

课程思政融入高职心理健康课“自我认识”模块的路径研究

庞 辉

(辽宁地质工程职业学院, 辽宁丹东 118008)

[摘要]“自我认识”是高职心理健康课程的核心模块,对培养学生健全人格、提升心理调适能力具有关键作用。课程思政与高职心理健康教育在价值引领、人格塑造目标上高度契合,将课程思政融入“自我认识”模块是落实“三全育人”理念的重要实践。结合高职教育特色与学生心理发展规律,从教学目标重构、内容体系优化、教学方法创新、评价机制完善四个维度,探索课程思政融入“自我认识”模块的具体路径,通过挖掘思政元素、搭建实践平台、强化价值引领,实现心理健康教育与德育的协同育人,为高职心理健康课程改革提供参考。

[关键词]课程思政;高职;心理健康课;自我认识;融入路径

[中图分类号] G641; G448; G718.5

[文献标识码] A

[文章编号] 2096-711X(2026)14-0089-04

doi:10.3969/j.issn.2096-711X.2026.14.031

[本刊网址] <http://www.hbxb.net>

随着职业教育高质量发展战略的推进,高职院校不仅承担着培养高素质技能型人才的使命,更肩负着“立德树人”的根本使命。心理健康教育作为高职人才培养体系的重要组成部分,其“自我认识”模块聚焦学生自我认知、自我接纳、自我发展等核心议题,直接影响学生职业适应与终身发展。课程思政强调将价值引领贯穿教育教学全过程,与心理健康教育“健全人格、促进全面发展”的目标具有内在统一性。

当前高职心理健康课“自我认识”模块教学中,存在思政元素挖掘不深、融入方式生硬、价值引领弱化等问题,“研究表明,当前21.48%的大学生存在不同程度的抑郁风险,45.28%存在焦虑风险,高职学生心理问题检出率已从2020年的8.5%升至2023年的24.46%,而现有心理课程普遍存在‘内容陈旧单调、教学方式生硬灌输’的问题,这使得‘自我认识’模块难以通过价值引领回应学生的心理需求与职业成长诉求”。而部分教学仅注重心理知识传授,忽视了理想信念、职业道德、社会责任等思政元素的有机渗透,难以满足新时代对高职学生综合素质的要求。因此,探索课程思政融入“自我认识”模块的科学路径,实现心理育人与思政育人的协同增效,成为高职心理健康教育改革的重要课题。

一、课程思政融入“自我认识”模块的理论依据与现实意义

(一) 理论依据

1. 德心共育理论

心理健康教育为德育提供心理基础,德育为心理健康教育指明价值方向,二者相互补充、辩证统一。“自我认识”模块中融入课程思政,本质是通过心理认知的提升促进道德品质的养成,通过价值引领强化心理发展的方向性。“正如积极心理学理论所强调的,心理健康教育应‘聚焦人的积极认知加工与自我完善’,通过挖掘个体乐观、心理韧性等积极品质,帮助学生树立‘积极健康的自我观念’。这与课程思政‘价值引领’的核心目标高度契合,为‘自我认识’模块实现‘心理认知提升+道德品质养成’提供了直接理论支撑。”

2. 建构主义学习理论

建构主义学习理论强调学习是个体基于情境互动主动

建构意义的过程,这与课程思政“知行合一”的育人逻辑高度契合。课程思政通过创设真实职业情境(如职场责任担当、伦理抉择等场景)与道德情境(如诚信践行、协作共赢实践),为学生自我认知建构提供具象化载体。学生在沉浸式体验中主动探索、反思辨析,既通过互动交流解构原有认知偏差,又在价值碰撞中重构自我认知体系,最终实现心理知识的内化、自我调适技能的提升与正确价值观的塑造同步落地,充分彰显建构主义理论指导下“以学生为中心”的育人实效,推动自我认识向深度与广度拓展。

3. 高职学生心理发展规律

高职学生正处于埃里克森人格发展理论中的“自我同一性对角色混乱”关键期,这一阶段的心理发展呈现鲜明职业导向特征。他们既面临专业技能与职业角色的适配困惑、岗位适应的焦虑,又因多元社会环境影响,存在价值观塑造的迫切需求。课程思政精准契合这一心理特点,通过融入职业伦理、行业榜样、社会责任等元素,将抽象的价值引领转化为具象的成长指引,既回应其职业探索中的迷茫,又为价值观构建提供清晰坐标,有效化解心理发展矛盾,助力学生实现自我认同与职业认同的双重构建,为全面发展筑牢心理根基。

(二) 现实意义

1. 提升心理健康教育实效性

作为心理健康教育的核心环节,“自我认识”不仅是引导学生通过心理测评、自我反思等技术手段认知性格特质、能力优势的过程,更需依托课程思政融入马克思主义关于人的全面发展理论、社会主义核心价值观等权威思想内核。依据《高等学校学生心理健康教育指导纲要》要求,课程思政将个体自我探索与家国情怀、社会责任相联结,使教学跳出单纯的技能训练,引导学生在认清自我禀赋与短板的同时,把个人发展融入民族复兴伟业。这种从“技术层面”到“价值层面”的升维,既强化了自我认同的深度,又帮助学生树立起与时代同频的人生追求,真正实现心理健康教育“育心”与“育人”的统一,显著提升教育实效。

2. 强化职业素养培育

将诚信敬业、责任担当等思政元素深度融入心理健康课

收稿日期:2026-3-12

基金项目:本文系2025年辽宁省教育科学“十四五”规划课题“‘三全育人’下新时代高职心理育人路径创新研究”(项目编号:JG25EB062);2025年辽宁省职业技术教育学会教研规划项目“‘三全育人’下高职学生职业心理韧性培养研究”(项目编号:LZYJY25165);2025年辽宁地质工程职业学院院级课题“课程思政融入高职心理健康课‘自我认识’模块的路径研究”(项目编号:LDY20250228)。

作者简介:庞辉(1978—),女,满族,辽宁盘锦人,辽宁地质工程职业学院副教授,硕士研究生,研究方向:高等教育学、教育心理学。

程教学,依托职业发展心理学理论,引导学生建立“个人—职业—社会”三位一体的发展认知。通过剖析行业标杆的职业道德案例、解读职业领域的社会责任要求,帮助学生在职业规划中锚定价值坐标,既认清自身职业兴趣与能力短板,又明确行业发展与国家需求的契合点。这种培育模式跳出单纯的职业技能训练,让学生在树立正确职业价值观的同时,提升岗位适配、人际协作等核心职业适应能力,实现个人职业成长与社会发展需求的同频共振,夯实长远职业发展的精神根基。

3. 落实立德树人根本任务

构建“心理+思政”协同育人模式,既以思政教育提供价值引领,将理想信念、家国情怀等元素融入心理教学,筑牢学生思想根基;又以心理健康教育提供情感支撑,通过心理疏导、韧性培养等方式,助力学生化解成长困惑。这种融合并非简单叠加,而是立足技术技能人才培养特点,将品德塑造、心理调适与职业素养培育有机贯通,既解决“思想迷茫”问题,又回应“心理困扰”诉求,最终实现“育心”与“育德”同频、“成人”与“成才”同步,为培养德智体美劳全面发展的高素质技术技能人才提供坚实保障。

二、课程思政融入“自我认识”模块的核心路径

(一) 重构“三维一体”教学目标

1. 认知目标

认知目标的设定需立足高职人才培养定位,以《普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求》为依据,聚焦“方法掌握+价值引领”双重维度。首先引导学生系统掌握自我观察、他人反馈、职业测评等科学认知方法,通过量化分析与质性反思,清晰梳理自身能力禀赋、性格特质与职业适配性。在此基础上,深度融入行业规范、职业精神等思政元素,结合专业领域的伦理要求与岗位责任案例,引导学生将自我认知与职业标准对标。最终帮助学生精准回答“我能做什么”的能力认知,明确“职业需要我做什么”的责任认知,实现个人能力与职业需求的精准匹配,为职业规划与价值塑造筑牢认知根基。

2. 情感目标

情感目标的设定需聚焦高职学生职业情感与心理素养的协同培育。通过选取行业楷模的家国情怀案例、大国工匠的坚守初心实例开展沉浸式教学,让学生直观感受职业价值与国家发展的紧密关联,从而激发职业自豪感与责任感。同时,依托积极心理学理论,以榜样力量消解学生因技能提升、职业探索产生的自卑与迷茫,引导其正视自身优势与成长空间,增强自我接纳度。这种将价值引领与情感疏导相结合的模式,既增加了情感体验的厚度,又筑牢了职业自信的心理根基,为学生以积极心态投身职业发展提供持久情感动力。

3. 行为目标

行为目标的设定需紧扣高职“知行合一”的育人导向。通过系统化指导,推动学生将自我认知成果转化为可落地的职业行动,构建“自我反思—职业定位—持续改进”的职业行为塑造闭环。引导学生以自我认知为基础,明确职业目标、制定实操计划,在岗位实践中践行爱岗敬业的职业操守,在技能打磨中养成精益求精的行为习惯。同时,依托实践反馈持续优化自我认知与职业行动,形成动态提升机制,既强化职业行为的规范性与稳定性,又助力学生将价值追求融入日常职业实践,为长远职业发展奠定坚实的行为基础,实现心理成长与职业素养的协同提升。

(二) 优化思政融入的内容体系

1. 挖掘核心思政元素

“高职院校学生育心不仅是一门心理健康教育,还涵括

所有课程中的人文关注及人性关怀、人文情怀、珍爱生命、健全人格等核心素养。育德因素和育心因素相结合,即在心理健康教育的课堂教学中融入思政教育,培养全面发展的人才。”围绕“自我认识”模块的核心内容,梳理对应的思政元素。在“自我特质认知”中融入诚实守信、团队协作等职业道德;在“职业兴趣探索”中融入职业理想、社会责任等价值理念;在“自我潜能开发”中融入坚韧不拔、开拓创新等奋斗精神。

2. 结合专业特色设计内容

针对不同专业学生的职业特点,定制思政融入内容。例如,对轨道交通类专业学生,结合行业安全规范强调责任意识;对护理专业学生,通过医患沟通案例强化人文关怀精神;对机电专业学生,以大国工匠事迹激发精益求精的工匠精神。具体而言,轨道交通类专业可从行业“火车头精神”“道钉精神”“甘当人梯与铺路石”精神中,挖掘积极向上、吃苦耐劳、精益求精、爱岗敬业等思政元素,将其有机融入“自我认识”模块的自我意识、生涯规划等专题教学。

3. 选取典型教学案例

筛选兼具心理教育意义与思政价值的案例,如高职毕业生扎根基层、自主创业的奋斗案例,行业模范坚守岗位、无私奉献的先进事迹,引导学生在案例分析中深化自我认识、树立正确价值观。通过“20个我是谁”活动让学生感受自我的多面性、社会性和情境性;借助《觉醒年代》“2021年中美高层战略对话”“叙利亚10年前后对比照片”等案例,让学生认识到每个人的自我实现与国家、民族的命运、社会发展息息相关,提升学生的认同感,把“小我”和“大我”更好地统一起来。

(三) 创新多元化教学方法

1. 混合式翻转课堂

构建“线上预热—线下探究—实践深化”的闭环教学模式。课前通过线上平台精准推送行业榜样访谈、职业精神解读等思政微视频,搭配科学心理测评工具,引导学生初步完成自我认知与价值感知;课中以小组讨论、角色扮演等互动形式,围绕“职业理想与自我实现”“个人发展与团队协作”等核心主题开展沉浸式探究,实现心理认知与价值引领的深度融合;课后布置撰写职业规划书、采访行业从业者等实践任务,推动认知成果向职业行动转化。这种模式打破时空限制,既强化了学生主体性,又实现了思政元素、心理知识与职业实践的有机衔接,显著提升了教学实效。

2. 体验式实践教学

搭建“自我认识+思政实践”平台,开展职业模拟实训、志愿服务、素质拓展等活动。在职业模拟中,让学生体验职业岗位的责任与要求;在志愿服务中,通过奉献社会深化自我价值认知;在素质拓展中,培养团队协作与抗挫折能力。“利用AI聊天机器人或匿名反馈平台,让学生以更自然、无压力的方式表达自己的感受和需求;结合VR技术、非侵入式神经反馈训练技术等对学生的心理问题进行个性化干预治疗。”让自我认知在沉浸式、低压力场景中深化,同步融入“自我接纳”“责任担当”等思政元素。

3. 朋辈互助与案例教学

契合高职学生心理发展特点与认知规律。邀请优秀校友分享职业成长中的自我探索、挫折应对经历,借助朋辈榜样的贴近性与感染力,引导学生在情感共鸣中正确认识自我、科学规划未来。结合职业场景中的典型案例,组织“自我认知偏差与矫正”“职业选择中的价值判断”等主题研讨,通过剖析案例中的伦理困境、决策逻辑,推动学生在思辨中校准认知、强化价值引领。这种模式既发挥了朋辈示范的激励作用,又依托案例教学实现理论与实践的衔接,有效提升学

生自我认知的深度与职业选择的理性度。

(四)完善协同评价机制

1. 构建四维评价体系

“认知+情感+行为+价值”四维评价体系是适配高职“自我认识+课程思政”融合教学的核心评价框架,旨在全面覆盖学生的认知提升、心理成长、行为转化与价值养成。认知维度聚焦自我认知方法的掌握与运用实效,不仅评价学生对自我观察、他人评价、职业测评等工具的熟悉程度,更侧重评估其运用这些方法分析自身特质、判断职业适配性的准确性,确保认知成果贴合职业发展需求。情感维度以积极心理品质培育为核心,重点评价学生自我接纳程度的提升、职业自信的建立,以及是否能通过案例学习、实践体验等方式激发职业自豪感与社会责任,有效克服自卑、迷茫等消极情绪。行为维度关注认知与情感的外化落地,主要评估学生职业规划的阶段性落实情况、自我改进计划的执行力度,以及在实训、志愿服务中是否展现出符合职业要求的行为习惯,如严谨细致、团队协作等。价值维度紧扣课程思政核心,评价学生对职业道德、社会责任、工匠精神等理念的认同度与践行度,看其是否能在职业选择、团队协作中做出符合主流价值观的判断。

2. 采用多元化评价方式

为确保评价的全面性与客观性,需采用过程性评价与终结性评价相结合的多元化方式。过程性评价贯穿教学全过程,以动态追踪学生的成长变化为核心,涵盖课堂表现、实践报告、小组研讨贡献等维度,通过常态化记录捕捉学生在认知深化、情感共鸣、价值认同上的细微进步。终结性评价作为综合检验载体,采用职业规划展示、自我成长报告等形式,要求学生结合课程学习,系统阐述自我认知的提升过程、职业目标的调整逻辑,以及思政素养如何融入职业发展,综合评估自我认识水平与思政素养的融合程度。两种评价方式相互补充,过程性评价侧重“成长轨迹”,终结性评价侧重“成果沉淀”,既避免了单一评价的片面性,又能全面反映融合教学的实际育人成效。

3. 注入多方评价主体

整合教师评价、学生自评、同伴互评、行业评价等多元主体,尤其是引入行业企业对学生职业认知与职业素养的评价,确保评价结果的客观性与实用性。教师评价依托专业视角,聚焦学生知识掌握、心理成长与价值塑造的综合成效;学生自评突出主体性,引导其主动反思成长轨迹;同伴互评借助朋辈视角,客观反馈互动表现与进步变化。尤为关键的是引入行业企业评价,邀请一线从业者、行业专家从职业认知精准度、职业素养适配性等岗位核心需求出发进行专业评判。多方主体协同发力,打破单一评价局限,既保证评价结果的客观性、全面性,又使评价更贴合职业发展实际,为教学优化与学生职业成长提供精准指引。

三、保障措施

(一)强化师资队伍建设

筑牢“心理+思政”融合育人的人才根基。通过专题讲座、思政元素挖掘工作坊、行业一线调研等多元形式,系统开展心理健康教师思政素养与专业能力培训,重点提升其从职业场景、行业案例中提炼思政元素,并科学设计其融入方案的能力。同时,建立心理健康教师与专业课教师、思政课教师的常态化教研合作机制,通过集体备课、跨学科课题研究等形式,整合不同领域育人优势,打破学科壁垒,形成“各司其职、协同发力”的育人合力,为心理健康教育与课程思政深度融合提供坚实师资保障。

(二)搭建资源支撑平台

聚焦“自我认识+课程思政”融合育人需求。重点建设专业化教学资源库,系统整合适配高职学生特点的优质资源:案例库涵盖行业榜样成长、职业伦理抉择等思政类案例,微视频聚焦职业精神解读、心理调适技巧等内容,配套标准化课件与可落地的实践项目,为教学实施提供全方位素材支撑。同时,依托校园网络平台开设线上讨论区,鼓励学生围绕自我认知、职业规划等主题互动交流;增设心理咨询专栏,联动专业教师提供线上答疑与疏导服务,实现线上资源供给与线下教学实践的协同发力,构建全时段、多维度的育人支撑体系,助力教学质量提升。

(三)完善教学管理机制

筑牢课程思政与心理健康教育融合的制度保障。将课程思政融入成效纳入心理健康课程教学质量评价体系,明确思政元素挖掘、教学设计、价值引领等核心指标的具体要求与量化考核标准,确保融入过程规范有序、落地见效。同时建立全链条教学反馈机制,通过学生满意度问卷、教师教学反思日志、同行专项评议等多元方式,全面收集教学实施中的问题与建议,形成“评价—反馈—优化”的闭环管理,持续精准优化思政融入路径与教学方案,为“育心”与“育德”协同育人提供长效制度支撑。

总而言之,课程思政与高职心理健康课“自我认识”模块的深度融合,是践行立德树人根本任务、推动心理育人与思政育人协同增效的关键路径。通过重构“认知+情感+行为”三维一体教学目标、优化贴合专业特色的内容体系、创新体验式与混合式教学方法、完善“认知+情感+行为+价值”四维评价机制,能够充分挖掘模块中蕴含的职业道德、社会责任等思政元素,实现知识传授、心理疏导与价值引领的有机统一。这一实践不仅有效提升了高职心理健康教育的针对性与实效性,帮助学生建立科学的自我认知、培育坚韧的心理品质与健全人格,更为职业技能提升筑牢心理根基;同时强化了学生的职业素养与社会担当,精准契合产业发展对高素质技术技能人才的需求,为职业教育高质量育人提供有力支撑。

参考文献:

- [1]余蕾.多维度视角下高职院校辅导员开展思政教育的策略研究[J].世纪桥,2025(3):90-92.
- [2]李玲玲.新时代高校心理育人策略提升研究[D].扬州:扬州大学,2025.
- [3]王新程.高职院校前置主动式心理健康工作体系的构建与策略[J].重庆电力高等专科学校学报,2025(2):66-70.
- [4]刘琴艺.积极心理学视域下模块化教学在心理健康教育中运用的探讨[J].现代职业教育,2023(6):177-180.
- [5]彭迎兵.立德树人视域下高中语文革命传统作品教学策略研究[D].贵阳:贵州师范大学,2025.
- [6]惠海云.提质培优背景下高职院校心理健康教育课堂教学改革的探索[J].延安职业技术学院学报,2023(10):32-36.
- [7]李惠贤.心理健康教育课程思政的价值内涵和实践路径——以轨道交通类专业为例[J].教育观察,2024(1):26-30.
- [8]晏源.在“育心”中潜移默化“铸魂”——《大学生心理健康教育》“课程思政”教学探索与实践[J].云南开放大学学报,2022(8):100-105.
- [9]陈芸.新质生产力驱动下高职学生心理健康教育模式革新探索[J].产业与科技论坛,2025(12):259-261.

(下转第94页)

建设:应然内涵、实然困境与策略路径[J]. 襄阳职业技术学院学报,2025,24(1):57-61.

[5]李冬梅,吴青林,等.串珠成线的农业高校文献检索课程思政探索与实践——以江西某高校为例[J]. 宜春学院学报,2024,46(11):105-109,118.

[6]刘强,赵文涛,柳林,等.面向胜任网络安全岗位的全过程思政育人模型设计与实践[J]. 计算机教育,2024(5):111-117.

[7]方梅,陈静.“三平台双融合”的国际贸易课程思政教

学改革与实践探索[J]. 对外经贸,2024(7):97-99,103.

[8]穆敏丽,李卫娜.基于CIPP模型的投资学课程思政综合评价体系探究[J]. 对外经贸,2024(7):141-144.

[9]季丹丹,周禹汐,等.数智技术赋能高校思政课教学精准化的实践路径探析[J]. 南宁职业技术大学学报,2025(4):91-95.

[10]周波,孟宝星,等.数字赋能职业教育课程思政实施进阶研究[J]. 工业技术与职业教育,2025,23(5):74-77,114.

Research on the Construction of Ideological and Political Education in Higher Vocational College Courses under the “Three-stage and Three-integration” Strategy

LU Yong¹, LI Guang¹, LI De-qiang²

(1. College of Intelligent Manufacturing, Guangdong Polytechnic of Science and Trade, Qingyuan Guangdong 511500;

2. Ningxia Yinchuan Dahe CNC Machine Co. LTD, Yinchuan Ningxia 750021, China)

Abstract: Ideological and political education is an indispensable component of the higher vocational education system, bearing the responsibility of shaping young students' ideological concepts, value orientations and behavioral habits. In the field of engineering and technology-related professional education, the significance of ideological and political instruction is even more profound. During the teaching process, it is essential to not only impart professional skills but also provide comprehensive cultivation in value guidance, personality development and social adaptability. By researching the “Three-stage and Three-integration” model of ideological and political education, we address the issues of integration content, methods of integration and evaluation at three stages — before, during and after integration — to establish an innovative model of ideological and political education. This approach organically integrates ideological and political elements with professional teaching, thereby enhancing the quality of professional talent cultivation.

Key words: curriculum ideology and politics; ideological and political elements; integration of ideology and politics; automation courses

(责任编辑:陈思婷)

(上接第91页)

Research on the Path of Integrating Ideological and Political Education into the “Self-awareness” Module of Mental Health Courses in Higher Vocational Colleges

PANG Hui

(Liaoning Geology Engineering Vocational College, Dandong Liaoning 118008, China)

Abstract: “Self-awareness” is a core module in mental health courses for higher vocational students, playing a crucial role in fostering students' sound personality and enhancing their psychological adjustment capabilities. The integration of ideological and political education into mental health education in higher vocational colleges is highly consistent in terms of value guidance and the goal of personality shaping. Incorporating ideological and political education into the “self-awareness” module is an important practice to implement the concept of “all-round education”. By combining the characteristics of higher vocational education and the psychological development laws of students, this paper explores specific paths for integrating ideological and political education into the “self-awareness” module from four dimensions: reconstructing teaching objectives, optimizing content systems, innovating teaching methods, and improving evaluation mechanisms. Through the exploration of ideological and political elements, the establishment of practical platforms and the strengthening of value guidance, it aims to achieve the collaborative education of mental health and moral education, providing a reference for the reform of mental health courses in higher vocational colleges.

Key words: ideological and political education in courses; higher vocational colleges; mental health course; self-awareness; integration path

(责任编辑:桂彬彬)