

基于积极心理学视角的技校生职业认同干预路径

张红霞

临汾市尧都区技工学校

摘要: 基于积极心理学这一视角, 针对技校生职业认同培育相关事宜展开深入研究, 对职业价值感呈现不足状态、发展信心处于薄弱状况、职业情绪体验表现不强以及技能成才认同存在不稳定情况等现实问题进行分析, 提出借助积极认知来重塑职业价值、依靠积极情绪去激发学习动力、凭借积极品质以强化实践能力、通过积极目标来引导生涯规划这样的干预路径。并且从校企协同方面、心理支持层面以及校园文化等维度构建保障机制, 以此促进技校生形成稳定的职业认同。

关键词: 积极心理学; 技校生; 职业认同; 干预路径; 技能成才

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2026.01.093

引言

伴随技能型社会建设以及新质生产力发展持续不断地推进, 技校生对于职业认同已然成为影响职业教育质量以及技能人才培养成效的重要因素。有一部分技校生在专业学习的过程当中存在着对于价值的认知不够充分、发展的目标不够清晰、学习的动力不够强劲等方面的问题, 这些问题对职业能力的提升以及长期的成长形成了制约。积极心理学着重强调优势的发展、积极的体验以及目标的建构, 为摆脱职业认同所面临的困境提供了一种全新的理论视角。

一、积极心理学与技校生职业认同的内在关系阐释

(一) 积极心理学的基本内涵

积极心理学着重于从个体所具备的积极潜能、积极情绪、积极人格以及积极环境这些方面出发, 去关注人在学习进程、生活进程与发展进程之中所形成的希望感受、意义感受、胜任感受以及持续成长的能力。它的核心并非仅仅是缓解消极的心理状态, 而更在于通过进行优势识别、情绪调节、目标建构以及价值引导等操作, 来激发个体主动发展的内在动力。在针对技校生开展职业认同干预的过程当中, 积极心理学能够促使职业教育从单一的技能训练这种模式, 转向心理品质、职业态度与发展信念的协同培养模式, 从而使得学生在专业学习活动、岗位认知活动、技能实践活动和生涯规划活动中形成稳定的积极体验。

(二) 技校生职业认同的概念界定

技工学校学生的职业认同, 指的是学生在接受技工教育过程中, 对所学专业、未来岗位、技能价值以及职业发展前景所形成的理解、接纳、认可并投入的一种状态。这种状态具体呈现为专业学习的目标较为清晰、技

能训练的态度比较积极、职业角色的意识相对稳定、未来从业的信心相对较强。该概念既涵盖了对职业外在价值的一种判断, 同时也涵盖了对自身职业能力、职业兴趣以及职业发展可能性的一种内在确认^[1]。技工学校的学生处于职业意识形成以及职业能力奠基的一个重要阶段, 倘若对于技能岗位存在着认知方面的偏差、发展的信心不够充足或者对于社会评价的依赖比较强烈, 那么就容易出现学习动力有所弱化、专业归属感不够强烈以及职业目标比较模糊等相关问题。

(三) 积极心理品质与技校生职业认同培育的契合关系

积极的心理品质与技校生的职业认同培育存在高度契合性, 二者均指向个体的持续成长、能力逐步提升以及价值有效实现。诸如希望、乐观、坚韧、自信、责任感等积极品质, 能够助力技校学生以正确的态度看待技能学习中的重复训练、阶段性挫折和能力差距, 进而增强其面对专业困难时的坚持性与调节能力; 自我效能感、成就动机和目标意识能够推动学生将技能训练成果与未来职业发展相连接, 从而形成“学有所用、技有所长、职有所向”这样一种心理方面的体验。

二、积极心理学视角下技校生职业认同的现实困境分析

(一) 职业价值感不足, 专业学习动力相对薄弱

职业价值感呈现出不足的状况, 其主要表现为, 技校生对技能学习的意义理解不够深入, 对所学专业与产业发展、岗位需求和个人成长之间的联系认识不够清晰。有一部分学生容易把技校学习理解为被动接受技能训练, 从而忽视了技能人才在现代产业体系、智能制造、服务升级和区域经济发展中的支撑作用, 最终导致

专业学习缺少内在驱动力。

（二）职业发展信心不足，未来规划意识较为模糊

职业发展信心不足，集中体现为技工学校学生对未来岗位晋升、能力成长和职业发展空间缺少稳定预期。他们容易停留在完成学业、获取证书、实现就业这样浅层的目标上，对长期发展路径缺乏系统判断。由于获取职业信息不够充分、理解岗位能力标准不够具体、识别个人优势不够清晰，有一部分学生难以将当前学习任务与未来职业目标建立对应关系，进而影响学习计划的持续性和职业准备的主动性^[2]。

（三）职业情绪体验不强，自我效能感有待提升

职业方面的情绪体验不强，主要体现为技校学生在专业学习和技能训练过程中，获得的成就感、满足感和归属感不足。当他们面对重复性训练、考核压力和技能差距时，容易产生消极判断，从而影响自我效能感的形成。技能学习具有过程性、实践性和递进性等特点。若学习成果反馈不及时、评价方式过于单一、成长进步缺乏可视化呈现，学生就容易忽视自身能力的阶段性提升，进而形成“学不会、做不好、难坚持”这样的心理暗示。

（四）社会评价影响较大，技能成才认同感不够稳定

社会评价所产生的影响相对较大，这种情况主要表现为技校学生的职业认同容易受学历观念、职业层级偏见和家庭期待差异等因素影响，导致他们难以对技能成才道路形成稳定认可。部分学生在与外部比较时，会弱化对自身专业选择的肯定，将技校学习发展受限、岗位低端等片面认知联系起来，导致对职业身份的接纳度下降。

三、积极心理学视角下技校生职业认同的干预路径选择

（一）以积极认知重塑职业价值，增强职业接纳感

技校生应从对专业、岗位和技能成才的理解这一方面着手，凭借积极的认知来对职业价值予以重塑，从而推动职业认知从“被动就读”向“主动发展”转变。职业认同干预这一工作需要将专业学习和产业升级、岗位标准、技术革新以及个人成长这些方面关联起来，进而使得学生认识到技能学习不单单是对操作方法进行掌握，更重要的是形成解决实际问题、适应岗位变化、参与社会分工的重要能力基础。

（二）以积极情绪激发学习动力，提升成长体验感

教师应凭借积极的情绪来激发技校生的学习动力，重视技校生在课堂学习、实训操作、技能考核和岗位体验中的心理感受，将学习过程转化为可感知、可积累、可强化的成长体验。技能的学习具备阶段性以及反复性这样的特点，仅仅依靠纪律方面的要求以及结果的评价是很难形成持久的动力的，需要借助及时的反馈、过程的激励、成果的展示以及优势的确认，从而使得学生在每一项技能的进步当中获得成就感以及价值感^[3]。

（三）以积极品质强化实践能力，增强现实胜任感

凭借积极的品质来强化实践方面的能力，应围绕坚韧、自信、责任、专注、合作、精益求精等品质开展干预工作，使技校生在技能训练中形成稳定的行动能力和职业态度。实践能力的提升不仅仅依赖于对操作步骤的掌握，而且还取决于在面对失误、难点以及重复训练时的心理承受能力以及自我调节的能力。职业认同培育应将积极品质融入实训教学、项目任务、岗位模拟和校企协同培养过程中，通过任务分层、能力递进和过程评价等方式，让学生明确自身进步轨迹，增强对专业能力的掌控感。在新质生产力的背景之下，技能岗位对于复合能力、数字素养以及问题解决能力提出了更高的要求，积极的品质能够支撑学生去适应技术的更新、工艺的改进以及岗位的变化，推动职业认同从情感方面的认可进一步深化为现实方面的胜任。从积极心理学的视角来看，技校学生职业认同的提升并非单一的心理调适过程，而是由积极的认知、积极的情绪、积极的品质以及积极的目标共同发挥作用而形成的递进机制，具体的路径可以参见下图。

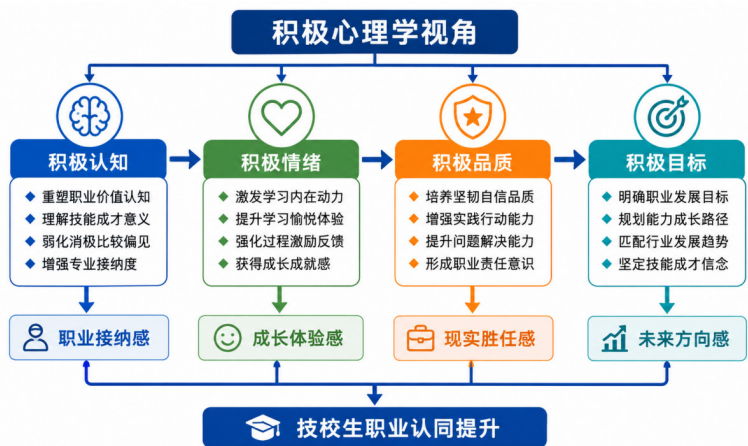
（四）以积极目标引导生涯规划，坚定未来方向感

以具备积极性的目标来引导生涯规划，应当协助技校生将专业学习、技能训练、证书获取和岗位发展纳入连续的成长路径，形成清晰、稳定、可执行的职业方向。职业目标不应仅停留在短期就业层面，而应延伸至技能等级的提升方面、岗位能力的进阶方面、职业素养的完善和长期发展等方面。

四、积极心理学视角下技校生职业认同干预的保障机制

（一）构建校企协同育人机制，拓宽职业认知场域

构建校企协同育人的机制，应当将针对技校生的职业认同培育嵌入专业建设、实训教学、岗位体验以及就



积极心理学视角下技校生职业认同干预路径模型

业衔接的全过程，从而形成学校教育和产业需求同频联动的认知场域。深圳技师学院和华为共同建设全国技工教育领域首家华为现代产业学院，围绕云计算、大数据、人工智能、物联网、5G、信创、鸿蒙、鲲鹏、欧拉等ICT专业群，开展ICT产教融合实训基地建设，并以“共建、共管、共创、共营”的方式推进人才培养。广东省2025年现代学徒制试点提出要求：实践性教学学时原则上不低于总学时的50%，集中学习学时不低于总学时的40%。这样的一种比例安排能够促使学生在真实产业标准、真实设备环境以及真实岗位任务当中去理解职业的价值，增强对于专业方向、岗位能力以及技能成才路径的直观性认知。

（二）完善心理支持与生涯指导体系，提升干预持续性

完善心理支持与生涯指导体系，应突出积极心理学在持续建构希望感、胜任感和目标感方面的作用，将心理测评、学习适应指导、职业兴趣分析、能力优势识别和生涯规划教育贯通起来。技校生的职业认同并非一次性形成的，而是在专业学习、技能训练、实习适应和就业选择过程中不断调整而形成的，需建立分阶段、递进式、可追踪的干预机制。在入学阶段，应侧重于职业认知澄清和专业适应；在学习阶段，侧重于积极情绪调节和自我效能提升；在实训阶段，侧重于压力管理和技能信心巩固；在就业阶段，侧重于岗位选择、职业承诺和职业发展规划。

（三）营造技能成才校园文化氛围，增强职业认同环境支持。

营造技能成才校园文化氛围，应将职业认同培育从个体心理层面延伸到校园环境层面，通过制度导向、文

化表达、榜样引领和成果展示等方式，增强学生对技能价值的稳定感知。校园文化的建设需要突出劳动光荣、技能宝贵、创造伟大的价值导向，将技能竞赛、工匠精神教育、专业成果展示、企业文化融入和职业礼仪训练有机结合，形成可见、可参与、可体验的职业成长环境。

结语

从积极心理学的视角出发来开展针对技校生的职业认同干预工作，其关键之处在于将积极的认知、积极的情绪、积极的品质以及积极的目标融入职业教育的整个过程之中。通过对职业价值进行重塑、对学习动力予以激发、对实践能力加以强化以及对生涯方向给予引导，能够缓解技校生所存在的职业认知模糊、发展信心不足以及技能成才认同不稳定等方面的问题。校企协同、心理支持和校园文化共同构成持续干预支撑，有助于推动技校生形成稳定的职业接纳感、成长体验感、现实胜任感和未来方向感。

参考文献

- [1] 班兰美. “三全育人”视域下高职院校心理育人路径探析——以广西水利电力职业技术学院为例[J]. 广西教育, 2021(11): 3.
- [2] 李双玉. 抑郁倾向青年对未来事件的认知偏差及干预[D]. 深圳大学, 2022.
- [3] 李笑晨. 中职生家庭教养方式与生涯适应力的关系[D]. 扬州大学, 2020.

作者简介：张红霞，女，1991年2月出生，汉族，山西省临汾市人，本科，助理讲师，研究方向为应用心理学。