

心理健康视角下职业院校教师发展路径研究

郭宝

(济南交通技师学院, 山东 济南)

摘要:职业院校不仅为社会培育技术应用型人才,还是社会人力资源正常运作,个人生活延续和社会快速发展的中介,这就对职业院校教师的教学技能提出了更高的要求,而职校教师的职责是双重的,既有身为普通教师的教书育人的基本职责,还有身为职业教师必须具备的学生就业教育的教学素养。因而容易导致教师职业压力增大,心理健康等相关问题日益突出。本文对职校教师的发展过程中的三种现状进行了浅析,并提出相应应对策略,以期提高职业教育教学的整体质量,促进职校教师的可持续性发展。

关键词: 职业教育; 心理健康; 教师发展; 自我调节

本文引用格式: 郭宝. 心理健康视角下职业院校教师发展路径研究 [J]. 教育现代化, 2019, 6(36): 103-104.

一 引言

近来,教师的教学素质,个人发展和心理健康开始受到社会各界的关注。教师作为社会新力量——学生的引领者,教师心理健康的好坏不仅会直接影响教师个人的后期发展,也会直接影响到该教师所教授学生的后期发展。教师的言谈举止都会在潜移默化中影响学生的成长,而学生还不能进行快速地抉择教师传递出的哪些讯息是对自己有益的。并且,多数读职校的学生这样的判断能力相较于普通高校的学生来说较差。因此,职校教师的个人心理健康及未来发展方向的规划都对学生人生观有着重要影响。

二 职校教师心理健康现状及其影响

(一) 职校教师心理健康现状

截止至2018年,我国大学毕业生人数已达820万人次,紧随而来的就业竞争也愈演愈烈,相应社会考核制度愈加复杂。其中,教师职业已经成为毕业生及社会人士就业时的优先选择之一;因而,职校老师们不仅承受着学校工作环境的压力,学生教学计划的压力以及与专业和非专业人员的工作职位竞争,因此我们时常可以看到职业学校教师与家长、教师与同事、教师与学生之间产生矛盾并引起不可挽回的伤害的相关报道。可以说,当下教师这一职业面临这多方的压力,而职校教师更是如此。面对多方压力职校教师大部分出现生理不适及心理亚健康。

(二) 工作环境的影响

由于学校教育的特点职校教师的活动空间较小,生活圈子狭小,人际交往简单但繁重;通常一个职校教师要面对将近150名学生,而学生的家长数量却成倍增长,职校教师平常的课后休息时间基本用于与家长沟通学生情况,没有个人休息时间。而教师自己在工作生活中遇到的烦恼与疑问,没有空间

与时间去抒发、倾泻,积郁在心里导致情绪调节缓慢,身心疲惫,进而对学生的观察能力、教育能力在无形中就会降低,教师对学生的心理援助、管理指导等精神能量的维持又会随之下降,出现教育方法、教学技能的不灵活或失常现象,影响工作状态,耽误工作进度。教师的心理问题又会影响到学生,使教学活动出现恶性循环。

三 职校教师心理健康的症结

(一) 年轻教师的“完美情结”

许多刚刚投身于教育事业的年轻教师大多怀有“拯救学生”的理想以及激情,对教学抱有“完美情节”的幻想,希望自己的课堂教学不仅能够达标,更能达到完美。自己与学生的课堂交流像小说情节一样活泼,但现实却是职业院校的生源大部分来自于文化基础、行为习惯及思维方式都相对较差,没有完成九年义务教育初中学习任务的群体。因而,在职校教师实施课程教学时,容易出现两种情况:一是学生觉得老师故作高深莫测,“不亲民”;老觉得学生朽木不可雕,气急发怒,学生教师相处艰难。二是学生进入职校以后想要认真听课,但老师讲的内容并不在学生的知识体系范围内,听不懂。学生体验到挫败感后,又传染给教师,降低教师教学活力,增加教师自我否定体验,来往之间形成恶性循环。

(二) 学生整体素质偏低,教育管理压力大

1. 职校生源整体素质较普通高中来说较差,老师与学生的上课氛围不理想,课堂气氛沉闷,学生提不起学习兴趣,教师没有教学成就感。

2. 当学校提出教学要求时,教师的基础情绪是紧张不安、担惊受怕或抱怨郁闷,以此为前提,教师对于工作的情绪记忆是不良的,进而影响在接下来的工作中的投入程度。

3. 职校教师的职业倦怠。职业倦怠是在任何工

作岗位上都会出现的,但作为职校教师,职业倦怠出现的时间较快,年轻教师不能及时化解心理情绪,则容易出现跳槽换行业等现象。

4. 职校教师工作量大。据中国中小学生心理康教育课题组调查,50%的受检测教师认为心理压力主要来源于“工作太累”,37%教师工作时长超过8小时。虽然职校教师的教学成绩相对普通高校的压力要小,但对于教育管理工作而言是更重的。

5. 职校老师的教学要求。职校教学活动中,专业技能教学设置的变化,专业知识教学的要求,迫使职业学校教师必须不断去学习、更新知识,个别专业教师需要定期进行实践。学校要求教师严格认真完成教学活动,及完成其它与教育教学工作相关的事物。而每一次检查结果都要与课时、奖金、甚至职称等挂钩。作为辅导员不但要承担相应的教学任务,而且要协助其他老师以及学校完成教育管理工作。

四 职校教师心理健康问题的试解决方案

(一) 应对年轻教师的“完美情结”

1. 此类年轻教师,往往是因为对自己要求严格,但不契合学生实际情况而制定为完成或为超越教学任务的规划,因此导致在进行实际教学时教学计划不断打乱,个人心态有没有得到及时调节而遭遇的挫败情况,应给予及时关注与疏导。在年轻教师进入实践教学之前也应进行教师心理健康测评,以确定教师的抗挫折能力,且心理健康测试老师应根据教师的测定结果,制定适合抗挫折能力较差的老师定期进行心理疏导。

2. 对于所有教师进行定期的心理健康检测与监测,争取早发现早解决。定期进行人格心理学、积极心理学以及相关“正能量”活动的开展与教育。

(二) 生源质量及教育管理压力

1. 生源质量监管

应对生源质量,学校本着响应国家号召,提升人民生活质量的的原则尽量让所有学生有书可读,有机会改变自己。在学生进入校园学习之前进行基础心理健康检测,对特殊学生应提前关注,避免星火之势。在观察中对于已经自我放弃的学生,教师本着尊重人权的前提对劝诫过,依旧不知悔改的学生也不必过于强求。

2. 提升心理辅导与咨询能力

心理健康教育是教师必须掌握教学能力之一,其相关的心理咨询原理与心理疏导技术,为学生提供学习、人际、自我管理及自我意识等心理辅导,职校教师若能够灵活运用心理辅导相关技巧及策略,及时对学生出现的心理问题做出准确的反应与诊断,并实施具体的指导与帮助既可以提升教师与学生之

间的关系,又可以从侧面增加学生与老师在课上课下的互动,推动教学活动的进行。

3. 职校教师的自我职业生涯设计

为了防止产生职业倦怠,教师应能熟练掌握总结及规划的能力,学校不仅仅要对教师进行教学任务的规划下达,同时,也要引导教师学会自我规划,让职校教师从中获得自主感,减轻奴役感。同时,职校教师也应该准确把握职校毕业生在择业时常出现的心理偏差,日常教学中引导学生建立正确的职业观,学会充分了解自身的特点与相关职业的性质及取向职业的要求,提高职业价值感,同时开发学生的主动性,挖掘学生潜能,对智力特征不同的学生进行分别指导,辅助学生设计毕业后的职业生涯。

4. 教师的自我心理危机干预能力

教师作为已成年的独立人,应对自己正在经历心理危机、正在遭受的困境与挫折,且主动将将要爆发的坏情绪找寻专业人进行疏导进行及时治疗处理,不应过度自信而压抑在心中,引起“病情”蔓延。

5. 有效完成教学要求

为有效减轻职校教师压力,增加教师教学动力,学校应该努力为教师创造良好的工作环境,轻松和谐的工作氛围,完善管理体系,改善学校与老师之间的管理关系。关注教师的实际困难点,解决问题到精准到位。

五 结束语

教师这个职业一直以来的秉持的都是教书育人、开拓思维、扩宽眼界的理念而发展着,越来越多的门外汉在选择教师这个行业时,只看到教师两个带薪假期的吸引点,但不考虑之前自己专业是否符合,之后职业规划是否合适自己就涌入这个行业,盲目增加教师的工作压力。教师这个职业本身的责任已是繁多,职校教师尤甚。只因职校教师的职责是双重,既有身为普通教师的教书育人的基本职责,还有身为职业教师必须具备的学生就业教育的教学素养。学校和家长应进行更多交流,共同教育学生。

参考文献

- [1] 魏宏. 职校教师心理健康问题的形成原因及对策 [BD/OL]. <http://www.doc88.com/p-7025484578683.html>,2014
- [2] 朱新婷, 沈志超. 中职教师心理健康现状及维护 [BD/OL]. <http://www.docin.com/p-1638568524.html>.2016
- [3] 作者不详. 心理学论文: 浅谈职业院校心理健康教育教师素养构成与发展策略 [BD/OL].doc_淘豆网. <https://www.taodocs.com/p-154319952.html>.2019.1.31
- [4] 刘志哲, 刘静. 我国卫生职业院校教师心理健康现状及对策研究 [BD/OL]. 道客巴巴. <http://www.doc88.com/p-4394408226013.html>.2014