

# 高职学生心理特征与班级管理模式分析

刘玮

(江苏省淮阴商业学校)

**摘要:** 搞好班级管理工作是确保高职学校教育质量的关键抓手,根据高职毕业生这一人群的特点,从心理健康教育角度探讨研究班级管理工作的具体方法,对高职学校的教育与人才培养均具有重大价值。高职学生普遍存在着心态控制不佳、情感需求不平衡、核心矛盾自我评价差等社会心理学问题。根据高职学生的心理健康特征分析,应用积极心理学思想,从强化学校思想政治教育、训练学生正向的心理健康意识、加强家校互动与共育、探索学校就业指导管理新模式等方面入手,将有利于提升高职学校的班级管理工作效果。

**关键词:** 高职学生;心理特征;积极心理学;班级管理

## 引言

专科院校学生的生源比较丰富,但普遍表现不好,学习的兴趣与热情不高,自制力薄弱,所以,同普通高校毕业生一样,学习、心理健康教育在高等职业学校素质教育工作中占到了突出关键的战略地位,成为人才培养重要抓手。“教书育人”是班级治理的应得之义和主要功用,不单纯是要学员“听话”,更是在学校的管理工作中教导学员,训练学员。根据高职学校的特征以及学校教育的功能定位,要在学校教育实践中渗透心理健康教学的手段,全面了解中小学生的心理特征,对症下药,准确施策,最大化实现学校管理教育的重要功能。

### 1 高职学生的特点

目前,我国高职学子多数处在人生的黄金阶段。从这个阶段,个体的生理发育开始逐渐走向完善,并拥有了成年人的体魄和各种生理功能,但我们同时也发现,这一年龄阶段的学生心理发育远不及其生理成熟速度,极易出现身心发展失衡状况。对于高职学子来说,其将面对的一项主要任务便是促进心智日益完善,从而成为一名身心健康的成年人。所以,这个时候也是引导学生迈向成熟的关键期。而当今高职学子面对着复杂多变的社会环境,加之学习和职业压力,极易产生心理问题。高职毕业生心理状况一般具有如下三方面的特征:其一,整体心理素质明显偏低,并存在着强压症、焦虑症、精神病、偏执、压抑、敌意、恐惧、人际关系敏感性和躯体化等不同的障碍;第二种,情感问题较为常见,抑郁、焦虑症、恐惧症等主要表现为情感问题的神经症在高职的心理疾病过程中的比率很高;第三,因心理疾病导致退学、休学的高职学生人数逐渐增多。

### 2 高职学生心理特征

#### 2.1 核心自我评价低

这里的一个自我评估,是指个人对自己知识与价值所持有的一个基础评估。自卑、不自尊,是社会核心中自我要求低下的最普遍的二个现象,严重的时候还可以自暴自弃。调查结果表明,与高职毕业生的专业能力自我评估水平相比与重点普通本科院校的学生总体上比较低,但与重点本科院校的学生比较则明显偏低。在学业层面上,有比较多的高职毕业生直觉的以为自己一定学习不好,甚至觉得就算学习了也无用,或者明显没有很大的学习积极性与动力(部分学生只是对一些课程不感兴趣)。积极或主动参加各种竞赛活动以及学校社团活动的学生并不多,努力进取勇夺奖牌的能力也不够强(多数学生未参加过大型比赛、竞赛、学校社团)。学生在想到或面临就业问题后,往往表现为情绪两极分化,或者求职的时候心理压力过大,心里负担太重,又或是对职业发展不抱任何理想与希望。

#### 2.2 情绪体验不稳定

一些高职学生会显示出了比较显著的情感体验不稳定的心理学特征[3],即在日常生活与学习中易形成不安、暴躁、敌意,或者压抑等情感状态,在某种程度上产生了不可控性。甚至在一些时刻,学生本人也会遭遇自己的这种心理学特征的问题或烦恼。因此本文将不安、

敌意、压抑、烦躁等心理因子作为高职学生中情感体验不稳定心理学特征的几个表现,基于高职学校管理的实际工作经历,高职学子情感体验不平衡是导致学业问题、人际关系矛盾、不服管理和其他问题的主要原因之一。情感表现不稳定心理特征很强烈的人,也容易破罐破摔,和同事、好友交往时由于一些事情就会大打出手,导致重大结果。在与老师、家长与之互动中的障碍或效果不佳。

#### 2.3 厌学情绪严重

新华网网调查后报道,有调查数据表明当前高职学生厌学情况十分严重,高达30%。通过对高职学校开展调查,了解学校对学习的态度,可知学习成绩并不是导致学生厌学情绪的唯一要素。据统计,一些成绩较差的孩子具有厌学心态,而一些成绩良好的孩子却具有厌学的心态。当学生出现厌学心理,则在认知、情感、动机上会出现缺失。若学生对于学习活动缺乏学习动机,则往往会觉得学习没有意思,缺乏学习的积极性及上进心。

#### 2.4 自卑感

一般高职学生在中考后的分数都是十分不理想的,在申报高校失败的情况下,又不得已申报了高职学校,心里有一股低人头等的自卑感。升学前后与同学之间极大的差距更是造成自卑感的重要因素。另外,也有大多数高职毕业生出身乡村或者小镇,家里情况相对贫困,这部分高职学校形成了特殊的家庭环境造成的自卑感。

#### 2.5 抵御挫折能力较弱

通过调查高职学生的学习情况并和老师交流沟通,可知有些成绩优异的学生,当遭遇学业上一两次的滑铁卢后,会陷入自我怀疑的境地,丧失斗志和上进心。有的学生在解答习题时,若遇到存在难度的问题,会选择逃避或通过其他渠道寻找答案,不愿尝试自主解答问题,认为自己无法解除习题,对于学习活动缺乏自信心。有些学生在遇到存在理解障碍的知识点时,往往不是分析怎样去理解这部分内容,而是对自己的智力水平表示怀疑。

#### 2.6 嫉妒心理

一般而言,嫉妒心理可以分为不同的等级。对于程度偏轻的嫉妒,一般难以被他人察觉,处于个体潜意识中。当某个与自己交好的同学,在名誉、地位上比自己优秀,虽然不会想到攻击,但每每想到此事,心理会泛起淡淡的酸涩感。伴随着嫉妒程度的加深,当事人的嫉妒心理昭然若揭,不再能够有效隐藏,在不知不觉之间便会暴露出来。当发展到这种嫉妒层面时,当事人表现出挑剔、造谣等,对被嫉妒者造成人身攻击。当嫉妒的程度进一步加深,上升到非常嫉妒的层面,嫉妒者很有可能因为心理不平衡,导致理智丧失,对对方进行正面攻击,出现伤人、杀人等极端恶性事件。

#### 2.7 自信心不足

经过调查高职学生的心理健康状态,有些学生缺乏自信心,在评价自己时不够客观和全面,担心别人会给自己负面评价,当遇到问题时,第一个念头便是“我不行”“我做不到”等。有些学生为了避免他人

给自己带来负面评价,逃避他人的批评和建议,常常选择躲避和畏缩,利用将自己封闭起来的方式,拒绝接受这一切。若长此以往,会让学生的自卑心理加重,所出现的负面效应会越来越强,让学生陷入恶性循环之中。此外,如果学习者没有自信,在平时教学和日常生活中往往更易产生不安、抑郁等负面情绪。

### 3 高职学生积极心理干预的班级管理措施

#### 3.1 加强思想政治教育

积极心理学指出,养成积极思考方法,进而养成积极思考的技能,就有利于养成主动正向的行动模式。这就同马克思主义哲理中,关于强调内因因素对事情发展起决定性影响的哲理概念相合。所以,高等学校的班级管理工作要继续强化宣传,继续发挥班会、团建、党建、思政课等德育阵地的思政育人功效,并继续发掘利用这些德育阵地的思想德育教学资源,引导高职院校学子树立积极向上端正的世界观、人生观、价值理念,使学员养成积极心理良好习惯,从而激活学生内在的精神力量。养成中小学生正面积极性心理习惯的核心目标是使中小学生在养成正面与积极地自我评价,从而完善自我意识,中小学生在即能意识到自身的优势,也能发现自身的缺陷,并能在正视自己问题与缺点同时保持平常心,才能以积极性正面的态度应对心理健康危机、学业困难与日常生活中出现的问题。而思想与政治教学则重在实现中小学生在自我管理 and 自我教育能力的提高,做到从外在制约与内心约束中各向同性发力于,从而增强学生自觉学习的意志,以便取得事半功倍的教学成效。

#### 3.2 强化家校联动共育

家长的家教对孩子成长开发的重要性,不言而喻。由于高职学生家庭在整体品格培养方面相对薄弱,在教育方面也具有一定困难,对家庭的缺位或不足应承担一定责任,同时,学校管理与家庭教师也是影响学校发展的二条最主要场域,因此家庭对于学生教育本身也有着很大的影响意义。在学生管理工作上一旦出现了困难,学校辅导员和校长就应该及时地和家庭交流,另一方面,通过和家长交流学生好的学习成绩,使他们得到了家长的表扬与激励,社会心理学研究也指出,学生所得到的“社会支持”如激励、肯定等越多,更有利于学生激励上上进,积累社会正能量,培养良好习惯;另外,对学生出现的情况也及时进行了汇报,并得到学生家长的帮助与谅解,共同支持学生们纠正错误或化解风险,切实地把家长变成了学生们遇到问题后的避风港与安全站,而非压倒学生的“结尾一把稻草”。

#### 3.3 调节学生心态,提升他们的心理健康能力

教师需要有目的、有计划的对他们开展心理素质的研究、试验,进行有效的心理指导服务。请心理专家为他们开展心理指导,提升他们的心理能力。高职院校要设置专门的心理咨询与疏导部门,科学的心理培训项目。有助于学生准确掌握自身的心理状态,查明心理困难与病痛的根源,使学生解除自身心理方面的烦恼,维持良好的身心状态,以此提升高职学生的心理能力。

#### 3.4 丰富课外活动,提高实践能力

在大职生空闲的时光中,大学生总是会思考毕业后应该怎么办,或者是产生很多不好的念头。大学生没有去做一点有价值的事来充实自己的内心世界。因此高校还需要多组织一些课外活动,丰富学生的课外知识,引导学生的目光,开阔自己的眼界,培养他们的实际意识。还应该组织各类竞赛,使高职学生从竞赛中不知不觉的掌握专业知识,培养他们的未来应对社会的技能。

#### 3.5 注重正向能力培养

正面心理能力,是个体完成一定任务时的基础心理条件。有了正面的心理状态,个体才能主动应对自身和外部的各类危险、困境,同时还要具有积极处理危险和困境的能力,而这些正面的心理能力又包括了挫折耐受性、情感的控制力、快乐获得能力等。因此辅导员、班主任在平时管理中要多与学生保持交流,对每个学生多一些关怀、引导和激励,并适时进行心理危机干预,通过在平时的关怀与引导、应对方式的引导、心理危机中的适当支持,促使每个学生逐步建立心理韧劲、学习自我调节、取得良好成绩积累。同时,还应多措并举,帮助

学生逐步树立坚强的信心。学生管理过程中,高职老师切不可放任学员的自卑心理、懈怠心态等,而让其完全放弃自主,而是一定要协助其改变自己的学习态度,并采取教育、指导等各种方法协助学员形成优秀的习惯。所以,高职的老师一定要提升学生的自信,其最高效、直接有效的方法就是采取教育合理化的方法提升学生的专业技能,并培育其精神和就业能力。

#### 3.6 加强校园文化环境建设

高级等职业学校首先要做好该校的周边环境(包含校内物质条件、精神文明建设和规章制度健全等)的创建,并尽力营造有益于学生健康成长的良好心理氛围。首先,进行对该校的环境物质要求的净化、绿化、美育等工程,以提供学生一种赏心悦目、轻松愉快的直观感受。第二,进行多姿多彩、有下功夫的读书、运动、文艺、美术、体育运动等各种文化体育活动。第三,做好学校校风、读书习惯和班规建立,贯彻以法治学校教育,完善管理制度,建立和睦、求实、文明、开拓创新的校风和勤思、博雅、活用的校风;做好班规建立,严明学校规章制度,改善学生人际交往,提升向心力,增加集体荣誉感。第四,通过强化我校教育媒体平台构建,通过校内宣传栏、黑板报等,积极传播健康文化科学知识,并探讨社会有关热点话题。同时通过强化学院校园文化生态构建,形成了一种“爱好专长、教学态度端正、全面发展个性、健康向上、人际关系和谐”的良好学校教育气氛。

#### 3.7 加强就业指导

当代高职学生满怀激情,富于理想,勇于追求美好的事物,迫切将自己在学校学习到的知识运用于未来的工作当中,因此,常常对自己毕业后的打算进行种种美妙的设计。在这关键时期,作为职业教育者更要重视了解他们心灵上的起伏,并重视解决因为不满社会引起的强烈的紧张、无助等不良情绪表现,及其由此引起的恶劣作风,防止学生对社会出现戾气,乃至厌世等错误的看法与行为。引导他们形成合理的择业观。与此同时,高校还应加大就业指导的建设,充实本科生的求职能力,拓宽学生的就业途径,做到疏导结合。高职院校应重视毕业生的就业指导工作,为推荐高职毕业生就业搭建信息沟通平台。利用公共信息平台向社会公布学校毕业生的个人基本状况和特长,同时也向学校毕业生公布社会招工信息;向应届本科生宣传就业政策法规,说明目前的就业趋势,并传授择业技能。让研究生学会自我介绍自己,并不断地探求从业规律;组织学生参观各种人力资源市场;邀请企业生产、管理工作、咨询服务等第一线的专业技术大师、行业栋梁以及杰出毕业生来校开展现身讲解,激发并引导学员们加强专业思想,立志发展的潜力,逐步形成了优良的校风、学风和崇高的道德。

#### 结束语

高职院校的年级管理是个长期工作,辅导员和班长是校园管理的领导人,校园、教室和宿舍及校园公共场所也是管理的主要场所,家长的支持更是缺一不可。要从“进一步构筑课堂教学、活动、咨询、预防干预、平台保证‘五位一体’的心理健康教育工作布局”的需求入手,贯彻儿童本位的教育思想,用好心理教育的关键切入点,进一步增强学校教育治理能力和立德树人的实效性。

#### 参考文献:

- [1]吴建斌.高职心理健康课程改革与探索[J].中国职业技术教育, 2020(8).
- [2]古志华.试论新时期开展高职学生心理健康教育的若干策略[J].世纪桥, 2020(3): 103-105.
- [3]边帅.高职院校学生心理健康状况分析及管理对策分析[J].公关世界, 2021(2): 115-116.
- [4]吴艳芳.高职学生心理健康现状分析及教育措施探讨[J].现代商贸工业, 2021, 42(6): 70-71.
- [5]冯晓光.高职人才培养中存在的问题[J].教育发展研究, 2002, 9.
- [6]位国清.创新中等职业学校学生管理模式——人文关怀视域下的班主任管理工作[J].新教育时代电子杂志:教师版, 2020: 45-47.