

大学生心理健康教育与职业能力发展的协同机制研究：基于“课程—活动—平台”三维一体的实践探索

梁爽 单锐 孙建伟 李美凤

哈尔滨信息工程学院 黑龙江 哈尔滨 150000

【摘要】：在应用型本科院校转型发展与高质量就业育人的大背景下，高校心理健康教育与职业能力培养长期分头开展，存在课程衔接不畅、师资适配性不足、跨部门联动薄弱、信息化育人滞后等诸多问题，难以适配新时代应用型人才的培养需求。本文立足地方本科院校办学定位与育人实际，依托心理与职业双向发展规律，构建“目标—内容—载体—保障”四层动态协同育人模型，从课程优化、场景实践、信息平台三个维度搭建融合育人路径，建立两类教育协同发展的长效机制。研究成果可为地方本科院校完善全方位育人体系、提升学生心理素养与职业综合能力提供实践参考。

【关键词】：地方本科院校；心理健康教育；职业能力发展；协同育人

DOI:10.12417/2705-1358.26.15.032

引言

新时代高等教育以应用型人才培养为核心导向，推动高校育人模式从单一的知识讲授，转向心理素质、综合能力全方位培育。学生心理健康水平是职业稳定发展的内在基础，职业能力提升是个人心理成熟的重要途径，两项工作有机融合，是高校落实立德树人根本任务、提升就业育人实效的关键抓手。教育部相关育人文件明确指出，需将心理育人、就业育人贯穿人才培养全过程，推动各类育人资源深度整合、联动发力。

对于地方应用型本科院校而言，人才培养紧密对接区域产业发展与基层岗位需求，学生的岗位适应能力、职业抗压水平、职场心态状态，直接关系院校人才输出质量与办学口碑。当前多数院校的育人工作呈现条线分割的状态，心理健康教育重点开展心理疏导与危机干预，职业能力教育侧重求职技能训练与岗位适配指导，两类工作各自运行、缺少联动。这种分离式育人模式，使得不少学生出现“掌握求职技能但心理承受力弱”“具备就业条件但心态不稳定”的问题，求职焦虑、职业迷茫、岗位适配不良等现象普遍存在，不利于学生高质量就业与长期职业成长。梳理现有研究成果可以发现，学界现有研究多集中于协同育人的价值阐释与理念分析，针对地方应用型本科院校办学特点、师资结构、资源条件的落地性研究相对偏少，尚未形成适配院校发展的标准化育人体系。基于此，本文结合高校育人工作中的实际问题，搭建适配地方本科院校的三维一体协同育人机制，通过理论建模与实践路径设计，完善两类育人工

作的融合路径，为优化高校全方位育人工作提供实践支撑。

1 理论基础与实践困境

1.1 心理健康与职业能力发展的内在关联

心理健康培育与职业能力发展并非相互独立的育人模块，而是互为支撑、同步发展的有机整体，共同服务于学生职业综合素养的提升，也是两类教育协同推进的核心理论依据。从成长逻辑来看，稳定良好的心理状态，是学生主动开展职业探索、持续提升职业能力的重要前提；丰富的职业实践经历，同样能够推动学生心理逐步成熟、人格更加完善。

良好的自我认知能力、情绪调节水平与挫折耐受素养，能够帮助学生客观认知自身职业优势与不足，理性选择职业发展方向，减少职业选择中的自我否定、畏难退缩等行为。心理资本储备充足的学生，在职业探索、岗位投递、面试应战、实习适配等关键阶段，能够有效缓解各类压力带来的负面情绪，保持稳定的求职状态，主动参与各类职业实践活动，持续积累岗位经验、提升职业适配能力^[1]。反观心理素质薄弱的学生，容易因单次求职失利陷入自我怀疑，主动回避各类职业实践，慢慢形成“心理受挫、实践缺失、能力不足、再次受挫”的不良成长循环。

与此同时，职业能力的稳步提升，也会正向带动学生心理健康水平的改善。清晰的职业发展定位、扎实的求职就业技能、丰富的职场实践经历，能够有效缓解学生的发展迷茫与就业焦

作者简介：梁爽(1986.5—)，女，汉族，籍贯广西省玉林市，讲师，硕士，现任哈尔滨信息工程学院教师。研究方向：思想政治教育、哲学、心理。

基金来源：中国成人教育协会S类课题（心理健康教育专项），项目名称：大学生心理健康教育与职业能力发展的协同机制研究，项目编号：ZWH-YB20260012S。

虑,增强学生的自我认同感与职业自信心,帮助学生建立积极稳定的职业心态。总体来看,心理素养支撑职业发展,职业实践滋养心理成长,两项内容深度关联、双向促进,为高校推进育人融合工作提供坚实的理论支撑。

1.2 协同育人的实践困境

结合地方应用型本科院校办学实际,心理育人与职业育人工作长期独立运行,在课程建设、师资配置、部门协作、信息化建设等方面存在明显短板,整体育人资源利用率不高,育人综合成效难以提升。

首先,两类课程建设相互独立、内容衔接不足。心理健康教育与职业生涯规划课程分属不同教学模块,备课与教学工作互不衔接。心理课程侧重基础心理知识与危机干预,较少贴合学生求职压力、职业迷茫等真实场景;职业规划课程聚焦求职技能与行业指导,对学生择业焦虑、自我认知偏差等心理问题关注较少,教学内容适配性不足。

其次,师资能力结构较为单一,复合型育人师资储备不足。心理教师擅长心理疏导工作,但对行业岗位需求、就业市场情况掌握不足;就业指导教师熟悉就业政策与求职技巧,缺乏专业心理辅导能力,难以有效化解学生择业心理问题,制约两类教育融合落地。

再次,校内部门协作不够顺畅,育人资源难以联动共享。心理中心、就业指导中心与二级学院学工部门工作相互独立、考核体系不一,学生心理测评、职业发展、求职实践等数据分散存储,受工作边界与隐私制度限制无法互通,对存在双重发展困境的学生只能开展碎片化帮扶,精准育人效果有限。

最后,信息化育人建设相对滞后。多数院校心理与就业育人平台分开运行、数据不通,无法整合学生成长数据开展精准研判,育人工作多依托教师经验推进,帮扶存在滞后性、片面性等问题。各类问题相互叠加,导致协同育人仅停留在理论层面,难以形成常态化、体系化的育人工作模式。

2 协同机制的理论模型

2.1 双向互动的逻辑基础

本模型以心理素质与职业能力的双向联动、协同共生为核心逻辑,打破两类教育各自发展、简单叠加的传统育人思维。心理健康教育为学生职业发展提供内在素养支撑,通过培育稳定心态、良好抗压能力与客观自我认知,筑牢学生主动开展职业探索的心理根基;职业能力教育为学生心理成熟提供实践载体,通过明确职业发展目标、积累岗位实践成果、提升就业竞争能力,缓解学生成长焦虑,持续培育积极心理品质。二者动态配合、彼此赋能,构成协同育人机制稳定运行的核心基础^[2]。

2.2 模型的结构与要素

本文构建的协同育人模型包含目标层、内容层、载体层、保障层四个层层衔接、循环迭代的核心模块,形成完整的闭环育人体系。目标层紧扣应用型人才培养定位,统一两项育人工作的核心目标,以培育“心理素质扎实、职业能力过硬、岗位适配度高”的应用型人才为最终导向,实现育人目标同向同步。内容层聚焦教学内容的互补融合,打破课程内容的条线边界,在心理课程中增设职业心理相关模块,在职业课程中融入心理调适相关内容,实现两类教学内容的交叉互补。载体层以课程、活动、平台为三大落地抓手,将融合性教学理念与教学内容,转化为可落地、可实施、可复盘的具体育人举措,是协同育人落地见效的核心载体。保障层围绕师资建设、部门协作、考核评价搭建长效运行体系,为协同育人工作常态化、规范化推进提供制度支撑^[3]。

四层结构并非简单的静态组合,而是能够持续迭代优化的动态运行闭环。整体育人目标指导教学内容的优化升级,优化后的融合内容依托三维载体落地实施;载体运行过程中暴露的师资短板、机制漏洞、平台缺陷,会反向推动保障体系迭代完善;完善的保障条件进一步助力教学内容更新与育人载体提质,通过多轮循环优化,持续提升协同育人实效,贴合院校人才培养的核心需求。该模型属于应用型育人分析框架,侧重高校育人工作的实践逻辑推演,能够精准对应前文梳理的各类育人问题,为三维一体实践路径的设计提供坚实的理论支撑。

3 “课程—活动—平台”三维一体的协同路径

3.1 课程融合:跨学科模块化课程重构,夯实协同育人基础

课程是协同育人开展的核心阵地。针对当前两类课程分头建设、内容脱节的问题,在不新增课时、不调整现有课程体系的前提下,采用模块嵌入、内容优化的方式,推动两门核心课程深度融合。通过搭建跨学科教研模式,打通心理教学与就业教学的专业壁垒,让教学内容精准对接学生求职发展与职场适配的实际需求。

在心理健康教育课程中,新增职业自我认知、求职压力调节、职场人际适配、择业挫折应对等专项教学模块,结合应届毕业生求职过程中的典型心理案例,引导学生依托心理认知规律梳理职业方向、化解求职焦虑。在职业生涯规划课程中,融入择业心态调整、失败归因梳理、职业素养培育等心理适配内容,针对性解决学生职业选择迷茫、求职受挫消极、面试紧张畏难等现实问题^[4]。通过双向内容嵌入,搭建“心理+职业”的融合型课程内容体系,实现知识讲授、能力训练、素养培育同步推进。

同时,建立心理教师与就业指导教师联合教研机制,通过

集体备课、联合授课、课后复盘、专题研讨等常态化工作，补齐双方师资的能力短板，打造复合型授课团队，从源头改善师资结构单一的问题，保障融合课程的教学质量。

3.2 活动赋能：场景化一体化实践设计，强化育人实操成效

针对课堂教学实践性偏弱、学生知行脱节的问题，依托场景化实践活动，搭建“学练结合、知行合一”的育人场景，让学生在模拟真实的情境中同步提升心理调适能力与职业实操能力，打通理论学习与实践应用的衔接通道。

围绕学生求职面试、岗位适配、职场发展三大高频场景，设计三类一体化实践活动。一是职业心理成长工作坊，聚焦求职受挫、岗位角色转换、职场人际冲突等常见问题，通过团体辅导、案例研讨、经验交流等形式，帮助学生掌握科学的情绪调节、压力疏导方法。二是职场情景模拟训练，设置高压面试、团队协作、职场沟通等实景场景，通过分组角色扮演的方式，让学生在实战演练中同步锻炼职业技能与心态调控能力，提升临场应变水平与挫折承受能力。三是职场经验分享沙龙，邀请行业一线从业者、优秀校友进校园分享职场真实经历与心态成长历程，消解学生对职场的未知焦虑，帮助学生建立理性的职业认知。

所有实践活动均坚持“心理赋能+能力提升”双目标导向，不开展单一化、形式化的育人活动，有效整合校园育人资源，避免重复建设、低效育人的问题，切实提升实践育人的针对性与实效性。

参考文献：

- [1] 董旭冉.新媒体背景下大学生媒介素养与心理健康教育探究——评《新媒体时代下高校思想政治及心理健康教育研究》[J].传媒,2024,(20):99-100.
- [2] 张婕,刘赢忆,刘召霞.职业能力导向的应用心理学专业教学改革效果研究[J].职业技术,2021,20(2):1-6.
- [3] 马喜亭,李丹.高校辅导员心理健康教育工作的理论逻辑、价值意蕴和实践路径[J].高校学生工作研究,2025,(2):3-13.
- [4] 姚斌.校内外结合促进学生心理健康工作机制探索[J].高校学生工作研究,2025,(2):17-32.
- [5] 章劲元,湛燕.新时期高校心理危机干预的挑战与对策分析[J].高校学生工作研究,2025,(2):33-44.

3.3 平台支撑：数据驱动信息化建设，实现精准协同育人

信息化建设是破解部门工作割裂、数据资源分散、育人帮扶滞后的重要抓手。立足地方本科院校现有网络平台资源，无需新建系统，仅通过功能升级与数据整合，搭建心理与职业协同育人数据模块，实现学生成长数据统一汇总、育人精准帮扶、育人成效动态复盘^[5]。

平台主要承担三项核心工作，一是整合心理测评、职业测评、课程学习、求职实习等各类成长数据，完整记录学生心理状态与职业发展全过程，构建个性化成长画像，同时落实分级授权与隐私保护，规范数据使用范围。二是依托数据筛查功能，精准识别同时存在心理困扰与职业发展难题的学生，定向推送适配课程、实践活动及一对一咨询服务，实现早发现、早干预、早帮扶。三是留存学生育人参与数据，通过前后数据对比复盘育人成效，持续优化课程与活动方案，形成动态迭代的育人模式。同时，院校需完善配套保障机制，搭建跨部门常态化会商机制，开展复合型师资培训，将协同育人工作纳入考核体系，全方位保障三维育人体系长效落地。

4 结论

立足地方应用型本科院校人才培养核心定位，本文针对心理育人与职业能力育人分头推进的现实问题，梳理两类育人工作双向赋能的内在发展规律，搭建四层动态协同育人理论模型，构建“课程重构—活动赋能—平台支撑”三维一体的协同育人实践体系，有效改善当前院校育人工作中课程衔接不畅、师资结构单一、部门协作不足、精准育人薄弱等现实问题，实现学生心理素质培育与职业能力培养的深度融合。