

# “三全育人”理念下高职院校心理健康教育路径探析

孙世玲

石家庄医学高等专科学校, 河北 石家庄 050500

DOI: 10.61369/VDE.2025140006

**摘要 :** 随着社会的快速发展和教育改革的不断深入, 高职院校学生面临着日益复杂的学习、生活和就业压力, 心理健康问题愈发凸显。“三全育人”理念作为新时代教育育人的主要指导思想, 为高职院校心理健康教育提供了全新的视角和方向。基于此, 本文针对“三全育人”理念下高职院校心理健康教育路径展开研究, 阐述了其实施的重要价值, 提出了具体的实施路径, 旨在提升高职院校学生的心理健康水平, 促进其全面发展。

**关键词 :** “三全育人”理念; 高职院校; 心理健康教育; 路径

## Analysis of Mental Health Education Path in Higher Vocational Colleges under the Concept of "Three-All-Round Education"

Sun Shiling

Shijiazhuang Medical College, Shijiazhuang, Hebei 050500

**Abstract :** With the rapid development of society and the continuous deepening of educational reform, students in higher vocational colleges are facing increasingly complex pressures from study, life and employment, and mental health problems have become increasingly prominent. The concept of "Three-All-Round Education", as an important guiding ideology for education and talent cultivation in the new era, provides a new perspective and direction for mental health education in higher vocational colleges. Based on this, this paper studies the path of mental health education in higher vocational colleges under the concept of "Three-All-Round Education", expounds its important value in implementation, and puts forward specific implementation paths, aiming to improve the mental health level of students in higher vocational colleges and promote their all-round development.

**Keywords :** "three-all-round education" concept; higher vocational colleges; mental health education; path

## 引言

在当今社会, 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要使命。然而, 高职院校学生正处于身心发展的关键时期, 他们面临着学业竞争、职业规划、人际交往等多方面的压力, 心理健康问题逐渐成为影响其成长成才的重要因素。“三全育人”理念强调将教育融入学生成长的各个环节和方面<sup>[1]</sup>。将这一理念应用于高职院校心理健康教育, 能够打破传统心理健康教育的局限性, 整合各类教育资源, 形成育人合力, 从而更有效地提升学生的心理健康素养。本文基于“三全育人”理念深入分析高职院校心理健康教育的教育路径, 具有重要价值。

## 一、高职院校心理健康教育的重要价值

### (一) 有利于促进学生职业发展

高职院校的培养目标是为社会输送具备专业技能和实践能力的技术人才, 学生的职业发展是其人生发展的重要组成部分。而心理健康状况与学生的职业发展密切相关。拥有健康心理的学生, 能够以积极的心态面对学习中的困难和挑战, 更好地掌握专业知识和技能。在实习和工作中, 他们能够保持良好的情绪状态, 有效应对工作压力, 与同事建立良好的人际关系, 提高工作效率和职业满意度<sup>[2]</sup>。在职业发展过程中, 也可能因心理抗压能

力差、沟通能力欠缺等问题, 难以适应工作环境, 错失职业发展机会。因此, 开展心理健康教育, 帮助学生培养良好的心理素质, 是促进其职业发展的重要保障。

### (二) 有利于落实思政工作

思想政治教育是高职院校教育工作的重要内容, 而心理健康教育与思政工作相辅相成、相互促进。心理健康教育注重培养学生的自我认知能力、情绪调节能力和人际交往能力, 帮助学生树立正确的自我观念和价值观。这与思政工作中培养学生正确的世界观、人生观、价值观的目标相契合。通过心理健康教育, 学生能够更好地认识自己、接纳自己, 增强心理韧性, 从而更积极地

接受思想政治教育。同时，在思政工作中融入心理健康教育元素，能够使思政教育更贴近学生的实际需求，提高教育的针对性和实效性。因此，高职院校心理健康教育是落实思政工作的重要途径<sup>[3]</sup>。

### （三）有利于满足经济社会发展需要

随着经济社会的快速发展，各行各业对人才的要求不仅包括专业技能，还包括良好的心理素质和职业素养。高职院校作为培养技术技能型人才的基地，其培养的学生的心理健康水平直接影响到他们能否适应社会发展的需求。在竞争激烈的社会环境中，企业更倾向于招聘具备积极心态、良好沟通能力和团队合作精神的员工。开展心理健康教育，能够培养学生的这些素质，使他们成为符合社会发展需要的高素质人才。同时，心理健康的学生成步社会后，能够更好地应对社会变革带来的压力和挑战，积极参与社会建设，为经济社会的发展做出更大的贡献。因此，高职院校心理健康教育对于满足经济社会发展需要具有重要意义。

## 二、“三全育人”理念下高职院校心理健康教育路径

### （一）打造全员心理育人机制，发挥协同育人功能

在高职院校，心理健康教育并非某个教师或某个部门的责任，而是需要全体教师的共同参与。为有效推动全员育人工作，学校应更新心理健康育人模式，根据实际情况设计出“1+2+N+1”的新型教育模式。其中，“1”是指领导阶层，学校设置心理健康教育工作领导小组，对该项工作进行整体规划，定期召开工作会议，商议各项问题的解决对策，为工作的实施提供制度支持和经费保障，确保各项工作能够落到实处<sup>[4]</sup>。“2”是指教师和辅导员，他们和学生的接触较为密切，在实施心理健康教育工作方面具有优势。其中教师应注重在教学工作中引进心理健康教育内容，在培养学生专业技能过程中提升学生心理健康水平，同时也要多观察学生的心状态，及时发现学生存在的心理问题并进行指导。辅导员要深入了解学生的思想情况，并定期开展针对性心理健康教育活动，帮助学生解决心理困惑。“N”是指教职工队伍，该队伍共同参与心理健康教育工作，为各项活动的实施提供支持。比如当学生出现心理问题时，该队伍中的心理教师应及时提供帮助，行政人员应为教育工作开展提供服务支持，这样队伍之间形成相互配合的机制，提升心理健康教育水平<sup>[5]</sup>。最后一个“1”是指学生队伍，学校应从学生群体中选拔出一批责任心强且具有扎实心理知识的学生，将他们作为心理健康教育的宣传者和协助者，让他们多观察和了解大学生的心理发展动态，在学校与学生之间搭建起沟通的桥梁，这样提升心理健康教育的针对性。通过打造这一模式，能够促使全员参与心理健康教育工作，充分发挥各方的优势，形成强大的合力，进而有效增强心理健康教育效果。

### （二）明确全过程心理育人重点，构建心理健康教育体系

在高职院校，心理健康教育并非学生某个阶段的特定需求，而是应该贯穿于学生在校期间的整个成长过程。对此，学校应把握好学生不同成长阶段的心理需求，针对心理教育差异情况实施

针对性教育工作。学生的这种差异大致可以划分为初期、中期与后期三个阶段，学校要明确不同阶段的心理育人特点，构建完善的教育体系，为学生提供全过程指导。第一，加强初期教育引导。在入学初期，学生进入全新的学习环境，对周围的一切感到陌生与好奇，需要适应新的学习方式和生活方式。在这一阶段，学校心理健康教育重点应为帮助学生适应大学生活和培养学生的独立生活能力，学校可开展入学适应教育活动，为学生介绍校园环境，指导学生的学习方法，传授人际交往技巧，多组织一些文体活动和团建活动，让学生在活动中熟悉彼此，缓解陌生环境带来的心理压力<sup>[6]</sup>。第二，重视中期阶段培养教育。中期阶段的学生更关注自己的后续学习与未来发展，心理健康教育重点应围绕学生的关注展开，做好职业发展规划教育和专业技能提升培养工作，帮助学生良好发展。在这一阶段，学生已经逐渐适应大学生活，开始关注自己的专业学习和未来发展，学校可在心理健康教育课程中引进职业规划内容，帮助学生了解自己的能力优势，明确自身职业发展方向，为后续制定出相应的发展规划。学校还可以邀请优秀校友举办讲座，为学生分享自己的职业规划经验，介绍自己目前所从事的行业情况，让学生对自己的未来发展有更为清晰的认识。第三，提供后期阶段帮助。后期阶段的心理健康教育重心是加强就业心理辅导，调整学生就业心态，让学生树立正确的就业观念。在此阶段，学校可开展就业辅导课程，传授学生简历制作技巧，讲解职业适应方法等，同时邀请企业人力资源专家进入学校进行就业指导，帮助学生更好地了解企业招聘要求和用人标准，提前适应面试和就业流程，为学生后续求职就业做好准备<sup>[7]</sup>。

### （三）促进全方位心理育人实施，落实新时代教育要求

全方位心理育人，强调将心理健康教育融入学生学习和生活的方方面面，学校应注重整合各类的教育资源，有效落实新时代教育要求，为学生提供更为优质的心理健康教育氛围。第一，融入学生校园生活。校园生活是开展心理健康教育的重要途径，学校要根据学生的心特点和实际情况安排相应的校园活动，活动内容应涵盖情绪调节、人际交往等内容，通过心理健康讲座或心理健康工作坊等方式，调动学生参与积极性，让学生在参与中提升自身心理素养。第二，融入学生专业学习。专业学习是培养学生专业技能的重要途径，专业课教师应注重在教学中培养学生团队合作精神和创新意识等，组织学生以小组合作方式完成课程项目，让学生在参与中学会与他人沟通，积累丰富的人际交往经验<sup>[8]</sup>。第三，形成家校社合作。学校应加强与家庭、社会的合作，凝聚家庭与社会的力量，形成全方位的育人合力。比如学校应定期与家长沟通，向家长反馈学生的心状况，和家长共同进行心理指导；鼓励家长多学习心理健康知识，采取家长座谈会等方式，增强家长的心理健康教育意识，让家长能够在生活中多关注孩子的心理情况，为孩子营造积极向上的家庭氛围。比如学校与社会机构建立合作，让心理咨询机构或医院为学生提供专业的心理咨询服务和心理治疗支持，有效解决学生的心健康问题<sup>[9]</sup>。此外，学校还可多组织学生参加社会志愿服务和社会实践等，让学生用自己所学知识解决他人问题，让学生在服务社会

中获得成就感，提升心理健康水平。通过上述心理育人活动的实施，学校能够将心理健康教育引进到学生学习生活的各个方面，让心理育人有效落实，促进学生健康成长<sup>[10]</sup>。

### 三、结论

综上所述，“三全育人”理念为高职院校心理健康教育提供了全新的思路和方法<sup>[11][12]</sup>。在这一理念指导下，高职院校要注重打造全员心理育人机制、明确全过程心理育人重点、促进全方位心

理育人实施，这样构建起一个完善的心理健康教育体系，整合学校的各类教育资源，形成育人合力，有效提升高职院校学生的心灵健康水平，促进其职业发展，落实思政工作要求，满足经济社会发展需要<sup>[13][14]</sup>。心理健康教育是一个持续不断地过程，学校要不断探索和完善心理健康教育路径，根据学生的实际需求和社会发展的变化，及时调整教育内容和方法，确保心理健康教育工作的实效性和针对性<sup>[15]</sup>。

### 参考文献

- [1] 姚又丹. 高职院校心理健康教育工作创新模式研究——基于“三全育人”动态链 [J]. 太原城市职业技术学院学报, 2023, (08): 187-189. DOI: 10.16227/j.cnki.tycs.2023.0478.
- [2] 余莎, 梁东标, 刘大川. 构建以效果为导向的高职院校心理健康教育评价体系——以广州卫生职业技术学院为例 [J]. 教育教学论坛, 2023, (30): 45-48.
- [3] 连晓荷. “三全育人”视角下高职院校心理健康教育课程的课程思政“3W”育人体系构建与实施 [J]. 教师, 2023, (11): 12-14.
- [4] 吴钦伟. “三全育人”理念下高职院校学生心理健康教育模式研究 [J]. 山东商业职业技术学院学报, 2023, 23(02): 60-64. DOI: 10.13396/j.cnki.jsict.2023.02.015.
- [5] 杨雯雯. “三全育人”视域下高职院校“12345”心理育人模式的构建与实施 [J]. 河北职业教育, 2023, 7(01): 33-36.
- [6] 肖锦龙, 张柳. 关于高职院校心理健康教育与德育合力实现育人目标的探究 [J]. 鄂州大学学报, 2023, 30(02): 15-16+31. DOI: 10.16732/j.cnki.jeu.2023.02.004.
- [7] 刘乔丹. “三全育人”理念下的高职院校心理育人模型建构及路径探索——以湖南工程职业技术学院信息工程学院为例 [J]. 产业与科技论坛, 2023, 22(04): 205-207.
- [8] 柴巧莲, 邹振兴, 彭海霞. “三全育人”背景下高职大学生心理健康教育工作模式的创新 [J]. 黑龙江教师发展学院学报, 2023, 42(01): 153-156.
- [9] 张朝晶, 杜旭阳, 王中宇. “三全育人”视域下新时代大学生心理健康影响因素研究 [J]. 农村经济与科技, 2021, 32(22): 334-336.
- [10] 梁秀娟, 田井秀. “三全育人”视域下高职院校课程思政的改革与探索——以《大学生心理健康教育》为例 [J]. 公关世界, 2021, (22): 42-43.
- [11] 李融亲, 蒋飞燕, 谢晨舒. “三全”育人背景下广西高职院校心理健康教育课课程思政思考 [J]. 河南农业, 2020, (33): 43-45. DOI: 10.15904/j.cnki.hnny.2020.33.016.
- [12] 王竹青. 互联网+背景下高职心理健康教育模块式教学模式的创新研究 [J]. 中国多媒体与网络教学学报(中旬刊), 2020, (04): 54-55.
- [13] 袁雯雯. 建构主义学习理论指导下小组讨论法在高职心理健康教育课程教学中的运用 [J]. 江西电力职业技术学院学报, 2020, 33(09): 62-63+71.
- [14] 盛烨, 汪祝华, 张涛. 基于SET理念的高职心理健康教育实践教学设计——以“自我意识”专题为例 [J]. 山西青年, 2020, (10): 69.
- [15] 严晓燕, 姚春林, 何文文. “三全育人”视域下高职院校心理健康教育创新对策研究 [J]. 泰州职业技术学院学报, 2020, 20(Z1): 42-45.