

# 消防救援院校心理健康教育课程体系建设探析

陈明厚<sup>1</sup> 王淑娴<sup>1</sup> 庞芳芳<sup>1\*</sup>

(1.中国消防救援学院,北京 北京 102202)

**摘要:**消防救援人员在高压工作环境中面临许多心理应激因素,其心理健康问题的风险高于普通群体。消防救援院校大学生作为这一领域的储备人才,需要注重心理健康教育,以应对未来灭火救灾和抢险救援中可能遇到的心理问题。本文阐述了消防救援院校心理健康教育课程体系的内涵以及课程体系建设和重要性,通过对比分析,发现了目前该课程体系现状中存在的不足之处,并从构建科学明确的课程体系目标、完善课程体系的逻辑层次和增强课程教学的深度体验感三个层面论述了课程体系的构建路径,从而实现消防救援后备力量心理健康水平的促进和提升。

**关键词:**消防救援;心理健康教育;课程体系;教育改革

**基金项目:**北京市高等教育学会 2024 年面上课题(MS2024416)

DOI: doi.org/10.70693/rwsk.v1i9.1422

## 一、引言

消防救援人员长期处于高压的工作环境,面临诸多应激因素,出现心理问题的风险要远高于普通群体。消防救援院校心理健康教育应突出“消防大学生的消防救援队伍储备人才”角色,课程体系建设必须针对学生关注的心理健康话题,明晰教学目标,精选教学内容,切实做到有效维护消防后备人才的心理健康水平,进一步健全其人格,提高其心理素质以有效应对复杂多变的救援任务。因此,无论从新时期消防稳定发展的强基固本层面,还是从落实国家政策角度而言,在消防救援院校构建并不断完善具有消防特色的心理健康教育课程体系成为心理健康教育教学改革的重点工作。

## 二、消防救援院校心理健康教育课程体系的内涵

近年来,我国教育领域持续进行改革,高校心理健康教育改革受到越来越多关注,2017年,教育部印发的《普通高校健康教育指导纲要》明确提出要“发挥课堂教学主渠道作用。高校应按照本纲要确定的原则、内容,因校制宜制定健康教育教学计划”。2023年,教育部等十七部门联合印发的《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023-2025年)》明确提出了“应当切实把心理健康工作摆在更加突出位置,统筹教师、教材、课程、学科、专业等建设,加强学生心理健康工作体系建设,全方位强化学生心理健康教育”。

在心理健康教育课程体系方面,不少学者也做了较多研究与论述。王雪燕等学者研究提出了该课程体系是在心理健康教育理念的指导下,根据大学生的心理和生理发展规律、特点以及需求,以培养心理素质良好,身心全面发展的大学生为目标,设置多层次、全方位的心理教育专题讲座和课程群,在教学过程中增强学生的实践体验,提高学生的适应和调控能力<sup>[1]</sup>。

心理健康教育课程体系是一个多层次、多维度的教育体系,旨在通过多种途径和方法提升学生的心理素质和心理健康水平。课程体系建设涵盖课程目标、课程内容、课程实施形式、课程评价等诸多方面。一是在课程体系

**作者简介:**陈明厚(1977—),男,在职研究生,讲师,研究方向为消防救援心理学;

王淑娴(1983—),女,硕士,副教授,研究方向为心理学;

庞芳芳(1987—),女,博士,讲师,研究方向为心理学。

**通讯作者:**庞芳芳

建设目标上突出培养学生良好的心理素质,发展健全的人格,增进心理健康水平。二是在课程内容方面,心理健康教育课程体系应当包括心理学通识课程、心理健康应用课程和综合应用课程等课程群。三是在课程实施方面,心理健康教育课程通过课堂教学、教育活动、咨询服务及危机干预等多种形式实施,组织和引导大学生开展内容灵活、形式多样的教育活动。四是在课程评价与反馈方面包括了对课程设计的合理性、实施效果的评价,以及对学生在课程中的表现和进步的评价。消防心理健康教育课程体系建设应在此基础上增强消防大学生的自我心理调适能力,保持心理健康状态,从而更好地完成学习和救援工作任务。

### 三、消防救援院校心理健康教育课程体系建设现状

与普通高等院校相比,消防救援院校的心理健康教育仍然处于起步阶段。长期以来,消防救援院校对心理健康教育的功能比较轻视,多数与心理健康教育相关的政策文件不能被及时有效地实施,致使心理健康教育沦为一种口号和装饰物<sup>[2]</sup>。

自2018年消防改革改制以来,作为应急救援的主力军和国家队,国家综合性消防救援队伍的职能范围从过去的防火灭火,逐步向全灾种、大应急救援转型,还新成立了地震、山岳和水域等专业队伍。救援职能的大幅拓展,遂行任务的成倍增加,使得消防救援人员面临更多新的挑战。当前,消防救援院校的心理健康教育课程体系仍然存在着一些不足。

#### (一) 课程目标与队伍需求结合不足

对于基层消防救援队伍来说,心理素质较弱的消防员在经历重大灾害事故救援后,更易出现诸如紧张、焦虑和恐惧等心理反应。另外,由于消防员长期处于身心高度警觉的应激状态,心理压力较大,而良好的心理素质能够保障消防员快速恢复状态,保持充足的战斗力<sup>[3]</sup>。如何在学生时期培养消防员良好的心理素质,为将来的救援任务储能,是消防救援院校心理健康教育面临的重要挑战。

目前,消防救援院校心理健康教育是从大学生心理健康的通识教育出发,辅以消防救援过程中的专业心理知识,以及思想政治工作中的心理学知识,如上心理健康课程体系虽已经初步具备职业化心理健康教育的特点,然而课程目标并不明晰和完善,针对基层消防救援人员心理状况作出有针对性的指导、对于不同专业学生的心理教育工作能力作出具体分层要求、指引基层消防人员塑造积极心理品质等方面都需要进一步通过量化调查确定。

#### (二) 课程体系缺乏系统性和层次性

大学生心理健康教育课程体系建设是一个复杂的系统工程,无论是课程模式的设计还是课程实施的内容和方法,都应该从系统发展的角度出发,从根本上解决大学生的各种心理困惑。目前,消防救援院校心理健康教育的模式主要是单一的学科课程教学模式,按健康心理学的知识逻辑来组织课程体系,很少能兼顾大学生的心理需求,课程模式比较单一,缺乏灵活性。

如何将心理健康教育必修课和选修课相结合,根据学生不同发展阶段的需求和特点有针对性地提供心理健康教育配套课程,是构建大学生心理健康“地基”,实现心理健康问题从被动干预到主动预防,提升心理素质,实现身心健康全面发展的关键问题<sup>[4]</sup>。

#### (三) 课程教学形式过于单一

一项全国范围开展的心理健康教育调研显示:心理健康教育课程授课形式上,92.6%的高校采用讲授为主或讲授与活动结合的方式,极少数高校以活动为主<sup>[5]</sup>。

目前,消防救援院校心理健康教育课程体系也存在着教学方式过于偏重知识传授,教学内容偏重于实现知识维度的目标,当前的授课多采用大班教学,教师很难详细了解到每个学生的个性化需要,无法更好实现差异化教学。

《普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求》明确指出,高校“大学生心理健康教育”课程是集知识传授、心理体验与行为训练为一体的公共课程。其中,体验式教学是指在教师合理创设特定的情境下,通过各种有效教学方法有目的地引导学生自我经历、亲自感知、体验所要学习的知识,使学生在亲身体验过程中理解并建构知识、发展能力、运用知识的一种多向传递互动教学模式<sup>[6]</sup>。然而,消防救援院校心理健康教育还处于实现沉浸体验式教学的初级阶段。

#### 四、消防救援院校心理健康教育课程体系建设路径

消防救援院校心理健康教育课程体系构建应顺应新时代发展的方向,遵循消防救援院校大学生的职业特点和心理、生理发展规律,聚焦激发消防大学生的积极心理反应,开发更贴近基层消防救援工作与队伍管理的心理学课程群,精准课程教学目标,全方位优化课程内容,采用多样化教学方式和现代化科技教学手段增效教学,提升消防储备人才的心理健康水平。

根据《高等学校学生心理健康教育指导纲要》的政策要求,基于以上分析,本次心理健康教育课程体系建设教学改革突破点主要有以下三个方面:

##### (一) 构建精准的课程体系目标

心理健康教育工作是促进全体指战员身心健康和全面发展的重要保证,是提高消防救援队伍凝聚力、战斗力的重要环节,《国家综合性消防救援队伍基层建设纲要》要求,新形势下消防救援队伍指战员心理健康工作必须从队伍特点与指战员的心理实际出发,注重运用心理学的一般知识和方法,把握消防救援队伍心理健康工作的特殊要求与内在规律。

心理健康课程体系的构建目标本质上是解决培养什么人才,如何培养人才的问题。因此,消防救援院校心理健康课程建设的总目标应该遵循心理教育教学规律和学生心理发展原则,凸显消防特色,引导学生践行社会主义核心价值观与“消防十六字”方针,不断塑造其积极的心理品质,开发其心理潜能,促使学生生成心理健康管理能力。

围绕着总目标,具体分设以下三个分层次目标:课程体系构建目标应循序渐进实现“心理理论知识建构——心理疏导能力生成——心理素质提升”三维度目标的螺旋上升。在知识层面强化消防大学生心理健康科普知识体系;在能力层面,掌握心理疏导技巧、情绪管理、环境适应、消防职业生涯规划、应激与心理危机应对、救援任务环境下的心理调控等综合心理能力;在心理素质层面,通过精选教学活动加强沉浸体验,持续提升消防大学生的坚强意志品质,提高其在恶劣救援环境任务中的压力、挫折耐受度,以阳光乐观心态不断积淀积极心理品质。

##### (二) 完善课程体系的逻辑层次

通过对基层消防救援队伍的心理健康现状与人员需求进行调研,结合消防救援的职业特点,分层次、多批次开设一批特色课程,例如消防救援心理学、思想政治工作心理学、心理与行为训练等。

一是立足学情需求,增设心理健康体系课程。对不同年级学生的阶段性任务和心理困扰,增设相应的公共选修、必修课程,使消防大学生在大学四年学习生涯中感受到全员、全过程、全方位心理健康教育的滋养。大学生正处于人生观、价值观、世界观形成的关键时期,这一阶段需要根据学生的主体需求,结合时代特点,开设诸如《健康人格心理学》、《积极心理学》、《人际交往心理学》、《恋爱心理学》、《职业生涯规划》、《心理学在消防队伍中的应用》、《基层心理工作》等公共选修课程。有针对性地解决不同阶段的心理困惑和心理成长需求。

二是遵循心理规律,强化体系课程群的层次衔接。关于心理学公共选修课程的开设,可以通过对不同年级学生开展调查研究来确定。不同阶段的学生所面临的心理健康问题有很大差异,对于教育内容有不同的需求。例如,对刚入校的大一新生而言,他们的首要任务是了解通识性的心理健康理论知识,快速适应大学校园生活。大二、大三年级的学生则主要关注人际关系、情绪与压力管理、性与恋爱心理、人格发展、如何应对心理危机等方面[7]。此外,消防救援院校的政工类专业人才培养要求突出“学以致用”的理念,因此应为大三、大四相关专业的学生提供消防基层心理工作方法、技巧,基层心理工作能力提升等心理技能培训类课程,从而活化心理健康教育理念从内化到“致用”的实践。

##### (三) 增强课程教学的深度体验感

研究表明,运用体验式教学模式可以显著提升大学生的心理健康水平,减少抑郁、焦虑和其他消极心理的产生<sup>[8]</sup>。并且,与专题讲座相比,体验式教学在优化大学生心理素质和提升心理健康水平上有更好的效果,教学效果也更佳<sup>[9]</sup>。与传统的知识传授式教学相比,体验式教学在教学情境中可以唤醒学生对知识的直接感受,激发学生情感体验和学习动机,让学生在课堂教学中成为主体,增强其自主学习的主动性。并且学生主动进行知识内化,通过心理体验,联结课堂学习和实际生活,进一步提高学生在人际交往、情绪调节等方面的调适能力,提升心理

健康素质<sup>[10]</sup>。消防救援院校心理健康教育课程体系建设中也需从以下几个方面增强学生对课程教学的体验感。

一是注重实效，采用多样化教学形式与方法。心理健康教育是一门实践性较强的学科，课程中更强调参与和体验。可以运用心理游戏、情景体验模拟、角色扮演、团体心理辅导、案例分析、小组研讨、翻转课堂等多种教学方法的运用，增强学生对心理健康知识丰富性和思维的深刻性的深度体验和理解。

二是瞄准焦点，定期开展专题讲座。聘请心理学领域的专家学者围绕消防救援院校大学生的职业特点和心理发展规律开展心理健康专题讲座，如恋爱与性、人际关系、情绪与压力管理、职业生涯规划等，把专题学术讲座融入心理健康教育课程体系中来，塑造一个具有浓厚学术氛围的心理健康教育外部环境，让学生充分体会到心理健康教育的重要性。

三是强调机动，开设心理网络课程。网络是当代大学生获取信息最重要的渠道之一，消防救援院校也可以充分运用网络资源，以网络为心理健康辅导和知识宣传的辅助“战场”。学生通过在线课程学习心理健康知识和心理调适的技巧，形成课内与课外联动，线上和线下协同，体验与学习结合的多层次、全方位的心理健康教育课程体系，见缝插针帮助学生学习心理健康知识和心理调适的技巧，预防和解决学生心理问题的发生，全面提升学生的心理健康素质。

综上所述，消防救援院校心理健康教育课程体系建设路径图如图 1 所示。

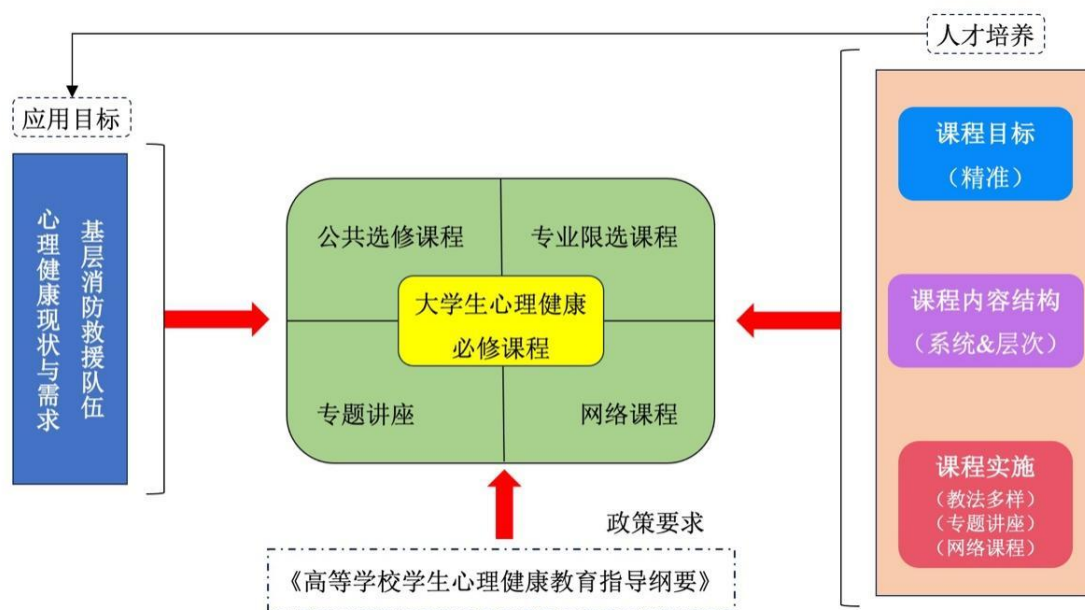


图 1 消防救援院校心理健康教育课程体系建设路径

#### 四、结语

随着经济建设的迅速发展，化工、商业、居民区等火灾发生的危险越来越大，对消防救援队伍的要求也越来越高。然而，各地消防救援人员面临着财政收入差距大、应急救援任务繁重、现代化消防设备与紧张战斗的对比，心理压力无形之中增加<sup>[11]</sup>。符合消防职业特点的心理健康教育课程体系建设，对于作为消防后备人才的消防救援院校大学生，乃至整体消防指战员而言，学习日常心理健康维护、任务中的心理调控以及任务后的心理规建与干预都有着重要意义。

综上所述，从基层消防救援队伍对心理健康的整体需求出发，按照《高等学校学生心理健康教育指导纲要》的政策要求，完善消防救援院校的心理健康教育课程体系，提升消防救援院校大学生的心理健康水平是一项利国利民的“心防”建设。从广义上讲，这关系到整个消防队伍的安全稳定，是保持救援战斗力的有力而基础性保障。

#### 参考文献：

[1] 王雪燕, 张强. 疫情之下高校思政课教学存在问题及应对举措[J]. 福建茶叶, 2020, 4: 266-267.  
 [2] 陈庆. 消防救援院校心理健康教育现存问题分析[J]. 云南农业大学学报(社会科学版), 2012, 6(05): 63-66.

- [3] 李秀. 公安消防救援队伍士官学员心理健康现状调查研究[J]. 卫生职业教育, 2018, 17: 118-120.
- [4] 胡邓, 张晓京, 文书锋. 开设大学生心理健康通识课的理念和实践[J]. 中国高等教育, 2010, 21: 23-24.
- [5] 俞国良, 赵凤青, 罗晓路. 心理健康教育:高等学校学生的认知与评价[J]. 黑龙江高教研究, 2017, 9: 110.
- [6] 杨四耕. 体验教学[M]. 福州:福建教育出版社, 2005: 78.
- [7] 夏纪林. 构建高校心理健康教育课程体系的思考[J]. 扬州大学学报(高教研究版), 2006, 6: 70-72.
- [8] 高飞. 论高校心理健康教育课程中的体验式教学[J]. 西南交通大学学报(社会科学版), 2013, 14(1): 95.
- [9] 邱小艳, 宋宏福. 大学生心理健康教育课程体验式教学的实验研究[J]. 湖南师范大学教育科学学报, 2013, 12(1): 98.
- [10] 于成文, 史立伟, 王艳. 体验式教学在大学生心理健康教育课程中的探索与应用[J]. 思想理论教育导刊, 2018, 5: 137.
- [11] 王超宇. 浅析消防改革对消防员心理健康的影响及检测方法研究[C]. 中国消防协会科学技术年会论文集, 2018.

## Exploration on the Construction of Psychological Health Education Curriculum System in Fire Rescue Colleges

Chen Minghou<sup>1</sup>, Wang Shuxian<sup>1</sup>, Pang Fangfang<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup> China Fire and Rescue Institute, Beijing 102202, China

**Abstract:** Firefighters face many psychological stressors in high-pressure work environments, and they are at higher risk of developing mental health problems than the general population. As students in fire and rescue colleges serve as reserve talents in this field, we need to pay attention to their mental health education in order to cope with the psychological problems they may encounter in firefighting and rescue in the future. This paper describes the connotation of the mental health education curriculum system in fire and rescue colleges and its importance and necessity. Through comparative analyses, we have identified deficiencies in the current construction of this curriculum, and discussed the construction path of the curriculum system from three levels including constructing scientific and clear objectives of the curriculum system, perfecting the logical levels of the curriculum system and enhancing the depth of experience of the curriculum teaching. The aim of this study was to achieve the promotion and enhancement of the mental health of reserve firefighters.

**Key words:** fire and rescue; mental health education; curriculum system; education reform