

职业教育心理健康培育的“润心工作”模式实践探索 ——以徐州医药分院为例

马 帅

(江苏省徐州医药高等职业学校)

DOI: 10.65285/RWYSHKX.V2I5.006

摘 要: 职业教育聚焦技术技能人才培养, 学生心理健康素养是保障人才高质量成长的核心基础。徐州医药高等职业学校护理系五年制高职学生处于身心发展关键期, 受医学课业繁杂、临床实训严苛、行业就业标准高、青春期情绪敏感等多重因素影响, 普遍存在自我认知模糊、抗压能力薄弱、情绪调节不足、职业焦虑突出等心理问题。传统刚性管理、说教式心理引导模式适配性差, 难以契合护理专业学生成长特质。本文立足医药职业教育育人底色, 以班主任一线育人工作为切入点, 秉持“以心育心、润物无声”的育人理念, 构建适配护理专业的心理健康“润心工作”模式, 从暖心沟通共情育人、温情班级文化浸润、专业场景心理赋能、家校协同护心护航四个维度, 探索柔性化、常态化、专业化的心理育人路径, 精准化解学生心理困惑、塑造健全人格、端正职业心态, 实现学生专业技能与心理素质协同发展, 为医药类高职院校班主任心理育人工作提供可落地的实践参考。

关键词: 职业学校; 徐州医药高专; 护理系; 班主任; 心理健康教育; 润心工作模式

Practical Exploration of the "Runxin Work" Model for Mental Health Cultivation in Vocational Education: A Case Study of Xuzhou Pharmaceutical Vocational College

Shuai Ma

Jiangsu Provincial Xuzhou Pharmaceutical Vocational College

Abstract: Vocational education centers on the cultivation of technical and skilled talents, and students' mental health literacy serves as an essential foundation for high-quality talent development. Five-year higher vocational nursing students are in a critical stage of physical and psychological development. Influenced by heavy academic workload, rigorous clinical training, high industry employment standards and adolescent emotional sensitivity, these students generally present prevalent psychological problems including ambiguous self-cognition, weak stress resistance, insufficient emotional regulation ability and prominent occupational anxiety. Traditional rigid management and didactic psychological guidance are poorly targeted and incompatible with the growth characteristics of nursing students. Based on the educational characteristics of medical vocational education, this paper takes class teachers' front-line educational practice as the starting point and adheres to the educational philosophy of "nurturing hearts with subtle and humane guidance". It constructs a specialized "Runxin" mental health education model suitable for nursing majors. By implementing warm empathetic communication, positive class culture infiltration, professional scenario-based psychological empowerment, and home-school collaborative psychological support, this study explores a flexible, normalized and professional psychological education path. The model effectively relieves students' psychological confusion, shapes sound personality, corrects professional mentality, and promotes the coordinated development of students' professional skills and psychological quality. It provides practical and replicable references for psychological education conducted by class teachers in medical vocational colleges.

Keywords: vocational school; Xuzhou Pharmaceutical Vocational College; nursing department; class teacher; mental health education; Runxin work model

前言

随着医疗卫生行业规范化、精细化发展, 社会对护理人才的要求不再局限于专业技能, 更注重从业者的心理素养、情绪调控能力与职业抗压能力。五年制高职护理学生是基层护理、康养服务人才的核心储备力量, 其心理健康

状态直接关乎未来临床服务质量与职业发展稳定性。徐州医药高等职业学校护理系学生群体以青少年为主, 身心尚未完全成熟, 既要承受解剖学、护理学、药理学等繁杂医学课程的学业压力, 也要适应临床实训的高标准、严要求, 同时面临医护行业就业竞争激烈、岗位责任重大带来的职

业焦虑,多重压力叠加极易引发消极情绪、学习动力不足、自我否定、人际敏感等心理问题。

班主任作为学生日常管理、思想引导、心理疏导的核心主体,是学生心理健康成长的第一守护者。相较于传统固化的心理教育模式,“润心工作”模式摒弃生硬说教、刚性管控的育人方式,以柔性关怀、潜移默化、精准赋能为核心,贴合护理学生细腻敏感的心理特质,契合医护职业人文育人要求。立足院系育人实际,探索班主任“润心工作”实施路径,破解学生心理育人短板,对培育身心健全、德技并修的高素质护理人才具有重要现实意义。

一、护理系学生心理现状与“润心工作”实施价值

(一) 护理系学生核心心理问题

结合徐州医药高专护理系日常育人观察与心理摸排,学生心理问题呈现鲜明的专业特色与群体特征。一是学业压力引发的焦虑心理,医学课程知识点琐碎、记忆量大、考核严格,部分学生因学业跟不上、实训操作不规范产生自我怀疑,滋生厌学、焦虑情绪;二是职业认知偏差引发的迷茫心理,部分学生对护理岗位认知片面,片面认为护理工作繁琐辛苦、社会认可度低,缺乏职业认同感,学习动力不足;三是情绪调控能力薄弱引发的内耗心理,护理系女生占比极高,学生心思细腻敏感,人际交往中易产生猜忌、内耗,面对挫折、批评时抗压能力弱,情绪波动较大;四是就业压力引发的恐慌心理,随着护理行业就业门槛持续提升,学生对实习分配、就业竞争、岗位适配存在过度担忧,滋生消极避险心态。

(二) 班主任“润心工作”的实施价值

心理健康“润心工作”核心是“以温情化冰冷、以共情解困惑、以浸润促成长”,区别于传统被动式心理干预,强调主动育人、柔性育人、全程育人。对于护理系育人工作而言,其一,能够精准适配学生心理特质,以温和包容的方式疏导学生负面情绪,规避刚性管理引发的逆反心理;其二,能够衔接医护职业素养培育,在心理润育过程中培养学生耐心、同理心、责任感,实现心理素养与职业素养双向提升;其三,能够筑牢班级育人根基,化解学生心理矛盾、人际矛盾,营造和谐向上的班级氛围,助力学风、班风建设,为学生专业学习、职业成长保驾护航。

二、护理系班主任“润心工作”模式的核心育人理念与原则

(一) 共情接纳,以人为本

坚持以学生心理需求为核心,摒弃居高临下的说教式教育,以平等、尊重、接纳的态度对待每一位学生。充分理解护理学生学业繁重、实训严苛的成长压力,包容学生青春期的情绪短板与成长不足,站在学生视角共情倾听、精准疏导,让心理教育更具温度,真正实现“以心育心”。

(二) 润物无声,浸润育人

打破心理教育局限于专题讲座、问题干预的固化思维,将心理润育融入班级管理、日常沟通、实训教学、校园生活的每一处细节。不刻意、不生硬,通过常态化、细微化

的关怀引导,潜移默化矫正学生认知偏差、培育积极心态,实现无声育人、长效育人。

(三) 专业赋能,心职融合

立足护理专业特色,将心理健康培育与医护职业成长深度融合。围绕护理岗位所需的抗压能力、共情能力、服务心态、责任意识开展针对性润心教育,让心理疏导服务于学生职业成长,破解学生职业迷茫、岗位焦虑,实现心理素质与职业能力协同提升。

三、护理系班主任“润心工作”模式的实践实施路径

(一) 搭建温情沟通桥梁,以共情润心化解心理困惑

良性师生沟通是润心工作的基础,班主任需构建常态化、柔性化的沟通机制,打破师生隔阂,精准捕捉学生心理动态^[1]。针对护理学生敏感内敛、不善主动倾诉的特点,摒弃传统“问题式谈话”模式,推行常态化暖心交流机制。利用课间、晚自习、宿舍走访等碎片化时间,主动贴近学生,关注学生学业状态、情绪变化、人际困扰,以温和的语气倾听学生心声,耐心疏导学生的学业焦虑、实训挫败感与职业迷茫。

同时,建立分层分类精准润心机制,实现因材施教。对于学业薄弱、自卑消极的学生,重点给予鼓励引导,挖掘其闪光点,帮助其建立学习自信;对于情绪波动大、人际敏感的学生,重点开展情绪管理指导,传授情绪调节、人际沟通技巧;对于就业焦虑、职业迷茫的学生,结合护理行业发展前景、优秀毕业生从业案例,纠正其片面职业认知,重塑职业信心。通过一对一共情疏导、小范围谈心交流,让学生感受到被理解、被接纳,主动化解心理内耗,培育积极乐观的心态。

(二) 打造暖心班级文化,以氛围润心培育积极人格

班级文化是无声的心理育人载体,良好的班级氛围能够潜移默化滋养学生心灵、矫正消极心态。班主任立足护理专业特色,打造“温情、向上、笃学、仁爱”的班级文化,构建沉浸式润心育人环境。在环境建设方面,结合医护职业元素打造班级文化墙,展示护理榜样故事、暖心医护瞬间、心理健康小贴士、学生成长风采,让学生在日常学习中感受医护职业温度,涵养仁爱善良的职业品格与积极心态。

在活动育人方面,常态化开展适配护理学生的心理主题班会与文体活动。定期开展情绪管理、压力疏导、职业认同、感恩成长等主题班会,通过情景模拟、小组分享、心理小游戏等轻量化形式,替代生硬的理论宣讲,引导学生主动探索自我、调节心态。同时,结合学生课余生活,开展志愿服务、班级团建、技能比拼、读书分享等活动,丰富学生校园生活,缓解学业与实训压力,化解孤独、焦虑等负面情绪,培养学生团队协作能力与积极进取的人生态度。依托优良班风浸润,让学生在温暖包容的集体中成长,逐步塑造自信、乐观、坚韧的健全人格^[2]。

(三) 立足专业场景赋能,以匠心润心筑牢职业心态

护理专业学生的心理问题大多与专业学习、职业发展深度绑定,班主任需立足专业场景,推动心理润育与专业

育人深度融合,实现“以专业育心、以匠心润行”。在实训育人场景中,针对学生实训操作失误、技能不熟练产生的挫败心理,班主任联动实训教师,摒弃单一批评模式,采用耐心指导、分步鼓励的方式,引导学生正视失误、直面挫折,培养精益求精、坚韧不拔的职业心态,让学生明白护理职业的严谨性与成长性,克服畏难情绪。

在职业素养培育场景中,深耕医护仁爱精神,开展特色润心实践。组织学生参与社区健康宣讲、养老陪护、校园义诊等志愿服务活动,让学生在专业实践中发挥自身价值,感受护理职业的责任感与使命感,有效破解职业认知偏差、职业倦怠等心理问题。同时,定期邀请临床一线护理骨干、优秀返校毕业生分享从业经历,讲述医护人员坚守岗位、服务患者的暖心故事,用榜样力量感染学生,引导学生树立正确的职业观、价值观,培育甘于奉献、勇于担当的职业心理素质。

(四) 构建家校协同体系,以合力润心守护学生成长

学生心理健康成长离不开家庭与学校的双向赋能,单一的校园润心工作难以实现全方位育人,班主任需搭建高效家校协同育人平台,构建家校同心、双向联动的润心格局。护理学生的心理困扰多源于学业压力、成长焦虑、家庭期待,部分家长存在重成绩、轻心理的认知误区,过度施压加重学生心理负担。

班主任通过家长会、线上沟通、针对性家访等方式,主动向家长反馈学生在校心理状态、成长情况,普及青少年心理健康知识,引导家长摒弃功利化教育思维,关注学生情绪变化与心理需求,以包容、鼓励的家庭教育方式替代指责、施压,营造温暖和谐的家庭成长环境。同时,建立家校心理联动机制,针对存在心理困惑的学生,家校实时沟通、同步引导,学校负责专业心理疏导与校园氛围营造,家庭负责情绪安抚与成长陪伴,双向发力化解学生心理问题,全方位守护学生心理健康,助力学生身心协同、健康成长。

四、“润心工作”模式的实施保障与优化策略

(一) 提升班主任专业润心能力

院系需针对性开展班主任心理健康育人专项培训,聚焦高职护理学生心理特点、情绪疏导技巧、心理危机识别

与干预、职业心理赋能等核心内容,打破通用化心理培训模式,提升班主任专业化润心育人能力^[1]。搭建班主任心理育人研讨平台,定期梳理学生典型心理案例,交流润心工作方法,总结适配护理专业的心理育人经验,让班主任能够精准识别、科学疏导学生心理问题,提升润心工作实效性。

(二) 建立动态心理监测机制

构建“日常观察+定期摸排+动态跟踪”的学生心理健康监测体系,班主任常态化关注学生出勤、学习、人际、情绪状态,结合院系心理普查数据,建立学生心理成长档案,对心理波动较大、存在潜在心理风险的学生重点关注、动态跟踪、持续疏导。通过早发现、早干预、早疏导,将心理问题化解在萌芽状态,保障润心工作常态化、精准化落地。

结语:

心理健康培育是医药职业教育立德树人的重要组成部分,也是护理人才职业素养培育的核心内容。徐州医药高等职业学校护理系班主任立足学生心理特质与专业育人需求,构建的“以共情润心解困惑、以文化润心塑人格、以专业润心强素养、以协同润心护成长”的润心工作模式,打破了传统心理教育生硬、片面、滞后的短板,实现了心理健康教育从被动干预向主动浸润、从单一说教向多维赋能的转变。常态化落实润心育人工作,能够有效疏导护理学生负面情绪、矫正认知偏差、培育健全人格、端正职业心态,推动学生专业技能与心理素质同步提升,为院系培育德技并修、身心健康的高素质护理技能人才筑牢心理根基,助力医药职业教育高质量内涵式发展。

参考文献:

- [1] 刘兰兰,曹春梅,黄琼,等.高职院校护理专业学生发展性心理问题现状以及心理教育成果研究[J].现代职业教育,2021(47):56-57.
- [2] 孙思遥.心理健康教育融入高职院校师生人际和谐构建的路径探索[J].公关世界,2026(13):87-89.
- [3] 卿兰兰,王利南.新时代高校心理健康教育多元育人路径构建研究[J].人才资源开发,2026(16):63-66.

作者简介:马帅(1981.05-),男、汉族、江苏省丰县、讲师、本科、研究方向:基础医学教育。