

职业院校学生心理问题及干预机制研究

内蒙古阿拉善职业技术学院 毛国华 高敏 丁莉 李彬倩 王海波

摘要: 心理健康教育旨在提高和培养学生的心理素质,帮助学生学会如何进行情绪调节,使学生更有效、更积极地适应社会、增强承受挫折,适应环境的能力和自身的变化,形成健全的人格,促进心理健康的发展。

关键词: 职校学生 心理健康 干预机制

文章编号: ISSN2095-6711/Z01-2020-07-0239

DOI:10.16534/j.cnki.cn13-9000/g.2020.0842

我国职业教育发展滞后,教育结构不尽如人意。教育部提出,今后一段时间大力发展职业教育,解决教育不公,实践教育和谐。阿拉善职业技术学院是在2011年成立的,由当地六所大中专学校整合而成,是当地唯一一所综合型高等职业院校。学院自创办以来,坚持以市场需求为导向,以质量求生存、以特色谋发展的办学宗旨,注重学生的职业能力、创新能力和社会适应能力的培养。它的应运而生,将会推动当地经济快速、健康的发展。

一、当前职校生心理健康现状分析

当前社会竞争日益激烈,而作为当代大学生,更是面临越来越多的压力,家庭、就业、人际交往等各方面的因素,让大学生似乎喘不过气来。如果处理不当,会给大学生心理健康造成一定负面影响,其后果轻则产生抑郁自闭、暴力倾向,重则引发自杀、杀人。弗洛伊德曾断言:“文明程度越高,人类的心理压力就越大。”近年来极端事件屡有发生,这是因为个别人扭曲的人生观、压抑的情绪、缺陷的人格,酿成了人生悲剧。所以说关心现在大学生的心理健康,就是关心国家的未来。课题组选取在读职校生六个班235人进行调查,围绕“当前职校生心理健康”从社会、家庭、学校、人格因素四个方面进行了调查分析。

二、影响职校生心理健康的因素

1. 社会因素对职校生心理健康的影响

这次调查问卷,从社会因素分析,结果是62%的人认为自己的心理状况是比较健康的,65%的人在选择一个人心心理健康的典型特征是处事乐观,热情诚恳。而说到对于大学生活的满意程度而言,占比例相对较大的43%是基本满意,也有27%选择不满意但无法改变。调查分析表明,66%的人选择了人生发展与职业选择有困难,也足以说明就业压力带给大学生的困扰之大。56%的人选择了自我管理能力不强,36%的人选择了课程学习有困难,25%的人选择了经济困难,24%的人选择了人际关系与沟通上有困难。职校生中大多数同学来自农牧区,阿拉善是地广人稀,闭塞落后的边远地区,每平方公里不到1人。在农牧区的日常学习和生活中交际范围比较单一。学生刚到职业学院时,面对来自四面八方的同学和自由开放的校园环境,耳目一新。由于地域习俗,文化差异,性格不同,感到难以适应。加之大家都相互不熟悉,缺少沟通,而部分来自于城市中的学生,以自我为中心,我行我素,久而久之与来自于农村牧区的孩子之间产生了隔阂,

偶尔出现摩擦,在矛盾无法化解时会酿成悲剧。所以,要注意加强新入学的大学生心理调适,创造和谐的校园环境,帮助他们渡过心理失衡期,顺利完成角色转换。

2. 家庭因素对职校生心理健康的影响

通过问卷调查显示:父母的教育方式对大学生的心理健康有着直接影响。父母是孩子的第一任老师。从孩子的出生到最后的长大成人,无不倾注着父母的全部心血,同时从孩子的性格、处世态度、人际交往等方面也能够折射出父母的教育方式。父母双方性格开朗、民主的家庭教育出来的孩子一般有主见、热情、自信、积极的情绪占主导地位。反之,父母脾气暴躁、家长制气氛浓的家庭教育出来的孩子一般胆小、遇事无主见,对班里的任何事不积极参与,总是扮演旁观者的角色。同时单亲家庭大学生心理障碍较严重,生活在这样的家庭环境中的孩子,往往在性格方面存在着缺陷。我班有3名再婚家庭的学生,通过了解发现,她们在初中和高中时叛逆性较强。有的甚至和继母吵架,不满的时候还把继母的衣服都用剪刀剪碎,严重的时候还离家出走。家庭经济状况也是影响大学生心理健康的又一重要因素。我班来自呼市和包头郊区农村的学生较多,她们相对乌海城市里的学生就比较自卑。对学校 and 班级组织的各种活动很少参加,个别孩子性格内向,一旦遇到挫折不能积极地面对,经常选择逃避的处理方式。造成这些现象的原因是因为家庭经济不富裕,她们为父母的日夜操劳而牵挂于心,导致自己情绪的波动比较大。

3. 学校因素对职校生心理健康影响

学校是学生学习、生活的主要场所,学生的大部分时间是在学校中度过的,因此,学校生活对学生的身心健康影响也很大。比如学校的学习条件、生活条件,以及师生关系、同伴关系等。这些条件和关系如果处理不当,就会影响学生的身心健康发展,使学生的心理压抑,精神紧张、焦虑。阿拉善地处西北偏远地区,27万平方公里土地,有居民23万人。职院的教学条件一般,学生缺乏良好的人际交往能力,不能很好与同学和老师进行交往;学生的业余生活也很单调枯燥等,这些都对学生心理健康发展有一定影响。我校学生以前在初中阶段都曾感到学习的压力,长期处于高度学习紧张的状态下,极可能导致强迫、焦虑甚至精神方面等疾病,升入职业学院后不能马上调整心态,会影响学业顺利完成,并且我校学生大部分是住校生,且贫困生比较多,30%以上的贫

困生认为自己承受着巨大的学习生活压力,造成较大的心理困扰,而且不懂得如何化解。这种不适应如果得不到及时调整,便会产生失落、自卑、焦虑、抑郁等心理问题。另外,人际关系良好与否,也会影响他们的心理健康状况。有良好的师生关系和同伴关系的学生,必然充满归属感和安全感,其心理也会得到健康发展。所以,在学校适当开展心理健康教育,消除学生各种心理问题,让他们找回自尊,找回自信。

4. 人格因素对职校生心理健康的影响

学生也和平常人一样渴望得到别人特别是老师的尊重和关爱。罗森塔尔效应告诉我们,“如果教师对学生怀有真诚的期待,学生的心理与行为就会朝着教师期待的方向变化、发展”。我们班上有一位爱好写作的男生,起初他的写作能力并不强,在一次作文时,文笔表现得很出色,在讲评作文时我特意表扬他作文妙处,值得大家去学习。受到教师的鼓励后,他写作热情空前的高涨,从此后积极主动交作文,刚过两年就有文章见诸报端了,很有写作前途。因此,教师对学生兴趣的发现、培养、鼓励,会让他终身受益。不失时机因人施教,找准人格的切入点,既教书又育人,这也是一个教师应尽的天职。职校生随着阅历增加、知识的积累,对社会有些焦点问题也有自己的见解。通过这次问卷看出,同学们对“要达到目的不择手段”的看法很不统一,完全不赞成的比例是47.22%,没有考虑的是8.33%,比较赞成的是33.33%,完全赞成的是8.33%。绝大多数同学把“道德”视为做人最重要的品德。绝大部分学生有孝敬父母、尊敬师长的意识。调查问卷中,有两道题考察学生的心理素质:“你认为在校生生存在哪些问题”,被调查的学生大都表示“缺乏责任感”“适应能力差”;对“你觉得您与他人沟通上有障碍吗”,大多数学生表示“没有”。大多数学生明白网络会带来的负面影响,并且能够认清、辨别和排斥来自这方面的不良行为和诱惑,正确对待网络的问题。

三、构建职校学生心理健康干预机制的几点思路

1. 营造和谐校园文化,培养积极向上的人格

学校有优良校风教风和学风,让学生在一个和谐、温馨、优雅的环境中学习生活,师生互敬互爱,同学和睦相处,身心健康发展。校园里书声琅琅,到处闪烁着青春的身影,读书会,朗诵会,音乐会接连不断,学生的才能得以施展,自信得到强化,情操得到陶冶。同学们沐浴在浓浓的文化的雨露之中,人格也得以塑造,积极健康的性格的形成,不但有助于今天在校园的学习顺利进行,而且会支撑他们能顺利的走完一生。

2. 引导学生目标定位,经常与学生沟通

学生进入职业院校之初,还没有从高考的阴影走出来,再加上社会对职业教育的偏见,学生心理有自卑自贱,情绪暴躁,消极悲观,甚至产生厌世轻生。对这种不健康心理,要及时疏导。通过职业院校毕业生创业成功的例子,许多都成为企业家,老板、富翁、种植或养殖大户,能为社会创造财富,造福一方。学好本领,立志创业,在当下职业学院不是光培养打工者,更重要是培养创业型人才。“理解是教育的前提,尊重是教育成功的基础。”培根说过:“欣赏者心

中有朝霞、露珠、和常年盛开的花朵;漠视者冰结心诚,四海枯竭丛山荒芜。”作为教师要倾听学生意见,接纳他们的感受,包容他们的缺点,分享他们的喜悦。

3. 发掘学生闪光点,增强学生的自尊自信

心理健康教育就是让学生克服自卑、增强自信的意识。“人类本质中最殷切的要求就是渴望被肯定,而学生更是如此。”教师要善于发现学生的长处、闪光点,并且及时加以肯定、鼓励,让不被人注意的自卑者能感觉到自己被关注。“亲其师,信其道”,课堂上教师在传授知识的同时也在传递着情感。教师的每一个鼓励或信任的眼神投在学生的身上,会令他们鼓舞、兴奋,会给学生一个积极的暗示,会对他的人生观、世界观、价值观的确立有积极影响。

4. 抓住职校生特点,重视学生创业教育

许多职校生入学之初都带有盲目性,认为到职业学校是无奈的选择,教师要摸清他们的兴趣、爱好、家庭情况,帮助他们每个人分析选择好专业,教育他们树立牢固的专业思想。马克思说:教育是使受教育者“改革人的一般本性,获得一定的劳动技能和技巧,成为发达的专门的劳动者。”社会上需求各方面、各层次的人才,路就在自己的脚下。运用职校生创业成功例子说服在校的学生,历届毕业生中有的成了种植、养殖大户,有的成了饭店老板、美容店老板,有的办了服装厂、汽车修理厂等。及时向学生宣传国家近几年对职业教育加大了政策扶持力度,比如在2019年国家在职业院校扩大招生一百万人,把发展职业教育放在应有的位置。要充分认识到职业院校学生所学知识更实用、更贴近社会,学生更应受社会青睐和欢迎。

职业教育面向社会更大的群体,需要教育者用更多更好的心智。职校生是一个不容忽视的社会群体,是充满朝气、富有活力的青年群体,也是未来社会发展和城乡建设的主力军。加强职校生的心理健康教育意义重大。

参考文献:

- [1]马贵民,等.高职学生特点及教育管理对策研究[J].中国西部,2008
- [2]向欣,大学生身心发展的影响因素研究[J].现代教育科学,2007
- [3]潘玉腾,大学生心理健康教育研究[M].北京:人民出版社,2001

作者简介:毛国华(1961—),男,汉族,内蒙古赤峰人,大学本科,副教授,研究方向:教育教学理论和比较文化;高敏(1973—),女,汉族,陕西府谷人,大学本科,中教一级,研究方向:教育学;丁莉(1979—),女,回族,宁夏吴忠人,大学本科,高级讲师,研究方向:计算机应用;李彬倩(1982—),女,汉族,宁夏固原人,大学本科,高级助教,研究方向:电气工程及自动化;王海波(1975—),女,蒙古族,内蒙古兴安盟人,大学本科,高级讲师,研究方向:汉语言文学