

心理健康教育融入中职语文教学情境优化策略

李芳

(蠡县启发职业技术教育中心, 河北保定 071400)

摘要: 将心理健康教育纳入中职语文课堂, 不仅可以促进学生的道德修养、行为准则和人格成长, 还能让他们拥抱挑战, 积极应对学习过程中的困难。更重要的是, 中职语文教学和心理健康教育完美融合, 可提升课堂育人质量, 这也能激励学生积极地参与课堂, 使其有着良好的精神面貌, 迎接一个更加美好的未来。通过深入研究, 本文旨在探讨如何把心理健康教育与中职语文课程相衔接, 从而满足当前的社会需求, 并促进学生身心健康发展。

关键词: 心理健康教育; 中职; 语文

随着社会的进步发展, 推动中职心理健康教育融合已然成为时代进步需求, 既可以促进学校教学管理, 又可以为学生身心健康成长奠定基础。为此, 教育部联合其他部门印发《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)》这一指导文件, 其中明确指出, 必须以培育健康人才为目标, 努力实现以健康第一的教育宗旨, 全面推进中职学生的心理健康水平。中职语文教学具备较强的人文性特征, 心理健康教育大多隐匿在角落, 心理健康教育融入语文课堂可实现德育知识渗透, 加强中职语文和心理健康教育融合, 扩大健康教育效能, 有助于为学生创设良好的教学环境。

一、心理健康教育和中职语文融合的基础原则

(一) 生本性原则

中职学生正处于成长过程的关键阶段, 根据心理健康的评估, 中职学生需要保持稳定的情绪、建立良好的人际关系、并拥有正确的思维方式以及健全人格。当教师评估一名学生的心理状态时, 需要仔细观察他的课堂表现, 并找出学生的潜在问题。例如, 学生可能没有良好的自我认知和沟通技巧, 会在某种程度上影响学生自信心确立。为了解决学生的形态问题, 中职语文教师需要将这些因素与课程内容紧密结合。当语文教师讲授《登高》《书信》这些作品时, 语文教师能够带领学生去理解作品的主题和内涵, 并帮助学生更好地表达自身认知观点。这一做法, 不仅能够让学生理解作品的主题, 还能提升其学习自信心, 帮助学生掌握平衡情绪的技巧。

(二) 生活化原则

语言的魅力贯穿于人们的日常生活, 从阅读看报, 到深入了解客观实际, 都依赖于自身的语文能力。此外, 学生的语文素养也会直接影响不同学科知识的学习。作为一名成年人, 必须了解身处的社交环境, 明确自身对外界事物的感受和态度, 以便更好地应对未知挑战。有些学生可能会存在嫉妒、自卑的心理, 但教师可给予学生必要的支持和引导。因此, 作为一名中职语文教师, 应该把心理健康教育和语文课融入真实情境之中, 让学生感受到生活的美好, 并通过此种方式提高学生语言表达和语言应用能力。为了提高学生沟通水准, 将学科知识和心理健康紧密衔接, 语文教师可利用“口语交际”版块设置趣味探究话题, 比如“美应是怎样的”“人与人之间到底该不该比较”等等。结合问题将学生所学知识和实践体验转化为口语交际能力。此外, 教师还要协助学生了解和适应当前的环境, 从而达到良好的心理健康状态。

(三) 趣味性原则

相关研究表明, 许多中职学校语文课程缺乏有效的激励机制,

学生没有主动思考和问题探究的能力, 这使得单靠传授教材上的知识是远远无法提高学生语言能力。此外, 由于缺少有效的沟通交流, 教师也难以了解学生所学实际, 在某种程度上影响学生的心理健康。因此, 中职语文教师应既关注心理健康教育, 又要在学科教学中融入有趣内容。结合趣味性原则调动学生参与积极性, 激活学生思维趣味要素, 将其视为心理健康教育和语文知识融合的衔接点。比如, 当教师讲授《石头城》这一内容时, 可以通过描述刘禹锡的故事, 让他的人物经历吸引学生兴趣, 然后把这首诗的相关照片放到黑板上, 组织学生将这首诗的内容与图片信息联想到自己的故事。设置“连一连”游戏帮助学生在语句赏析时保持专注度, 能够让他们更集中精力去观察每一张画面, 并且能仔细辨认其间的细节。此外, 游戏活动的设置也能加深学生对诗歌内涵的理解, 结合诗词创作手法领悟作者对繁华景象无处寻觅的苍凉之感。通过这一过程, 可以深刻地改变学生的思维方式, 让他们从历史中汲取经验, 培养出良好的自省习惯, 从而提升心理健康教育和中职语文融合成效。

(四) 持续性原则

作为一名语文教师, 应以一种不断变革的视角来思考和处理教育问题。始终坚守持续性原则, 即不断更新自身知识和专业技巧, 并将其与语言、写作能力完美结合。教师把这些技巧应用到写作、口语交际、阅读理解和综合学习等课堂活动中, 以帮助学生更好地实现自我价值。同时, 教师也应该根据不同年龄阶段学生的特点和需求, 调整语文课堂策略, 以满足学生个性化需求。确保中职学校语文课程能够高效进行, 并助力心理健康教育、语文教学交融水平。

二、心理健康教育与中职语文情境融合存在的问题

第一, 舍本逐末, 语文学科地位边缘化。知识是载体, 价值是目标。体现社会价值和育人价值是学科教学的必需, 渗透心理健康教育的中职语文教学情境创设, 要兼顾语文学习任务体现和心理健康教育关注的双重特性, 其中语文学科是根本和依托。然而部分语文教师对课堂教学中开展心理健康教育存在认知偏差, 本末倒置, 淡化甚至罔顾学科知识的传授, 将语文课上成了心理健康教育课。

第二, 教材陈旧, 情境设置单一化。中职学生的心理问题极具生活性和时代性, 部分语文教师无视这一特性, 漠视学生的心理健康需求和期待, 加上师生间固有的年龄及认知差异, 对中职语文学科承担的心理健康教育价值认识模糊, 融入水平有限, 情境创设多以预设为主, 素材陈旧而缺乏鲜活性, 形式生硬呆滞多欠缺灵动性。

第三, 忽视本心, 心理健康教育形式化。部分中职语文教师受传统教育理念的影响, 对于“五育”融合和学生心理健康发展的复杂性认识不足, 不能厘清学生心理需求、心理问题及心理疾病的区别及联系, 对于学科心理健康教育实施存在畏难心理, 对于知识传授向智识培养、思维提升向伦理关照的转变感到迷茫, 为了凸显学科知识的心理健康教育价值, 动辄用心理健康教育代替应有的知识传授和思维引导。

第四, 思维固守, 二者关联不紧密。心理健康教育融入中职语文教学是一种理念, 更是一种艺术, 只有水乳交融的情境创设方能实现润物无声、育人无痕的心理健康教育效果。有的语文教师融入思维僵化, 融入方法简单, 不能深入挖掘二者的有效结合点, 心理健康教育和语文教学内容缺乏有机关联, 呈现出“两张皮”倾向, 致使心理健康教育浮于表面, 趋于简单化。

第五, 理实未衔接, 情境领悟浅层。学生的主体自觉性是学科教学和实施心理健康教育的重要依托。有些语文教师创设情境时漠视学生的主观能动性, 或理论与实践脱节、知与行相悖, 情境创设仅注重兴趣和感悟的满足; 或摒弃对学生心理健康修复潜能的开发, 以传统的知识灌输替代羚羊挂角的融入; 或忽视人文关怀, 以所谓的健康心理引领代替潜移默化的疏导等。

三、中职语文教学融入心理健康教育优化路径

(一) 着重语文学习氛围的营造

中职语文教学过程中, 将语文知识与心理教育有效衔接, 对于提高学科育人质量是非常必要的。为了营造良好的学习氛围, 教师应该根据学生自身情况, 采用恰当的方法, 如提供适合学生学习进度的问卷和测验, 帮助他们克服内向和羞怯的情绪, 并且通过积极的辅导和支持, 来培养学生职场素养。可以在作业设置、考试环节激励内心有障碍的学生, 在课后为学生补习, 潜移默化中影响学生, 引导学生树立健康的职业心理。以汪国真的《平凡的魅力》为例, 教师可向学生提问“你对平凡生命最重要的感受有哪些?” 学生随即回答道: “读完后让我意识到, 平凡并不是毫无价值, 也不是毫无吸引力。我是一名普通的中职毕业生, 但是, 伟大的精神源于平凡的努力。” 学生回答非常精彩, 带动全班同学为他鼓掌。除此之外, 教师还能够利用多媒体教育资源, 观看汪国真诗歌的朗诵视频, 让他们更加深刻地理解和感受到不同寻常的生活感悟, 从而激发学生对于追求梦想的热情, 并勇敢追寻自己的梦想。从贴合学生实际着手, 帮助学生了解并探索自己的人生, 有助于培养学生形成良好的职业素养。

(二) 指引学生正确认识学科内容

通过仔细研究和探索, 教师能帮助学生了解和运用所接触的信息, 培养其思维能力和创新意识。教师会根据学生的日常表现, 为他们量身定制课堂内容, 帮助学生从容应对今后挑战。作为一名语文教师, 有责任将课本内容转化成有益的资源, 并延伸至课外阅读, 帮助学生获得有益的心理辅导。比如, 教师在传授《致橡树》时, 教师可通过心理学的角度, 帮助学生树立正确的爱情观。此时期的学生会渴望探索朦胧且神秘的爱情。因此, 在课后引导学生阅读与爱情相关的《青春读物》, 有助于培养学生独立思考、自我认知等能力, 通过这种方式, 潜移默化地达到心理教育的作用。

(三) 设置多元化语文教学活动

在课堂中引入多元化学习活动, 让学生不再局限于理论知识的学习, 而是透过实践来提高自身思索和解决的能力。这样, 当

学生具备良好的个人素养和责任心, 就能够应对日常挑战和困难。结合实践活动来看, 教师可改变学生的价值观和学习方式。帮助学生深度理解和掌握知识点, 教师透过课堂实践活动鼓励学生, 培养学生学习自信心。比如, 教师在传授《威尼斯商人》这部作品时, 教师可帮助学生搜集信息并准备演出。学生能根据个人的兴趣爱好来挑选角色, 并且尝试扮演导演。因为学生对课文的自读和掌握, 他们就拥有了展示自我的机会, 通过利用学生想象力来将自我解读转化为表演, 从而培育学生创新思维能力。透过表演活动, 学生可增强自我效能感, 有助于学生建立对学业的信心。

(四) 刺激学生对语文知识学习的兴趣

提高语文水平需要教师和学生共同努力, 中职学校学生通常缺乏良好的文化修养和敏锐思维。如果教师仅仅注重传授教材内容, 而忽略培养学生的心理教育和思维品质, 这将导致课堂教学成效不佳, 无法让学生在阅读和写作过程中实现精神层面的升华。因此, 教师应致力于激发学生对语文学习的热情, 指引学生探索这一神秘而又美好的领域。当教师讲授《第六枚戒指》这一内容时, 将班级学生划分为两个小组: 一组代表人类天性本恶, 另一组则代表人类天性本善。鼓励这两组学生运用各种方式, 包括引入名言、故事、历史典籍和案例, 并提供丰富的证明材料, 让学生论证自己的观点。通过这种方式, 教师能够改变课堂气氛, 实现教学活动创新。它还能唤醒学生的学习欲望, 促进学生与学生间的互动交流, 让学生茁壮成长。但是, 部分学生由于生活上遇到挫折, 会逐渐变得消沉, 漠视教师、同伴们给予的帮助, 甚至会说出伤害性话语, 导致人际关系变得紧张。通过提供一个平台, 教师可以帮助学生表达自身观点, 并了解他们的内心世界, 从而让学生感受到真正的安慰。通过这种教学方式, 可使学生克服心理障碍, 让他们意识到教师的良苦用心。学生就能积极向上、热爱集体和生活, 并且在未来的工作中为国家和社会作出应有的贡献。

四、结语

总而言之, 中职学校的学生更容易受到外界环境的影响, 导致自身出现心理问题。正确地认识和培养学生树立价值观念和价值取向, 对于保护学生身心大有裨益。教师应该认真对待学生的心理健康教育, 并将其纳入学科课程内容设计当中。中职语文教师要及时解决学生的心理困惑, 让学生的未来更加美好。语文学科所具备的独特性也是心理教育的核心所在, 因此语文课教师需要在心理教育的融入之路上“锦上添花”。期待通过不懈的努力, 能够让每一届毕业的学子都成长为有用的国之栋梁。

参考文献:

- [1] 齐开. 心理健康教育在中职学校语文教学过程中的渗透策略研究[J]. 东方文化周刊, 2023(5): 67-69.
- [2] 张喜薇. 中职语文教学中渗透心理健康教育研究[J]. 中文科技期刊数据库(引文版)教育科学, 2022(4): 4.
- [3] 陈美芳. 在中职语文教学中有效渗透心理健康教育初探[J]. 广西教育, 2024(8): 21-23.
- [4] 吴婷婷. 中职语文教学中心理健康教育的渗透策略[J]. 新课程研究, 2022(24): 85-87.
- [5] 李涛. 中职语文与心理健康教育的融合路径[J]. 文渊(高中版), 2022(10): 31-33.