

Discussion on Strategies to Strengthen Students' Mental Health Education in Secondary Vocational School Class Management

Bin Yang

Wushan County Vocational Secondary Professional School, Tianshui, Gansu, 741300, China

Abstract

With the increasing of students' academic pressure, students will inevitably have certain emotional fluctuations and psychological problems in the process of learning, which will affect the healthy growth and development of students. Therefore, it is necessary to strengthen the attention of students' mental health education teaching activities and take scientific and effective measures to promote the positive growth of students. This paper mainly aims at the relevant measures and necessity of strengthening students' mental health education in the course of class management in secondary vocational school, hoping to provide some reference for the comprehensive development of students in secondary vocational school.

Keywords

secondary vocational school; class management; mental health education

关于中职学校班级管理中加强学生心理健康教育的策略探讨

杨斌

武山县职业中等专业学校, 中国·甘肃 天水 741300

摘要

随着学生学业压力的不断加大, 学生在学习过程中难免会存在一定的情绪波动和心理问题, 影响学生的健康成长和发展。因此, 需要加强学生的心理健康教育教学活动的重视, 采取科学、有效的措施促进学生的积极成长。论文主要针对中职学校班级管理过程中加强学生心理健康教育的相关措施以及必要性展开研究, 希望能为中职学校学生的综合发展提供一定的参考。

关键词

中职学校; 班级管理; 心理健康教育

1 引言

心理健康教育作为中职学校教育体系的重要组成部分, 直接关系到中职学校学生的健康成长, 影响学生未来的发展。从当前中职学校心理教学活动实际开展情况来看, 普遍存在教学方法落后、教学理念单一的问题, 不利于缓解学生的学习压力。因此, 需要对中职学校心理健康教育进行改革和优化, 充分发挥中职学校心理健康教学的作用和价值。

2 当前中职学校学生普遍存在的心理问题

2.1 自信性缺乏问题

中职学校的学生通常是升学考试失败或者自身学习能力较差的学生, 社会普遍存在对中职学校学生有偏见的现象,

会造成学生在学习过程中缺乏自信心, 存在一定的厌学心理。很多中职学校的学生原有的知识能力薄弱, 在面对新的课程理论知识和技能训练过程中, 难免会力不从心, 存在较大的学业方面的压力和困难。这些心理方面的打击和影响往往会使部分学生自暴自弃, 导致问题不断积累而影响学生后续的学习和发展, 甚至有的极端的学生完全不会参与到课程当中来, 整天泡在网吧里, 沉溺于虚拟的游戏世界寻找精神上的寄托, 这种不良的心理问题严重影响学生的学习和成长^[1]。

2.2 中职学生情绪控制能力相对较差

中职学校的学生在进入学校时, 所面临的是一个全新相对开放的环境, 学生年龄相对来说也比较小, 内心渴望与人宣泄情感和相互交流。但是, 很多学生在与他人交往和交流

的过程中,往往会以自身的是非观念以及价值观念去要求他人,无法认同他人的优点和缺点。在与同学发生矛盾之后喜欢感情用事,不能明辨是非,无法寻找正确的解决途径,往往会给他人和自己带来严重的损害,还有的学生受到社会观念以及家庭因素的影响,对学校 and 教师存在一定的抵触心理,无法认可教师的教育教学活动,甚至故意扰乱课堂纪律,影响他人的学习,这部分学生对于这样的行为不以为耻反以为荣,消极心理和逆反心理十分强烈^[2]。

3 中职学校班级管理中加强学生心理健康教育的相关对策

3.1 以学生为主体开展心理教学活动

在中职学校心理教育开展的过程中,首先,中职学校的班主任需要转变原有的教育教学理念和教学形式,以学生为主体开展教育教学活动,改变原有灌输式教育的方式,使得学生能够真正成为课堂教学的主体,激发学生的学习兴趣和学习主动性,启发学生的情感驱动力,使学生更加积极主动地参与到课程教学中来,也更乐于听从心理教师的指导和建议,培养学生自主管理和独立思考的能力,落实以人为本的中职学校教育教学理念^[3]。其次,中职学校的教师还需要在开展心理健康教育的过程中,对学生的心理状态和心理需求进行系统科学的了解,明确学生的实际情况和学习要求,因材施教,尊重每个学生的隐私权,严禁使用一刀切的教育思路,对学生的个性化问题进行单独专业的辅导,保证心理健康教育的实际意义。最后,中职学校的教师还需要加强与学生之间的交流和沟通,拉近与学生之间的距离,改变以批评和说教为主的传统教学理念,主动与学生展开交流,从朋友的角度感受到学生的心理状态,使学生能够主动将自身心理存在的问题和困惑告知给心理健康教师,从而使得教师能够针对性的采取相关建议,扫清学生在心理健康方面的障碍^[4]。

3.2 加强对心理健康教育的认识和重视

随着社会压力的不断加大和中等职业学校学生学业压力的不断提升,学生的思想问题和心理问题逐渐凸显出来。中职学校在进行班级管理的过程中,需要结合学生的心理特征,展开针对性的心理健康教育,重点加强对中职学校学生思想观念以及价值观的教育教学。在现代教育教学体系当中,心理健康教育已经成为班级管理的重要组成部分,也演变成了一门专

业的学科。在中国中职学校教育中,心理健康教育占有十分关键的地位,心理健康教育在班级管理中的融入,能够系统分析学生学习和日常生活中存在的心理问题,并帮助中职学校的学生缓解压力,舒缓情绪,提高学生的自我认同感和自信心,不断提升学生对自身的认知,使得学生能够树立正确的思想观念和世界观、人生观以及价值观,为学生将来步入工作岗位奠定坚实的心理基础。在实际开展中职学校班级管理过程中,班主任需要充分理解心理健康教育的作用和价值,明确心理健康教育执行的主要方式,划分足够多的时间开展心理健康教育活动,逐步提升班主任的教育观念和教学水平,从而为中职学校的学生提供专业可靠的心理方面的辅导^[5]。

3.3 开展心理健康主题班会工作

中职学校学生的心理素质直接关系到学生未来的职业发展以及社会的进步,从当前中职学校教育教学活动开展情况来看,目前很多中职学校的学生由于自身能力以及心理方面的问题,难以适应社会进步和发展的需要,具体表现为学生缺乏承受挫折的能力、意志力薄弱、缺乏危机意识竞争意识、依赖性比较强等。很多中职学生由于自我否定而丧失了学习的信念,还有的因为情感方面以及考试方面的问题而失望悲观,甚至有人由于人际关系处理不好而自我封闭。班主任需要结合中职学校学生的心理特征以及年龄特点,开展针对性的教育活动,帮助学生树立良好的心理信念,利用主题班会使学生可以探讨如何与人交往、如何走出自卑、如何重新树立自信以及如何控制情绪等内容,提高学生自我管理 and 自我约束的能力,增强班级的凝聚力,使得学生可以以正确积极的心态融入社会,促进学生的全面发展^[6]。

3.4 通过课堂活动的开展完成心理健康教育

班主任针对学生的教育教学活动通常体现在课堂教学中,课堂教学活动不仅可以传授给学生相关专业的知识,同时也是学生与教师交流的重要渠道,可以培养学生的责任感和道德品质。从当前中职学校教育教学组织情况来看,各个专业和科目的教师都可以将心理健康教学的相关知识融入到备课环节当中,在各个科目教学当中渗透健康教育活动。例如,在中职学校基础医学教学期间,教师可以利用情景教学的方法以及情感教育活动,激发和陶冶学生的积极性,培养学生的责任感,帮助学生创造积极向上健康拼搏的优秀品质。在体育课程教学过程中,体育教师可以适当地引入挫折

教育和困难教育,培养学生敢于竞争和敢于面对困难的坚强品质。在理科教学过程中,教师可以适当的培养学生逻辑思维 and 科学思维能力,提高学生的创新能力。在品德道德教育教学活动当中,教师需要着眼于学生的学习实际情况以及生活现状,开展针对性的品质修养道德教育,将思想道德品质教学与心理健康教学有机融合到一起,培养学生优良的道德品质以及心理素质。通过将心理健康教育融入到课堂日常教育教学活动当中,能够实现课程教学与心理健康教育的相互融合,为学生提供科学的教育教学环境,从而使学生能够全面正确以及客观的认识自身,在潜移默化的教学氛围当中形成良好的心理健康素养和道德品质。

3.5 创新心理健康教育教学方法

中职学校的学生通常学习能力不强,对基础知识的掌握不足,导致后续在学习过程中会存在一系列的问题,影响学生的学习兴趣,打击学生学习的积极性。在进行课程教育的过程中,教师需要结合学生的学习素养以及学习状态,不断优化教育教学方法,创新教学手段,培养学生的爱好和学习主动性,使得学生能够积极参与到课堂教学中来,从而可以缓解由于学业压力给学生带来的心理负担,使学生可以维持良好的心理状态。根据调查研究显示,绝大多数学生学习成绩较差时由于缺乏良好的学习习惯以及正确学习方法所造成的。学习习惯主要包括上课习惯、作业习惯、预习习惯、复习习惯以及准备习惯等。教师可以从学生学习习惯方面入手,在了解学生思想动态以及课堂表现之后,针对性地为学生提供辅导班策略,及时帮助学生解决学习方面的困难和问题,并指定成绩相对优异的同学在班级班会上进行交流发言,分享自身的学习经验和学习方法,使得其他同学能够充分借鉴和吸收,提高自身的学习水平。

3.6 运用多元教育的方法

中职学校教师在进行心理健康教育教学的活动中,还需要不断创新教学方法,改变原有落后的教学理念。运用多元

教学语法对中职学校的学生展开专业心理辅导,及时发现学生的症结所在,并展开专业化和科学的分析。中职学校教师需要不断加强自身在教育理论以及心理教学方法方面的研究,针对中职学生在学习和生活中集中出现问题的教育内容展开专题性辅导,如引导学生运用多媒体设备观看教育专题影片,组织学生就心理健康问题展开互动讨论。在教学实践过程中充分融入实践活动教育法、情感启教育法、互动教育法等多种教学方式,改革中职学校心理健康教育形式,提高学生的学习兴趣,帮助中职学校学生培养良好的心理健康素养。

4 结语

综上所述,中职学校心理健康教育作为中职学校教育教学体系的重要组成部分,直接影响学生的职业发展以及学习成长,需要加强对中职学校心理健康教育工作的重视,明确当前中职学校学生普遍存在的心理问题,并采取针对性的措施进行解决,深入了解学生的实际情况,在日常管理过程中融入心理健康教学活动,培养学生良好的心理健康素质,促进学生的综合发展。

参考文献

- [1] 董奇,黄芳.第三只眼睛看中职学生——上海市中职学生心理健康与发展调查[J].职业技术教育,2015(06):57-61.
- [2] 陶少芳.浅析中职学校班级管理中人本管理思想的渗透[J].新校园(上旬刊),2017(09):87-88.
- [3] 罗丽静.思维方式缺陷对中职学生心理健康的影响及其应对策略[J].职业教育(下旬),2015(02):52-54.
- [4] 刘立新.浅谈中职学校班级管理的人文关怀[J].速读(下旬),2015(06):71.
- [5] 余腊梅.寻访心灵的家园——校园心理剧对中职学生心理健康促进作用初探[J].中国科学咨询,2014(18):36-37.
- [6] 农淑琴.班级文化建设在中职学校班级管理方面的作用[J].考试周刊,2015(56):182.