融合困境与协同机制：Z 世代高职生视域下思政课与心理健康教育的互嵌式教学研究

崔 婕[1]　夏丽娟[2]
（1. 盐城幼儿师范高等专科学校
2. 盐城市幼儿园）
DOI：10.65285/JYLLYJ.V2I7.004

摘　要：思政课与心理健康教育是高职院校立德树人的两条核心路径，但在“机构分设、课程分立、师资分离”格局下长期“各自为政”，难以回应 Z 世代高职生功利与空虚、网络依存与社交退缩、职业焦虑与低效能感等“价值—心理”交织性困境。本文提出“互嵌式教学”，主张二者不是外在“结合”而是结构性嵌入：目标上以教学目标链安放价值要求与心理条件，内容上围绕交织性节点开发模块化融合资源，方法上以价值澄清讨论、角色扮演体验与反思性写作贯通“认知—情感—行为”。进而从理念更新、内容重构、方法创新与保障强化四个维度构建实施框架，推动融合逻辑从“管理导向”转向“发展赋能导向”，为破解“两张皮”、提升“三全育人”整体实效提供可操作路径。
关键词：Z 世代高职生；思政课；心理健康教育；互嵌式教学

Integration Dilemmas and Collaborative Mechanisms: A Study on Inter-embedded Teaching of Ideological and Political Courses and Mental Health Education from the Perspective of Generation Z Higher Vocational Students

Jie Cui[1], Lijuan Xia[2]
1. Yancheng Preschool Education College
2. Yancheng Kindergarten

Abstract: Ideological and political courses and mental health education serve as two core approaches to fostering virtue through education in higher vocational colleges. Nevertheless, under the arrangement of separate institutions, separate curricula and separate teaching teams, they have long operated in isolation. This makes it hard to tackle the intertwined value and psychological dilemmas of Generation Z vocational students, including utilitarianism and inner emptiness, internet dependence and social withdrawal, career anxiety and low self-efficacy. This paper puts forward inter-embedded teaching. It holds that the two are not merely externally combined but structurally embedded. In terms of objectives, a teaching objective chain integrates value requirements and psychological conditions. In terms of content, modular integrated resources are developed around overlapping nodes. In terms of methods, value clarification discussions, role-playing activities and reflective writing run through the cognitive, emotional and behavioral dimensions. Moreover, an implementation framework is built from four aspects: concept renewal, content reconstruction, method innovation and guarantee improvement. It shifts the integration logic from management orientation to development empowerment orientation, and offers an operable solution to resolve the separation of the two fields and enhance the overall effect of all-staff, all-process and all-round education.
Keywords: Generation Z higher vocational students; ideological and political courses; mental health education; inter-embedded teaching

前言：

“Z 世代”概念植根于曼海姆（Karl Mannheim）的世代理论，他指出出生年代相仿的个体在社会变迁中被赋予共同的社会地位，世代意识由此生成。斯特劳斯与郝伊沿此取径，将 Z 世代界定为约 1995 至 2010 年间出生的群体，其区别于此前世代的核心特征在于“数字化”与“国际化”，即作为第一代“数字原住民”成长于互联网与智能设备普及的环境之中。

《教育强国建设规划纲要（2024—2035 年）》要求“加强和改进新时代学校思想政治教育”与“普及心理健康教育”，为二者互嵌提供政策依据。针对 Z 世代大学生，国内已有研究注意到其成长于网络环境，表现出直面感提升、暴露性增加、孤独感更强等特点，既有心理健康教育模式难以满足其需求，应明确教育目的、挖掘心理潜能，促进心理健康积极发展。然而，针对高职院校的研究虽有所增加，但系统性不足，尤其缺乏对 Z 世代高职学生心理特征与思政教育针对性、有效性关联的深入实证研究及精细化路径设计，“两张皮”问题在操作层面尚未有效破解。[1]

本文紧扣“困境”与“机制”，聚焦 Z 世代高职学生这一细分群体，探究思政课与心理健康教育在目标、内容与方法上的结构性互嵌，以期回应融合研究从“应然呼吁”向“机制建构”转向的精细化趋势。

一、现状与困境：Z 世代高职生视域下“各自为政”的诊断与剖析

（一）“各自为政”的三重表现

高职院校思政课与心理健康教育的疏离并非偶发的实施偏差，而是嵌入于院校组织结构与课程制度之中的系统性现象。

其一，教学内容无关联。思政课以教材体系为遵循，围绕理想信念、道德修养、法治观念展开，逻辑是价值命题的递进；心理健康教育以心理素质的结构化培养为线索，聚焦自我意识、情绪管理、人际交往与挫折应对，逻辑是心理功能的识别与训练。二者分属不同教研室与课程模块，缺乏共同的内容地图与衔接节点，教学内容在各自轨道上封闭运行。

其二，教师团队无交流。思政课教师与心理健康教师分属马克思主义学院与学生工作系统，编制归属、考核标准与专业发展路径各异，跨学科的集体备课、案例研讨与教学反思缺乏制度化的时间与空间安排。教师对另一学科的逻辑与方法缺乏足够理解，即便有意融合也往往停留于经验直觉层面而难以持续，互嵌式教学因而缺少最基础的人力支点。

其三，学生体验相割裂。对学生而言，思政课与心理健康课是两套彼此无关的“教育界面”：前者要求处理“应当相信什么”的规范性命题，后者引导关注“我感受到了什么”的个体性命题。当同一学生在职业选择中同时遭遇“什么样的工作值得追求”的价值困惑与“我是否有能力获得那份工作”的效能焦虑时，两门课程提供的概念工具与应对策略是分离的，学生难以建立有意义的连接。价值引导因缺乏心理层面的可及性而显得遥远，心理调适因缺乏价值层面的定向而显得单薄。

（二）Z 世代高职生的“价值—心理”交织性特征

Z 世代高职生成长于职业教育类型化培养、数字原生环境与特定社会期待的交汇处，其心理特征呈现出若干结构相似且无法被单一学科范畴合理归属的典型样态。

功利主义倾向与意义感空虚并存。高职学生身处就业能力导向的职业教育体系，工具理性的学习观与职业观有其现实合理性。但“有用性”成为主要衡量尺度时，职业内在价值、个人与社会关系及“值得过的人生”等意义追问易被悬置。意义需求缺失转化为空虚感与动力枯竭，表现为“愧疚于时间浪费又难以自拔”的精神内耗。思政课若不触及意义感的心理机制，难以进入学生意义世界；心理健康教育若仅用“接纳自我”“活在当下”等调适话语，可能强化去价值化叙事，遮蔽空虚感背后的价值维度。

网络依存与现实社交退缩并存。Z 世代高职生深嵌数字环境，线上为主要表达、认同与关系场域，却伴随社交焦虑与线下能力弱化。[2] 网络依存非单纯自制力问题，现实退缩非单纯性格内向；数字环境的即时反馈与低风险互动，补偿了现实交往中延迟满足与价值协商能力不足。心理健康教育若不审视数字生存与社会性存在的张力，难触退缩背后的存在性不安；思政课若不提供渐进式可承受的社交参与，价值引导或因超出心理承受区间而失效。

高职学生职业焦虑与低学业效能感并存。职业焦虑源于“技能—就业”轨道紧迫及社会对职业教育的层次化偏见；学业挫败则形成低自我效能感。二者相互强化：焦虑消耗认知资源致投入不足，低成就又加剧焦虑。思政课若不提升效能感，则“道理认同但做不到”；心理健康课若脱离职业价值反思，效能训练会沦为泛化自信技巧。

三组特征共同指向一个判断：Z 世代高职生的困境本质上是“价值—心理”的复合体，传统分科教育“分而治之”的回应方式在结构上是不充分的。思政课缺少心理学的“入口”，心理健康教育缺少价值论的“纵深”，二者各自的效能都因对方的缺位而受到限制。

二、互嵌式教学的核心机理：目标、内容与方法的三重嵌入

互嵌式教学区别于一般所谓“融合”的关键，在于“嵌入”的结构性。嵌入意味着两种教育要素之间不是外在的“结合”或“补充”，而是在彼此的构成逻辑中占据不可替代的位置。以下从目标、内容与方法三个层面阐明其核心机理。

（一）目标互嵌：在“同一教学目标链”中安放价值要求与心理条件

目标互嵌并非将思政课与心理健康教育目标简单并列，而是识别其条件与构成关系，整合为内在逻辑一致的教学目标。以职业观教育为例，思政课强调树立正确职业价值观，心理健康教育侧重提升决策效能感与抗挫折能力。分离时前者为价值宣示，后者为心理训练。目标互嵌将其表述为结构化目标链：在认同职业劳动内在价值过程中，通过成功经验与归因重构，发展效能感与坚持性。[3] 如此，价值认同不脱离心理条件，心理效能不脱离价值定向，互为条件。人生观教育同理，自尊自信、理性平和须与人生意义感相连才获方向，意义感亦须通过自尊与理性心理中介才为学生真正拥有。

（二）内容互嵌：围绕“交织性节点”开发模块化融合教学资源

内容互嵌的原则不是让思政课“加上”心理学知识、心理健康课“加上”价值观讨论，而是围绕 Z 世代高职生“价值—心理”交织性节点，开发具有双重教育功能的模块化资源。所谓“交织性节点”，是指那些同时包含价值困惑与心理困扰、无法被单一学科逻辑充分回应的主题性焦点。例如，“功利与意义”的交织节点可以形成“职业选择中的价值排序与意义感知”模块。思政课“理想信念”章节在讨论“应当追求什么”时，嵌入对“意义感何以缺失”的心理机制分析，引导学生识别功利化取向与空虚感之间的心理关联；心理健康课的“自我探索”单元则在对兴趣、

能力与价值观进行澄清时，引入关于“个人发展与社会责任关系”的价值讨论，使自我认知不局限于个体化的“适合什么”，而延伸至“愿意为什么样的共同善而使用自己的能力”。

再如，“焦虑与效能”的交织节点可以形成“不确定条件下的行动定力”模块。心理健康课在“情绪管理”单元中训练焦虑调节技术时，引入思政课关于“集体主义与个人责任”的讨论，帮助学生将焦虑从“个人能力不足”的私有化叙事中部分地解放出来，理解为转型社会中青年共同面对的结构性体验，从而在集体归属与共同行动中获得超越个体化调适的意义资源；思政课在讨论“法治观”与“规则意识”时，则可以嵌入对“不确定感容忍”与“延迟满足”的心理训练，使价值规范的学习以可承受的心理节奏展开。内容互嵌的实质，是让两种知识在同一个教学主题中承担互补的解释与引导功能，而非维持各自的“知识领地”。

（三）方法互嵌：以“认知—情感—行为”贯通为轴心的教学法组合

方法互嵌要解决的问题是即便目标和内容实现了整合，如果教学仍然以“讲授—记忆”为主，互嵌便无法转化为学生的真实经验。适用于高职Z世代学生的方法组合，应以“认知—情感—行为”的贯通为轴心，在思政课与心理健康课中交叉使用三种具有双重功能的教学方法。

价值澄清讨论法在思政课中通常用于价值命题的辨析，但其深层机制是心理性的，它要求学生觉察自身的前置信念、承受歧见带来的不适、在安全的关系中练习理性表达与倾听。这一过程同时训练了思政课所要求的价值判断能力与心理健康课所关注的自我觉察和认知弹性。在讨论“个人利益与集体责任”或“网络表达的自由与边界”时，教师的功能不是提供标准答案，而是维持“可承受的价值冲突空间”，使学生在不遭受人格否定的前提下经历认知失衡与重构。

角色扮演与体验式教学的价值在于将抽象的价值命题转化为具身的心理经验。思政课的“法治观”教育若仅讲授规则条文，学生获得的是概念性知识；若设计“利益冲突情境中的规则选择与后果承担”的角色扮演，学生便在模拟的社会互动中同时体验了规则的分量（思政目标）与抉择时的情绪负荷、观点采择与冲动抑制（心理目标）。心理健康课的“人际沟通”训练若脱离价值语境，容易退化为技术操练；当角色情境被赋予“诚信与策略”“竞争与合作”等价值张力时，沟通训练便获得了思政的纵深。

基于案例的反思性写作是将“经验”转化为“自我理解”的关键中介。结构化反思日志要求学生不仅记录“发生了什么”，而且分析“我当时的感受与判断是什么”“我依据什么价值理由做出选择”“这一选择与我想成为什么样的人有何关联”。写作的个体性与私密性为Z世代高职生提供了相对安全的自我面对空间，尤其适合因社交焦虑而在公开讨论中退缩的学生。同时，反思性写作所要求的“描述—分析—评价—计划”框架，本身就是将心理觉察与价值反思编织为同一叙事的过程，使“育心”与“铸魂”在学生的自我书写中实现内在统一。

结语：

思政课与心理健康教育的“各自为政”并非新问题，但Z世代高职生“价值—心理”困境的交织性使其解决更具紧迫性。互嵌的要义不在于模糊二者的学科边界，而在于承认其功能分化是育人系统的必要分工，同时以教学层面的结构性连接使这种分工服务于完整的人的成长。当价值引导经由心理的入口抵达学生，当心理培育自觉接受价值的定向，思政课才可能从“不解渴”走向“被需要”，心理健康教育才可能从“技巧传授”走向“人格涵育”。

参考文献：

[1] 黄子薇 . 高职院校心理健康教育与思政教育协同发展研究 [J]. 科教导刊 ,2025(21).

[2] 杨威 , 龚瑞颖 .Z 世代大学生主流文化价值观的自主性建构机理、困境与路径 [J]. 边疆经济与文化 ,2025(12).

[3] 肖博文 .Z 世代大学生数字交往的思想政治教育引导探析 [N]. 山西科技报 ,2025-10-30(A06).

作者简介：

崔婕（2000 年 2 月 -）、女、汉、江苏盐城、盐城幼儿师范高等专科学校、助教、硕士研究生、研究方向为马克思主义理论。

夏丽娟（1976 年 12 月 -）、女、汉、江苏阜宁、盐城市幼儿园、一级教师、本科、研究方向为学前幼儿游戏与幼儿行为观察研究。

课题项目：本论文为盐城幼儿师范高等专科学校 2025 年度校级科研一般项目“融合困境与协同机制：Z 世代高职生视域下思政课与心理健康教育的互嵌式教学研究”；项目编号：ycyz-2025-04。