

# 心理健康教育融入职业院校思政课堂的策略探究

谭乐

黑龙江能源职业学院，黑龙江 双鸭山 155100

DOI:10.61369/ETI.2025090002

**摘 要：** 在多方面因素的影响下，职业院校学生所面临的挑战与压力日益增多，心理健康问题也日益凸显。对此，在新时代发展下，将心理健康知识融入思政教学课堂，能够有效的丰富思想政治课程教学内容，增强思政课堂实效性，提升职业院校学生的身心素质，促进学生的全面发展。本文深入分析了心理健康教育融入职业院校思政课堂的重要性，探讨了当前面临的挑战，并提出了二者有效融合的策略，希望能为职业院校的高质量发展提供有益参考。

**关 键 词：** 心理健康教育；融入；思政课堂；策略；职业院校

## Exploration of Strategies for Integrating Mental Health Education into Ideological and Political Classrooms in Vocational Colleges

Tan Yue

Heilongjiang Energy Vocational College, Shuangyashan, Heilongjiang 155100

**Abstract：** Under the influence of various factors, vocational college students are facing increasing challenges and pressures, and mental health issues are becoming increasingly prominent. In this regard, under the development of the new era, integrating mental health knowledge into ideological and political teaching classrooms can effectively enrich the teaching content of ideological and political courses, enhance the effectiveness of ideological and political classrooms, improve the physical and mental quality of vocational college students, and promote their comprehensive development. This article deeply analyzes the importance of integrating mental health education into ideological and political classrooms in vocational colleges, explores the current challenges, and proposes effective strategies for the integration of the two, hoping to provide useful references for the high-quality development of vocational colleges.

**Keywords：** mental health education; integration; ideological and political classroom; strategy; vocational colleges

### 前言

职业教育是我国教育体系发展与完善过程中的重中之重，承担着高素质专业型人才培养、服务经济社会发展的重要使命。在新时代发展下，产业不断升级、社会竞争日趋激烈，职业院校不断不仅面临着学业压力，更面临着就业竞争压力，心理健康问题呈现低龄化、复杂化趋势。思想政治教育是职业院校教书育人的重要课程，其能够引导学生树立正确的人生观、价值观、世界观，培养学生的职业道德和社会责任感。心理健康教育主要聚焦学生心理调适能力的培养。通过课程教育能够帮助学生提升情绪管理、人际沟通、压力应对等自我调节能力。二者虽然属于不同的教育领域，但是在培养学生全面发展的目标上高度契合。但是，二者融合的具体实践过程中还存在诸多瓶颈，需要我们采取有效的策略加以解决和优化，充分发挥思政教育的价值引导作用，同时也能满足学生身心健康发展的需求，促进学生道德素质、心理素质的全面提升，为日后更好的走向工作岗位奠定坚实的基础。

### 一、心理健康教育融入职业院校思政课堂的重要意义

#### （一）促进学生全面发展

心理健康教育关注学生的心理成长和心理问题的解决，培养学生良好的身心素质，让学生有一个积极的心态、较强的抗压能

力和良好的情绪管理能力。思政教育则注重培养学生的思想道德品质、政治素养和社会责任感。将二者有机融合，能够促进学生在心理和思想道德层面得到全面培养，使学生在知识技能、情感态度和价值观等多方面协调发展，更好地适应社会发展需求，成为德才兼备的高素质技能型人才<sup>[1]</sup>。

课题项目：黑龙江省职业教育学会“职业院校德育思政工作中渗透心理健康教育的路径探索与实践研究”，课题编号：HZJG2025256

作者简介：谭乐（1985.12-），女，黑龙江人，本科，副教授，研究方向：教育教学研究

## （二）提高思政课堂教学效果

传统思政课堂教学内容相对注重理论，教学方法单一，学生的学习积极性和参与度不高。心理健康教育具有较强的实践性和互动性，融入思想政治课程教学课堂后，可以引入实际具体案例、小组讨论等多样化教学方法，将抽象的思想政治理论知识与学生身边实际生活和心理体验相结合，使教学内容更加生动形象、贴近学生生活，从而有效激发学生的学习兴趣，提高思政课堂参与度，增强思政课堂教学的吸引力、感染力和实效性。<sup>[2]</sup>

## （三）满足学生心理需求

职业院校学生正处于身心发展的关键时期，面临着学业压力、就业压力，容易产生各种心理困惑与问题。在思想政治课堂中融入心理健康教育，能够及时关注学生的心理动态，了解学生的心理需求，针对学生存在的心理问题及时给予专业的指导和帮助，有助于解决学生的心理健康困扰，增强学生对思政课堂的认同感和归属感，促进学生身心健康的全面发展。

# 二、二者融合面临的挑战

## （一）教学内容融合难度大

思政课程教育和心理健康教育有着各自独立的教学体系和教学内容。思政教育涵盖马克思主义理论、思想道德修养、法律法规等方面，心理健康教育包括心理学基础知识、心理健康维护、心理问题预防和干预等知识内容。要实现两者的有机融合，在教学内容的选取、整合与编排上存在一定难度。若处理不当，可能出现教学内容重复、脱节或生硬拼凑的现象，影响教学效果。

## （二）师资队伍专业素养存在不足

新时代发展下，要想实现心理健康教育与思政课堂的有效融合，对教师的专业素养提出了新的要求。思政教师需要具备扎实的思政理论知识和丰富的教学经验，同时还需要掌握一定的心理学知识和心理咨询技能。<sup>[3]</sup>心理健康教育教师则需要在具备心理学专业知识的基础上，深入了解思政教育的教学目标、教学内容和教学方法。然而，目前职业院校中，大部分思政教师缺乏系统的心理学知识培训，心理健康教育教师对思政教育的理解和把握也不够深入，师资队伍的专业素养难以满足融合教学的需求，制约了心理健康教育在思政课堂中的有效融入。

# 三、心理健康教育融入职业院校思政课堂的策略探究

## （一）科学配置教学内容

首先，需要我们充分挖掘思政课程中的心理健康教育元素。思政课程中蕴含着丰富的心理健康教育资源，教师应充分挖掘这些元素，将其与心理健康教育内容有机结合。在讲授马克思主义哲学原理时，可以引导学生运用辩证唯物主义的观点看待生活中面临的压力，培养学生积极乐观的生活态度和坚韧不拔的意志；在开展思想道德修养教学时，融入人际交往心理知识教学，能够帮助学生树立正确的人际交往观念，掌握人际交往技巧，提高学生的人际交往能力。通过挖掘思政课程中的心理健康教育元素，

使思政教学更加贴近学生的生活实际和心理需求，增强思政课程的实用性及吸引力。其次，要求我们在思政课堂教学中融入职业心理健康教育的相关知识。职业院校学生毕业后将直接步入工作岗位，面临职业适应、职业发展等压力。因此，在思政课堂中融入职业心理健康教育内容具有重要的意义。<sup>[4]</sup>可以在思政课程中设置职业心理健康教育专题，介绍职业兴趣、职业能力、职业价值观的相关内容，帮助学生了解自己的职业倾向，并根据所学职业教育知识做好职业规划；讲解职场中的人际关系处理、工作压力应对、职业倦怠预防等内容，培养学生良好的职业心理素质，提高学生的岗位适应能力。通过融入职业心理健康教育内容，使学生在掌握思政理论知识的同时，具备应对未来职业挑战的心理能力。

## （二）创新教学方法

需要我们广大教师在课堂教学中灵活运用不同的教学方法，来激发学生的学习兴趣，提升思政课堂吸引力。首先，在课堂教学中要运用案例教学法。案例教学法是一种将实际案例引入课堂教学的方法，能够将抽象的理论知识与具体的实际情境相结合，使学生更透彻的理解和掌握知识。在心理健康教育融入思政课堂的教学中，可以选取具有代表性的心理案例和思政案例进行教学。选取学生因心理压力过大而产生心理问题的案例，组织学生进行研究讨论，引导学生运用心理健康教育知识和思政教育理念，分析案例中人物出现心理问题的原因，并提出有效的解决措施。通过案例分析法，不仅能够提高学生分析问题和解决问题的能力，还能增强学生对心理健康教育和思政教育的认同感。<sup>[5]</sup>其次，要运用体验式教学法。体验式教学法强调学生的亲身参与和体验，通过创设特定的情境，让学生在体验中学习和成长。在思政课堂中融入心理健康教育时，可以采用体验式教学法，如角色扮演、心理拓展训练、情景模拟等。组织学生进行“职场面试情景模拟”活动，让学生在模拟的面试情境中，体验面试过程中的紧张情绪和心理压力，同时引导学生运用所学的心理健康教育知识和思政教育理念，调整自身的心态，展现良好的职业素养和道德素质。<sup>[6]</sup>通过体验式教学法，能够让学生更加深入地理解课程知识，培养学生的实践能力和团队协作精神。第三，要善于运用混合式教学法。随着科学技术的快速发展，线上线下混合式教学法已成为一种不可或缺的教学模式。在心理健康教育融入思政课堂的教学中，广大教师要充分利用线上教学资源，开展线上线下混合式教学。教师可以在网络教学平台上发布预习资料、教学视频、讨论话题等，让学生在课前进行自主学习；在课堂教学中，针对学生在自主学习过程中存在的问题进行有针对性的讲解，组织学生开展小组活动和实践教学；课后，学生可以借助网络平台进行巩固复习、完成课后作业、与教师和同学进行互动。通过线上线下混合式教学法，能够丰富教学内容、拓展教学空间，提高课堂教学效率。<sup>[7]</sup>

## （三）强化师资队伍建设工作

首先，职业院校应加强对思政教师和心理健康教育教师的跨学科培训工作，提高教师跨学科教学综合能力。定期组织思政教师参加心理学知识培训，学习心理学的基本理论、心理咨询技

巧、心理危机干预方法等内容；同时，组织心理健康教育教师参加思政教育专题培训，深入学习思政教育的目标、内容、方法和教学理念。通过跨学科培训，使思政教师和心理健康教育教师能够相互了解对方学科的知识体系和教学方法，为实现心理健康教育与思政课堂的有效融合奠定基础<sup>[8]</sup>。其次，建立和完善思政教师和心理健康教育教师的交流合作机制，促进教师之间的沟通与协作。定期组织教师开展教学研讨活动，共同探讨心理健康教育融入思政课堂的教学内容、教学方法、教学评价等问题；鼓励教师开展跨学科教学研究，合作申报教学科研项目，共同编写教材和教学案例；组织教师进行听课、评课活动，相互学习，共同提高课堂教学水平<sup>[9]</sup>。通过教师之间的交流合作，形成教学合力，提高心理健康教育融入思政课堂的教学质量。第三，引进专业人才，充实教师队伍。为了满足心理健康教育融入思政课堂的教学需求，职业院校可以引进一批既具备心理学专业背景又熟悉思政教育的专业性人才。这些专业人才能够为学校的心理健康教育和思政教育注入新的活力，推动两者的深度融合。在引进人才时，要注重人才的综合素质和专业能力，同时为引进人才提供良好的工作环境、发展空间，充分发挥他们的专业优势和作用。

（四）完善教学评价体系

首先，需要我们职业院校完善教学评价体系，构建多元化的评价指标。除了对学生的知识掌握程度进行考核外，还要关注学生在心理健康、情感态度、行为习惯、实践能力等方面的发展变化。在评价学生的心理健康状况时，可以通过心理测试、心理咨询记录、学生自评和互评等方式进行；在评价学生的情感态度时，观察学生在课堂教学和实践活动中的参与度、积极性、团队协作精神等表现，在评价学生的行为习惯时，关注学生在日常生活和学习中的道德行为、自律能力等方面的情况，在评价学生的实践能力时，考核学生在案例分析、小组活动、项目任务等实践教学环节中的表现。通过构建多元化的评价指标，全面、科学、

客观、精准地评价学生的综合素质和发展水平。其次，采用多元化的评价方式，综合运用形成性评价和终结性评价。形成性评价注重对学生学习过程的评价，通过课堂提问、小组讨论、作业完成情况、实践活动表现等方式，及时了解学生的学习进展及学习中存在的问题，给予学生及时的指导，促进学生的健康发展。终结性评价则主要在学期末及课程结束后进行，通过考试、论文、项目报告等多元化方式，对学生的学习成果进行综合性评价。在评价过程中，要合理确定形成性评价和终结性评价的比重，使两者相互补充、相互促进，全面评价学生的学习效果。第三，在教学评价中，注重学生的自我评价和互评。学生自我评价能够让学生对自己的学习过程和学习成果进行反思和总结，发现自己的优点和不足，从而有针对性地进行改进和提高。学生互评则能够促进学生之间的交流与学习，让学生从他人的角度了解自己的表现，拓宽视野，提高评价能力。教师可以组织学生开展自我评价和互评活动，如撰写学习心得、进行小组互评、开展课堂讨论等，引导学生积极参与评价过程，提高学生的自我管理和自我发展能力<sup>[10]</sup>。

四、结语

心理健康教育融入职业院校思政课堂是一项具有重要意义和挑战性的工作。通过整合教学内容、创新教学方法、加强师资队伍建设和完善教学评价体系等策略的实施，能够有效推动心理健康教育与思政课堂的有效融合，提高思想政治课堂教学效果，促进学生身心健康的全面发展。在具体实践过程中，院校应充分认识到融合的意义，积极探索适合本校实际情况的融合模式，不断总结经验，持续改进和完善，为培养适应新时代需求的高素质技能型人才奠定坚实基础。

参考文献

[1] 张悦. 心理健康教育融入职业院校思政课堂的策略探究 [J]. 教育与职业, 2024(12): 88-90.  
[2] 王强. 心理健康教育与职业院校思政课堂融合路径研究 [J]. 中国职业技术教育, 2023(30): 78-81.  
[3] 刘芳. 论心理健康教育在职业院校思政课堂中的应用策略 [J]. 职教论坛, 2022(09): 112-115.  
[4] 陈丽. 职业院校思政课堂融入心理健康教育的实践探索 [J]. 教学与管理, 2025(05): 56-58.  
[5] 赵勇. 心理健康教育融入职业院校思政课堂的有效性研究 [J]. 教育理论与实践, 2024(22): 45-47.  
[6] 孙晓燕. 职业院校思政教育与心理健康教育的融合策略分析 [J]. 中国成人教育, 2023(17): 76-79.  
[7] 周梅. 基于心理健康教育的职业院校思政课堂教学创新策略 [J]. 教育科学论坛, 2022(28): 34-36.  
[8] 吴华. 心理健康教育融入职业院校思政课堂的问题与对策 [J]. 辽宁高职学报, 2021(11): 82-85.  
[9] 李华. 心理健康教育融入职业院校思政课堂的策略探讨 [J]. 教育与教学研究, 2024(04): 45-48.  
[10] 刘敏. 职业院校思政教育中心心理健康教育的融入路径研究 [J]. 中国教育信息化, 2023(11): 67-70.