

中职课程思政与心理健康教育融合的实践研究

潘贵欣

临江市职业技术学校, 吉林 临江 134600

DOI: 10.61369/VDE.2026120004

摘 要： 新时代中职教育以立德树人为根本任务，兼顾学生价值塑造与身心健康成长是职业教育高质量发展的核心要求。当前中职学生存在重实践体验、轻理论学习、心理韧性不足、易受同伴影响等特征，传统课程思政与心理健康教育相互割裂、育人实效薄弱，难以适配中职学生成长与职业发展需求。本文在探析中职课程思政与心理健康教育融合的核心意义的基础上，从师资建设、课程革新、活动落地、评价完善四个维度构建系统化实践路径，同时搭建全方位保障体系，旨在实现价值引领与心理育人的协同赋能，助力中职学生成长为身心健康、品德优良、素养全面的技能型人才。

关 键 词： 中职教育；课程思政；心理健康教育；教育融合；育人实践

Practical Research on the Integration of Curriculum Ideological Politics and Mental Health Education in Secondary Vocational Education

Pan Guixin

Linjiang Vocational and Technical School, Linjiang, Jilin 134600

Abstract： Taking fostering virtue through education as the fundamental task of secondary vocational education in the new era, balancing students' value shaping and physical and mental health development is an essential requirement for high-quality vocational education. Contemporary secondary vocational students are characterized by emphasizing practical experience while neglecting theoretical learning, lacking mental resilience and being susceptible to peer influence. The separation of traditional curriculum ideological politics and mental health education results in unsatisfactory educational effects, which fails to adapt to the growth and career development needs of secondary vocational students. By analyzing the core significance of integrating curriculum ideological politics and mental health education, this paper constructs a systematic practical path from four dimensions of teacher training, curriculum reform, activity implementation and evaluation improvement, and establishes an all-round guarantee system. It aims to realize the coordinated effect of value guidance and psychological education, and cultivate skilled talents with physical and mental health, sound morality and comprehensive literacy.

Keywords： secondary vocational education; curriculum ideological politics; mental health education; educational integration; educational practice

中职教育是现代职业教育体系的重要基石，承担着培养高素质技术技能人才的重要使命，立德树人、育心育人是中职教育的核心目标。中职学生处于自我认同构建、职业认知萌芽的关键青春期，心理状态不稳定、抗压能力较弱，同时亟需正确的职业价值观与道德理念引导。当前多数中职院校存在课程思政偏重理论灌输、脱离学生实际，心理健康教育独立开展、缺乏价值引领的问题，两类教育存在育人壁垒，难以解决学生职业迷茫、人际冲突、学习焦虑等实际问题^[1]。基于此，本文结合校园调研数据与教学实践经验，探索两类教育深度融合的育人价值与实践路径，构建协同育人体系，为中职育人工作提质增效提供实践参考。

一、中职课程思政与心理健康教育融合的意义

（一）弥补传统育人短板，提升综合育人实效

传统中职育人模式中，课程思政与心理健康教育分属独立教学体系，存在明显的育人短板与资源浪费问题。传统课程思政教学多以理论宣讲、理念灌输为主要形式，聚焦国家发展、集体主

义、社会规范等宏观内容，侧重引导学生建立宏观价值认知，但对学生个体成长中的微观问题关注不足。对于中职学生普遍面临的技能学习挫折、职场预演焦虑、人际关系矛盾、自我价值迷茫等现实困扰，传统思政教育难以提供针对性解决方案，导致学生普遍认为思政内容空洞、脱离生活，育人内化效果不佳。而单一的心理健康教育侧重疏导学生心理情绪、缓解心理压力，聚焦个

体心理状态调节,却缺乏价值层面的深度引领,部分学生心理问题疏导后,因价值认知模糊仍会反复出现心理困扰^[2]。二者深度融合可实现优势互补,以思政教育补足心理育人的价值短板,以心理健康教育软化思政教育的生硬说教,将宏观价值理念转化为学生可感知、可践行的成长准则,彻底打破两类教育的育人壁垒,全方位提升中职育人工作的针对性与实效性。

（二）契合学生成长规律，助力身心全面发展

中职学生群体具备鲜明的认知与心理特征,与普通高中学生存在显著差异,其成长规律决定了单一育人模式无法适配其发展需求。从认知特征来看,中职学生普遍重实践体验、轻理论学习,对枯燥的理论说教接受度低,更倾向通过实操体验、案例感悟、互动实践获取知识与认知;从心理特征来看,中职学生青春期心理特征显著,自我认知不稳定、心理韧性薄弱,极易受同伴环境影响,在专业学习、人际相处、职业规划中易产生负面情绪与心理困惑。课程思政与心理健康教育的融合,严格遵循“以人为本”的教育理念,尊重学生个体差异与成长规律,摒弃传统单向灌输的教育模式^[3]。一方面通过体验式、互动式教学贴合学生认知特点,让学生在实践中感悟思政内涵、提升心理素养;另一方面聚焦学生个体成长需求,兼顾价值塑造与心理呵护,既帮助学生树立正确的三观与职业价值观,又有效疏导成长心理难题,推动学生思想道德素养与心理健康水平协同提升,实现身心全面发展。

（三）夯实职业育人根基，适配技能人才培养目标

中职教育的核心目标是培养德技并修的高素质技术技能人才,不仅要求学生具备扎实的专业技能,更需要拥有优良的职业品德、稳定的职业心态和良好的职业素养。在职业教育现代化发展背景下,企业对技能人才的评价标准不再局限于专业技能,更注重员工的工匠精神、责任担当、抗压能力、团队协作能力与心理调适能力。传统中职教学侧重专业技能培养,育人重心偏向“育才”,忽视“育德”与“育心”的协同推进,导致部分学生存在职业认知偏差、职业心态浮躁、抗压能力不足等问题,难以适配职场岗位需求。课程思政与心理健康教育的深度融合,能够精准对接职业人才培养目标,将工匠精神、爱岗敬业、诚信自律等职业思政元素与职业压力疏导、职场人际适配、职业自信构建等心理教育内容有机结合,在夯实学生专业技能的同时,塑造优良职业品德、培育健康职业心态,帮助学生提前适配职场环境,破解中职学生就业适配性不足的难题,为学生职业长远发展筑牢根基^[4]。

二、中职课程思政与心理健康教育融合的实践路径

（一）强化师资能力建设，筑牢融合育人核心根基

教师是课程思政与心理健康教育融合落地的核心实施主体,教师的综合育人能力直接决定融合教育的最终效果,因此强化师资队伍是推进两类教育深度融合的首要路径。针对中职教师普遍存在的思政元素挖掘能力不足、心理健康教育专业素养薄弱、融合教学技巧欠缺等问题,院校需构建系统化、常态化的师

资培育体系,全面提升教师跨学科育人能力。一方面,搭建多元化师资培训平台,通过专题讲座、线上精品课程、专家指导、校外研学等多种形式,组织全体参研教师系统学习思想政治理论、中职学生心理健康核心知识,重点强化中职学生常见心理问题识别、情绪疏导技巧、心理危机干预等实操能力培训,同时深化教师对工匠精神、法治意识、职业素养等思政元素的认知理解,夯实教师理论基础^[5]。另一方面,建立常态化教研交流机制,设立月度问题交流会,依托前期学生思政、心理健康问卷调查及谈心谈话成果,聚焦学生技能学习焦虑、人际冲突、职业迷茫、自我认知偏差等共性问题,组织教师集中研讨育人方案、分享教学经验、梳理解决对策,让教师在实战交流中提升问题处置与融合教学能力。

（二）深耕课堂教学改革，破解学科融合核心难点

课堂是育人的主阵地,推动课程思政与心理健康教育深度融合,必须立足学科课堂教学,破解两类教育“两张皮”的核心难题,实现思政元素与心理育人内容在专业课程、基础课程中的自然渗透、有机融合。根据教师问卷调研反馈,当前中职教师普遍认可课程思政的育人价值,但在学科思政元素挖掘、教学过程有机融入、心理育人协同落地等方面存在实操困境,对此需针对性推进课堂教学改革。学校应系统梳理课程育人元素,组织各学科教师开展课程思政与心理育人元素专项梳理工作,分类挖掘各类课程的核心育人资源。专业课程重点提炼工匠精神、敬业奉献、精益求精、诚信履职等职业思政元素,搭配职业挫折疏导、职业自信培养等心理育人内容;语文等基础课程聚焦家国情怀、人文素养、友善包容等思政元素,结合人际沟通、情绪调节等心理内容;数学等理科课程挖掘严谨务实、求真务实、逻辑思辨等素养内涵,培育学生沉稳自律的心理品质,同时配套完善各学科融合教学案例库,为课堂教学提供支撑^[6]。在此基础上,常态化开展融合教学示范活动,每学期定期举办“思政+心理”融合教学示范课,遴选优秀教师展示标准化融合教学模式,通过课堂实操展示如何在专业教学中融入价值引领、在知识传授中渗透心理疏导,例如在公共基础课程教学中,结合法治案例开展思政教育,同时融入冲突化解、情绪管控等心理技巧教学,为全体教师提供可借鉴、可复制的教学范式^[7]。

（三）开展靶向专题活动，精准回应学生成长需求

结合前期间卷调查与谈心谈话结果,当前中职学生普遍存在情绪管理能力薄弱、人际适应困难、抗压能力不足、职业认知迷茫等突出问题,单一的课堂教学难以全面解决学生个性化成长困扰。为此,学校需立足学生实际需求,开展靶向性、多元化的专题育人活动,构建课堂教学+课外实践的全方位融合育人模式。院校需围绕学生心理短板与思想认知漏洞,设计系列主题育人活动,涵盖主题班会、心理健康团体辅导、读书分享会、技能竞赛、职业体验等多种形式,兼顾思想引领与心理赋能。在心理健康育人维度,专题活动重点聚焦学生核心心理问题,针对性开展情绪调节、人际关系处理、考试与实习压力管理、自我认知构建、职业优势发掘等专项辅导活动,通过团体互动、情景模拟、经验分享等体验式形式,帮助学生掌握心理调适技巧,提升心理

韧性与自我成长能力^[8]。在思政育人维度，将价值引领深度融入各类活动设计，实现育心与立德同步推进。

（四）完善双向评价体系，构建闭环育人管理机制

科学完善的评价体系是保障融合育人工作落地见效的关键，为避免融合教育流于形式，需打破单一的教学评价模式，构建兼顾思政素养与心理状态、过程与结果并重的双向闭环评价体系，实现育人过程可监控、育人效果可评估、育人策略可优化。首先，构建标准化过程性融合评价量表，整合学生思政表现与心理状态两大评价维度，细化多元评价指标。思政维度重点考核学生职业价值观认知、法治意识、诚信品质、工匠精神践行、团队协作、责任担当等内容；心理维度重点评估学生情绪稳定性、人际交往活跃度、挫折应对能力、环境适应能力、自我认知水平等状态^[9]。同时将评价指标融入日常教学与实践活动，在专业实训、小组合作、职业体验、校园活动等场景中开展全方位评价，例如在技能实训中，既评价学生是否坚守质量标准、互帮互助、精益求精的思政表现，也观察学生是否存在情绪失控、抵触协作、畏难退缩等心理状态；在岗位体验活动中，考核学生岗位责任落实情况，同时评估其环境适应与压力调节能力，评价结果直接与学生综合素质评定、奖学金评选、实习推荐挂钩，强化评价导向作用。其次，建立动态跟踪反馈机制，形成育人闭环管理。每学期

定期开展思政认知与心理健康复合问卷调研，纵向对比学生思政认同程度、心理风险等级、综合素养的变化情况，精准掌握融合育人成效。针对存在中度心理困扰、思政认知模糊、行为表现偏差的学生，建立个性化成长档案，动态记录学生在课程学习、专题活动、心理辅导、思政教育中的成长轨迹与状态变化^[10]。同时组建“任课教师+心理教师+家长”多元反馈小组，每季度召开专项反馈会议，结合多方评价数据与学生表现，及时调整教学内容、活动形式与育人干预策略，持续优化融合育人方案，保障育人工作精准高效推进。

三、结语

课程思政与心理健康教育深度融合，是新时代中职教育落实立德树人、育心育人双重使命的必然趋势，也是破解中职学生思想成长、心理发展、职业适配等核心问题的有效路径。本文立足中职学生成长特征与校园育人实践，探析两类教育融合的重要价值，从师资建设、课堂改革、专题活动、评价体系四个维度搭建系统化实践体系，全方位推进融合育人落地，以高质量融合育人助力中职学生德技并修、身心健康成长，为职业教育培育更多优质技能人才。

参考文献

[1] 薛程婕, 荣泽铭. "大思政"背景下中职生心理健康教育方法优化 [J]. 快乐阅读, 2025, (9): 75-77.
[2] 宋兴朋. 思政教育对中职学生心理健康的影响与对策研究 [J]. 成才之路, 2025, (23): 141-144.
[3] 陆小琼. 育心育德: 中职心理健康教育与思政课程的融合之道 [J]. 广西教育, 2025, (23): 51-54.
[4] 冯莉. 中职院校心理健康与思政教育融合的校本课程和教材开发研究 [J]. 时代青年, 2025, (10): 55-57.
[5] 毛志斌. 中职思政教育对学生心理健康的引导作用探究 [J]. 黑龙江画报, 2025, (2): 78-80.
[6] 孟亚芹. 中职心理健康教育课程思政的实践研究 [J]. 快乐阅读, 2023, (12): 65-67.
[7] 赵生玲. 中职学校思政教育与心理健康教育协同育人的实践研究 [J]. 科学咨询, 2023, (12): 41-43.
[8] 苗丽. 试析中职思政课教学中的心理健康教育 [J]. 新课程, 2023, (3): 175-177.
[9] 焦婷. 浅论中职思政教育与心理健康教育的有机融合 [J]. 职业, 2022, (14): 65-67.
[10] 楼成夷. 中职学校心理健康教育课程思政的探索与实践 [J]. 快乐阅读, 2022, (7): 99-101.