

中职绘画教学提升学生心理健康素养研究

李鑫

(天津市红星职业中等专业学校,天津 300131)

摘要: 绘画是一门艺术,在中职绘画教学中,教师要对学生进行绘画技法和心理健康知识的教育,使学生能主动学习,发挥自己的想象和创造力,增强学生的自信心和自尊心。在传授艺术理论知识、鉴赏美术作品、进行艺术教学活动的同时,提升心理健康素养,注重培养学生良好的绘画习惯、情绪管理能力和自我认知能力。在绘画教学中要针对中职生学习美术的实际情况,加强心理健康教育工作。

关键词: 绘画教学;心理健康;中职学生

中图分类号:G711 **文献标识码:**A **文章编号:**1673-582X(2023)05-0072-05

一、心理健康素养的概念和内涵

心理健康素养是指个体对心理健康的认识水平、理解能力、判断能力和实践能力,是个体在社会生活中为适应社会环境而表现出来的一种心理状态。它包括三个方面:一是指对心理健康的认知,即对自身心理健康状况的了解和认识;二是指对心理健康的行为,即指个体在日常生活中为维护自身心理健康而表现出来的一些积极行为方式;三是指对心理健康的评价,即个体根据自己、他人、社会及周围环境的评价做出判断。

学生心理健康素养的养成需要教师在日常教学中结合学生自身特点,注重培养学生良好的学习习惯、情绪管理能力和自我认知能力等,应帮助学生建立积极稳定的自我观念,同时通过课堂教学活动提升学生的情绪管理能力和心理调适能力,使他们在面对学习生活中所遇到的各种挑战时能够从容应对、积极应对。

二、中职学生心理特点

中职学生正处于成长发育阶段,其心理特点主要表现为:一是自卑感较强,他们由于自身条件不足,所以在学习中往往会产生自卑感,甚至会出现不愿学习的心理状态;二是自信心较差,由于他们年龄偏小,所以在学习和生活中往往会表现出缺乏自信的心理状态;三是追求个性鲜明,中职学生大多个性鲜明,他们有着独特的个性特征,这也为中职学生心理健康素养培养带来了一定的难度。

中职生所具有的心理特点,以及所面临的主要问题,需要学校、家庭、社会三方共同努力来解决。尤其是作为中职教师,应该高度重视学生的心理健康问题,并在教学中积极应用科学有效的心理健康教育方法,努力提高学生的心理健康素养。

为了进一步了解学生心理状况,我校对职一至职三年级共1029名学生进行了自卑感心理的抽样

收稿日期:2023-03-20

基金项目:天津市教育学会“十四五”教育科研“绘画教学培养学生心理健康素养的实践研究”(课题编号:KT-[十四五]-006-ZD-2105)。

作者简介:李鑫(1977—),女,天津市人,天津市红星职业中等专业学校中学高级教师,主要从事美术专业的教学与研究工作。

调查,结果显示轻度自卑的学生人数占总人数的 50.24%,中度自卑的学生占 24.01%,高度自卑的学生占 20.70%,深度自卑的学生占 5.05%。调查显示,24.68%的学生觉得自己身上一个优点都没有;7.68%的学生觉得父母根本不在意自己;30.22%的学生觉得自己可有可无;25.85%的学生觉得被爱是奢望。调查发现,将近 50%的学生存在中度及以上自卑心理问题。自卑心理问题是指由于自我意识过强或与别人比较而产生的一种低自尊或自卑感。通常情况下,自卑心理一般表现为对自己不够满意,缺乏信心,常怀疑自己有缺陷,缺乏自信心和勇气,因此经常回避某些活动或遇到困难时产生自卑心理。

从以上分析可以看出,中职学生存在着诸多不同于普通高中学生的心理特点,这些心理特点对他们在学习和生活中的行为有着重要影响。中职学校教育应该针对不同心理特点的中职学生制定不同的教学目标和教学方法,以便更好地提升学生心理健康素养。

绘画是中职学校学生非常喜欢的一门课程。在绘画学习过程中,学生可以充分发挥自己的想象力和创造力,充分发挥自己的绘画技能,适时适度地调整心态。此外,在中职学校美术教学中培养学生良好的心理健康素养还可以为其他学科教学奠定基础。

三、绘画教学提升心理健康的机制

绘画教学是一种特殊的心理健康教育活动,它是通过美术教育来培养学生良好心理素质的有效手段,它使学生在绘画创作活动中逐步养成良好的心理素质的同时,形成自我完善的内在机制。在绘画教学过程中,教师要善于激发学生对绘画作品的兴趣,让学生在绘画作品中找到快乐和满足感;教师要善于引导学生通过绘画作品来表达自己的真实想法,从而提高他们的心理健康素养。

四、在中职绘画教学中提升心理健康教育的路径

绘画教学不仅培养学生的动手能力、观察能力和创新能力,还能提高学生的审美水平和艺术修养,培养学生健全的人格。因此,在中职绘画教学中融入心理健康教育具有重要意义。教师要通过多种途径培养学生良好的心理健康素养,注重培养学生良好的绘画习惯,以及情绪管理能力和自我认知能力。

(一)营造和谐的课堂氛围,培养学生良好的绘画习惯

让学生在良好的氛围中自由表达自己内心真实想法,如在学生绘画时放一些轻柔舒缓的乐曲,让学生在轻松愉悦的课堂氛围中愉快地接受教育。教师要善于观察并引导学生表达自己内心真实想法,让学生在自由表达中逐渐形成正确的认知和解决问题的方法与策略。教师要善于倾听学生内心真实想法并适时进行引导,让学生在相互交流中共同解决问题。美术通常是在纸张、纺织物等平面上塑造形象的美术活动,从美学语言角度上看,美术的作用是通过造型、结构及其他的艺术手段,达到或显示其画者所想要传达的观点和含义。因此对于中职学生而言,美术实践过程为学生提供了一个身心健康成长的理想平台与环境。美术教育通过美术实践的主动性、秩序性和作画环境中产生的诸多问题,着力训练初学者的自主意识、应付问题的自信与毅力,从而战胜懒散、浮躁和脆弱心态。

1. 从线条、构图的运用进行心理探知

相关的科学研究表明,颜色和各種线条存在着某种心理含义。如不同色彩或各种线条交叉的出现在了同一张绘画中,能体现绘画者一些不同层次的心理,而情感被各种心理问题所包裹着。在教学实践中发现,在同一绘画中,有的学生以极其杂乱的线条为构图,说明这名学生在此时具有了一定的烦躁心态,毅力也比较薄弱,很可能半途而废,无法坚持到底。经过对这类学生的随堂考察,发现学生中的大部分在创作初期均表现出不能落笔的迟疑,尽管教师给学生予以了相应的引导和专业指导,学生仍然对那张白卷犹豫不决,心有畏惧,这反映了学生很大的自卑心理。所以在面对学生进行美术教育时,前期的信念培养和指导尤其重要。另外,利用美术课来研究学生的心理健康,不拘泥于在一堂

美术课上学生的成绩,而是要根据当时学生的各种不同的情绪反应进行全面考察,以判断他们的心理健康性格特点。学生们已习惯了在人前掩饰自己的真正内在与思想,所以教学需要构建在更精细缜密的心理观察与美术指导的框架之内。

2. 从绘画色彩的运用进行心理感知

从绘画色彩的心理因素探知,绘画之所以那么感人心弦,颜色在这里充当了一定主人翁的作用。因而,中国近代至今的心理医生们对颜色的研究兴趣渐浓,他们也逐步形成并完备了中国现代的色彩心理学。而这种对颜色心理学研究颇有建树的心理医生们则相信“颜色生理学与颜色心理因素是一起交错发生的。它们既彼此联系又彼此约束,颜色的审美,意味着生理学上的满意与心里的快感”,因而色彩心理学也应用到人类生活的方方面面。在美术教育的实际应用中,教师在日常教学中观察学生作业中颜色偏好,可以了解学生的性格特征,以便于对学生进行正确的个性判断。如果颜色过于简单或灰暗色调较多,教师应对这样的学生多加留意,给予更多的关注和心理辅导,可对学生进行心理健康疏导,与学生聊聊天,借助绘画帮助学生感受艺术的美好,放松心情,体验艺术为人类带来的愉悦和成就感。

(二)发挥绘画教学对学生心理健康的积极作用,提升学生的自我认知能力

1. 教师要善于发现并充分发挥绘画教学对学生心理健康教育的积极作用,引导学生正确认识自己作品

在中职美术教学中融入心理健康教育需要教师有较高的艺术修养和专业知识水平,但中职学生普遍基础较差,没有绘画基础,不懂得如何正确评价自己的作品。教师为学生建立评价体系,师生评价、生生互评,充分发掘他们身上的积极性和闪光点,发掘并赞扬他们学习中的优势和绘画创作中的技能,以提高他们获得成功的能力。创造对学生有利的心理环境,为他们创造主动表达的条件,对那些体现在学生个体艺术作品中的想象独特、构想勇敢、形象理想、创造新奇、做工细致、颜色亮丽、图画整齐、态度认真等的优势和特长,指导教师都应给予充分肯定和赞扬。

中职学生都有着自身的专长和个性,但他们并不渴望别人用直观鼓励或激励的方式去引发自己的兴趣。因此美术教师应在更深的层面上,让他们具有发掘自身才能的能力,体会到学习的快乐,分享学习成果,这是学生专业知识技能提升、学习成才的重要动力所在。要使每个学生都亲身体会到经过努力拼搏,最终取得了成功的愉快和幸福,帮助他们战胜自卑心,形成积极向上的心理需求,从而引领他们由专业成长走上事业上取得成功的道路。

2. 教师要善于观察并引导学生及时进行自我反思和自我调整

在绘画教学中融入心理健康教育需要教师具有较高的专业素养和较强的观察能力。教师要善于观察并引导学生及时进行自我反思并提出解决问题的方法与策略。例如,教师可以引导学生根据自己作品中的内容,对自己内心真实想法进行反思,让学生在思考自己内心真实想法的过程中逐渐形成正确的认知和解决问题的方法与策略。再如,教师可以引导学生将绘画作品中表现出来的内容与自身内心真实想法进行对比,让学生在对比过程中及时反思并提出解决问题的方法与策略。

在教学过程中存在着部分学生不能认真完成绘画作业的情况,除他们没有确定的学业目标之外,学生中存在的浮躁心态也是一种很大的心理问题,学生往往无法静下心来进行绘画创作,但绘画作品强烈的正常秩序特点是治愈这类学生不良心态的良药。因此美术教师应根据绘画的正常秩序特点,持之以恒地加强对学生的创作指导,帮助他们战胜浮躁心态,以获得良好的教学成效。在教育活动中,教师有意识地培育学生优秀的意志品质,架设平台为他们创造较好的发展机遇,从而减少学生心理压力和身体过重负荷,他们也将会受到知识和情感上的熏陶,逐渐形成健康愉悦的心境,养成稳定良好的心态,从而促使他们充分、健全的成长。这是综合性教育的基本目标,也是现代美术教育的发

展方向。

另外美术创作过程是一个辛苦细致的劳动过程,他们在进行工作的过程中会面临很多问题。而克服各种障碍的过程帮助学生培养了良好的智力,提高了战胜障碍的意志,并矫正了软弱的心灵。许多实践都证明了美术绘画作品的完成过程便是学生受到健康心理熏陶的重要过程。

3. 教师要善于发现并鼓励学生勇敢表达自己内心真实想法

教师可以通过让学生观看优秀作品,鼓励学生表达自己内心真实想法,引导学生进行交流讨论。例如,教师在教学中利用教材引领学生分析西班牙阿尔塔米拉山洞的野牛图、古老的“希吉尔”图腾、古代埃及胡夫金字塔和印度教莫卧儿王权时代的泰姬陵等古代建筑艺术与绘画艺术创作,这些作品除了被赋予了宗教信仰、经济政治神秘色彩外,还被人们视为情感寄托,保佑平安的吉祥标志。我国古代的石雕墙壁、寺庙塑像、神怪绘像等绘画创作,也一样存在着强大的社会心理效应。明清时代的吉祥年画,以及现代中国社会的传统文化馈赠工艺美术品,无不表达出了人们对美好幸福人生的向往心情。事实上,美术作品的颜色给人的情感冲击是十分巨大的,在一个场景中鲜红的热烈感、蓝光的阴冷感、土黄色的苍莽感以及翠绿的安谧感,正是这种审美信息给我们的心灵带来了冲击与震动。面对优秀作品,教师可以对学生分组,由学生们自由讨论,后请学生代表展示小组结论。教师要肯定学生的发言,鼓励学生勇敢表达自己内心真实想法,教师要对学生的发言进行积极评价并适当提出建议,让学生在相互交流讨论中不断完善自己认知和解决问题的方法与策略。在中职美术教育中,要利用艺术作品创作环境和艺术作品本身给人的心灵冲击效果,对学生进行心理健康教育。

(三)利用绘画展示提升心理健康教育成效,提高学生的情绪管理能力

教师应结合中职学生学习特点,为他们提供更多、更好的学习机会,设计一些符合他们实际情况的学习活动。教师应鼓励学生多参加一些美术实践活动。通过参加各种绘画实践活动,学生不仅可以培养他们良好的审美能力和创造能力,还能提高他们对美术学习的兴趣。绘画教学能让学生感受到教师对他们充满信任和尊重;绘画实践能让他们感受到社会对他们充满认可和肯定。在绘画活动中,学生可以充分发挥想象力,用色彩、线条描绘出一幅幅生动的画面,展现良好的精神风貌。通过活动引领,不仅丰富了学生的课余时间,更增强了他们的集体荣誉感和团队意识,同时,让学生体验到了成功的喜悦,从而树立了自信,拥有了克服困难的信心和勇气。

总之,中职绘画教学能用艺术的甘露滋润学生心田,用美的陶冶培养学生积极健康的心态。让学生多一些文艺的涵养、多一些美的品质,将会给他们的生命添加绚烂颜色,给他们的心灵带来和谐与健康。“美术教育在人的心理构造中也是一个存在的文明课程,它从审美因素方面完善、丰富着我们人类的身心结构。”提升学生的心理健康素养,培养学生良好的绘画习惯,提升情绪管理能力和自我认知能力,帮助他们克服不健康的心理习惯,健全人格,从而适应社会发展的需要。

参考文献:

- [1]邵斯宇. 阿恩海姆审美直觉心理学理论研究[D]. 长春:吉林大学,2017.
- [2]张莉. 绘画心理学在美术教育教学中的意义及应用刍议[J]. 高教学刊,2018,(21).
- [3]冯莹,张浩. 作为治疗的艺术:绘画艺术治疗的兴起与作用机制的探究[J]. 医学与哲学,2020,(24).
- [4]高洁.“图”·“话”世界——儿童绘画的心理学意义[J]. 陕西青年职业学院学报,2017,(04).
- [5]陈霆. 如何在美术教学中渗透心理健康教育[J]. 华夏教师,2019,(32).

A Study on Secondary School Painting Teaching to Enhance Students' Mental Health Literacy

Li Xin

(*Tianjin Hongxing Vocational Secondary School, Tianjin 300131*)

Abstract: Painting is an art. In the teaching of painting in secondary vocational schools, teachers should educate students on painting skills and mental health knowledge, so that students are willing to learn, give play to their imagination and creativity, enhance students' self-confidence and self-esteem. While teaching theoretical knowledge of art, appreciating works of art and conducting art teaching activities, mental health quality should be improved, and students should pay attention to cultivating good painting habits, emotional management ability and self-cognition ability. In painting teaching, we should strengthen mental health education according to the learning situation of secondary vocational students.

Key words: painting teaching; mental health; secondary vocational school students

.....

(上接第 50 页)

Research on 'Order-Oriented' Skill Talent Training in Vocational Colleges for a New Era

Yang Chunguang

(*Tianjin Information Engineering School, Tianjin 301900*)

Abstract: In recent years, the State Council of the CPC Central Committee has attached great importance to and actively promoted the reform of vocational education, which has ushered in the spring of vigorous development. Combined with the current vocational education, the author analyzes the various policies and situations in the process of national vocational education reform, seriously thinks about the current situation of vocational education, and carries out research on the training mode of "order-oriented" skill talents, which is a win-win situation for schools and enterprises.

Key words: vocational education; order-oriented talent training; school-enterprise cooperation