

A Brief Analysis of the Psychological Problems Existing in Adolescence of Secondary Vocational School Students and the Countermeasures

Guanhua Li

Outpatient Department of Diqing Tibetan Autonomous Prefecture National Secondary Professional School, Shangri-La, Yunnan, 674499, China

Abstract

Secondary vocational students are a very important part of the development of Chinese education. Due to the poor academic performance of these students, they finally entered secondary vocational schools for study. In addition, the psychological problems of adolescents in secondary vocational students are very high compared with students in other teaching stages. Therefore, in order to ensure that vocational students can complete their studies better in school, it is very necessary to study the specific psychological problems of vocational students during adolescence. It is very important for vocational students to find more effective solutions.

Keywords

Secondary vocational students; adolescence problems; countermeasures

浅析中职学生青春期存在的心理问题及处理对策

李官华

迪庆藏族自治州民族中等专业学校门诊部, 中国·云南 香格里拉 674499

摘要

中等职业学生是中国教育发展当中非常重要的组成部分。由于这些学生学习成绩比较差, 最终才进入中等职业学校进行学习。除此之外, 中等职业学生青春期的心理问题和其他教学阶段的学生相比, 是非常高的。因此, 为了保障中职生在学校当中可以更好的完成学习, 研究中职生青春期存在的具体心理问题是非常有必要的, 寻找比较有效的解决措施对于中职生来讲非常重要。

关键词

中职学生; 青春期问题; 对策

1 引言

职业教育一直在不断的发展, 中等职业学校的学生在数量方面一直在不断的增加。然而, 作为处于青春期的中等职业学生而言, 他们的心理变化非常的复杂。心理问题在很大程度上会严重的影响学习成绩的提高。因此, 实施并解决中等职业学校中学生的相关心理问题是非常必要的, 不仅可以很好地帮助学生塑造健康的心态, 而且还可以更好地使中等职业学校的教学质量得到提高。

2 青春期的含义

青春期有广泛和狭义方面的区分。广义青春期指的是从幼年期到成年的一个过渡时期; 狭义青春期指的是出现第二

性征, 性成熟及身体得到完全发育的阶段, 这是一个比较特殊的时间段。青春期是每一个人成长以及发展当中必须要经历的一个阶段, 也是非常重要的阶段。在这个阶段, 是否可以形成比较健康的心态, 对个人素质、个性、行为及智力水平有非常大的影响, 甚至还会严重的影响未来的发展。曾经有人这样讲述, 青春期是生命当中第二次重新开始。青春期的身体以及心理方面的变化对普通青少年的成长来讲非常重要, 对于中等职业学生的心理影响也更加重要^[1]。

3 心理问题的具体调查

研究小组从中等职业学校当中进行随机选择, 选择了6个班级, 共计有300名左右的学生。该调查主要通过心理问卷的

形式展开, 在这个过程中对一些学生以及教师也进行了比较深刻的访谈。通过调查结果证明, 很多学生都非常愿意接受青春期的相关教育。其中, 有 39.6% 的学生认为应该开设青春期特教育特殊课程, 有 37% 的学生认为应该在学校成立专门心理咨询室以方便进行个人心理咨询。具体表现在以下几个方面。

①很多学生都承受着非常大的心理压力, 在生活中甚至不能理性的处理问题。调查当中只有 32% 的学生相对来讲心理方面比较的健全, 很多学生在心理上的表现为封闭、孤独及情感上的对立等, 这些特征在中后期表现的非常明显。关于目前的学习状态, 其中只有 50% 的学生认为比较适合这种状态, 而 14% 的学生认为不能适应这种状态。从心理压力方面来讲, 其中有 64% 的学生认为学习以及生活压力非常大, 在这些压力当中, 大部分都属于学习当中的压力, 有 78% 学生的压力表现为抑郁心理, 自卑心理, 敏感以及嫉妒心理比较强, 呈现在课堂当中的表现为上课注意力比较不集中, 思维非常迟钝, 成绩下降的比较迅速, 经常出现迟到, 早退或者缺课的现象。

②关于异性恋方面, 有近一半的同学表示对异性恋不感兴趣或者正处于恋爱阶段当中, 有 45% 的学生认为在这个阶段恋爱是毫无意义的一件事情, 有 11.6% 的学生认为他们正在有意疏远恋爱这种情况。通过这些数据, 可以基本上反映出中职生的具体生理发展需求。

③在学习社会法律和个人心理方面的调查, 可以清楚地反映出学生的社会特征比较强大^[2]。很多学生学习成绩不是很好, 但是他们对自己的能力以及未来的发展非常有自信。有 62% 的学生在自主学习状态中可以进行自我切换以及调整, 有 34% 的学生会说服自己努力学习。关于考试的调查, 有 72% 的学生会对考试成绩感到非常焦虑以及不安, 有 81% 的学生认为自己可以做到更好。关于经济利益方面, 对学生之间的友谊原则影响不是很大, 其中有 92% 的朋友之间具有比较相似的性格, 有 5% 的朋友之间甚至具备相似的身份。关于法律的调查, 很多学生只是通过报纸以及电视的形式对法律有些了解, 其中有 51% 的学生可以在法律以及义气之间, 会毫不犹豫的选择义气, 只有 49% 的学生认为应该选择法律。因此, 在法律方面需要不断提高学生的法律意识。

4 存在的具体问题

4.1 存在严重的厌学情绪

厌学情绪在学生学习的每一个阶段当中都会存在。很多中

等职业学生只是因为学习成绩比较差, 很大程度上是为了满足父母要求的所谓文凭而来学校进行学习的, 所以和其他的学校相比, 厌学情绪比较严重。这种情绪的产生主要从两个方面进行阐述: 第一, 中职生学习动力明显不足, 很多学生来学校学习是非常被动的, 没有明显的目标, 在学习的过程中重视专业部分的学习, 对于其他一些基础课程非常不看重。第二, 学习热情一点也不高。正如前面提到的, 很多学生来这里上学只是希望可以获得毕业证书, 关于专业课程以及基础课程都不敢兴趣^[3]。这种厌学情绪非常不利于学习成绩的提高, 对教学质量来讲有非常大的影响。

4.2 人际交往当中的误解

面对新学校以及新环境, 学生必须要很好的处理新的人际关系。如果在进入学校之后, 关于人际关系的处理非常不恰当, 那么很可能在心理方面引起非常不良的情绪。随着时代的发展, 互联网在学生当中得到了很大的普及, 很多学生平常非常注重使用计算机以及手机进行沟通以及交流, 而在现实人际关系处理当中, 往往会忽略沟通。学生在人际交往的过程中存在的问题非常的严重, 主要表现在: 和父母以及教师之间存在很大的交流鸿沟, 师生之间缺乏比较基本的信任, 同学以及朋友之间经常会存在误解的发生。在异性交往的过程中, 由于不当的处理, 会给学生带来比较严重的心理问题, 对于未来的发展也会产生比较严重的影响。

4.3 情感变化比较复杂

青春期生理的变化不可避免地会引起中等职业学生的情绪发生动荡。因此, 现阶段的学生特别容易出现情绪激动的现象, 他们容易表现出过度的兴奋以及愤怒, 而这两种情感的产生往往会表现在与同学进行互动以及交流的过程中。同时, 青春期的学生会非常渴望和异性朋友进行互动, 但他们关于如何处理异性之间的关系是非常迷茫的, 这样就会造成人际交往出现不融洽的现象。

4.4 自卑的情绪

在学习的过程中可能由于成绩差的原因无法正常完成升学, 而来到中等职业学校进行学习会感到非常的失落以及自卑。职业学校以及初中教育在方法方式上面存在很大的差异, 学生非常难以适应这种全新的教学模式, 很难及时的融入课堂学习当中。随着时间的发展, 他们甚至会对自己产生自我怀疑, 认为自己不适合学习, 这样就会造成严重的自卑

心理^[4]。

4. 5 生理发育的影响

在整个青春期中，生理上面会发生非常大的变化，关于内分泌系统的发展，会对心理产生非常大的影响。例如，情绪以及性格会发生比较大的变化，会产生敏感情绪，自尊心变得加强烈，这些正常的变化给学生们造成了很大的困扰。

5 具体的措施

5. 1 着重加强思想教育

加强思想教育包含很多方面，如入学之前的教育，可以保障学生对自我，学校以及学习环境有一个比较全新的认识，可以更迅速的摆脱自卑以及学习上面的困惑，使学生对职业学校以及自己的未来充满希望，并且在这个过程中会制定一个比较合理的计划。可以组织心理健康教育，为学生提供感兴趣的一些主题以及心理健康的相关课程。要培养学生具备良好生活能力以及学习的能力，为学生成长提供更多的帮助以及指导，可以通过心理咨询的方式，解决困扰学生的具体心理问题，保障学生可以更好的学会自控情绪，从而更好地解决厌学的相关问题。

5. 2 组织团队活动

教师以及学生之间应该进行更多的交流，教师要对学生的实际情况多加了解，要锻炼学生上台发表意见的勇气，同学之间可以互相交流以及讨论问题，争取成为好朋友。可以通过教师或者朋友的关系对学生的心理问题进行很好的调节。可以经常为学生组织一些团队活动，想办法活激发学生的相关情绪^[5]。只有这样，才可以更好的处理人际关系，完成学生之间的互相交流。

5. 3 做好家庭的指导工作

家庭是孩子的重要课堂，父母是孩子人生当中的重要导师。在家庭当中，父母的具体言行将会成为孩子心中的榜样。因此，应该和父母进行良好的沟通，为孩子创造更加良好的家庭环境，避免由于不良的家庭环境而影响学生的心理。要督促父母引导学生进行具体的人际关系，学习以及情感的处理，家庭以及学校要共同的进行努力，争取为学生创造良好的学习以及生活环境。

5. 4 建立师生平等和谐的关系。

教师在教学的过程当中，应该继续通过各种各样的途径进行学习，努力提高他们自身的心理素质。只有教师具备比较健康的心理素质，才可以为学生们做一个更好的榜样。教师如果拥有比较积极乐观的态度，那么学生同样在心理方面也会产生比较微妙的变化，使学生心理更加健康的发展。从而变得更加的热情、积极。在学习以及人际交往过程中变得不再自卑，教师还应该不定时的与学生进行沟通，以更好地了解他们的心理变化，及时为学生解决实际的问题，制定相应的解决方案，更好的促进中职学生可以健康以及快乐的成长。

5. 5 提高认知的能力

要对中职学生进行正常的青春期知识普及，要让他们认识到在青春期身体的各种变化是一种比较正常的现象，是每一个学生都需要经历的一个过程，这种具体的变化也是一种身体正常发育的表现，要以正常的心态从心理上接受这种变化，只有这样才可以培养青春期的稳定情绪，促进其更加健康的发展。

6 结语

总体而言，为了可以有效地解决中职生的心理问题，在家庭以及学校当中开展具体的工作是非常有必要的。中职学生的意志力非常的薄弱，自控能力也比较差。因此，各部门要对文化市场进行而更加规范的监督，保障青少年在健康的环境中成长。

参考文献

- [1] 王燕. 中职学生青春期心理问题及教育管理对策 [J]. 学周刊, 2019 (21):104.
- [2] 居晓晔. 中职学生青春期心理问题及教育管理对策研究 [J]. 课程教育研究, 2016(29):93-94.
- [3] 丁卫萍. 中职学生青春期心理问题及教育管理对策 [J]. 时代教育, 2015(12):237-237.
- [4] 杨玉文. 中职生青春期心理健康问题及教育对策 [J]. 现代职业教育, 2019(03):14-15.
- [5] 陈艳, 刘岩, 谢凯, 等. 中职院校开展青春期心理教育的具体措施 [J]. 职业与健康, 2019(10):151-155.