

新时代背景下中职学生心理健康教育现状与对策研究

敖于茜¹ 敖建²

(1. 西北大学哲学学院, 陕西 西安 710127;

2. 重庆市农业学校, 重庆 401329)

摘要:随着社会环境的改变, 各行业的技术型人才需求日渐增加, 我国针对职业教育出台了許多政策, 如资金支持、学费减免等, 加快了中职教育的发展步伐。中职学生处于生理与心理发展的关键期, 具有较强的自我意识, 对此, 中职学校需要优化心理健康教育, 迎合新时代发展需求。本文从新时代背景出发, 论述了中职心理健康教育开展的意义, 分析了心理健康教育现状, 并提出针对性对策, 旨在提高心理健康教学质量, 保障学生健康成长。

关键词: 新时代; 中职; 心理健康教育

随着社会经济的发展, 全球化浪潮的出现, 我国逐渐步入新时代, 中职教育是我国教育体系的重要组成部分, 受到了广泛关注。在中职教育环节, 学生存在的心理健康问题较为突出, 并受到广泛关注。其中学生心理问题包括学习压力、人际关系等, 受到了社会发展与教学改革的影响。对此, 中职学校需要创新心理健康教育, 构建完善的教育体系, 更好的保障学生心理健康。

一、新时代背景下中职心理健康教育的意义

在新时代背景下, 中职学校需要创新教学方式, 打破知识传授的限制, 注重学生心理健康, 切实提高教学质量。中职学校的学生是我国技术型人才的重要来源之一, 占据重要地位, 对此, 心理健康教育的开展具有极强的应用价值。

(一) 个体层面

中职学校的学生大多处于青春期, 尚未形成健全的价值观念, 其中心理健康问题会影响其成长。对此, 通过心理健康教育的开展, 可以保障学生健康成长, 帮助其更好的认识自身, 促进其良好价值观念的形成, 并培养其自我管理能力。同时, 心理健康教育的开展, 可以使学生适应社会, 保障其全方位发展。在中职学校的学习中, 学生面临的压力来自多个角度, 包括学习、就业以及人际关系等。如学生常常担心自身学历会遭受不公平待遇, 甚至出现排斥就业的心理, 对此, 学校开展心理健康教育, 可以舒缓学生面临的压力, 有效减轻其存在的焦虑、紧张感。

(二) 社会层面

中职学生是社会群体的重要组成部分, 如果缺乏对学生心理健康问题的关注, 很容易造成许多不良行为。对此, 教师可以开展心理健康教育, 提升学生心理健康水平, 有效降低其遭受的不良影响, 切实提升社会环境稳定。另外, 中职学生属于社会技术型人才的重要来源之一, 学生的专业素养会直接影响到国家竞争力。通过心理健康教育, 可以提升学生心理健康水平, 使其积极参与到专业学习中, 形成良好的职业素养, 促进社会经济的发展步伐。

(三) 国家层面

中职学生是促进国家发展的重要力量, 如果无法解决其心理健康问题, 可能会阻碍国家发展。同时, 中职学生可以为国家的可持续发展注入活力, 通过开展心理健康教育, 有助于丰富技术型人才队伍, 为国家的科技创新与发展提供保障。

二、中职心理健康教育体系的现状分析

(一) 学生出现心理失衡

学生是中职学校的核心部分, 为了实现学生的全方位发展, 学校积极开展心理健康教育。但受到外界因素的影响, 存在的不良评价, 可能会造成学生出现消极心理。同时教师在事件处理时, 很容易受到主观因素的影响, 导致事件处理不够客观, 学生无法从中感受到公平, 进而出现心理失衡问题。另外, 在学习中遇到

困难时, 学生常常由于自卑心理, 盲目逃避问题, 阻碍其长远发展。

(二) 教学评价不够完善

在中职心理健康教育评价中, 教师往往采取传统评价方式, 即定性评价, 很难量化学生心理健康情况, 同时由于缺少满足心理健康教学目标的评价标准, 最为突出的问题是缺乏有效的反馈机制。对此, 心理健康评价体系尚未健全, 导致中职学校心理健康教育效果较差。

(三) 教师忽视学生心理

在中职教育的长期发展过程中, 学科与技能教学占据主体, 其中心理健康教育在教育体系的地位较低。基于传统教学观念的影响, 在教育实践过程中, 教师的大多数精力集中在教学任务与学生管理层面, 缺乏对学生心理的关注, 同时对心理健康教育的认识不足, 阻碍了学生的健康成长。

三、新时代背景下中职学生心理健康教育对策

(一) 优化教学环境, 调整心理健康教育

相较于普通中学, 中职学校的学习氛围较为轻松, 但学习环境、风气发挥了重要作用。对此, 在心理健康教育中, 中职学校需要关注教学环境, 发挥出环境对教学的影响作用。第一, 中职学校可以使用多种策略, 调整教学环境, 如管理学生电子设备使用时间、优化校园周围环境等, 有效帮助学生看待网络, 减少网络对学生带来的不良影响。第二, 中职学校需要关注校园文化, 重点建设校园文化, 如可以关注教室、宿舍等场所, 注重名人名言的张贴, 鼓励学生开展学习, 优化学生价值观念, 切实提升教学质量。第三, 中职学校可以重点考核心理健康知识, 调整学生的思想认知, 帮助其正确看待专业知识学习, 构建高效心理健康课堂。第四, 学校需要注重榜样的数量, 在校园内选拔出一批具有良好价值品质的学生, 借助典范地树立, 引导学生开展知识学习, 有效转变其消极心态, 开展高质量心理健康教学。

(二) 结合学生实际, 创新心理健康教学

随着新时代的到来, 中职学生的心理认知也出现了明显变化。其具有许多接触信息的渠道, 并不断活跃自身思维, 其认知与学习方式也展现出许多特点。对此, 传统的教学方式很难满足学生学习需求, 多元化教学属于创新心理健康教学的必然趋势。在中职心理健康教学中, 教师可以采取多种教学, 关注学生的心理特点, 切实提高教学针对性, 帮助学生掌握更多心理健康知识, 提升其心理健康品质。

首先, 教师需要结合学生特点, 调整专题讲座。为了满足学生心理健康需求, 教师需要结合中职学校实际, 并结合学生心理特点, 优化专业化教学, 切实提高教学质量。如中职学生存在的自卑心理, 学校可以结合学生实际, 开展专题讲座活动, 使学生加深对自卑心理的认识, 并帮助其明确自卑心理形成原因、处理

方式等。同时,教师需结合学生的年级、专业,进行心理健康活动的设计,帮助学生适应学习与生活。

其次,教师需要调整课程形式,更好地满足学生需求。处理传统心理健康教学方式,教师还需要创新教学方式,借助多元化方式,满足学生个性化需求。如教师采取心理游戏、情景剧等形式,开展心理健康教学,为学生营造良好的教学氛围,加深其对心理健康知识的理解。同时,教师还可以使用案例分析、议题交流等方式,调整心理健康教学,帮助学生形成良好的价值观念。此外,教师可以采取混合式教学,帮助学生接受心理健康知识。

最后,教师可以整合学科知识,保障学生的全方位发展。在中职心理健康教学中,教师可以梳理心理健康知识与学科内容,为学生发展提供保障。如教师通过渗透语文、英语等内容,帮助学生熟悉知识,并提升其心理健康品质。其中,教师需从多角度出发,注重学科知识与心理健康教学的融合,提高课程的全面性。

(三) 实施心理辅导活动, 解决心理问题

在中职心理健康教育中,教师可以通过心理辅导活动,使学生看待心理问题,虽然心理辅导教学较为直接,但其具有良好的应用效果。具体来讲,教师可以采取的心理辅导包括以下内容:学生咨询、教师辅导以及集体讨论等。学生咨询指的是学生对教师极为信任,咨询教师自身遇到的问题,以个人问题作为主体,缺乏代表性。在该活动中,教师需要加强心理健康知识的应用,帮助学生打开心结,并帮助其打破心理障碍,使其将大部分精力投入到知识学习中;教师辅导主要是关注班级、学校内的突发事件,其中心理教师需要关注学生出现的过激行为,开展心理辅导活动,舒缓学生情绪的同时,帮助其明确自身出现的问题;集体讨论指的是关注学生存在的普遍性心理问题,开展交流讨论,解决其存在的问题,并帮助学生树立人生目标,培养其良好的处事理念。

(四) 完善教学评价体系, 提高教育成效

随着社会的不断发展,中职教育改革日益深化,其中学生出现了突出的心理健康问题。为了培养出全面发展的技能型人才,提升学生心理健康能力,教师需要重点开展心理健康教育,不断优化教学评价体系,组建出科学、合理的评价体系,并有效衡量心理健康教学成效,切实提高中职心理健康教学水平。

第一,在心理健康教学评价中,教师需要明确评价目标。其中在评价目标中,需要开展重点考查活动,分析学生的心理健康,包括认知、意志等。同时,心理健康评价目标还需重点看重教师教学成效、课程设置等内容。

第二,教师需要丰富教学评价内容,开展全方位心理健康教学评价,关注学生的全方位发展。具体来讲,评价内容如下:心理健康知识掌握情况。教师需要明确学生对心理健康知识的理解,如识别心理问题、调节不良情绪等;学生情感态度。教师通过开展评价活动,分析学生的心理健康层面的情感态度与价值观念,如应对困难的态度、自我认知能力等;学生技能应用。教师分析学生的心理健康知识与技能使用情况,如控制自身情绪、熟悉沟通技巧等。

第三,关注心理健康教育,开展多元化评价。在实际的心理健康教学评价中,教师需要采取多种形式,加深对学生学习与心理健康情况的理解。具体来讲,教师可以使用考试的形式,开展测试活动,明确学生的心理健康知识掌握情况;教师采取问卷调查形式,加深对学生心理健康情况的认识;教师通过分析学生的日常表现,如课堂参与状况、小组交流情况等。教师重点关注个别学生,开展深层次分析,明确学生的心理特点,发掘其心理问题,从而开展针对性的心理健康教育。

第四,教师需要丰富评价主体,如学生、教师以及学校等。通过评价主体的丰富,可以优化评价结果,使评价更加科学、合理,并帮助学生加深对自身心理健康需求的认识,方便教师与学校探究问题,并开展针对性调整。

(五) 加强教师培训, 优化心理健康教育

基于新时代背景,中职心理健康教育环境不断改变,对教师提出更多要求。为了提高心理健康教学质量,学校需要开展教师培训,帮助教师理解心理健康知识,并提升其教学与道德素养。对此,在中职心理健康教学体系的建设中,其基础是开展专业培训,提高教师综合能力。

首先,培养教师心理健康素养。中职心理健康教育具有较强的专业性特点,对教师提出了更高的要求,只有加深对理论与实践知识的理解,才能更好地开展教学活动。对此,中职学校可以邀请心理行业专家,加强与教师的沟通交流,提升其心理健康素养。以上教师培训的开展,可以帮助教师掌握最新的心理健康知识,开展灵活调整与规划。同时,学校需要鼓励教师融入心理健康教研活动中,加强教学经验的交流,借此丰富教师视野,提升心理健康教育质量。

其次,提升教师教育教学能力。教师不仅需要掌握心理健康技能,还需具有扎实的教学技能,才能开展高效的心理健康教育。对此,中职学校需鼓励教师融入教学方式的学习中,掌握混合式教学、项目化教学等方式。同时中职学校可以加强组织活动,使教师参与教学开发中,切实提升教师的教学设计能力。

最后,提高教师职业道德水平。在中职心理教育体系中,教师属于教学主体,只有提升教师职业道德水平,才能为学生提供更为优质的服务。因此,中职学校需要重点提升教师职业道德水平,培养学生敬业精神,切实提升其职业道德水平。中职学校还可以采取各类职业道德培训行动,如道德讲座、座谈会等,提升教师职业道德水平,使其产生良好的职业道德认知。同时,中职学校可以完善职业道德评价机制,客观评价教师职业道德水平,并开展引导活动,使教师遵循职业道德理念。另外,中职学校可以创造职业发展机会,使教师参与学术交流、课题研究等活动,显著提高其职业探究热情。

四、结束语

综上所述,在新时代背景下,中职学校需要开展心理健康教育,使学生开展知识学习,并形成良好的思想道德品质。中职学校教育环节,学生出现心理健康问题的原因具有多样性,对此,教师需要明确学生特点,开展针对性心理咨询活动,采取各类教学方式,完善心理教学方式,提高心理健康教育水平。其中教师可以通过优化教学环境、开展心理辅导活动以及优化评价体系等方式,提高教学有效性,促进学生心理健康水平的提升。

参考文献:

- [1] 史云. 参与式教学在中职学生心理健康教育中的应用 [C]// 重庆市鼎耘文化传播有限公司. 课程教学与教育管理研讨会论文集(二). 石家庄市藁城区职业技术教育中心; , 2023: 4.
- [2] 李燕. 中职学生心理健康教育的途径和方法 [C]// 新课程研究杂志社. 聚焦新课改推动教育高质量发展论文集(五). 广西壮族自治区岑溪市中等专业学校; , 2023: 2.
- [3] 魏海燕. 探析新时代背景下中职思想政治教育与健康教育的融合策略 [J]. 天天爱科学(教学研究), 2021(05): 193-194.
- [4] 张北燕. 微时代背景下中职学生心理健康教育工作方法探究 [J]. 黑河学刊, 2020(04): 105-106.