

# 高职学生负认知心理及其影响研究

李 芳

湖南水利水电职业技术学院, 中国·湖南 长沙 410131

**【摘 要】**高职学生中存在着种负心理,负心理对高职学生认知行为产生负面的影响。所谓负心理就是负道德行为者的心理状态,在这里指的是高职学生在日常道德生活中诱发违德行为的心理因素和心理状态,其表现为不自强、不自立、不自信、不自重、不自尊、不自省。长期负认知心理会导致心理失衡和消极发展,很容易摧毁自我调节机制,不利于高职学生的成长和发展。本文通过对高职学生负认知心理及其影响研究,希望能够为相关教育工作者提供一些参考和帮助。

**【关键词】**高职生;负认知心理;影响;策略

**【基金项目】**湖南省教育科学“十三五”规划2020年度课题“《行为主义视域下高职学困生负认知心理分析及应对措施研究》”(XJK20BZY015)。

## 引言

现实研究表明,高职学生负认知严重的现状在很大程度上都是由于心理问题造成的。当代青少年医学研究也证实许多心理疾病与道德、心理问题密切相关,是道德扭曲和价值观偏差的反映。因此,用道德心理、情感等手段调适高职学生负认知心理,成为高职学生的心理健康重要途径。

### 1 高职学生负认知心理的影响因素

#### 1.1 缺乏独立性是生负面心理的根本原因

独立性表明高职学生的心理成熟程度,并且是心理健康的标志。高职高中生还很年轻,心理还不成熟。他们中的大多数都是孩子,当出现问题时,部分学生通常表示退缩,缺乏独立性。人际关系在后来的大学校园中,面对陌生的校园环境和人际关系,部分学生产生了一定程度的恐惧感。一些高职学生在父母的照顾下无法适应自己的新生活,即使面对各种各样的校园生活,也很难感到孤独和激发学习兴趣。因此,他们容易产生心理误会和某种痛苦。高职生拥有独立性能够尽快适应新的环境,独立地运用他们的能力,充分发展创造性思维,并成功地建立和谐的人际关系。而缺乏独立性使高中生容易自卑,当前具有这种心理情感的高中生仍占一定比例。

#### 1.2 学习负担导致高中学生的负认知心理

专业学生不受高考压力的影响,但是尽管人才竞争激烈,他们仍对未来是否能够找到稳定的工作感到困惑。高职院校提供的理论和专业课程具有一定的深度和广度,但仅掌握这些知识并不能满足您的就业和发展需求,因此不仅需要阅读书籍并拓宽知识视野,还需要时间完成英语和计算机等级考试。所有这些给高职学生带来了很大的学习压力。特别是一些学生在学习过程中并没有真正体验到学习的乐趣,对这种乏味的学习方法感到无聊,甚至导致了心理上的失衡。因此,学校应适当减轻学习负担,开展更多有益于身心健康的活动,重视高职学生的情商发展,全面培训高职学生,使其可以更好地投入到学习当中,不仅拥有专业技能,还能培养学生的精神品质、乐观的情绪以及健康的体魄。

#### 1.3 缺乏沟通是造成高职学生产生负认知心理的重要因素

高职学生的心理问题主要归因于学校和家庭的压迫,一些高职学生不愿与他人交流,也无法与他人自由交流。他们经常表现为自闭症和孤独感,对社会常常回避态度。当这个专业的学生感到沮丧和挫败时,他们通常会走到极端,导致人生的悲剧,因为他们通常无法讲话并减轻内心的痛苦。为此,有必要改变父母的教育观念,教师需要改变教学方式,了解自己的内在和需求,及时提供生活指导和心理咨询,才能正确认识生活和社会。只有通过经常与他们沟通,才能及时发现他们的心理问题,并完成他们的目标思想工作。为了应对高职学生的负面心理情绪,学校应加大心理教育的力度,建立高职学生的心理档案,建立适应社会需

求的在线心理咨询。学校和家庭还应该应为高职学生提供各种运动和交流机会,使高职学生能够以良好的心理状态适应各种问题。

### 2 负认知心理的危害以及改变高职学生负认知心理的措施

#### 2.1 道德引导高职学生的心理健康发展,并促进良好的心理素质的形成

从高职学生的各种消极心理来看,是由多种因素引起的,但所有这些都与对生活、价值观和人生目标缺乏清晰的认识有关。求职者的消极心理在个人心理中反映为道德选择的不确定性,模棱两可的道德观念,道德评估的混乱和道德焦虑。道德选择的不确定性主要源于心理上的困惑,具体表现为缺少同情心、无法正确地认知事物、做事没有规范。道德心理健康是身心的统一体,是一种积极向上的精神状态,体现在正确的道德观念,坚强的道德意志,健康的道德情感,崇高的道德信念,有效的道德矫正和善良,完善道德行为习惯。因此,有必要加强高职生的生活观、价值观教育、思想意识和道德教育,以传授一定的道德认识,肯定或否认现实生活中的道德关系和道德行为。

#### 2.2 情感是发展道德理解的动力,完善学生认知行为

现代心理研究表明,情感因素是人们认知信息通道的“阀”。作为受试者认知活动中存在的一种心理现象,情绪一旦发生就会限制认知活动的发展,主要体现为在学习上没有动力、对生活没有信心、缺少交际能力,甚至出现迫害症的情况;并且如果没有控制自己的情绪,就容易导致学生易暴躁、易愤怒、易喜易悲,从而影响学生的人际交往以及正常的生活。列宁说,没有人类的情感,人类不能也不会追求真理。由此可见,良好的道德情感可以有效地促进从知觉到理性教育的道德知识的发展,并可以在这一过程中发挥作用。受过教育的人的道德内部化。在道德实践中,将道德和情感体验整合到人的思想中,它们在各种情况下都会发挥一定的作用力,极大地推动了道德行为的发生。通过使人们进入崇高的境界来帮助改变道德教育,从道德规范的严格要求到培养意志自由。要体现道德,就必须找到人类的心理基础,探索主观情感在实现道德中的作用,通过使道德成为主体结构中的深层心理要素,来提高道德的主观性和强化道德责任。首先,教师需要激发学生理解和关心他人的感觉。当学生学会感恩的时候,他们从亲戚开始,先是爱父母、爱家庭、爱自己、爱其他人,然后是爱同学、爱老师、爱学校、爱社会和祖国,这种情感的变化和生活可以帮助学生逐渐完善认知观念。其次,教师需要了解自己并激发自我约束和自我完善的情绪人的存在必须在角色预期中。一方面,他必须接受外部标准的评估。另一方面,他必须以外部标准为基础。认识到自我激励和自我约束的前提是,个人没有被动地遵循角色规范,而同时主动选择了使个人自觉地为自己的行为承担责任的权力。再次需要了解社会,激发对社会的责任感和

(下转228页)

台,构建包括青年教师“青蓝工程”师徒结对、成熟骨干教师“名师风格研究”等方面的教师培养体系。同时应注重引导党员教师积极参加国家、省、市各类教学技能比赛,充分发挥专业引领作用,为全校教师专业发展树立标杆,打造专业精湛、敬业乐群的高素质高中教师队伍。

### 3 以科学育人体系落实立德树人根本任务

学生是学校教育的主体。学校应坚持以学生为中心,把立德树人作为教书育人的出发点和落脚点。高中阶段是学生行为习惯养成和世界观、人生观、价值观塑造的最为重要的时期,对于人的一生发展意义重大。高中学校党组织应坚持“全员育人、全程育人、全方位育人”的育人理念,通过落实全面从严治党制度促进党员教师在课堂上落实立德树人这一教育的根本任务,突出对学生的社会主义核心价值观教育,以科学合理的育人体系,落实好立德树人根本任务。

#### 3.1 努力建设强有力的德育工作队伍

高中学校多为寄宿制学校,学生除节假日和寒暑假外均生活和学习在校园内,学校的每一位教职工都承担着育人的角色,要构建起包括校长、管理干部、党员教师、班主任、科任老师、心理老师、生活老师、家长等在内的全员德育队伍,各类德育工作人员结合自身的专长开展德育工作。其中,学校党组织应该发挥思想政治引领作用,党务干部和党支部书记应重视党建带团建工作,面向高中学生讲授团课或者对学生进行专题党史、国情和时事政策教育,将社会主义核心价值观教育融入日常教育教学中,高中学校党组织可将此项工作纳入党员干部年度考核清单。

#### 3.2 开发设置科学合理的德育课程

高中德育课程的开展应坚持“五育”并举,在课程建设上

树立大德育人观,可以结合学校实际和学生特点提出学生形象发展目标,针对高一、高二、高三年级分类设计德育课程体系,高一重视自我发现,高二重视自我教育,高三重视自我领导,分阶段开展如“种下一颗理想树”、合唱节、体育节、社团艺术节、科技创新节和社会实践等各类德育活动,鼓励学生在发现美、享受美的基础上创造美,积极为学生搭建平台展示艺术才华,培养德智体美劳全面发展的社会主义合格建设者和接班人。

#### 3.3 探索建立立足岗位做贡献机制

党员教师是落实立德树人根本任务的先锋队,科学育人体系的构建需要党员教师的引领示范。高中学校党组织应积极探索党建与教育教学工作融合发展,鼓励党员教师立足岗位做贡献。基层党支部可以利用每月1个周末或者寒暑假开展与教育教学有关的主题党日活动,如针对不同学生群体的学科辅导公益讲座、针对学困生或家庭困难学生的校园党员“1+1”帮扶交流、针对新高考选科的生涯规划指导等形成党建特色品牌,进一步发挥党组织在构建育人体系中的战斗堡垒作用,增强全体教职工的凝聚力和向心力,形成党建与教育教学融合发展、相互促进的良好格局。

### 4 结语

新时代呼唤新作为,面对新一轮高中课程改革和高考改革,高中学校更应通过发挥党建引领作用推动育人模式创新,营造风清气正、干事创业的工作氛围,促进教师的专业成长和学生的全面发展,为培养担当民族复兴大任的时代新人贡献力量!

#### 参考文献:

- [1]田心铭.教育的“首要问题”和我国教育的“根本任务”[J].红旗文稿,2018(19).
- [2]张璁.奋力建设良法善治的法治中国(人民时评)[N].人民日报,2021-01-25(06).

(上接226页)

历史使命。当高职生形成强烈的责任感时,他们通常会引导人们理解他们的责任、他们的使命以及如何履行他们对他人和社会的义务意味着什么,并且敢于承担责任才能真正实现高尚的道德情感的表达。

#### 2.3 加强高职学生意志培育,增强学生的心理承受能力

在心理学中,思想道德意志是人按照道德原则和要求进行道德抉择和行动时调节行为和克服困难的毅力表现和能力。其作用是支配行为主体坚持道德价值标准的要求,果断地对道德行为的方向和方式作出抉择,并抑制和排除来自内部或外部的各种障碍和干扰,使人专注于某项行为的完成,并且努力保持个人一系列行为的稳定性和一贯性。而缺少意志的学生,往往心理承受能力强,接受不了外界的打击,且无法正确地面对生活以及学习的困难,直接造成学生的崩溃,从而导致过激事件的发生。因此,道德教育,在于锻炼意志。人有强固之意志,始能实现高尚之理想,养成善良之习惯,造就纯正之品性。意志之强者,对于己身,则能抑制情欲之横恣;对于社会,则能抵抗权势之压迫可以说,没有道德意志,就没有道德行为,也就没有道德生活。

#### 2.4 发展多元化的负认知心理调适手段

以上三种方法是对高中职业学生在道德主体方面的消极心理的一种道德调整。此外,还应注意从外部加强,例如培养和扩大一批高素质的德育教师,加强对学生的教育。首先,心理卫生认为,与其他专业知识和教学方法相比,教育者的个性和心理健康会影响个人的健康成长。防止某些教师的不当教育行为和性格对学生的影响,减轻学生的心理伤害。高尚的人格具有价值导向的力量,巨大的魅力和团结精神,可以使学生得到尊重,

信任和尊重。教育者的建议、指导、形象和批评很容易对学生产生巨大的影响。因此教师应当以身作则,及时给予学生帮助、指导以及鼓励。其次是扩大德育教育的内容。以公民道德教育为基础的爱国主义教育,以理想信念教育为中心,不仅体现了时代特征,而且继承了传统道德的精髓,可以帮助学生树立正确的三观,同时学校、家长还要为学生创建一个良好的德育环境,使得学生在良好的校园氛围当中可以受到正能量的影响和作用,这也是当前高职院校教育的当务之急。

### 3 结论

综上所述,高职生负认知心理和由此产生的心理失衡对于当前时代发展来说,是一件较为常见的事情。高职学生负认知心理的影响,主要是由于缺少独立性,拥有一定的学习负担,并且缺乏沟通,这是让学生产生负认知心理的重要因素。想要更好的改变高职学生负认知心理状态,首先就是要通过道德引导学生心理健康的发展,提升学生的良好心理素质。其次还需要不断的完善学生的情感培育。在吃还应当加强高职学生的意志培养,增强学生的心理承受能力,最后还要通过多元化的负认知心理调适,帮助学生建立良好的人生观、世界观和价值观,改善学生的认知状况。

#### 参考文献:

- [1]叶玲,欧阳心力,覃兵.高职学生认知心理因素比较分析及意义[J].成人教育,2006(09):49-51.
- [2]曹丹婷,欧阳卫.从认知心理学的角度解析高职院校学生就业心理问题的理论研究[J].时代经贸,2014,000(0).

作者简介:李芳(1974.08-),女,湖南长沙人,硕士研究生,教育质量督导处处长,副研究员,研究方向:高校管理。