

飞行专业学生心理健康教育研究

付京

(中国民用航空飞行学院, 四川 德阳 618307)

摘要: 随着民航事业的飞速发展, 飞行员也成为了紧缺的人才。为此, 国家部分高校纷纷开设了飞行专业。然而, 在人才培养的过程中, 大部分高校都将重点放在了体能训练、技能培训中, 很少会关注学生的心理健康教育。飞机飞行在万米高空, 远离地面, 几百名乘客的生命全部托付了驾驶舱的两名飞行员, 若飞行员心理素质较差, 无法处理突发状况, 那么就很可能出现重大事故。基于此, 本文就如何对飞行专业的学生进行心理健康教育, 让学生具有良好的素质展开了探究, 以期有所贡献。

关键词: 飞行专业; 心理健康教育; 开展途径

飞行专业的学生, 未来基本都会成为飞行员。随着我国与国外的交流越发密切, 当前客机上不仅有中国乘客, 还有来自世界各国的乘客。

飞行员不仅肩负着确保乘客生命安全的重任, 也肩负着塑造我国形象的使命。若飞行员不具备较强的心理素质以及正确的思想价值观, 那么他们不仅无法保证乘客的安全, 也会影响我国的国际形象。

为此, 在飞行专业的教学中, 教师不仅仅关注学生的身体素质, 以及科学文化知识水平, 还需要将心理健康教育渗透到教学的每个环节。

一、飞行专业学生出现心理问题的原因

(一) 学业压力较大

与其他专业的学生相比, 飞行专业就业前景无疑更加光明。而与之对应的就是, 飞行专业的学生需要承担更大的学习压力。虽然飞行专业的学生着重于实践操作, 但是理论知识对于他们来说同样重要。

为此, 部分高校就将学生需要学习的全部理论知识压缩到了大一和大二两年。在短短两年的时间内, 飞行专业的学生不仅要学习飞行专业课、公共课, 还需要按照要求考取雅思。虽然飞行专业所选择的都是较为优秀的学生, 但是想要在短时间内消化这么多知识, 对于学生来说, 压力仍旧非常大。因此, 许多学生就容易产生自我怀疑、抵触学习等不良情绪, 从而影响自身的健康发展。

(二) 训练强度较大

高强度体能训练是飞行专业的重要组成部分, 然而, 对于大学生来说, 他们无论是在高中阶段还是在初中阶段, 其接触的体能训练都十分有限, 而飞行专业不仅需要良好的身体素质, 还需要固滚、活滚、浪木、旋梯等特殊训练, 因此, 部分学生很长时间都难以适应这些体能训练。

能够从激烈的竞争中脱颖而出最终进入飞行专业的, 都是较为优秀的学生, 他们在学习的路上一直都是被鲜花和掌声包围, 当他们面对无法完成训练指标、训练任务失败等情况时, 就容易产生挫败感, 不断降低对自己的评价, 部分学生甚至会抵触体能训练。

(三) 年龄因素影响

大学生还处于性格不稳定的青年阶段, 容易受外界环境的影响。因此, 在学习、训练过程中, 部分学生就容易被不良言行的影响, 产生错误的思想价值观。

此外, 当代大学生出生在物质生活条件优渥的年代, 他们承受压力与措施的能力较差, 因此, 进入学习压力与训练压力较大的飞行专业后, 部分学生难以适应这一节奏, 从而产生不良情绪。

虽然大学生也会寻找途径舒缓不良情绪, 但是大部分学生掌握的心理健康知识有限, 并不懂得正确的调节方式。不良情绪得不到宣泄, 就使得学生被负面情绪包围, 无法正常学习知识, 接受训练。

(四) 其他因素影响

飞行专业学生的心理问题是由多种原因造成的, 其中学业、训练以及年龄等是主要原因, 而其他影响学生心理健康的因素主要包括情感因素、人际关系、军事化管理等。

大学生处于情感悸动时期, 而飞行专业男女比失衡, 学生就容易出现异地恋、暗恋、失恋等现象; 军事化管理使得大学生难以有足够的时间, 融入到社会生活中, 这就使得大学生交际能力较差, 不知道应该如何与他人构建良好的人际关系。

此外, 大学生也承担着父母的期盼、朋友的艳羡等, 这些因素都会对大学生的心理健康造成影响。

二、飞行专业学生心理健康教育有效途径

(一) 借由思想政治课, 落实心理教育

思政课程是飞行专业的基础课堂, 也是学生学习政治理念, 树立人生理想的重要途径。一直以来, 在思政课的教学中, 教师都着重于围绕教材教授学生政治知识, 很少会在其中贯彻心理知识。对学生进行心理健康教育, 不仅包括疏导学生的不良情绪, 帮助学生积极乐观面对专业知识与体能训练, 也包括教授学生心理知识, 让学生懂得如何自愈。

思政与心理虽然在内容上存在一些区别, 但是二者存在很强的内在联系。思政旨在从思想的角度改变学生, 为学生树立正确的思想价值观, 而心理教育, 则旨在从心理的角度改变学生, 让学生积极乐观面对世界、面对生活。

二者可以说是异曲同工, 最终都是为了让大学生更好地面对学习与生活, 成为国家合格的接班人。因此, 在思政中融入心理知识, 既可以教授学生心理知识, 落实心理健康教育, 又可以提升思政教学效率。

(二) 开设心理咨询室, 进行心理疏导

飞行专业学生的心理健康问题, 不仅影响他们的未来发展, 也关系着他人的生命安全。因此, 为飞行专业学生疏解不良情绪至关重要。

飞行专业学生的学习任务较重, 思政课程在课堂体系中占比较轻, 且思政教师还需要教授学生思政知识, 因为, 学生通过思政课程学习到的心理知识有限。

此外,飞行专业的学生主修的不是心理,他们对于心理知识的掌握能力与运用能力都十分有限,所以他们仅能处理自己存在的一些小问题。

当他们遇到严重挫折、重大打击时,就会被不良情绪包围,难以自我疏导。为此,高校也需要为学生开设专门的心理咨询室,随时为学生提供心理疏导。

部分学生存在的心理问题较为严重,一两次疏导无法达到根治的效果,而学生觉得心理问题缓解后,可能就不愿意继续去心理咨询室。为此,教师在对学生进行心理疏导时,需要详细记录每位学生的信息,并做好后期跟踪服务,以便彻底解决学生的心理问题。

此外,部分学生可能存在讳疾忌医的情况,当意识到自己出现心理问题后,不愿意主动找教师寻求帮助。为此,教师还需要定期与每位学生交流沟通,帮助学生进行诊断,及时疏导学生的不良情绪,以免其发展下去,影响学生心理健康。

(三) 根据学习压力,进行集中辅导

飞行专业学生存在的心理问题主要来源于学习压力和训练压力,当某段时间他们所学的知识过难,或者训练强度增大,迟迟无法通过训练时,学生就容易集中产生不良情绪。

氛围能够在潜移默化中影响学生,当大部分学生被沮丧、消极所包围时,那么部分能够应对学习压力的学生也会受到影响,产生相似的心理变化。

为此,高校就需要根据学生的课程安排以及训练安排,安排心理教师对学生可能出现不良情绪的节点进行判断,并集中对学生心理进行心理疏导。

此外,时代在变,学生的承受能力也一直在变,为此,心理教师就需要积极与每个学科的任课教师进行沟通交流,对学生的承受能力进行重新评估,并根据学生的心理特点准备教育内容,以帮助学生排解不良情绪,让学生应更为积极的姿态迎接后面的学习与训练。

(四) 加强教师培训,提升教育水平

对飞行专业的学生进行心理教育是每位教师的责任。虽然,掌握心理知识,能够对学生进行心理疏导是每位教师的基本能力。然而,在实际教学中,部分教师却逐渐将教授学生专业知识,当作了唯一目标。这就使得教师所掌握的心理知识逐渐被遗忘,所具备的心理健康教育能力逐渐消退。

为避免这种情况的发生,高校首先要做的就是让每位教师都重视心理健康教育,并将其与专业知识相融合。其次,高校也需要加强对教师的培训,不断提升他们的心理健康教育能力。如此,高校就可以形成教育合力,共同对学生进行心理教育,促进学生心理健康发展。

此外,通过加强对教师的培训,也可以提升教师的心理素质,促进教师身心健康发展。对于学生来说,教师有着良好的示范作用。教师具备积极、乐观、健康、向上的心理,也会感染学生,对学生起到熏陶作用。

(五) 利用网络渠道,扩展教育渠道

虽然对学生进行心理健康教育的重要途径,是传统课堂以及心理咨询,但是这两种方式无法解决所有学生的心理问题。为此,高校也需要利用信息技术,积极扩展心理教育渠道。

部分学生性格较为内向,直接面对教师时,他们不愿意吐露心声。所以在出现不良情绪后,他们就很容易选择去网络平台发帖,寻求陌生人的帮助。

网络世界较为复杂,学生的求助帖可能会被不怀好意的人发现,并给予学生错误的意见,导致学生误入歧途。针对这种现象,高校就可以在学校论坛中开辟出心理健康论坛,为学生匿名求助提供机会。

教师的任务较为繁重,他们可能会存在无法及时发现并处理学生求助帖的现象。为此,教师就可以选择能力较强的、综合素质较高的学生组建管理团队,由他们负责管理论坛。

如此,不健康的信息就可以及时被删除,而学生的求助帖也能及时得到处理,从而有效提升心理健康教育的效率与质量。此外,高校也需要通过问卷调查等方式,调查学生所喜欢的求助方式,并据此添加不同的求助方式,以使每位学生都能找到自己喜欢的方式,求助教师,解决心理问题。

(六) 丰富业余生活,陶冶学生情操

虽然飞行专业的学生学习任务与训练任务都比较重,但是高校也不能将学生的时间全部占用,而是应该合理为学生规划学习与娱乐的时间,丰富学生的业余生活。

首先,高校应该加强校园文化的建设,为学生提供休闲娱乐的场所。

其次,高校就需要根据学生的兴趣爱好,为学生成立不同的社团,鼓励学生参加社团活动。如此既可以培养学生的兴趣爱好,也可以提升学生的人际交往能力。

最后,高校也需要鼓励学生参加社会公益活动,让学生参与到社会生活中。

如此,既可以提升学生的综合素养,也可以帮助学生融入社会,促进学生身心健康发展。

三、结语

综上所述,对飞行专业的学生进行心理健康教育刻不容缓。为此,高校就需要分析学生存在心理问题的原因,并着重发挥不同课堂的教育价值,以及积极扩展心理教育渠道。如此,高校才能将心理健康教育落实到学生学习、训练、生活的方方面面,从而解决学生存在的心理问题,将学生的不良情绪扼杀在摇篮,促进学生身心健康发展,推动我国民航事业的发展。

参考文献:

- [1] 余宏,刘琰,吴晓光,邹益民.旋梯训练中飞行学生惧怕心理产生的研究与分析[J].青少年日记(教育教学研究),2019(02):140-141.
- [2] 陈心越.如何加强飞行专业学生的心理危机干预[J].教师,2021(02):15-16.
- [3] 魏萍.积极心理学在飞行职业的应用探讨[J].饮食保健,2020,007(008):108-109.
- [4] 白小萍.信息技术背景下高校心理学教育多样化发展路径[J].天津中德应用技术大学学报,2021(02):123-127.