

高职学生青春期心理问题及教育管理对策

王凯悦

摘要：在现代社会发展中，各行各业的人才需求正在逐渐提升，在该种状况下，高职院校需要高度重视素质教育，注重学生心理健康，确保能够使学生心理素质得到有效提升，强化学生情绪管理能力、抗挫能力和社会适应能力，使学生身体素质、机能素质、文化素质和思想道德素质得到更大的发展，推进学生全面发展，使现代教育发展需求得到更高的满足。本文首先分析青春期学生的心理问题，然后讲述高职心理教育的意义和教育原则，最后，综合探究高职教师进行心理教育管理的具体策略。希望高职院校能够更为高效的开展心理教育，保证学生心理健康发展，进而促进学生健康成长。

关键词：高职学生；心理问题；教育管理

作者简介：王凯悦，女，陕西工业职业技术学院，助教，硕士，研究方向：思想政治教育研究。

引言

通常情况下，高职学生存在一定的厌学情绪，在人际交流过程中，具有较强的自我意识，在情感问题层面存在较多疑虑，教师需要对其加强重视，深入分析青春期学生常见的心理问题，针对学生具体情况实施教育工作，确保能够有效提升教学效果，对学生健康心理进行有效保障，为学生进一步发展创造良好条件，强化学生社会适应能力，使学生在未来发展中高度适应岗位需求。

一、青春期心理问题

首先，部分高职学生存在厌学情绪，通常情况下，高职学生的学习基础相对薄弱，缺乏学习能力和学习动机，长此以往，会使学生形成自卑、消极等情绪。

其次，在我国目前，高职学生大多为独生子女，缺乏集体观念，具有较强的自我意识，人际交往能力存在很大不足，可能会使其出现不同程度的心理问题。与此同时，青春期学生普遍存在心理闭锁的特点，不会主动和外界交流，容易产生误会，使其在人际交往方面存在不同程度的障碍，逐渐孤僻、敏感^[1]。

最后，在学生成长中，良好情绪是其稳定发展的重要保障，对学生健全人格的形成具有重要价值，但是在我国目前，高职学生普遍存在心理缺陷，在与异性亲密度逐渐增加的过程中，没有正确掌握处理异性关系的方式，同时，外界因素会对其情感造成很大影响。

二、高职心理教育的意义

首先，心理健康教育可以使学生综合素质得到有效提升。对于高职学生而言，心理素质是其形成适应能力，竞争能力，自主人格，创造意识等素质的重要基础，对提升学生综合素质具有很大影响，可以使学生在社会环境中具有更高的适应能力，进行自我调节。

其次，心理健康教育可以强化学生人格发展^[2]。心理健康教育和学生人格发展具有密切联系，对其人格发展水平具有决定性影响，学生可以在心理教育中了解更多社会期待、环境因素、行为方式和道德规范，对自身人格结构进行科学完善。同时，学生可以利用价值观念衡量和评价自身心理活动，对其未来发展具有重要影响，可以使学生人格得到有效提升。与此同时，心理健康教育可以使学生发展潜能得到有效开发，在现代教育发展中，教师需要对学生发展潜能进行深入开发，而学生心理素质与其潜能开发效果具有紧密联系，教师通过科学开展心理教育，可以对其进行有效协调。通过心理健康教育，可以强化学生学习信心，使学生对自我具有更为充分的认知，强化学生角色转换，使其环境适应能力得到更大发展。

三、学生心理教育原则

其一是兴趣引导原则。在开展教育工作时，只有使学生对其所学内容产生较高兴趣，才能使其创新能力和

拓展能力得到有效增强,深入开发学生内在潜能,提升教学效果。反之,如果学生对其所学内容缺乏兴趣,则会使其在学习中具有较高的被动性,会浪费大量时间和精力,无法保证教学效果,导致学生形成逆反心理,如果教师直接灌输,可能会造成适得其反的效果,因此,教师必须对其学习兴趣进行有效培养。高职院校在具体开展心理健康教育时,需要对其教育内涵进行合理丰富,使学生充分体会心理教育的魅力,进而保证学生能够积极参与。高职院校在具体开展心理健康教育时,需要遵循兴趣引导原则。教师的业务水平,知识水平和亲和力对学生心理发展具有决定性影响。教师在教学工作中需要始终保持饱满的热情和良好的形象,不断夯实自身专业能力,使其教育工作具有更大的影响力和感染力。

其二为增强自信原则^[9]。通常情况下,高职学生普遍存在严重的自卑心理,对自己的发展优势和能力缺乏正确认知,对挖掘学生发展潜能造成很大的不利影响,使其素质发展和能力提升无法得到有效保障。高职院校在开展教育工作时,需要对其自卑心理进行科学改进,帮助学生树立自信,使学生在未来发展中始终保持积极向上的心理状态,此时,教师需要给予学生充分的理解和尊重,引导学生挖掘自己的长处,确保学生能够正视自己的不足与失败,强化学生自我意识,使学生在未来学习中具有更强的自信心。

其三为职业心理引导。对于高职学生发展而言,职业心理发展具有非常重要的意义,高职院校在开展教育工作时,需要强化学生职业心理引导,使学生学习更多职业心理知识,掌握丰富的就业技巧,为学生未来发展创造良好条件。因此,高职教师在开展心理健康教育的过程中,必须高度重视学生职业心理,对其进行科学引导,使学生对自身职业兴趣产生充分认知,从而实现学生正确职业发展观念和择业观的有效形成,引导学生合理规划个人职业发展,进行针对性学习,确保学生能够理性择业,使其个人价值和社会需求实现高度统一。

四、教育管理对策

(一) 设置心理教育课程

高职院校需要明确心理健康教育和思想政治课程的重要地位,针对学生心理健康设置教育课程,合理设置学分和学时,为有效开设心理健康课程提供充分的软硬件设施^[4]。与此同时,还需要不断强化教学质量,教师在进行课程教学时,需要注重学生的主动性,引导学生共同参与,对学生成长中较为常见的心理问题进行深入分析,共同探究问题解决途径,使学生在课程学习过程中掌握自我调节技能和心理健康知识,保障学生心理健康。同时,学校还需要针对心理健康教育设置课外实践活动,强化课内课外结合,使学生心理素质得到进一步提升。

(二) 注重团队辅导

在对学生进行心理健康教育时,团队辅导的有效开展具有重要价值,教师需要结合学生年龄特点,认知水平和心理需求设置心理教育,有效落实团体辅导。例如,教师可以组织心理知识讲座,使学生对自身身心特点具有更为充分的认知,进而保障学生在青春阶段始终保持良好心态,积极向上^[5]。与此同时,学校还可以组织学生以“师生关系、亲子关系等人际关系”为主题开展专业知识讲座,确保能够使学生充分掌握各种人际关系的处理技巧,从而实现学生健康心理的有效形成。

(三) 建设心理社团

学校可以组织热衷于心理健康和心理学知识的学生组建心理社团,同时设置专业辅导教师,高职院校可以组织心理社团在全校范围内进行心理健康教育的普及宣传,以心理健康为主题组织开展主题班会游戏活动,知识竞赛等活动,同时,教师还可以为学生还可以放映心理题材的影片,组织学生对其进行综合点评。与此同时,在班级内需要设置心理委员,负责组织全班学生进行相关教育活动,确保学校能够有效干预学生心理危机^[6]。心理委员来自于学生,可以和其他同学进行更为高效的交流,明确学生心理动态,及时发现学生生活学习中出现的各种危机行为,并向院系及时汇报,对其进行有效干预,避免发生危机事件。学校在开展日常工作时,还需要定期组织心理社团成员和心理委员开展专业培训活动,使其掌握更多心理健康知识,可以高效开展各项工作。通过系统培训,可以使社团成员和心理委员对学生进行朋辈辅导,为班级学生提供更好的服务,为学生和学校搭建交流桥梁,使学校专业人才方面的不足得到有效弥补,提升心理健康教育效果。

(四) 结合信息技术

首先,学校需要引进相关教育软件,使其心理健康教育人才不足的问题得到有效弥补,提升其教学工作的科学性与专业性。例如,可以利用微机储存学生心理档案,对其进行更为有效的管理和应用,使其整体工作效率得到全面提升。科学应用心理测量软件,确保能够对学生心理健康状况进行更为精确的测量。同时,学校还

需要利用心理咨询网络,确保能够更为高效的指导学生个体,学生可以利用网络平台与其他同学进行有效的沟通交流^[7]。学校还可以针对学生心理咨询构建专家系统,对学生学习生活中出现的疑难病症进行会诊,强化教育资源共享。

(五) 优化教师队伍

学校在对学生进行心理健康教育,需要确保教师团队对心理健康教育具有充分认知,同时,具备较高的专业素养。所以,学校需要定期组织心理健康教师开展培训活动,使其掌握更多心理咨询技能,提升其理论水平和实践操作能力,在心理健康教育方面,具有更高的科研能力,从而实现教育质量的全面提升,为顺利实施心理健康教育创造良好条件。学校需要针对心理辅导建设专职教师团队,规划设计心理健康教育方案,为学生建立心理状况档案,设置心理教学讲座和专业课程,为学生提供心理治疗、心理咨询和心理辅导培训。与此同时,还需要对教师团队进行专业培训,在学生成长中,辅导员与其接触最多,可以及时发现学生学习中出现的心理问题,提升心理健康教育效果,因此,学校需要对其进行专业技能培训,强化教师团队的系统培训。

(六) 联合家庭教育

在对高职学生进行心理健康教育时,学校需要与家庭进行有效合作,强化家校结合,为学生健康发展营造良好环境。父母需要为学生营造融洽、温馨的家庭氛围,使学生在家庭氛围中体会到家长的关爱。与此同时,学生家长还需要做到以身作则,对自身教育观念进行科学调整,强化自身专业素养,对其管理方式进行科学完善。在学生家庭生活中,家长态度会对其心理情绪造成很大影响,进而影响学生心理发展^[8]。最后,再进行教育工作时,家长还需要正确选择教育方式,确保其科学性和民主性,此时,家长需要明确自身在学生成长中的重要地位,对学生心理进行正向引导。

五、结束语

在高职院校开展教育工作时,需要强化学生心理教育,合理设置心理教育课程,注重学生团队辅导,组织学生组建心理社团,结合应用信息技术,优化教师团队,联合家庭教育,确保能够对学生进行有效的引导,使青春期阶段学生的心理问题得到有效处理,保证学生心理健康发展,确保能够实现整体教育效果的全面提升,推进现代素质教育发展,使学生在未来人才市场竞争中占据更高优势,满足现代社会发展的人才需求。

参考文献:

- [1]夏锋.关于学生青春期心理问题与教育管理措施研究[J].豫章师范学院学报,2022,37(4):112-115.
- [2]夏锋.关于学生青春期心理问题与教育管理措施研究[J].豫章师范学院学报,2022,37(4):4.
- [3]彭艳.高职学生青春期心理问题及教育管理对策[J].花溪,2021(7):91.
- [4]王洪燕.青春期孩子常见心理问题及疏导策略 王洪燕[J].试题与研究:教学论坛,2018(1):56.
- [5]金毛毛.中职学生青春期心理问题及教育管理对策[J].中外交流,2019,026(029):86-87.
- [6]官华 李.浅析中职学生青春期存在的心理问题及处理对策[J].亚洲临床医学杂志,2020,3(2):67.
- [7]郭小龙.浅谈中学生青春期心理问题与教育管理的有效策略[J].爱情婚姻家庭:下旬,2020(1):2.
- [8]朱汝畅.青春期心理健康教育与德育工作[J].学生·家长·社会(学校教育),2021(07):1.