

以德育为导向的中职心理健康教育路径革新

柯淑育

福建省晋江华侨职业中专学校, 福建 晋江 362200

DOI: 10.61369/TACS.2025030009

摘 要 : 聚焦中职教育, 深入剖析德育与心理健康教育的密切关系, 引申到状况不佳的中学生心理健康素质方面, 形成创新教育路径。也旨在通过优化心理健康教育模式, 以德育为导向、为引领, 提升中职学生的心理素质与道德素养, 奠定其健康成长与全面发展的坚实基础。以期多元教育路径的提出, 为广大一线教育者提供更多借鉴与参考。

关 键 词 : 德育; 中职; 心理健康教育; 路径

Innovation of Mental Health Education Paths in Secondary Vocational Schools Oriented by Moral Education

Ke Shuyu

Fujian Jinjiang Overseas Chinese Vocational Secondary School, Jinjiang, Fujian 362200

Abstract : Focusing on secondary vocational education, this paper deeply analyzes the close relationship between moral education and mental health education, and extends it to the aspect of middle school students' mental health quality which is not good, so as to form an innovative educational path. It also aims to improve the psychological quality and moral literacy of secondary vocational students by optimizing the mental health education model, with moral education as the orientation and guidance, and lay a solid foundation for their healthy growth and all-round development. It is expected that the proposal of diversified educational paths can provide more references for the majority of front-line educators.

Keywords : moral education; secondary vocational education; mental health education; paths

引言

现代职业教育体系中, 心理健康教育建设逐步提上工作日程。其不仅关系到学生的心理发展、情绪调节, 还可能影响到他们未来的职业发展。尤其中职学生还面临较大的社会竞争, 还有来自生活、未来规划等方面的压力, 更需要一个正确的教育指导。那么, 以德育为导向的中职心理健康教育改革势在必行, 就是构建学生心理交流窗口、培植正确心灵导向、强化心理韧性与社会适应能力的重要力量。因此, 教育者深入研究以德育为导向的心理健康教育路径, 一方面提高职业教育整体水平, 一方面强化中职学生全面素质。

一、德育与心理健康教育关系密切

(一) 并列关系

中职德育与心理健康教育都是学生能力素质发展的重要依托, 因此存在并列关系。分析具体内容, 德育、心理健康教育都是对学生思想的干预。分析具体形式, 德育、心理健康教育在当前都没有成熟的体系与专门的课程, 因此需要课程思政建设、第二或第三课堂推广, 甚至是校园文化进行影响发展。也就是说, 中职德育与心理健康教育存在并列关系, 甚至可以看作两条平行的教育线, 相辅相成、相互成就, 共同构成现代教育不可缺失的部分^[1]。

(二) 互补关系

中职德育与心理健康教育在一定程度上存在互补关系, 是引导学生反思自身言行的重要教育部分。当前, 大多数中职学生都处于青春期, 在生活与学习中可能存在不恰当行为、不正确表达

的情况。那么, 通过一定的心理疏导和德育引导, 都能够让他们的生活与学习更加健康, 奠定其今后健康成长的坚实基础^[2]。德育中渗透心理健康教育, 能够纾解学生的内在压力, 反之也让学生认识自我、发展自我, 能够促进学生的积极品格与人生态度形成。

(三) 交叉关系

德育与心理健康教育还存在交叉关系, 既是一定的知识领域交叉, 也是教育目标、教育发展方向上的交叉。德育注重培育学生乐观的精神态度, 教会学生认真、刻苦、勤奋等, 引导学生积极面对生活与学习中的问题; 心理健康教育重视学生的精神状态, 围绕自我意识培养、社会与群体关系构建等展开, 也对于学生的品格与性格形成正面影响。与此同时, 德育与心理健康教育都聚焦新时代教育改革, 重视实践育人、以学生为本的教育, 共同推进现代教育建设与发展。

二、当前中职学生心理健康状况不佳

中职学生的认知水平不高,思维逻辑刚开始向抽象、逻辑方向过渡。这体现在他们对新事物的好奇上,一旦有热情便会全身心投入。但这些“投入”往往不是专业学习上的,与外界环境、互联网环境干扰密切相关。比如说,有的学生沉迷游戏,在游戏中找寻归属感,但是学业成绩、职业能力素质就落差较大。那么,学生必定产生消极情绪,也不利于其今后职业生涯发展。而有的学生无法面对这样的落差,或者说是竞争失败,就产生了心理问题,是我们在德育与心理健康教育中必须重视的。当然,中职学生学习能力较低、心理健康状况不佳绝不是个例,实则在普遍的青少年群体中也有逐年递增趋势。我们可以看到,这一年龄段的学生往往还存在学习缺乏动力、学习目标不明确、人际关系较差、缺乏沟通技巧与合作意识等方面的问题,共同对于学生的心理健康施加压力,心理问题也就不远了^[3-4]。综上所述,了解中职学生的心理特点,关注并解决他们可能存在的问题,对于促进中职学生的身心健康发展,提高中职教育的质量具有重要意义。学校、家庭和社会应形成合力,为中职学生营造良好的成长环境,帮助他们顺利度过这一特殊的人生阶段。

三、以德育为导向创新中职心理健康教育路径

（一）德育渗透与心理健康引导

中职教师要结合班内学生的真实情况,挖掘现有德育课程中的心理健康教育元素,融合进行课程与活动设计。具体来说,近年来,我国各个阶段的学生都因为学业压力,陷入紧张、焦虑,甚至是抑郁状态。究其根本是学生自我认识的缺乏,各类问题蔓延滋长。因此,在德育导向的心理健康教育过程中,就要通过各种方法强化学生自信。通过一堂“会学习才能成才”的互动课,我们要求学生开放性讨论、交流,说一说自己的学习方法,不管优生、差生都可以分享。以此营造积极互动的课堂氛围,也让大家看到自己的优势和不足,是更加科学的。之后,布置一个课后小任务,让大家想一想今后的职业规划,设计一份个人成长规划清单。相信大多数学生都能够自我反思,回溯自己过去的人生旅程,挖掘自己的优势、长处,为今后职业生涯发展做好铺垫^[5]。诸如此类的还有很多,我们还可以在“职业伴随人生”“有理想才有追求”的课题中融入更多案例,让学生发现“中职”毕业的学生也有许多闪光点,不应以学历的高低评价个体,而强化他们的自信心理。我们还可以在互联网上搜索相关案例,比如“三苏”的故事,引导学生找到生活的更多支点,包括亲密关系、人际网络、理想信念等等,以此启发学生追寻榜样的角度加强自我管理、情绪调节等等,达到事半功倍的育人效果^[6]。总之,德育导向的心理健康教育建设需要每个人去深入感受,教师要做好正向引领、价值融入,提高中职心理健康教育水平。

（二）创新教学方法,组织实践活动

对中职学生的心理健康、心理韧性进行培育,以德育为价值引领,树立学生践行美德、塑造品德的积极价值取向。这是从创

新职业教育、素质教育理念出发的,要实现尊重学生的能力水平与实际情况,契合学生当前思想认识、心理认知等展开教育教学目标的改革。基于此,笔者所在学校建设了心理健康档案,对于各个年级、各个专业学生进行心理评估。通过线上的一个开放式心理测评系统,要求学生在规定时间内互动答疑,进行心理健康水平评估。当然,学生也可以自行登录进行评估结果的更新,学校、班级也会定期组织。当数据传输到学校端,整理分析后传送到辅导员、班主任处,便可以针对学生具体情况进行教育教学。后续思政教师、心理健康教师、班主任教师等共同以德育为导向创新心理健康教育活动。比如说,开展“和谐交往,融入集体”的实践活动,调动学生参与积极性,建立团结友爱的班集体。我们可以抽出一节课做活动,每个小组轮流接住从高处跳下来的学生,考验学生之间的信任和默契程度^[7-8]。各科老师也可以参与进来,和大家一起玩起来、动起来,建立密切的师生关系,也为之后的心理健康交流做好准备。实际上,在线上、课下也可以开展类似的活动,让家长和孩子做心理健康交流访谈、游戏互动、艺术疗愈等等,都是可行且有效的,也需要在今后的心理健康教育创新实践中继续探索。

（三）推广家校合作、家校共育

家校合作、共同育人,将德育渗透到心理健康教育之中,作为学校教育的补充与拓展,对于中职学生的意志品格、心理健康素质塑造都有着积极意义。也就是说,广大中职学生家长应当注重学生在家庭中的教育,尽可能给孩子做出言行表率,并且教育他们认识自我、发展自我,强化心理韧性。当然,家长还要重视构建友爱的家庭氛围,注重和学生谈话、陪伴、游戏互动等等,让家庭中舒适、温馨的氛围感染人,帮助人排解内心的压力和不健康情绪。同步构建家校沟通平台,要求班主任、辅导员、思政教师等与家长取得联系,对学生德育、心理健康教育同步信息,共同制定下一步教育方案。各班可以建立班级微信群、QQ群,甚至是学习通、雨课堂等的群聊,分享学生的在校学习情况、生活情况,让家长更加方便地了解孩子在学校的表现,并提供及时的指导和支持^[9]。有条件的情况下,更多家长可以参与到学校的心理健康教育讲座、德育创新实践活动中来,在家长会、家长访谈日、家访活动等中探讨学生心理健康教育的有效方式。相信通过邀请专家、心理学家等相关领域的专业人士来讲讲座,向家长传授正确的教育思想,根植家庭教育、变革家庭德育与心理健康教育,家长们能够更好地认识思想品德、文化素质与心理健康教育的重要性,不断学习掌握更多与孩子相处和教育孩子的技巧。

（四）提高教师德育与心理健康教育水平

以德育为导向创新中职心理健康教育路径,意味着将德育理念融入心理健康教育的各个环节。德育不仅仅是传授道德知识,更是培养学生正确的价值观、人生观和世界观。在中职心理健康教育中,要充分挖掘德育资源,将爱国、敬业、诚信、友善等价值观渗透到心理辅导、课程教学和日常活动中。显然,这需要广大中职教师强化德育与心理健康教育水平,不断提高相应教学实践能力,引导学生在畅游心理健康世界,践行美德、发扬传统。学校应定期组织教师参加德育和心理健康教育的培训课程,邀请

专家学者举办讲座和指导,让教师了解最新的教育理念和方法。教师自身也应不断学习和反思,提高自己的道德修养和心理素质。教学实践中,教师要关注学生的心理健康状况,及时发现和解决学生的心理问题。通过与学生的沟通和交流,建立良好的师生关系,为学生提供心理支持和帮助。以德育为导向创新中职心理健康教育路径,还需要学校、家庭和社会的共同努力。学校要营造良好的校园文化氛围,将德育和心理健康教育融入校园文化建设中。家庭要注重对孩子的品德教育和心理健康培养,与学校保持密切联系,共同关注孩子的成长。社会要为中职学生提供良好的社会环境,通过各种渠道宣传德育和心理健康教育的重要性,为学生的成长提供支持和保障^[10]。以德育为导向创新中职心理健康教育路径,提高教师德育与心理健康教育水平,对于培养

中职学生的健全人格和良好心理素质具有重要意义,需要我们共同研究和努力,以期提高职业教育心理健康教育水平。

四、结束语

综上所述,以德育为导向的中职心理健康教育革新势在必行。明确德育与心理健康教育的密切关系,正视中职学生现存的心理问题,提出创新与改进思路。尤其是开展多元多样德育主题的心理教育活动,将有效激发学生参与热情,改善学生的心理健康状况。但这一探索仍然任重道远,进一步完善德育导向的中职心理健康教育体系,需要每一所学校加强重视、每一位教师携手努力。

参考文献

- [1] 扎西罗布. 中职心理健康教育与德育课的融合策略 [J]. 幸福生活指南, 2020(23): 0055-0055.
- [2] 覃春园. 心理健康教育与中职德育工作融合的思考 [J]. 科学咨询 (科技·管理), 2022(5).
- [3] 张海东. 发挥角色优势引导健康教育——中职班主任对学生心理健康教育的引导 [J]. 科学咨询 (教育科研), 2022, (10): 240-242.
- [4] 魏一凡, 方嘉媛. 青少年爱国主义教育入心入脑机制研究——以心理健康教育课程思政为例 [J]. 景德镇学院学报, 2022, 37(02): 42-46.
- [5] 王靖华. 用“心”起航——浅谈中职思想政治教育与心理健康教育的协同发展 [J]. 职业, 2021, (13): 85-86.
- [6] 龚丽丽. 中职防治校园欺凌的现状调查分析及对策探讨 [J]. 现代职业教育, 2021, (25): 14-15.
- [7] 唐清. 基于德育视角的中职生心理健康教育策略研究 [J]. 职业, 2024(4): 84-87.
- [8] 张新梅, 李志国. 论中职学校德育与心理健康教育互动机制的构建 [J]. 学周刊, 2024(27): 19-21.
- [9] 韩磊. 试析中职德育教育中如何融入心理健康教育 [C]// 第三届教育教学与实践研究论坛论文集. 2023: 1-7.
- [10] 陈亚楠. 中职学校德育与心理健康教育互动机制的构建 [J]. 现代商贸工业, 2023, 44(4): 116-118.