

中职学校特殊学生心理探析与疏导策略

冯小芳 杨勇 赵晓梅

(江苏省大丰中等专业学校, 江苏盐城 224100)

摘要: 中职教育应该重点关注学生“德、智、体、美、劳”全面发展, 学校也要竭力为中职学生营造积极向上的学习空间, 使每一个学生都能获得学习上的收获, 并拥有开朗、豁达、充满阳光的思想。现阶段特殊群体学生教育问题是一个越来越突出的社会问题, 是构建和谐社会的重要组成部分, 更是从事教育工作者所面临的一个新课题。它需要教师、父母、监护人乃至全社会的共同努力, 但主阵地是学校, 教师是关键, 要本着对每一个孩子负责的态度, 把更多的关爱和呵护给这些心灵最脆弱的孩子们, 对他们严慈相济, 用爱去滋润, 用心去呵护, 用情去温暖, 让他们走出心灵的荒漠, 走进亲情的绿洲。本文以特殊学生心理健康教育为主, 通过分析这部分群体的心理及行为特点, 提出具体的疏导策略, 仅供参考。

关键词: 中职学校; 特殊学生; 心理问题; 疏导策略

对于中职生而言, 他们正处于身心成长的关键时期。然而, 我们也能够看到, 该阶段的学生往往有着非常不稳定的情绪表现, 烦躁、易怒甚至偏激都是该时期学生的标签。且一些有严重心理问题, 如自闭、暴怒等。对此, 教师应当正视该阶段学生身心成长特点, 做好心理健康教育工作, 要关注和关爱特殊学生的心灵, 运用科学有效的手段来帮助学生扫除心理阴霾, 呵护学生的成长, 从而使他们能够积极地学习和健康地生活。

一、特殊学生心理界定及类型

特殊学生与普通学生不同, 他们往往有一定程度上的心理问题, 例如受父母离异的影响有孤僻心理、因学习成绩差或者身体缺陷有自卑心理、受个性化思想影响有求异心理等。面向这类群体的心理健康教育要更加耐心, 倾注更多的爱, 使他们感受到班级的温暖。

总体来看, 影响特殊学生心理健康的因素诸多, 在实际教学过程中要认真分析这些因素, 给予他们更多的鼓励, 使其远离这些消极因素的影响, 做自信的人。

二、特殊群体的心理及行为特点

(一) 存在认知偏差

一部分孩子内心抵触外界, 沉浸在自己的世界中无法自拔, 不愿意打开心扉与外界人交流。长期下去, 他们会有自闭心理, 将自己锁在狭小的空间内, 不利于其突破思想的束缚拥抱新的太阳。

一些学生对自己的学习能力也没有正确认识, 过低地评价自己, 没有用正确的眼光看待自己, 在与人交流过程中警惕性比较强, 害怕受伤, 突出表现在情绪变化等, 且内心较为敏感, 常因为别人的某句话产生悲伤情绪。

此外, 还有一些学生过分抬高自己, 自以为是、目中无人,

这种情况下影响了其人际交往。

(二) 存在情绪困扰

部分特殊学生存在情绪困扰, 自身积聚了太多负面情绪, 在听到某首伤感的歌曲、看到某个悲伤的影片, 这些负面情绪就如洪水般倾泻出来。

还有一些学生给自己制定过高的目标, 达不到目标情绪低落或郁郁寡欢, 严重影响了其学习与生活。对此, 中职特殊学生的心理健康教育要从疏解这些群体的不良情绪入手, 帮助其宣泄心中的苦闷。

(三) 社会适应能力差

一部分学生受家庭因素的影响, 如父母离异、经济条件落后等, 有自卑心理, 这种情况下不利于其打开心扉与班级中的其他同学交流, 且多数人比较自闭, 不能更好地适应新环境, 也不能与周围的人和谐相处, 心理压力也与日俱增。

三、中职学校特殊学生心理疏导策略

(一) 以积极心理学为引导, 培养学生乐观向上的品格

特殊学生存在一定程度上的心理问题, 如自卑、自负等, 这种情况下使各种消极因素积累, 于学生正确三观的形成有一定影响。

在新的时代背景下, 深度剖析积极心理学的内涵能够改变这一现状, 通过将各种积极因素融合到一起, 能够给予特殊学生更多正能量, 于其潜能的挖掘也有重要作用。

纵观当今中职特殊学生心理健康现状, 虽然部分学校开设了心理健康教育课程, 但并未解决学生的心理问题, 这种情况下容易使学生被负面情绪压垮, 做出一系列伤害自己的行为。

调查数据显示, 特殊学生患心理疾病的概率远高于普通学生, 且忽视了学生的心理发展。对此, 教师要以积极心理学为引领, 带领学生走出思维困境。

例如, 对于单亲家庭的学生, 教师要多与其沟通, 了解其在不同阶段面临的学习及生活问题, 同时还要多陪伴这些孩子, 帮助其走出阴霾, 使其重拾生活信心。对于逆反心理比较严重的学生, 在教学中要多给予其鼓励, 使其认识到自己的优势, 并将这些优势发扬光大, 这种情况下也能使其正视自己的能力, 培养积极健康的心理。

(二) 联系学校家庭学生, 打造立体化心理健康教育环境

1. 学校要重视学生的心理健康工作

首先, 各个中职学校要将心理健康教育放到突出位置, 提高教师的选拔门槛, 实施“专职专教”, 以此提升心理健康教育实效。

其次, 中职学校还要聘请心理健康教育专家为教师做教育指导, 扫除教师的心理障碍, 使其全面分析当前中职特殊学生心理健康教育问题, 并寻找有效地解决路径。

此外,学校也要定期开展心理健康交流会,为特殊学生创造与他人交流的机会,积极投入到交流活动中,打开自己的心扉,获得更多的友谊。

当然,学校也可利用校园广播宣传心理健康教育的重要性及教育内容,同时也要宣讲特殊学生通过心理健康教育恢复常态的案例,使更多有心理问题的孩子重获生活信心。

2. 构建心理危机干预体系的构建

造成特殊学生有心理问题的原因有多种,教师在教学中要立足于教学现状,构建心理健康危机干预体系,为特殊学生保驾护航,促进其心理健康全面发展。

作为一名教师,要始终把育人放到突出位置,同时也要调查不同年级段特殊学生心理问题的成因,同时还要了解其学习、社交现状,在此基础上构建心理危机干预机制,评估学生可能存在的各种心理问题,并细化解决方案。

其次,中职学校还要完善组织管理体系,连线班主任、班级心理委员及寝室长,打造立体化的组织结构,使心理健康教育深入学生之脑。

最后,各个班委也要积极汇报心理健康教育成果,分析特殊学生心理危机,把危机消灭在萌芽之中。

3. 家长要注重引导和配合

家长在学生的成长中起到关键作用,也是孩子们的第一任老师。可以说,一部分特殊学生心理问题与家庭环境有很大关系,如父母脾气暴躁,孩子容易有自卑心理,还有一些学生性格极端,都不利于其健康发展。

对此,家长也要担负起心理健康教育重任,注重家风建设,给予学生更多地关心与爱,使其在充满爱的氛围中成长。例如,对于一些因家庭贫困而有自卑心理的学生,家长要给予其讲述贫困是暂时的,唯有知识可以改变命运,一切辉煌的成果都需要努力奋斗,我们一起奋斗,一定会改变现状。对于一些因学习成绩差而有自卑心理的同学,家长可鼓励孩子发展兴趣爱好,如钢琴、小提琴等,挖掘学生其他方面的潜能,提升其学习信心。

4. 扩大心理委员及心委会干部团队力量

班委在整个特殊学生的心理健康教育中有重要作用。在班委选择过程中,教师要选择一些活泼、乐观的学生,使其在班级中传播正能量,压制学生心中的消极情绪。同时,班委还可联合心理委员组建“心灵驿站”,鼓励有心理问题的学生将自己的问题写出来,共同商议解决对策,使班级成为学生温暖的家。

(三) 聚焦特殊群体心理教育,带领学生走出迷茫

1. 建立特殊群体学生档案

在新的时代背景下,教师要为特殊学生建立档案,同时还要备注其家庭情况、学习成绩、社交情况、是否受到处分、身体健康情况等,整理调查结果后对特殊学生分组,通过这种方式为学生建立个人档案,方便后续对其进行有针对性的心理指导。

2. 引导特殊群体独立自主

首先,教师要引导特殊学生与父母沟通,站在父母的角度思

考问题,与父母建立友好的关系,向父母倾诉自己学习生活中的不快,更好地转移消极情绪。对于一些家庭贫困的孩子,教师也要鼓励其正视现实,努力学习,理解父母打工之艰辛,努力学习,承担起家庭重任,改变现状。对于一些身体有残缺的学生,教师也要鼓励其独立自主,要依靠自己的努力获得自己想要的东西,同时还要帮助那些需要帮助的人。

3. 鼓励特殊群体学生参加活动

群体活动能够为特殊学生创造更多与他人交流的机会。在新的时代背景下,教师要鼓励特殊学生参加各种活动。与此同时,还要秉持三个原则:

- 第一,要优先辅导特殊学生;
- 第二,生活上要优先照顾特殊学生;
- 第三,活动上要优先考虑特殊学生。

通过这种方式使他们感受到自己是被重视的,以此提高他们参加活动的信心,也能调动其交流积极性。

此外,学校也可举办各种活动,如演讲比赛,鼓励特殊学生积极参与,讲述自己的生活经历以及对未来的期望,展现自己的“闪光点”,体会成功的快乐,增强自信心。

4. 给予特殊群体学生社会资助

在校内,教师要与学生结对,让教师成为“代理家长”,对他们缺失的家庭教育进行补偿,使他们走出孤独和忧郁。在校外,学校也要积极宣传特殊学生进行心理健康教育的必要性,使社会群体了解心理健康教育的内涵,同时也会积极融入到心理健康教育中,争取社会爱心资助、爱心研学机会,为学生走入社会搭建桥梁。

当然,学校也可邀请心理健康教育专家来校为学生讲述心理健康教育策略,让特殊学生认识到拥有健康的心理是多么重要。此外,学校也可邀请自强不息、助人为乐、拾金不昧、见义勇为为先进人物的先进事迹的报告,引领特殊学生建立正确的价值观。

四、结语

每个学生都是不同的个体,教师要给予其足够的耐心,使其在充满爱的环境中成长。面向中职特殊学生的心理教育,教师要倾注更多的耐心与爱,使学生重拾学习自信,积极投入到班级活动中,收获友谊与成长。在教学过程中,教师始终要将心理健康教育放到突出位置,以积极心理学为指导,培养学生乐观向上的品格;联系学校家庭学生,打造立体化心理健康教育环境;聚焦特殊群体心理教育,带领学生走出迷茫。多措并举,全面提升心理健康教育实效。

参考文献:

- [1] 杨展,曹璞璘.高校心理健康课思政教育教学策略探析[J].中国报业,2021(04):94-95.
- [2] 王逸博.我国职业院校心理健康教育工作现状及对策[J].长江丛刊,2020(33):125-126.
- [3] 赵以乃,赵巧云.对特殊教育学校教师心理健康的分析和思考[J].名师在线,2020(30):95-96.