

职业院校学生心理健康教育创新实践研究

代尤佳

(河北建材职业技术学院,河北 秦皇岛 066000)

摘 要:现阶段,学生的心理健康一直是教育事业重点工作内容,对学生进行心理教育应当充分融入到各个教学细节当中,尤其是对班主任的工作要求更为重要,应当注重学生综合素质,实施德智体美劳全面发展,当今时代多为独生子女家庭,存在心理健康问题的学生相对较多,为此需要相关教育工作者高度重视这个问题,本文将对职业院校的学生心理健康教育进行分析探讨,并提供参考建议。

关键词:职业院校;心理健康教育;创新实践

1 前言

就目前而言,学生的心理健康对于教育业和家长都是一个巨大的挑战,现如今的学生存在逆反心理过于明显、自我意识突出以及对接受别人的建议极不情愿等问题,更有些学生由于家长过去忙碌,忽视对学生的陪伴,进而导致学生性格内向,这样就需要加强培养学生健康心态,使学生用积极的心理素质去面对困难。本文对此问题提出以下几点意见。

2 加强心理健康教育的意义

心理健康教育指的就是培养学生的心理素质,使学生有一个积极向上的心态,为学生长远发展奠定基础,能够帮助学生树立正确的世界观、价值观和人生观;目前市场竞争激烈,良好的心态能够使学生缓解压力,进而促进身体的健康;健康的心态是学生综合能力的一部分,不仅可以使学生面对挫折失败时能够从容不迫的解决,还能促使学生发挥出更高的潜能;良好的心理素质也是社会发展的需求,在教育业主张全面发展中,健康的心态彰显了其德育的成果;一方面促使青少年形成健全的人格,起到促进学生全面发展的作用;另一方面,能够有效的促进校园与社会之间的发展,从而构建和谐校园、和谐社会。

3 职业院校学生心理健康教育创新实践策略

3.1 创造更为舒适的教育环境

随着教育改革创新,传统的教育体系也随之改变,教师与学生之间的传统师生关系已跟不上时代的潮流,当今是教师与学生之间以朋友的形式开展教育事业,彼此之间是平等的关系,教师的行为举止严重影响学生的行为,若是教师穿着得体、面带微笑、言语风趣和知识渊博就能够影响学生视觉上的积极感知,进而更好的开展教学工作。在进行教学的过程中,必须重新调整学生的心理素质,培养学生自强不息的精神,指引学生积极表现自己的优势,正确看待自己的不足,在面对刚刚进入职业院校的学生,对新环境需要适应一段时间,教师应当把握住这个期间段,指引学生之间互助互爱,比如,在第一次班会上班主任可以采用“我认识的新校园”作为主体,鼓励学生积极参与进来,通过学生对校园的描述以及学生所表述位置的设施、颜色等特点,可以初步了解学生的心理程度;在这个过程中教师说话要以幽默为主,再加上大家共同探讨校园的事物,进而减轻学生的陌生感和紧张感,随后进行自我介绍的环节,增加学生与学生、老师与学生之间的熟知度,使学生能够在轻松的环境中度过其学习阶段。

3.2 深入挖掘学生身边潜在的心理健康问题

辅导员应当时刻注意学生身边有利于发展学生心理健康的因素,将此作为资源,可以采用视频、图片以及多媒体制作的PPT等方式将心理健康教育应用到学生周围生活中甚至是每一个细节之处,进一步培养学生积极的健康心理素质,再者还可以和学生共同分析这个问题,进而找到班级中影响学生健康心态的潜在因素,并且及时采取措施进行解决;另外教师应当与学生加强沟通交流,使自己融入到学生当中,有利于教师掌握学生的心态变化,进而找到

解决的办法;教师在传授学生文化知识的同时,还要加强对学生视野的开阔,强化学生的思想,指引学生树立正确三观理念,促使学生能够以积极的心态去面对社会,同时能够做到心胸开阔、团结有爱以及充满正义感等优秀人才。

3.3 指引职业院校学生科学利用媒体信息技术

当前时代是信息技术大力发展的时代,多数学生都拥有自己的手机、电脑等其他科技产品,学生每天都在玩手机已是普遍现象,这也就减少了与人沟通的频率,久而久之在社会中的交流沟通将成为学生的一个阻碍因素,因此教师应当指引学生合理使用科学技术,在开展健康心理教育的过程中,提高职业院校学生正确使用媒体的意识,加强学生对媒体信息的鉴别能力,在多样化的信息面前,教师应当一方面指引学生善于借助网络资源,促进其形成良好的学习方式以及健康的生活方式,能够对网络带来的积极因素加以学习,比如,对自己作息时间进行合理安排,进行一些事宜的活动以及一些益智的小游戏等,进而丰富学生生活;另一方面,加强学生对网络信息真假的辨识能力,使学生能够自主摒弃网络上的一些不良信息,同时加强学生的自我教育认知度,促使提高学生的自我约束和自我控制能力,提高学生的审美观念,避免不良网络信息干扰学生心理健康的发展。

4 结束语

总而言之,职业院校对学生开展健康的心理素质教育已经是必然的发展趋势,重视学生的心理健康发展不仅能够引导学生自我认识,还能够促进学生对社会、父母以及学生本身的责任感,促使学生能够以积极健康的心态步入社会,所以加强学生心理健康发展教育刻不容缓。

参考文献

- [1]高书雅.如何做好高职院校学生的心理健康教育[J].现代职业教育,2019(17):125.
- [2]张丽.团体心理辅导在高等职业院校学生心理健康教育课程教学中的应用研究[J].校园心理,2018(1):63-64.

作者简介:代尤佳(1982,08-),女,籍贯:吉林省敦化市,学历:本科,现在职单位:河北建材职业技术学院,职务:讲师。