

关于职业院校学生心理健康教育的思考

文/曲 冰 玄建亮

摘 要：职业院校承担着培养高素质技能人才的重任，重视和研究学生的心理及教育状况，培养学生健康的心理素质是职业院校的重要任务。本文依据国家对职业院校心理健康教育的方针、政策，从职业院校的学生心理状况入手，分析学生产生心理健康问题的原因及当下心理教育工作的现状，对职业院校学生的心理健康教育提出应对策略。

关键词：职业院校 心理健康 实施对策

教育部把提高学校学生心理素质教育问题作为实施素质教育的关键任务，要求全面系统地开展学生心理健康教育，引导学生树立正确的人生观、世界观和价值观，培养具有健全人格能适应现代激烈竞争的社会主义接班人。我国社会目前正处于转型期，心理健康教育也应该主动适应时代的要求，打破普查、建档、讲座、咨询的传统服务形式，创新有针对性的、实际可操作性的多种渠道的心理教育形式。

一、当前职业院校学生存在的心理问题

职业院校学生年龄大多处于15~18周岁，正处在青春期早期，他们的生理发展和成人很接近，但心理的发展却相对滞后，在处理情感、道德、人际交往、社会现象等方面还不成熟。易出现困惑、苦闷、焦虑，表现出比较普遍的逆反心理。部分学生对人生的理想信念模糊，没有树立起正确的人生目标，缺乏社会责任感，奉行享乐金钱主义，艰苦奋斗精神淡化、团结竞争意识较差、心理素质欠佳。有的学生由于学习成绩不够理想，对学习失去兴趣和信心，学习目的不明确，学习动力不足，缺乏上进心。有的因未能成为所谓“正式的大学生”而感觉低人一等，对前途迷茫，易产生自卑心理问题。处在这个年龄段的学生常常因为个人需求得到满足而得意忘形，也会因一时目的达不到而产生悲观与失望，容易冲动，行为粗暴，自我控制能力差，甚至受到社会不良诱惑加入犯罪团伙。违法乱纪、打架斗殴、旷课逃学、扰乱公共秩序等。

二、问题产生的原因分析

1. 家庭教育存在缺失

一些家庭对子女只是给予物质上的帮助，忽视了对子女的心理教育。父母是孩子的第一位教师，家庭是学生的第一个课堂，家庭对孩子的心理健康影响作用巨大。一些文化素养水平较低的家长把孩子送到职业院校后，对孩子不闻不问，采取放任不管的模式，学生的一切

全部交由学校教师管理，不去了解这个年龄段的学生真正需要的是什麼，跟子女缺少沟通，甚至许多家长用暴力来教育孩子。这些不良的教养方式，导致学生更加叛逆，更加不服从家长的管制，家长的粗暴干涉和惩罚妨碍了学生的健康成长。

2. 学生心理健康教育针对性不强

一些学校在开展心理教育工作时，将心理教育的所有重点都放在对学生的心理进行询问及治疗方面，忽视了将该项工作纳入教学任务中，未能针对职业院校学生特点开展针对性的心理训练，更没有形成一套完整的适合职校学生的心理教学系统。一些职业院校创建了心理咨询室，但来进行咨询的学生却较少，心理咨询室成了摆设，没有发挥应有的作用。部分职业院校对学生进行心理健康教育时，沿用过往的说服教育方法，收效甚微。还有的职校把学生心理教育问题当做思想政治课来进行，给学生灌输空洞的大道理。多数职业院校专业从事心理教育工作的教师人数配备少，心理教育工作大多是由其他科目教师兼任，心理教育师资队伍数量严重不足。

3. 社会对学生心理健康造成冲击

随着我国改革开放的日益深入和网络、手机的普及，学生的行为模式、心理也在发生着明显的变化。原来具有的信仰和人生价值观受到冲击，公民基本道德规范、社会公德和家庭美德逐渐缺失。大量西方文化思想的涌入，使一些学生的“三观”发生了偏差，学生思想道德出现偏差，开始对生活和学习产生畏难情绪，甚至抱有“混日子”的想法，从而导致多种心理问题。

三、实施心理健康教育的有效途径

1. 引导学生客观了解和评价自己，增强自我适应能力，促进学生心理健康发展

要帮助学生正确地了解和评价自己，青春期的学生自我意识明显增强，在心理和行为上表现出强烈的自主性，每个学生都是能动的主

体,都有着十分丰富的内心世界。心理教师要及时帮助学生形成正确的自我意识,合理定位自己,恰当地处理他人与自我的关系,帮助他们树立正确的人生理想信念和培养人际沟通能力。要引导学生增强自我适应能力,培养学生独立生活的能力,引导他们接受现实、正视现实,设定合适的人生目标并为之努力。要引导学生正确面对失败和挫折,提高抵抗失败与挫折的承受力,善于把挫折的压力转变成自己前进的动力,了解自己的兴趣爱好、能力特长,确立一个适合自己发展情况的职业理想,从自己的生理和心理条件出发,树立正确的职业价值观,培养担当意识和社会责任感。

2. 通过课堂教学、心理咨询室等阵地,做好心理健康教育工作

一是要根据学生的身心发展规律,把心理健康教育纳入学校的整体教学规划中,上课下及时帮助学生进行答疑解惑,利用课堂教学深入了解每个学生的心理动向,关注特殊学生群体,创新思路,开展分层分类心理健康教育,满足不同层次学生群体心理健康的服务需求。二是充分利用网络的影响,线上线下多方面,积极开展各种有益于学生身心健康的心理素质拓展活动。利用游戏法、角色扮演法、情境创设法等主题活动,帮助学生增强心理健康教育的吸引力和感染力,利用专家讲座、网络视频、电影动漫等传播形式开展心理健康宣传教育,广泛运用学校网站、微信、QQ、微博、手机App等媒介,设立线上线下隐蔽式心理咨询室,建立家校微信群,帮助学生解决心理问题。积极宣传心理健康方面的知识,倡导健康有序的生活方式,提升学生的心理保健能力。三是选派工作能力强的教师,经过系统培训担任心理咨询教师,提前对学生进行心理健康干预,帮助学生解决在学习和生活中遇到的心理健康问题。从全校范围选取优秀学生,集中接受各种心理健康相关的培训,经过严格考核,成为心理咨询“中间联系人”,利用学生是同龄人的特点,在校内开展心理咨询活动,帮助有需要的学生建立健康的心理,引导学生向良性发展。四是组建校级心理健康教育领导小组,设立校级、院系级、班级、宿舍“四级”预警防控体系,建立健全心理危机预防和快速反应机制,全校实现无缝对接。做好学生心理危机干预工作预案,对心理危机学生实时跟踪服务;做好学生不同时期、不同季节,新生与老生、男生与女生等的分层心理危机预防与干预工作,提高心理危机预防干预专业水平,健全心理健康教育制度,定期研究心理健康工作措施,解决心理健康教育工作问题。

3. 加强心理健康教育的师资队伍建设,提升心理健康教育专业化水平

要加大职业院校心理健康教育师资队伍建设的力度,建设一支以专职教师为主体、兼职教师为补充,专兼结合、素质良好的心理健康教育师资队伍。积极组织开展心理健康教师培训,定期举办专家座谈会、学术交流等活动,保证心理健康教育教师每年接受至少30学时的专业培训,从而提高心理健康教师自身的专业技能。加强组织管理,要将心理健康教育纳入学校改革发展的整体规划,纳入学校思想政治工作测评中,构建校内各部门统筹协调机制,创建一支专业能力强、品德素养好的心理教辅团队。

4. 加强文明校园建设,为学生心理健康发展提供良好的环境

一是以人为本建立和谐的师生关系。良好的师生关系有利于学生心智、情感、品德的发展,教师要热爱学生,言传身教,为人师表,营造良好的学习氛围,提倡民主管理,调动学生积极的情绪,促进学生健康成长。二是加强校园制度文化建设,促进学校良好校风与学风的形成,创造一个环境优美、舒畅的生活环境,让学校师生拥有更好的学习资源和发展空间,激励每个学生奋发向上,促进学生健康成长。三是广泛开展丰富多彩的校园活动。开展各种技能比武大赛、特色社团活动、文体活动、社会实践活动、青年志愿者活动等,使学生们的才华得以施展,增强团队凝聚力,增进学生之间的交往,建立和谐的人际关系,促进学生健康成长。

职业院校的学生从普通的中学迈入职业技术学院的大门,是一群特别的受教育群体,正处在青春的叛逆期,人生观、价值观以及心理存在诸多问题,更需要我们去关注。各级各部门应当高度重视,专业化、多视角地认识心理健康教育工作,大力推广心理健康教育,完善心理健康教育模式,解决学生的心理问题,为学生的人生发展打下坚实的心理基础。

参考文献:

[1]国务院.国务院关于加强加快发展现代职业教育的决定[EB/OL].http://www.gov.cn/zhengce/content/2014-06/22/content_8901.htm.(2014-06-22).

[2]教育部.教育部关于全面提高高等职业教育教学质量的若干意见[EB/OL].http://old.moe.gov.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/moe_1464/201001/xxgk_79649.html.(2006-11-16).

[3]中共中央国务院.中共中央国务院关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见[EB/OL].<https://xgc.ysu.edu.cn/info/1103/2032.htm>.(2014-05-12).

(作者单位:潍坊市技师学院)