

高职生的心理健康教育

张光霞

(天津城市职业学院机电系 300250)

担任辅导员工作多年,个人感觉学生的学习积极性与辅导员的工作热情和细致周到正相关的相关性很大,高职的学生法律上已经成年,而且他们自认有见识,想要更多的发挥空间,但是希望被关注、被尊重的意识也会越来越强。所以,作为辅导员既要总体上严格细致管理,又要针对学生的个性差异区别教育,让我们的学生既能适应社会团队的需要,更能保持独立创新的发展空间。

我所带的班级都是机电专业,工科学生的特征明显,做事讲求原则,个别学生还有点儿认死理,动手能力强相对而言文字驾驭能力稍弱一些,这些学生虽然独立意识较强,但是毕竟刚刚离开家心理上还是愿意把自己当孩子宠,如果老师能够让他们体会受宠的感觉,学生是很愿意听老师的话的,我就是抓住了学生的这一点心理解决了很多学生的心理问题和学习拖延症等高职学生普遍存在的不良行为习惯问题。

我们班有一个学生,从他入校的第一天,我凭经验就感觉这个孩子很聪明但是也很懒散,如果这个学生在教室里带头起哄凭他的聪明劲儿,绝对能够达到响应者众这个效果。所以,我给自己定的目标是,一定要让这个学生站在老师的立场帮助老师来管理学生,而不是站在老师的对立面以抵触老师的决定为荣。我查看了全班的学生档案,重点看了这个学生的档案,单亲家庭,初中和高中都是普通学校,高考低空飘过考入我校,以我的经验是上学的时候没有使全力,凭自己的小聪明一路有惊无险的上了大学,我想到了我要做的第一件事情就是帮助他克服他的侥幸心理,让他认识到踏踏实实做人 and 为有准备的人降临的机会之间的相互关系。

机电专业每年新生入学都会为新生做专业介绍,然后根据学生的兴趣分岗位重点学习,有的岗位的老师会带领学生参加职业院校的技能比赛,如果能在比赛中获奖对学生将来升入本科院校和就业都是很有帮助的,我们班的指导教师在选择参赛选手的时候会参考辅导员的推荐意见,我想这是一个机会,我一定要推荐这个同学,当时我就想他的散漫可能不会让他坚持很久的艰苦训练,果然,没过两个星期,指导教师就和我反映要把他退回了,我找他深谈了一次:知道参赛对你以后意味着什么吗?老师是非得培养你去参赛吗?你现在觉得参加训练的困难是什么?等等。学生也意识到了指导教师的反馈不是很好,刚开始的时候他还满不在乎的说不参加就不参加,当我从受人尊重的角度和为家长争光的角度出发辩驳他的时候,我明显感觉到他有反映,慢慢的他和我谈,他的家长都说他没用,已经很久没联系他了,只是通过爷爷奶奶给他生活费,平时几乎没有联系。我给了他第二次机会,请辅导教师再观察一个月,如果还不行就退回来。

这一次我重点关注了他的训练学习,每次他去训练的时候,我都鼓励他,语言上生活上多关心他,实际上几句温暖的话语就会让这些被家庭遗忘的孩子重拾笑颜,我经常去他们的训练场地看他的训练,和指导教师沟通他的训练情况,毫不吝啬表扬和赞美,这些话开始的时候他还觉得不好意思,慢慢地他也

就习惯了老师对他的认可,我们师生间的关系融洽起来,他的学习热情也慢慢提升,自己表态了:老师我一定要抓住您给我的这个机会,为自己博一回。

每个学生的进步都是老师的骄傲,我们的高职院校由于辅导员是一人多班制,所以有时候难免有些学生会顾及不到。比如,我所带的班级里有一位女生平时遵守纪律,寡言有礼存在感低,按我们辅导员之间的话是不召灾不惹祸的一个学生,但是就是这样一个学生给我敲响了警钟。我记得是一个初冬的早晨,我刚从晨检中回来,就听见敲门声,一声“请进!”之后,就见该生低着头,畏畏缩缩的进了门,“老师我不想活了!”,话音未落,她已经开始痛哭流涕。我心想:她是不是又想起了前不久因沉迷于网络游戏而溺水身亡的弟弟了?于是,我走过去,将她扶到椅子上坐下,“发生什么事了?”我一连问了三遍,她只是哭。“再大的问题总有解决的办法,你既然找到老师,就相信和希望老师帮助你解决问题,可你不说出来,老师怎么帮你呢?”经过劝说,她也平静下来,向我说出了事情的经过。原来,她在前一天晚上与在广州打工的父母通了电话,得知母亲有些精神失常,而在家中读高中的妹妹又不听话贪玩不好好念书,觉得生活没意思,想跳楼自杀。“老师,人这一辈子活得太累了,还不如一死了之!”她悲切地看着我。我马上意识到问题的严重性,学生是困于纷乱的生活环境走不出来了,我必须帮助她面对现实,迎难而上,用自己的努力创造一个温暖的明天。我给她倒了一杯温水,慢慢的劝解她:你为什么会有这种想法呢?如果只是觉得亲人们不遂你的意你就想死,那么我认为是你在抛弃他们,抛弃你的至亲之人;你想到过生你养你的父母吗,他们用二十年的光阴养育了你,如果你走了,他们会是如何的悲伤流泪,生而为人要让父母以你为傲而不是因你而痛哭;你从偏僻的农村来到天津这座大城市学习深造,是村中的佼佼者,大家还等着你学业有成,回报父母,回报家乡呢!……通过谈心,我基本弄清了该生的个性缺陷和认知错误,其家庭的不幸及本人遭到的人际关系的挫折,使她性格内向、孤僻、不合群,于是我对她说:“对你家庭的不幸我也很同情,但是你作为当代大学生,应该树立正确的人生观,价值观并使之内化为自己的观念,给妹妹树立榜样,好好学习,将来挑起家中的重担啊!”只见她抬起头,脸上露出吃惊和感激的表情。“你知道吗,咱班有位同学,母亲去世,父亲有病,只靠救济金维持生活,每天放学要打工,还要照顾父亲,但是该同学乐观、顽强。”她在对比中寻找着自己的差距和幸运。“你平常接触同学的面太小,不太了解别人,别人也不了解你,实际上,当你知道了这个世界上别人同样有很多不尽如人意的东西,你就会感到自己遇到的困难微不足道了。”她点头称是。

这次谈话之后,我开始关注这个默默无闻的女孩子,有意识的让她承担一些服务活动,在学校组织的文体活动中让她负责后勤援助,和同学们接触的多了,她也能敞开心扉交到了朋友。期末考试后,她跟我说:“老师我这次考的不错,英语四级(下转第 106 页)”

(上接第98页)

肯定能过,我要好好学习,为英语六级和明年的励志奖学金努力”,她终于从痛苦中走出来了,我感到由衷的高兴,拍着她的肩膀,信任地对她说:“我相信你一定会成为生活中的强者。”

高职学生教育中,经常会遇到因为家庭的不幸而导致学生心理问题,个别学生会困于自己的小圈子里走不出来,虽然我们的辅导员不是专门的心理治疗师,但是我们在日常工作中不可避免的要帮助学生解决心理问题,如果说有什么法宝的话就是对学生的关心和爱,有爱的孩子就是阳光下最快乐的禾苗,他们会努力生长充实自己。

从这个学生的身上我也开始反思我自己的工作,每个学生都应该被关注,辅导员不能因为任务量大就忽视某一个学生,我要尽我所能让每位学生都感受到我在关注他们,让每位同学都有存在感,我们是一家人,互相关心共同成长。

在与学生的交流中,让我也认识了很多新鲜事物,这些年轻的学子拥有对新鲜事物的包容力,他们可以很快的学会一个软件的使用,很快地找到一个游戏的攻略,在数字经济时代中,可以很悠闲的利用现代科技的高效为自己的生活和学习提供便捷,有时候我在处理工作的时候都要麻烦学生帮我的忙,可以说某些方面他们是我的老师,作为辅导员我勇敢地承认我的能力不足给学生展示自己的机会。有一个刚毕业的学生让我至今记忆深刻,毕业前夕学院组织全校各班合唱比赛,我是个音痴,所以接到这个活动的时候我只想着到音乐老师那里排队,看看音乐老师什么时候能辅导我们班,但是班里一个平时我们称为“杠精+戏精”的学生自告奋勇要承担歌唱比赛组织的活动,他不仅歌儿唱的好,而且对比赛特别有想法,这让我眼前一亮,虽然平时我对他老是不放心,但是抱着试试看的心态我让他全权安排本班的合唱比赛事宜,这个学生给我的第一个惊喜是他花了一天的时间给我提交了一份排练计划,第二个惊喜是他安

排了合唱中的多种展现形式(分声部、闪退等等),第三个惊喜是他居然能让四十多个同学都听他的安排。这次活动中,我虽然也多次参与排练管理,但是我觉得这个学生功不可没,所以在班会课上,我总结这次活动的时候问了全体同学一个问题,我们班在班班唱活动中取得的成绩归功与谁,有的学生说是老师,有的学生说是××同学,我总结到,第二功臣是××同学,第一功臣我们全体,我们全班的团队合作力让我们拧成一股绳,在优秀领导××同学的带领下大放异彩,一战扬名,让全学院的师生都知道我们××班的大名。学生们在这次班会中也是畅所欲言,我感觉学生的竞争意识和集体向心力都有大幅度提升,从这次这个事情上我感觉到教师要给有才能的孩子搭建发挥特长的平台,核心因素是要信任他们,不能忽视每一个学生的创造力哪怕他平时表现的差强人意。

总之,辅导员不仅要在日常思想政治教育中发挥作用,也要给学生更多的关心和爱,注重增进大学生心理健康,提高大学生心理素质中发挥积极作用。平时可以通过个别面询、团体辅导活动、心理行为训练、书信咨询、电话咨询、网络咨询等多种形式,有针对性的向高职学生提供经常、及时、有效的心理健康指导与服务,关心每个学生让每个学生都感觉到集体的温暖和成长的快乐。

参考文献:

- [1]李水莲.论高职学生管理中赏识教育的有效运用[J].现代经济信息,2017(22):398.
- [2]何夏玲.高职学生学业不良的心理析因与教育对策[J].科海故事博览,2012(9):166.
- [3]朱泉明.高职学生管理存在的问题及对策研究[D].贵州财经大学,2012(05).