析，及时发现管理体系中的不足，并有针对性地完善管理体制。再者，强化家校社合作机制。家校社三方加强对职校生心理健康状况的持续关注，并协同建立一个系统化的心理健康支持与干预机制。同时，职业院校不定期地召开家长会、组织心理健康教育专题讲座等途径，向家长普及心理健康教育的相关知识，从而提升他们识别心理健康教育问题的能力。

（二）优化心理健康教育课程结构体系

心理健康教育课程是学生学习了解心理知识的重要途径，课程结构的质量是衡量教学质量的重要标准。为了进一步提升教学质量，职业院校很有必要对心理健康教育课程结构体系进行优化，以满足不同学生的需求。一是建立系统化的心理健康教育工作体系。由于职校生具有多样性和复杂性的特征，因此，需要职业院校使用科学的心理测评工具测量学生的心理状态，并根据不同问题的学生开展一对一辅导。另外，为需要关注的学生建立个性化的心健档案，方便相关工作者持续定期地跟踪学生心理变化。为了确保这种关注的连贯性，将心理健康教育融入学生在校期间的各个阶段。根据学生不同成长阶段的特点，制定出阶梯式递进的教育目标，形成从预防、干预到发展的完整心理健康教育链条。二是编制统一的心理健康教育教材体系。在编制或甄选优质教材时，就需要根据职校生的心理特点和实际需求，融入符合心理健康教育的基础知识、实用技巧及案例分析(李春艳, 2020)。同时，为学生开设多样的必修课和选修课，这些课程应全面覆盖像自我认知、情绪调节等心理健康教育各个方面内容。进一步地，着重培养学生健康的心理素质，推动学生将内在动力转化为实际行动，助力学生充分挖掘并发挥个人潜能。例如，重庆女子职中通过实施“必修课+选修课+活动体验课”模式，系统地培养学生自我认知、学业及职业规划等能力，成功构建了职业生涯与心理健康融合教育的课程体系，并有效提升了学生的积极心理品质和健康水平(谭轹纱等, 2023)。

（三）加强对心理健康教育的重视程度

国家对职业院校的高度重视是提升其教育成效的关键要素。特别是心理健康教育课程，应将其视为与其他学科具有同等重要性的教育课程，并将其理念和实践渗透到学校的方方面面。一方面，加大政府扶持力度。政府可以出台一些支持学校开展心理健康教育的相关政策，并加大相应的财政投入。作为学校教育的组成部分，心理健康教育的重要性不亚于其他学科，所以应该像其他学科一样被纳入教育预算，并确保足够的资金运用到学生心理辅导上。2023年7月，教育部发布的《关于进一步加强和改进职业院校学生心理健康工作的通知》，明确要求省级教育行政部门指导本地区职业院校，坚持五育并举促进心理健康，有机融合、统筹推进。另一方面，加强宣传教育。社会对于职业院校心理健康教育的普遍态度，间接影响着职校生的心理健康水平。传统的观念认为，心理健康教育主要针对有心理问题的学生开设，

而心理健康的学生成为被认为不需要接受专门的心理健康教育课程。事实上，这种观念忽略了开设心理健康教育对学生的潜在益处，因此很有必要打破这种传统偏见，扭转人们对于心理健康教育的错误认识。值得注意的是，教育部已经决定自 2024 年起，将 5 月确定为“全国学生心理健康宣传教育月”，旨在大幅提升社会各界对学生心理健康问题的关注度，并为学生营造一个更加积极、健康的社会氛围。另外，职业院校还可以通过心理健康知识竞赛、互联网、海报等多样化的宣传形式，让更多的人了解到相关的心健康教育知识。最终，让群众认识到心理健康教育并非专属于那些已经遭受心理疾病困扰的学生，而是每一位职校生都应当接受的重要教育内容。

(四) 提升师资队伍的专业水平

师资队伍作为教育的主要实施者，其专业工作能力及自身心理健康水平直接影响着教育工作的成效(黄峥, 俞国良, 2009)。2024 年 3 月，《将中小学专职心理健康教育教师配备纳入教育督导》这一政策指出“各地中小学在班主任和各学科教师培训、进修中，将心理健康教育作为必修内容予以重点安排”，旨在强化师资培训、提高教育效果，全面促进学生心理健康发展。对此职业院校应加大全体教师心理健康教育培训力度，并进行制度化的考核，以提升其心理健康教育素养(张长英等, 2022)。同时，为了不断提升教师的专业水平，职业学校还可以创造不同的条件：一方面，鼓励教师积极参与学术交流和科研项目，使教师掌握最新的心理学理论、教育方法和干预技巧；另一方面，积极引进心理学、教育学等相关专业的优秀人才，向师资队伍注入新鲜血液，提升团队的专业素养与活力，进而为心理健康教育开辟全新的视野。这样既能促进教师能力的持续进步，又能保持师资队伍的活力和创新精神。

5. 结语

心理健康教育虽然只是职业院校所开设课程的一小部分，但对于学生个人的影响却具有重大意义。因此，对于现阶段心理健康教育工作所存在的问题，相关部门应当有针对性地及时提出并实施改进策略，从而汇集多方力量共同为职校生营造一个积极健康的发展空间，助力职校生塑造一个更为全面的人格。

基金项目

累积生态风险对职校生学业心态的影响及其规避机制研究，项目编号 KYZB22525; 2022 年职教教师本硕一体化培养模式探索，项目编号 JGKT22_C067。

参考文献

- 邓林园, 梁洁姗, 李蓓蕾, 王工斌(2018). 中小学心理健康教育现状: 心理教师与学校管理者的不同视角. *教师教育研究*, (4), 58-64.
- 丁文娟(2022). 高职院校心理健康教育的现状及优化策略. *西部素质教育*, (8), 175-177.
- 何志昌(2017). 中职生心理健康现状及教育对策探索. *教育研究与实验*, (5), 91-94.
- 黄峥, 俞国良(2009). 中职心理健康教育教师的教育能力探索. *中国职业技术教育*, (5), 5-10.
- 李春艳(2020). 高职院校学生心理健康教育现状与实施策略探究. *国际公关*, (11), 59-60.
- 李盼盼, 梁丰(2023). 中小学心理健康教育活动课的现状与改进策略. *中国教育学刊*, (S1), 126-127+130.
- 卢元风, 赵成佳, 俞国良(2024). 基于调研证据的中职班主任对心理健康教育的认知与评价. *中国职业技术教育*, (4), 58-68.
- 罗晓路(2018). 大学生心理健康教育的现状与对策. *教育研究*, (1), 112-118.
- 沈绮云, 肖平(2014). 高职院校心理健康教育的职业导向改革——基于校企合作协同育人理论的视角. *职教论坛*, (26), 15-18.
- 覃梅芳, 潘宇(2022). 百万扩招背景下高职院校心理健康教育的实然困境、治理思路与应然路径. *教育与职业*, (6), 90-93.
- 谭砾纱, 尹浪, 帅培清(2023). 职业生涯规划与心理健康融合教育模式构建与实践路径——基于重庆市女子职业高级中学的案例分析. *职业技术教育*, (17), 59-64.

- 肖莹, 单李丹(2020). 互联网背景下中小学心理健康教育的挑战与应对. *教师教育论坛*, (12), 70-72.
- 游晓功, 朱菲菲, 李静, 王利(2022). 加强心理健康教育, 助力高职院校铸魂启智. *科教文汇*, (15), 94-97.
- 俞国良(2022). 我国中职学校心理健康教育状况分析: 来自调研的证据. *职业技术教育*, (3), 35.
- 俞国良, 靳娟娟(2021). 我国中职学校心理健康教育状况分析: 来自调研的证据. *清华大学教育研究*, (2), 48-58.
- 俞国良, 王浩(2022). 新时代我国心理健康教育的发展方向及其路径. *中国教育科学(中英文)*, (1), 23-31.
- 俞国良, 王浩, 赵凤青(2017). 心理健康教育: 高职院校学生的自卑与超越. *中国职业技术教育*, (7), 28-32.
- 张长英, 颜开, 胡文清, 张馨仪(2022). 留守中职生发展资源的个体差异与对策研究. *职业技术教育*, (34), 62-67.