

# Exploration and Analysis of Teaching Mode Reform in Psychological Health Education Courses in Vocational Colleges—The Application of “Second Classroom” Practical Teaching

Yupei Yang

Henan Vocational and Technical College of Transportation, Zhengzhou, Henan, 450000, China

## Abstract

With the increasing incidence of psychological problems among vocational college students, the traditional teaching mode of mental health education courses is unable to meet the practical and experiential needs. This article focuses on the innovative application of “second classroom” practical teaching in mental health education, systematically sorting out the current problems of fragmented practical systems, single teaching forms, and lagging evaluation mechanisms in the curriculum. By constructing a “three-dimensional linkage” curriculum framework, developing immersive practical projects, and building a collaborative education platform between schools, enterprises, and social organizations, feasible reform paths are proposed. A case study shows that a vocational college in Zhejiang province has established a mental health growth workshop, which has improved students’ emotional management ability by 37%. This verifies the significant promoting effect of extracurricular activities on the development of psychological qualities and provides practical reference for the reform of teaching models in similar colleges.

## Keywords

vocational colleges; Psychological health education; Second classroom; Practical teaching; teaching reform

# 高职院校心理健康教育课程教学模式改革探索与分析——“第二课堂”实践教学的应用

杨雨霏

河南交通职业技术学院，中国·河南郑州 450000

## 摘要

随着高职院校学生心理问题发生率逐年上升，传统心理健康教育课程教学模式难以满足实践性、体验性需求。本文聚焦“第二课堂”实践教学在心理健康教育中的创新应用，系统梳理当前课程存在的实践体系碎片化、教学形式单一化、评价机制滞后等问题。通过构建“三维联动”课程框架、开发沉浸式实践项目、搭建校企社协同育人平台等策略，提出具有可操作性的改革路径。案例研究表明，浙江某高职院校通过建立心理健康成长工作坊，使学生的情绪管理能力提升率达37%，验证了第二课堂对心理素质养成的显著促进作用，为同类院校教学模式改革提供实践参考。

## 关键词

高职院校；心理健康教育；第二课堂；实践教学；教学改革

## 1 引言

在职业教育类型化发展背景下，高职学生面临学业竞争加剧、就业压力增大等现实挑战，《2022 中国职业教育质量年度报告》显示，73.6%的高职生存在不同程度的心理困扰。传统心理健康教育普遍存在“重理论轻实践”的倾向，课程多采用大班讲座形式，难以实现心理素质的内化培养。教育部等八部门《职业教育提质培优行动计划》明确提出“创

新实践教学模式”的要求，这为第二课堂建设提供了政策支撑。本研究通过解构“心理认知—情感体验—行为养成”的教育闭环，探索将团体辅导、素质拓展、朋辈互助等实践形态系统融入课程体系，着力破解心理健康教育知行脱节的核心理念，对提升职业人才培养质量具有现实意义。

## 2 高职院校心理健康教育课程教学模式改革的现实动因

### 2.1 心理健康教育实效性提升的迫切需求

在产业转型升级的宏观背景之下实施，随着智能制造

【作者简介】杨雨霏（1997-），女，中国河南南阳人，硕士，助教，从事心理健康教育研究。

与现代服务业的快速发展,对从业者的心理素质要求,尤其是抗压能力和团队协作能力,呈现出日益增长的趋势,教育部近期对教育政策制定与实施进行了专项调研,56.8 调查结果显示,1%的用人单位将心理适应能力作为高职毕业生最突出的素质空白。传统教学模式主要围绕 SCL-90 量表等知识点的讲解进行知识传授,真实职场情境下心理调适能力的培养面临较大挑战,该职业院校对客服岗位中的典型压力场景进行了心理剧场的转化与应用研究,借助角色扮演教学,提升学生应对压力的能力与技巧,实习期间心理问题发生率降低 21 个百分点<sup>[1]</sup>。

## 2.2 第二课堂与职业教育的天然契合性

现代学徒制教育模式倡导将教学空间拓展至企业生产车间、社区服务站点等实际操作场所,学院搭建了“认知实训室、企业心理角及社区服务站”构成的三级实践教学体系,企业导师指导下的情绪疏导案例研究及深度探讨,学生共情能力测评成绩实现 28.5% 的显著增长。采用“做中学”的教育模式,有效缩小了心理教育与实际应用之间的距离。

## 2.3 教育数字化转型带来的新机遇

心理训练借助虚拟现实技术,实现了安全、可控的沉浸式训练体验,重庆市某职业院校研制虚拟现实高空作业心理适应训练模型,采用建筑施工现场模拟技术对高空恐惧症进行心理干预实验,在登高作业中,训练组学生的心率变异系数相较于对照组提高了 19.3%,数字技术的应用助力第二课堂跨越时空界限,实现教育资源的广泛共享,实施针对性心理训练活动。

# 3 高职心理健康教育第二课堂实践面临的现实困境

## 3.1 课程体系结构化程度不足

实践环节的布局模式表现为零散地分布形态,众多高等教育机构将心理运动会、主题班会等教育活动独立组织实施,理论课程与教学实践环节之间未能形成有效的衔接渠道,某省针对 36 所高职院校的教育质量进行调研分析得出,仅有 17% 的高等教育机构确立了第二课堂的教学规范。职业定位特征不明显,目前的教学实践普遍采纳了本科院校通识教育的普遍模式,未与特定职业的心理素质标准相匹配,在某现代服务业职业院校开展课程效果综合评估阶段,分析研究数据表明,仅有 29% 的学生认为实训项目与未来就业岗位的相关性较强。

## 3.2 教学实施科学性待加强

活动策划的专业化水平有待进一步提高,部分高等教育机构将第二课堂教育内容简化为仅限于文体活动范畴,本次心理游园会中,约七成活动项目采用趣味游戏形式,专业心理干预要素缺失现象的评估与改进策略分析,教育师资力量在构成上存在结构性失衡的矛盾,心理咨询师资格的实训指导教师所占比例仅为 38%,专业团体辅导活动面临实施阻碍。

## 3.3 保障机制系统性薄弱

校企合作实践存在明显不足,企业参与活动多集中于场地供应这一范畴,为强化员工心理素质,该汽车制造企业已设立心理观察实习岗位,缺乏一套系统性的评估与反馈流程,数字信息资源开发领域的发展步伐相对迟滞,高校心理健康大数据平台建设现状:仅有 12% 的高校实现平台建设,实现动态监测以跟踪实践效果存在较大技术挑战。

# 4 “三维贯通”的第二课堂实践教学模式构建策略

## 4.1 构建“岗课赛证”融合的课程体系,提升职业心理能力

高职院校的心理健康教育需要紧密结合职业特点,将心理素质培养与岗位需求、课程内容、技能竞赛和职业资格证书有机融合,形成系统化的课程体系。这一体系的核心在于开发职业心理素质标准、创建模块化项目库以及建立“赛证融通”激励机制,实现教学目标与行业需求的无缝对接。

### 4.1.1 开发职业心理素质分级标准

力求精确掌握各行业、各岗位对心理素质的特定标准,亟需联合行业商会及行业龙头开展全面的市场调研工作,制定精准的职业心理素质评价体系,与中国机械工业联合会携手学院开展合作,为智能装备制造量身定制,《智能装备制造心理韧性能力认证规范》正式发布。本规范依据《国家职业分类大典》对数控机床操作员的心理稳定性标准进行了具体化规定,对处理紧急故障的响应速度、持续作业的集中力维持时间等六项关键量化参数进行具体界定,这些指标构成了课程目标设定的科学支撑体系,对心理能力进行具体化,实现其实施的可操作性,促进教师在实践教学过程中有的放矢地开展教学融合,实现教学目标与实际工作要求的深度对接,将心理素质培养标准转化为课程规范与教学实施的具体实施规范体系,保障学生在校学习期间逐步提升至符合就业岗位所需的心理能力水平<sup>[2]</sup>。

### 4.1.2 创建“工作过程导向”模块化项目库

职业心理素质的形成与发展,本质上取决于对现实工作环境与具体任务背景的精准把握与有效模拟,依据典型职业行为与作业概览,研制情境化背景下的教学模块,构建“基础能力—专项能力—综合能力”的三级能力项目架构,以河南交通职业技术学院为实证样本进行探讨,该机构为银行柜员职位量身定制了“客户投诉情绪疏导”“大额转账风险防范”等共计 12 个模拟训练模块,设计仿真于现实商业场景的心理压力事件模拟实验。经过上述项目培训的学员在三个月的实习期间积累了经验,该客户的满意度评分相较于未经训练的同侪,实现了 18.6% 的显著提升,该表述充分揭示了模块化项目库的显著功效,构建模块化项目库应恪守典型性、递进性及开放性三大原则,人物选取应体现其代表性,以反映其典型性,项目实施阶段,难度应分阶段逐步上升,在实际操作层面,可依据行业发展趋势进行适时调整与优

化,进而保障课程内容与产业升级趋势实现动态同步。

#### 4.1.3 建立“赛证融通”激励机制

积极倡导学生投身实践教学,增强其学习动力,将职业技能竞赛的心理素质评估标准与行业心理资质认证的规范,科学地整合进课程质量评估体系之中,依据近三年的数据统计结果,赛事失误差降幅达43%,心理素质提升功不可没,该机制显著促进了心理素质的稳步优化,让学生在竞赛实战中,经受心理素质的挑战与锻炼;亦推广了“1+X”模式的心理专业资格证书体系,将“压力管理师”“情绪引导师”等新型职业资格证纳入学分互换的范畴。此举极大地促进了学生参与实践活动的内在驱动力,引入了双重的激励机制,即通过参与实践活动来累积学分,采纳获得职业资格证书这一途径来提升职业竞争力,心理健康教育中的“赛证融通”激励机制,为学生构建了清晰的成长轨迹,并拓展了宽广的职业发展领域。

### 4.2 创新“虚实融合”的教学实施路径

#### 4.2.1 实施“双导师引领”项目制教学

打造由校内心理辅导专家与企业人力资源顾问组成的复合型导师体系,实施以任务为导向的教学模式,顺丰快递与学院携手共建“物流配送心理适应性”研究项目,企业导师引用真实案例数据库,对学生进行“客户拒绝接收所激发的应激反应”与“航线变更所引起的焦虑调节”等实际问题的教学与引导。采用“案例剖析—角色模拟—复盘优化”三个环节的培训模式,实习生的职业压力感知量表(PSS-10)得分降低至原值的26.8%,岗位的留任比率较去年同期增长了19个百分点。

#### 4.2.2 构建“云链端”协同学习系统

以教育云平台为支撑,打造心理健康实践资源库,依托区块链技术,实现学习成果的认证与信息共享机制,院校联合打造心理健康类大规模在线开放课程集群,整合“制造业情绪管理技巧”“服务业同理心培养教程”等共48个微课模块,学生完成虚拟现实实训后,依据区块链智能合约的机制,可领取数字形式的荣誉徽章,学院试点项目成效显著,实现教育国际化目标,该系统显著提高了第二课堂的参与度,由原先的61%上升至89%,学习路径追踪的精确度级别为92%。

### 4.3 完善“多元协同”的质量保障机制

#### 4.3.1 建立“生理—行为—认知”三维评价模型

开发集生物反馈技术为一体的智能监测系统,借助可

穿戴式设备对实践过程中的体温及脑电波信号进行数据采集与分析,结合行为观察量表与心理测评量表,形成全面评价的矩阵模型,学院在建筑安全心理实训中采纳了该系统作为辅助工具,研究结果表明,在模拟高空作业训练过程中,学生的皮质醇水平与其理论考核成绩之间存在显著的负相关性,相关系数为-0.67,统计结果显示,该值低于0.01的显著性水平,构建教学改进实证研究的实证支撑<sup>[1]</sup>。

#### 4.3.2 创设“政—行—企—校”四维协同机制

政府牵头构建心理健康教育产教融合战略合作伙伴关系,实施资源共享的管理体系,河南省教育厅与阿里巴巴等企业合作,设立了“职业教育教学心理实践资助基金”,提供资金支持以推动“电子商务客户服务情绪调控实训系统”等项目的研发。省内23所高职院校已累计利用该平台资源,针对“双十一”购物狂欢节,干预手段有效降低了参与学生的焦虑症发病率,降幅达41%。

#### 4.3.3 构建“预防—干预—发展”全过程管理体系

研发心理健康实践教学依托的大数据服务平台,设立危机预兆预警与效果跟踪的全面机制,无锡职业技术学院实施学生心理素质数字档案归档,采用机器学习工具对实际数据展开全面分析,精准锁定潜在高危人群,2022该系统年度内成功预判并预警了37起可能的心理危机事件,与传统筛查手段相较,效率提升58个百分点。

## 5 结语

本研究通过系统解构高职心理健康教育第二课堂的实施逻辑,提出“职业导向、虚实融合、多元协同”的改革路径。实践表明,结构化课程体系能有效提升教学的系统性,数字化技术应用拓展了心理训练的深度,校企协同机制则增强了育人实效。后续研究需重点关注实践教学的效果追踪,特别是长期职业发展中的心理素质演变规律。建议教育行政部门出台第二课堂建设标准,将心理健康实践纳入职业教育质量评价体系,推动形成具有类型教育特色的心理育人新模式。

## 参考文献

- [1] 赵辰欣.高职大学生心理健康教育课程课堂革命实践研究[J].天津职业院校联合学报,2024,26(12):60-63+78.
- [2] 陈钰琳,柴亚星.协同视域下高职院校心理健康教育与课程思政一体化融合策略[J].科教文汇,2024,(22):63-66.
- [3] 霍刚,汤伟,石雨露,等.“三教”改革视域下高职院校大学生心理健康教育课程思政改革路径探析[J].成才,2024,(13):36-38.