

国家乡村振兴重点帮扶县中职校心理教育工作方法的5点探索研究

——以岚皋县职业教育中心为例

夏艳萍¹ 戴卫银¹ 郑常杉²

(1. 常州旅游商贸高等职业技术学校, 江苏 常州 212300;

2. 陕西省岚皋县职业教育中心, 陕西 岚皋 725400)

摘要:作为国家乡村振兴重点帮扶县的160所中等职业教育学校因其生源的地域、经济、文化、家庭、学生本人身心特点等诸多方面的发展不均衡,都会给所在学校的教育教学管理工作带来一定难度和限制是共性存在。而每一所学校又因为各自的现实和历史原因,表现出千差万别的独特性。本文笔者以岚皋县职业教育中心为例,先具体问题具体分析岚皋县职业教育中心目前遇到的5个主要方面存在的问题,后提出正确解决问题的5个对应的常规性心理健康教育工作方法。

关键词:国家乡村振兴重点帮扶县;中职校;心理教育工作模式

截止到2022年初,国家共有160个乡村振兴重点帮扶县,陕西省有11个,可以推想同种类型的帮扶县中职校共有160所,在全国1万多所中职校中占比1.6%,微乎其微。但是,正是这微乎其微的160所学校的独特存在才构成了丰富多彩的、值得深入探究的教育世界。作为国家乡村振兴重点帮扶县的中等职业教育学校因其生源的地域、经济、文化、家庭、学生本人身心特点等诸多方面的发展不均衡,都会给所在学校的教育教学管理工作带来一定的难度和限制。而作为关注学生身心健康、素养全面发展的隐性教育和背景教育——心理健康教育工作在此种境况下,更是难以施展拳脚。具体问题具体分析是正确解决矛盾的关键,因此国家乡村振兴重点帮扶县同种类型的160所中职校的学生心理健康教育工作必然都是立足本校、因地制宜的;因为没有可以借鉴的经验,必然也都是一校一策的,是本土化的。鉴于此,本文作者将就自己所在帮扶支教的岚皋县职教中心,即岚皋县中等职业技术学校,以下统一简称我校,将自己在实践中探索研究的一些方法梳理如下,以求得同种类型的学校和相关研究者给予更多指导。

一、我校心理健康教育工作目前遇到的问题

我校2022年秋季开学正式启动学生心理健康教育工作,有1名刚入职的本科毕业生做心理教师,加上笔者支教心理教师,共有2名心理教师,共同负责921名在校生的心理健康教育工作。

(一)心理普查的必要性

工作启动后,首先采用症状自评量表(SCL-90)和9项抑郁自评量表(PHQ-9)2个心理量表在全校范围内开展心理普查工作,普查结果显示检出率分别为39%和57%,重度抑郁占比12%,共80人。根据专家建议和自我评估,采用抑郁自评量表(SDS)、青少年生活事件量表(ASLEC)和Beck抑郁问卷(BDI)三个问卷启动中度抑郁和重度抑郁二轮筛查,人数并没有明显减少。再与班主任入学时各班推荐的12类重点关注学生名单相结合,最后有139人需要高度关注,其中重度抑郁的80名学生因为必须转介到三甲医院门诊的神经科、精神科接受专业评估和治疗,剩下的59名学生需要即刻面谈并建立危机干预个人心理档案。大量的

访谈和建档工作,2名心理教师每天超负荷工作都难以完成。测评结果显示,22级、21级和20级检出率分别38.3%、28.1%和17.7%,从一年级新生到三年级毕业生检出率以至少10%的速度在减少,尤其是三年级较一年级减少了20.6%,一半多。因此,就会产生一个问题:心理普查有没有必要全校全覆盖的进行?任由学生在职教中心的宽松环境下自然发展也能解决相当一部分问题。况且,心理测验一般又是测评2周内的情况。

(二)重度抑郁症送医诊治不可行

先不说中度抑郁症是否能够争取家长送医诊治,就是重度抑郁症也有家长不重视,以狠话、气话劈头盖脸地当着老师面骂孩子,甚至有家长怀疑是学校在糊弄他们花钱,孩子是为了不上学故意伪装的,让老师们不要相信孩子等,弄得老师和学校一点办法都没有。而多年的工作经验证明:发生意外的少数学生几乎都是抑郁症患者或者曾经得过抑郁症。学校的安全底线是不放弃任何一个生命,但是在我校遇到来自家长的阻力实在如泰山压顶。

(三)家校之间的真空地带

岚皋县是山城,一山连着一山,学生绝大多数来自县内的村镇,走访和调研发现作为青壮劳动力他们的父母几乎都是外出打工的“候鸟族”,学生绝大多数是留守儿童。不仅如此,闭塞的生活还带来了一个问题:许多学生来自重组家庭或者单亲家庭,缺少基本的关爱和温暖甚至成为“多余的人”,除了学校之外有的学生双休日和节假日没有地方可去。学生在校遇到问题没有可以及时、有效沟通的家人(监护人),以至于问题不能解决或者导致学生弃学。

(四)学生们大面积存在严重的自卑

或许出身的家庭太不堪、或许学习成绩也不够好、或许无一特长出彩、或许自己不够漂亮、或许自己没有伶牙俐齿、或许自己不会交朋友等,都是他们自卑的理由。如果一个人选择自卑,任何理由都可以,所以观察发现学生们是大面积存在严重的自卑。在我校学生的身上有时候你看到的不是八、九点钟冉冉升起、光芒四射的朝阳,而是日落西山、暮气沉沉的夕阳,他们似乎背负了太过沉重的生活和学习双重重担,已经未长大已经长老。校园里经常听到长吁短叹、抱怨声和悲观消极的论调,各自诉说着自己的不如意却没有提醒换一个角度看问题,用阳光思维去思考。

(五)学生业余时间的荒废

岚皋职教中心是全寄宿制,每周周五下午和双休日为休息日,其余时间全部在学校,也就是说大约5天学生是在全封闭下学习和生活。笔者观察发现,学生们的课余时间都在吃喝玩乐、发呆、生闷气和闲聊中荒废了,实在不忍看到学生们最美好的青春年华就这样溜走了。虽然学校也组织了10个社团,但是还是无法全覆盖到每一个人。况且,社团有时候就是多才多艺同学炫技的舞台

和学校选拔各项活动人才的渠道,无一技之长或者才艺不精的学生们是不敢报团参加的。

二、我校心理健康教育工作方法的5点探索研究

鉴于以上5个主要方面存在的问题,我校在边实践和边探索中逐渐形成以下5个常规性的心理健康教育工作方法。

(一)心理普测最简化

经过一学期的施测与系统调试,我校心理普测今后将统一发送测试二维码、学生手机直接测评方式进行,这不仅易于组织管理测评,节省巨大的劳动量,还可以最大限度保护学生隐私。

(二)重度抑郁症学生分步骤工作

对于筛查出来的80名重度抑郁症学生,首先由班主任和心理老师对接,在班主任密切关注的同时,心理老师迅速与学生面谈并建立心理危机干预档案。心理老师与学生面谈,一可以排除胡乱作答、不严肃作答,测试时遭遇生活事件等导致测评人数增多现象,减轻人多带来的压力;二可以进一步鉴别诊断出真正需要长期持续关注的高危学生。

其次,在全校范围内组织一次关于《如何与抑郁症友好和谐相处》的主题讲座,友情提醒任课教师和班主任如何与他们智慧相处,避免老师们在常规教学和管理中不小心引爆地雷,营造一个全员关照的氛围。

再次,在心理老师工作一段时间后,对于还存在明显异常、抑郁状态严重的少数学生,强制家长带去医院门诊。通过医院门诊权威鉴定后,按现行一般做法劝其休学进行药物治疗,该做法是符合学生管理相关规定的合法做法。如果明显异常、抑郁状态严重的学生比较多,可以考虑是否可以请专科医生或者专家到我校集中会诊。会诊费用和学生可能需要的药费,争取通过农村或者乡镇合作医疗等途径减免。

(三)心理教师参与家访

心理教师要走出校园,跟随学校家访,以便更全面、更现实、更有针对性地开展对学生心理健康教育的工作:学生的一颦一笑背后的故事心理教师要比其他老师、包括班主任,更能够敏感地解读出来并给出专业性的引导。心理教师经常走进村镇,在把新时代身心健全的大健康理念宣传的同时,也是在为闭塞的村民宣讲家庭教育的重要性,家校合作对孩子身心健康成长的影响和意义。

(四)化解自卑有妙招

首先,在全校招募并成立“向日葵心理社团”,每周开设一次主题社团活动。向日葵心理社团加入不设门槛,只要满足:第一、你热爱探索并帮助人,包括自己和身边的人;第二,你能坚持打卡上课;第三、与老师和社团成员真诚交流、团结协作。向日葵心理社团将为你赋能3点:每个人都有强大的成长动力,善于发现自我的独特优势。“面对阳光,你就不会看到阴影”,每个人都需要学习积极思维,拥有明朗快乐的心灵。温暖和幸福是我们每个人一生最应该收获的,绽放最璀璨的自我。社团也同时是完成学校心理健康教育工作的新时代使命:培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态。

其次,每周进教室上一节心理健康教育课,参考国家中等职业学校《心理健康教育》第五版教材的课程标准展开,寓教于乐,以使心理健康教育工作在学校中普及,改变学生们对心理健康教育和心理咨询的神秘感和羞耻感。

再次,利用契机开展专题性心理健康教育,比如《陪你度过“新生适应综合征期”》《怎样结交知心朋友?》《青春期异性交往有技巧》《考试考出的新感觉》等,给学生以多方面、高频率地接触和学习心理学的机会,以便能够达到学以致用目的。

(五)杜绝时间荒废见行动

学生业余时间的荒废归根到底是他们没有利用时间来读书、学习和发展兴趣爱好的意识和习惯,而意识和习惯的建立非一日之功,一个好习惯的养成尚且至少需要21天。为此,我校学生心理成长指导室主要抓三件事情:

第一件,由学生处统一要求、班主任具体完成:在每个教室讲台处置放一个白色透明玻璃的“微笑存蓄罐”,由学生把自己遇到的开心事儿写在纸条上放进去,不开心的同学随时开启给自己补充能量。被使用的纸条,将会给撰写者加分以示鼓励和感谢。

第二件,由学生心理成长指导室精心编撰适合我校学生特点的《心理漫画手册》,人手一册。每页包括一幅喜闻乐见而富有哲理性的心理漫画和一段留白,留白处要让学生信手涂鸦、用文字或者图文并茂的形式来书写自己每一天在学校、家庭,或者听看到的积极向上、能给人以慰藉的开心事儿。每周至少完成2篇,学期结束时送交学生心理成长指导室评阅。

第三件,班级心理委员每周上交一篇周记:记录本班级同学们一周内的心理、思想、情感、学习、人际交往等方面的动态和需要解决的问题。

三、结尾

职业教育中心是农村职业教育的主要阵地,承担着农村剩余劳动力转移的重要任务,我校在积极参与新型职业农民工程建设和乡村振兴战略的实施。心理健康教育工作作为学校千头万绪工作的一部分,要从意识和策略上紧跟学校节奏不断更新,为把我校广大毕业生培养成守土有责的新型职业农民和小城现代化建设者贡献力量。

参考文献:

- [1] 张红川,朱晓,孙铃,凌喜欢,辛自强,李蔚冉.城市被动搬迁居民满意度及其时空特征[J].中国社会心理学评论,2019(01):75-88+201.
- [2] 张袁飞.近三十年来我国县级职教中心的发展现状及展望[J].西北成人教育学院学报,2018(05):16-20.
- [3] 张静,明桦,孙铃,张红川,黄四林.流动儿童生活事件与抑郁的关系:压力观与家庭亲密度的作用[C]//第二十届全国心理学学术会议——心理学与国民心理健康摘要集.[出版者不详],2017:1495-1496.
- [4] 吴楷雯,李本燕,杜兴梅,缪秋菊,陈杰,黄源,陈莹,邓睿.乡村振兴重点帮扶县居民脱贫前后健康素养水平变化及难点分析[J].中国卫生事业管理,2022,39(09):641-646+694.
- [5] 陈晓兰.乡村振兴战略下外来务工人员家庭心理教育案例探讨[J].农村经济与科技,2022,33(15):267-270.
- [6] 张薇.乡村振兴背景下高校心理健康教育服务农村心理健康工作的路径[J].现代农业研究,2022,28(07):56-58.
- [7] 高伟,姚冰洋.乡村振兴战略中农村大学生返乡创业的逻辑进路[J].农业经济,2022(07):114-116.
- [8] 彭玮婧.乡村振兴背景下农村心理健康教育的问题及建议[J].湖南教育(A版),2022(05):31-33.
- [9] 陈晓兰.乡村振兴战略下外来务工人员家庭心理教育研究[J].农村经济与科技,2022,33(01):267-270.
- [10] 夏娴,孙艳玲,王璨.中学心理健康教育模式研究[J].新智慧,2021(08):45-46.
- [11] 任文静,付心中.中职心理教育的困境与改革路径[J].新课程研究,2022(23):33-34.
- [12] 李晓嵘.中职生心理教育与思想教育的结合分析[J].发明与创新(职业教育),2021(06):132-133.