

自我损耗理论视角下幼儿教师心理健康的维护

王雪^{1a}, 赫然², 白湧汎^{1b}

(1. 邯郸学院 a. 教育学院; b. 科研处, 河北 邯郸 056005;

2. 河北工程大学 管理工程与商学院, 河北 邯郸 056038)

摘要:以自我损耗理论的能量模型及加工模型的视角,分析了幼儿教师自我损耗的影响因素主要来自工作本身和社会压力两个方面。幼儿教师产生自我损耗的后效主要表现为职业倦怠、心理健康不佳、道德行为失范等;基于自我损耗理论,维护幼儿教师的心理健康从认知调节、积极情绪调节、动机调节等方面进行。

关键词:幼儿教师;自我损耗;心理健康

中图分类号:G615 **文献标识码:**A **文章编号:**1673-1972(2023)03-0096-06

DOI:10.13573/j.cnki.sjzxyxb.2023.03.026

0 引言

随着我国政治经济的发展和综合国力的提升,学前教育日益受到社会的关注,特别是“二胎时代”的来临,社会对幼儿教师的需求数量空前提高,家长对幼儿教师提出更多的期望和要求。越来越多的家长不仅要求幼儿教师在生活上能给予孩子更好的照顾,而且还希望孩子在学前阶段能获得更多的知识,正所谓“不输在起跑线上”。与此同时,社会媒体出现许多对幼儿教师的负面报道,比如“虐童事件”“投毒事件”等,给这个行业以及幼儿教师带来的压力如同雪上加霜。民众对幼儿教师的期待和该行业的现实情况形成了强烈的对比,使更多的学者关心幼儿教师这个群体的发展。无论是对幼儿教师工作压力的梳理还是从道德层面对幼儿教师行为进行解析都只是依赖了事件本身的表现,对幼儿教师面临的内在心理感受仍需要进一步分析。幼儿教师的日常工作任务大量消耗个人的心理资源,面对3~5岁的儿童,自身不断尝试自我控制的挑战,因此也面临自我损耗的困境。正如日常生活中的“路怒症”“手机控”“奥普拉悖论”等现象一样,都反应了人的自我调控的局限性,在自我损耗之后也会有不尽人意的反应,体现在个体的认知、情绪、行为,甚至人格等方面,进而影响幼儿教师的心理健康状况。

1 两种自我损耗理论概述

1.1 能量模型

Baumeister等^[1]在其自我控制的能量模型中进行了系统论述,该模型指出自我执行意志活动要利用类似力量或者能量的某种有限的资源,并且先前的自我控制行为对随后的意志活动具有破坏作用,他们将这种破坏作用描述为自我损耗。Hagger等^[2]对自我损耗的表现进行了形象的比喻,正如肌肉在经过一段时间的活动后会变疲劳,导致力量下降一样,自我经历的活动需要自我控制资源,持续自我控制使能力被耗竭,这种状态被称为自我损耗。Wagner等^[3]在生理机制方面的研究表明,自我损耗不仅会破坏抑制能力,也会提升个体的冲动性或趋近动机,从而导致个体随后的自我控制绩效下降。自能量模型提出后,超过100项研究均支持“有限资源是自我控制失败的关键”的观点。

收稿日期:2022-12-07

基金项目:河北省社会科学重点课题(2019020402001);邯郸学院校级社科课题(2018216)

作者简介:王雪(1978-),女,河北邯郸人,副教授,主要从事心理健康教育研究。

1.2 加工模型

Inzlicht 和 Schmeichel 在综合了大量自我损耗的实验研究资料的基础上,提出了自我损耗的加工模型,侧重于从动机转换的角度来理解并阐明自我损耗发生的过程^[4]。该模型指出,之前的自我控制任务导致随后的自我控制任务绩效下降可能存在两个心理过程:其一是,之前的自我控制任务的执行导致个体出现了动机转换,即动机从坚持自我控制转向了自我满足,例如有研究发现在完成之前的自我控制任务后,获得金钱奖励的被试得到了满足自我损耗效应较小^[5];其二是,之前的自我控制任务的执行导致个体出现了注意转移,即注意从需要自我控制的线索转移向奖赏信号。Inzlicht 等^[6]发现,当被试执行自我控制任务之后注意控制较差,当注意不再集中在之前的控制任务之上时就降低了自我损耗。由此可见,自我损耗的加工模型认为在前后的自我任务中,个体动机或注意的转移等因素不容忽视,对“增强动机减少自我损耗”可以给与更合理的解释。

2 引起幼儿教师发生自我损耗的因素

幼儿教师是在幼儿园中全面负责教育儿童,是实现幼儿教育任务的具体工作者,是幼儿的德、智、体、美全面发展的培育者^[7]。幼儿教师在工作中对自身的行为和情绪需要不断控制以适应幼儿的各种需要,这种需要高情绪投入的工作使他们感受到身心的疲惫,并进行自我调节,克服种种困难;其中不乏一些教师出现对工作的倦怠,甚至出现伤害儿童的极端表现,即自我控制失败,其导致的破坏性结果可能指向自身,也可能指向他人。这种自我损耗现象导致不良的行为、情绪控制如果转向幼儿,会产生非常严重的后果。

2.1 幼儿教师工作压力带来的自我损耗

2.1.1 幼儿教师的工作内容

从幼儿教师的工作内容上看,幼儿教师的任务是培养幼儿德、智、体、美全面发展。首先,幼儿教师的首要工作是保育工作。幼儿年龄小,因而心理需求较高,行为自控能力差,自我保护能力弱,意外事故随时都有可能发生。保育事故给幼儿教师带来了首要责任压力。其次,幼儿教师的工作要做到保教结合,幼儿日常生活的饮食起居、生活习惯的培养都是经过幼儿教师的教育和训练,一点一滴慢慢积累起来的。幼儿教师在工作期间时时处处都要控制自己的言行,“避免给幼儿带来不良的示范作用”成为幼儿教师的另一个工作压力。再次,幼儿教师的教学工作也很繁重,给他们带来很大的压力。教学活动的设计、实施、评价,要以激发幼儿学习兴趣、维持正常班级秩序为目标。教学活动不仅需符合幼儿的年龄特点和已有知识经验,还要达到趣味性、知识性、启发性并重,甚至在许多活动设计中,玩教具的制作也是幼儿教师的重要任务。最后,幼儿园管理方面也给幼儿教师带来外部压力。为了在激烈竞争中求生存、求发展,幼儿园会制定严格的管理制度,如各种奖惩条例、评优条例、竞争上岗条例、考评条例等,并将它们与工资、奖金、聘任挂钩,使教师们长期处以紧张状态。压力本身就会消耗个体相当一部分能量,而在压力情境下进行自我控制进而消耗更多的能量,而能量或资源的减少会导致后续自控能力的不足或自我控制失败,即自我损耗效应的发生。

2.1.2 幼儿教师的工作性质

从幼儿教师的工作性质上看,他们需要在教学中始终保持乐观、积极的情绪以增加对儿童的感染力,这意味着幼儿教师每天都面临着对情绪的控制。教师的职业特点和要求决定教师是高情绪工作者。这一职业需要投入和表露更多的积极情绪,始终保持精神饱满,表露一种和蔼可亲、蓬勃向上、愉悦快乐的情绪,因此称为情绪劳动^[8]。幼儿教师的工作是一种情绪劳动,情绪劳动的概念最早由 Hochschild 提出,她认为情绪劳动是“个体按照组织要求进行情绪管理,以便产生公众可以观察到的面部表情和身体动作,是为获得工资而出售,因此具有交换价值”^[9]。Morris 等^[10]把情绪劳动定义为“在人际互动过程中,为达到组织所要求的情绪表现,服务者对自己的情绪进行努力计划和控制的过程”。无论从哪个概念衡量,幼儿教师的工作需要情绪管理和情绪控制毋庸置疑。Baumeister 等^[11]的研究表明,无论是对积极情绪还是消极情绪进行调控,都会导致自我损耗。幼儿教师的工作对象是一些心理和行为上都不能自我管理的个体,他们需要更多的耐心和爱心,无论幼儿做出什么样的行为,教师需要始终用积极情绪予以应对,任何情绪上的波动都会影响幼儿的反应。幼儿教师的工作要求其必须时时处处控制和管理情绪,表现适合教学的情绪,顺利完成工作任务。高负荷的

情绪压力需要持续的意志努力,需要付出较多的身心能量,也会带来更多的自我损耗。

2.2 社会压力给幼儿教师带来的自我损耗

依照自我损耗的能量模型,自我控制依赖有限的心理能量或资源,环境刺激会使个体执行自我控制并消耗资源,进而产生自我损耗效应。幼儿教师所感受到的社会压力与其自我损耗现象密切相关。幼儿教师的社会压力更多源于社会期望。社会期望是指群体根据个体的社会角色及身份对其提出的希望和要求。随着社会经济水平的不断提高,家长对幼儿的学前教育越来越重视,对幼儿教师的期望从以往的照顾幼儿起居逐渐转向高水平、高层次的学前教育转化。为顺应家长的要求,幼儿园管理者也会从教学工作的各方面对幼儿教师提出更多的要求,使他们承担更多的社会期望。幼儿教师的日常工作已经从过去的保育工作逐渐扩大到各种知识的教学上,研究教学内容、改进教学方法成为常态。在教学之外,幼儿教师还需要迎接来自管理者的各项监督和检查,同时还需要应对来自家长的询问和质疑。应对社会各方面的问题,成为幼儿教师工作的重要组成部分,他们必须对自己有限的心理资源做出有效的管理,并控制自身的行为,导致自我损耗发生。

3 幼儿教师自我损耗的后效反应

生活中自我损耗常常带来许多消极反应,如拖延、物质依赖、成瘾、暴力、攻击、非理性行为、不健康饮食等。工作中的自我损耗会给组织和个人带来许多不利的后果。幼儿教师作为一种情绪劳动的职业,自我损耗的后效表现在认知、情绪、行为等方面,从而引起心理健康问题。这不仅影响幼儿教师自身的健康,还会影响幼儿的健康发展,了解、分析幼儿教师自我损耗的后效反应有助于对他们的心理健康状况进行干预。

3.1 幼儿教师的职业倦怠是自我损耗的后效

自美国学者 Fredenberger 正式提出职业倦怠一词后,国内出现大量关于教师职业倦怠的研究,并认为教师职业倦怠是教师无法顺利应对工作压力而产生的极端反应,是教师在持久压力作用下产生的情绪、态度和行为的衰竭状态^[1]。有关幼儿教师职业倦怠的研究发现,总体上幼儿教师存在一定的职业倦怠,存在明显情感枯竭、去个性化和低成就感,情感衰竭的发生比例偏高^[2]。用自我损耗理论视角来看,这种衰竭状态即是自我损耗的后效的一种表现。

德国一项研究发现,工作环境中要求持续消耗心理能量,前一次自我损耗的状态尚未恢复的时候又开始了新一轮的损耗,人们会因此处于长期的心理能量不足的状态,会引起心理枯竭^[3]。无论幼儿教师遇到生活中问题,还是遇到儿童行为上的问题,他们始终需要保持外在的积极情绪,他们或者调整内在的情绪体验使之与外在保持一致,或者只改变外在情绪,而无法改变内在情绪体验,两种情况下都会带来更多的自我损耗,日常持续的工作会对心理能量产生周而复始的消耗,最终使自我损耗的后效表现为职业倦怠。

3.2 幼儿教师的心理健康状况不佳是自我损耗的后效

心理健康的个体总能够很好地适应其所在的环境。表现在生活上,他们总是能够从烦恼和痛苦中解脱出来,与环境和谐相处。当个体不能很好地应对其所处的环境时,就会出现种种不健康的表现。心理问题会通过个体的认知、情绪和行为表现出来,我国研究者建构自我损耗的后效框架,认为有限的自我控制资源会带来自我损耗,自我损耗后,个体的自我控制资源更加匮乏,影响个体行为的一条路径是通过改变认知和情绪过程,而另一条路径则是通过人格对行为产生更为间接和深刻的影响^[4]。有关调查表明我国幼儿教师群体的心理健康状况不容乐观,幼儿园教师心理健康问题在逐年增多,其中尤以躯体化、强迫、抑郁、焦虑和敌对五类心理问题的增加最为明显^[5]。许多幼儿教师在面对来自生活和工作的各种压力时,得不到适度的放松和调节,依然需要不断进行情绪投入和情绪控制,使自身产生自我损耗,进而导致个体的情绪低落、人际关系紧张、反应过度等心理不健康的表现,更有甚者还产生了性格上的畸变。

3.3 幼儿教师道德失范行为是自我损耗的后效

近年来,幼儿园中发生的道德失范行为频频在媒体上曝光,事件暴露出了幼儿园教育中存在着多种有违专业伦理和道德的行为,如恐吓幼儿、漠视幼儿的需要、虐待儿童等。大众对幼儿教师道德失范行为的评价与分析往往从主体的环境因素、现实压力等外因进行。从心理学角度看,幼儿教师对儿童不道德的攻击性行

为与其自身缺乏自我控制资源有一定的关系,这往往是道德失范行为背后的内因。有研究发现自我损耗会降低个体在假设性情境下的助人倾向、礼貌行为^[16]。当幼儿教师遇到问题或压力时不能较好地自我调适,持续的情绪控制使内在心理资源耗竭,就会在行为上表现出对人对事缺乏耐心,甚至会采取极端的方式来释放和排解自己的情绪,这些极端的行方式会触发个体内在的攻击性。个体对攻击行为的控制也需要消耗自我控制资源,当个体已有攻击意愿时,自我损耗能驱动个体表现出更强的攻击行为^[17]。漠视、恐吓、虐待等违反幼儿教师行为准则,甚至违反道德标准的行为均是自我损耗后不同程度的行为表现。

4 自我损耗视角下维护幼儿教师心理健康的对策

幼儿教师的自我损耗无论是给工作带来困境还是对自身产生危害,亦或产生各种不良的社会效应都应该受到管理者和社会的关注,帮助他们维护好个人的心理健康有利于更好地实施幼教工作,从而更好地体现个人的社会价值。结合自我损耗理论的观点,帮助幼儿教师调节心理健康可以从认知调节、积极情绪调节、动机调节等方面进行。

4.1 认知调节

认知是心理和行为的起点,有什么样的认知就会产生什么样的情绪,也会发生相应的行为。研究表明,人们对任务的认可度和价值判断会影响自我损耗的后效。若被试感觉到随后的任务是自主选择的,则损耗的后效减轻;若感觉到是被控制的,则损耗的后效加剧^[18]。被试认可任务的意义和价值,则表现好;反之,则表现差^[19]。被试认为当前的行为对未来是有益的,能减轻自我损耗的后效^[20]。若得知自己的努力对他人或自己是有帮助的,其表现会更好^[21]。幼儿教师一方面欠缺对自己所从事工作的重要性和社会价值的认识;另一方面,对自身能力的质疑都会引发面对压力后的情绪耗竭,最终导致自我损耗。研究发现,被试在自我损耗的状态下,接受自我肯定的操纵后,自我损耗的后效显著降低^[22]。自我暗示的作用也是一样的,被试处于自我损耗的状态时,用自我暗示的方法“坚持”信念能降低自我损耗的后效^[23]。

因此,减轻幼儿教师自我损耗的后效可以从调节认知入手。从外部策略上,利用社会舆论提高幼儿教师对所从事职业的认同感;利用幼儿园管理系统,宣传幼儿教育的意义使其感受到工作的价值。其次,幼儿园管理者要多鼓励幼儿教师的良性行为,多发现其身上的闪光点,通过树立榜样、多方嘉奖的办法提高幼儿教师的自信心和自豪感。从内部策略上,幼儿园教师需要学会自我暗示的方法,不断肯定自身的行为,多给自己积极的心理暗示,悦纳自己,维护身心健康。

4.2 积极情绪调节

适度的积极情绪有利于心理健康。幼儿教师的工作是一项情绪劳动,他们需要在工作中保持乐观的情绪以保证对儿童情绪的感染力。情绪劳动分为自然表现、深层表现和表面表现,自然表现是情绪的自然表达,需要的资源少;深层表现需要调节内在的情绪体验,若产生情绪协调需消耗较多的资源;表面表现改变外在情绪表现,却与内心体验不协调,因此消耗的心理资源最多^[8]。因此,减少幼儿教师的情绪上的自我损耗应着眼于调动起内在的心理体验,注重唤起内在的积极情绪。有研究者用幽默的短片或意外的礼物诱导出自我损耗组被试的积极情绪,结果他们在各种自控任务中的表现和非损耗组并无差异^[24]。调节幼儿教师的积极情绪体验,不仅要帮助他们学会调节与管理情绪,还要注重通过情感交流、集体活动来营造快乐工作的气氛,更要帮助他们树立积极的工作目标,通过实现目标获得自我激励,引发内在的积极情绪体验。

4.3 动机调节

动机是行为的内在动力,自我损耗的加工模型认为自我损耗现象是由于任务特性从“必须”的劳作目标向“想要”的休闲目标的动机转换失衡导致的,即当动机由自我控制转换成自我满足后自我损耗降低^[4]。在幼儿教师的工作中,如果一味的凭借其自身对工作的热情 and 责任感坚持工作,则是一种“必须”的劳作目标,这种目标往往带来更多的自我损耗;给予幼儿教师一定的奖励后,其工作目标会转换成“想要”的休闲目标,当幼儿教师的工作动机顺利地以上两种转换时,他们的自我损耗现象会减弱,因此,激励不仅能调节幼儿教师的工作动机,还能够降低其自我损耗后效。幼儿园管理者应注重对幼儿教师的工作给予激励。激励目

标是“想要的”休闲目标,其表现方式是多种多样的,既可以是金钱,也可以是一定的荣誉,还可以是休息和福利。因此,幼儿园管理者应多方探索能够降低幼儿教师自我损耗的激励手段。

参考文献:

- [1] BAUMEISTER R, BEATSLAVSKY E, MURAVEN M, et al. Ego Depletion: Is the Active Self a Limited Resource? [J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1998, 74(5): 1252-1265.
- [2] HAGGER M, WOOD C, STIFF C, et al. Ego Depletion and the Strength Model of Self-control: A Meta-analysis[J]. *Psychol Bull*, 2010, 136(4): 495-525.
- [3] WAGNER D, ALTMAN M, BOSWELL R, et al. Self-regulatory Depletion Enhances Neural Responses to Rewards and Impairs Top-down Control [J]. *Psychological Science*, 2013, 24(11): 2262-2271.
- [4] INZLICHT M, SCHMEICHEL B. What is Ego Depletion? Toward a Mechanistic Revision of the Resource Model of Self-control [J]. *Perspectives on Psychological Science*, 2012, 7(5): 450-463.
- [5] MURAVEN M, SLESSAREVA E. Mechanisms of Self-control Failure: Motivation and Limited Resources [J]. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2003, 29(7): 894-906.
- [6] INZLICHT M, GUTSELL J. Running on Empty: Neural Signals for Self-control Failure [J]. *Psychological Science*, 2007, 18(11): 933-937.
- [7] 李诚忠. 教育词典[M]. 哈尔滨: 黑龙江科学技术出版社, 1989: 484.
- [8] 张雪勤, 刘亚利. 教师情绪劳动研究综述[J]. *教育与教学研究*, 2014, 28(10): 28-30.
- [9] HOCHSCHILD A. *The Managed Heart: Commercialization of Human Feeling*[M]. Berkeley: University of California Press, 1983: 89-136.
- [10] MORRIS J, FELDMAN D. The Dimensions, Antecedents, and Consequences of Emotional Labor [J]. *Academy of Management Review*, 1996, 21(4): 986-1010.
- [11] 曾玲娟, 伍新春. 教师职业倦怠研究综述[J]. *辽宁教育研究*, 2003, (11): 79-80.
- [12] 李瑾, 徐燕. 幼儿教师职业倦怠与情绪智力的关系[J]. *中国健康心理学杂志*, 2016, 24(9): 1300-1303.
- [13] DIESTEL S, SCHMIDT K. Costs of Simultaneous Coping with Emotional Dissonance and Self-control Demands at Work: Results from Two German Samples[J]. *Journal of Applied Psychology*, 2010, (96): 643-653.
- [14] 陈咏媛, 许燕, 杨浩铿, 等. 自我损耗的后效述评[J]. *北京师范大学学报(社会科学版)*, 2011, 6(228): 14-20.
- [15] 汪海彬, 陈海燕, 桑青松. 幼儿园教师心理健康变迁的横断历史比较[J]. *学前教育研究*, 2013, (5): 42-48.
- [16] DEWALL C, BAUMEISTER R, GAILLIOT M, et al. Depletion Makes the Heart Grow Less Helpful: Helping as a Function of Self-regulatory Energy and Genetic Relatedness[J]. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2008, 34(12): 1653-1662.
- [17] DEWALL C, BAUMEISTER R, STILLMAN T, et al. Effects of Self-regulation and its Epletion on Aggression[J]. *Journal of Experimental Social Psychology*, 2007, 43(1): 643-653.
- [18] FISHER P, GREITMEYER T, FREY D. Ego Depletion and Positive Illusions: Does the Construction of Positivity Require Regulatory Resources[J]. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2007, (33): 1306-1321.
- [19] DEWALL C, BAUMEISTER R, MESD N, et al. How Leaders Self-regulate Their Task Performance: Evidence that Power Promotes Diligence, Depletion, and Disdain[J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2010, (100): 47-65.
- [20] JOEREMAN J, BALLIET D, SPROTT D, et al. Consideration of Future Consequences, Ego-depletion, and Self-control: Support for Distinguishing Between CFC-immediate and CFC-future Sub-scales[J]. *Personality and Individual Differences*, 2008, (45): 15-21.
- [21] MURAVEN M, SLESSAREVA E. Mechanisms of Self-control Failure: Motivation and Limited Resources[J]. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2003, (29): 894-906.
- [22] SCHMEICHEL B, VOHS K. Self-affirmation and Self-control: Affirming Core Values Counteracts Ego Depletion[J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2009, (96): 770-782.
- [23] MARTIJN C, ALBERTS H, MERCHELBACH H, et al. Overcoming Ego Depletion: The Influence of Exemplar Priming on Self-control Performance[J]. *European Journal of Social Psychology*, 2007, (37): 231-238.
- [24] TICE D, BAUMEISTER R, SHMUELI D, et al. Restoring the Self: Positive Affect Helps Improve Self-regulation Following Ego Depletion [J]. *Journal of Experimental Social Psychology*, 2007, 43(3): 379-384.

(责任编辑 钮效鷗)

Maintenance of Preschool Teachers' Mental Health from the Perspective of Ego Depletion Theory

WANG Xue^{1a}, HE Ran², BAI Yong-feng^{1b}

(1. a. School of Education; b. Office of Academic Research, Handan University, Handan, Hebei 056005, China;

2. School of Management Engineering and Business, Hebei University of Engineering, Handan, Hebei 056038, China)

Abstract: Based on the perspective of energy model and processing model of ego depletion theory, it has analyzed that the influencing factors of preschool teachers' ego depletion mainly from two aspects: work and social pressure. The after-effects of preschool teachers' ego depletion is mainly manifested in job burnout, mental health damage, ethics and morality loss, etc. Based on the theory of ego depletion, the maintenance of preschool teachers' mental health should be carried from the aspects of cognitive regulation, positive emotion regulation, motivation regulation.

Key words: preschool teacher; ego depletion; mental health

~~~~~  
(上接第 51 页)

## Exploration of Construction of Curriculum Ideological and Political in Metalworking Practice Course: Taking Shijiazhuang University as an Example

SUN Hong-qiang<sup>1a</sup>, YANG Mei<sup>2</sup>, LIU Jia<sup>1a</sup>, YANG Wei-chao<sup>1a</sup>, LU Zhi-jia<sup>1b</sup>, XU Ning<sup>3</sup>

(1. a. School of Mechanical and Electrical Engineering; b. Academic Affairs Office, Shijiazhuang University, Shijiazhuang, Hebei 050035, China;

2. Department of Mechanical and Electrical Engineering, Shijiazhuang Information Engineering Vocational College, Shijiazhuang, Hebei 052160, China;

3. Hebei Hongxin Tendering Co. Ltd., Shijiazhuang, Hebei 050051, China)

**Abstract:** As a practical course for science and engineering specialized subject, metalworking practice course relates to engineering practice closely and integrates with ideological and political education urgently. There are some problems in the integration of metalworking practice course into the ideological and political education, such as: lower integration of ideological and political contents with professional knowledge, incomplete on ideological and political construction system and teaching documents, discount of teachers and students. It takes the ideological and political construction of metalworking practice course in Shijiazhuang University as an example and explores the thought of Ideological and political construction of Metalworking Practice Course, such as: unifying ideological and political thoughts, compiling documents of ideological and political course, excavating the elements of ideological and political construction in the course, innovating teaching technique and methods, creating an ideological and political teaching atmosphere, etc. The practice has proven that the introduction of ideological and political elements in the metalworking practice course has achieved good teaching results.

**Key words:** metalworking practice; curriculum ideology and politics; ideological and political elements; organic integration