

中职学生心理问题干预

邓晓燕 张志明

(西双版纳职业技术学院 云南景洪 666100)

【摘要】在现实生活中,中职学校很多学生都未养成良好的行为习惯,存在厌学心理,比较叛逆敏感,责任心相对较差。再加上学习成绩较差,经常面对家人、亲友的指责与批判,所以存在心理问题。同时,目前中职学校教学重心为专业技术以及文化课,对学生心理的关注度相对较低,这也就导致他们的心理问题难以及时得到排解和疏导,甚至愈演愈烈,对他们的身心健康发展造成了较大的消极影响。鉴于这种情况,本文首先简单概述了中职学生心理问题干预的必要性,然后细致分析了中职学生常见心理问题,最后提出了几点针对性干预策略。

【关键词】中职学生;心理问题;干预策略

DOI: 10.18686/jyyxx.v3i11.61440

在我国教育体系里面,中职教育属于重要的组成部分,也是专业技术人才培养的主要阵地。同时,随着社会的不断进步,企业对专业技术人才的要求也在不断提高,除了需要他们拥有扎实的知识储备,过硬的专业能力,还需要具备良好地心理素质,这样才能将自身能力充分发挥出来,更加高效地完成工作。但是,由于受到人际关系、成长经历以及自身性格特点的影响,很多中职学生实际上都有着从众、自卑等心理问题存在,甚至一些学生会因此无法顺利完成工作。在这种背景下,传统教育模式暴露的问题越来越多,中职学校必须转变教学管理观念,加强对学生的心理干预,及时发现并解决学生存在的心理问题,这样才能推动学生的身心健康成长,培养出更多满足时代发展需要的高素质技术型人才。

1 中职学生心理问题干预的必要性

中职学校的学生年纪基本上都在15到18岁间,正处于情感、生理以及认知等心理发展的关键阶段,而且还面对着大量成长中的烦恼,因此很容易发生心理问题。如果不能及时做好心理问题干预,他们会有很大几率形成错误的价值观念。同时,中职学校在教学管理过程中,准确把握学生的心理状态,展开针对性更强的心理干预,可以将自身教书育人的职责最大化发挥出来,更好地实现立德树人的教育目标,并且及时化解学生在学习成长过程中出现的心理危机,使学生们能够更好地适应新生活与新环境,增强他们的适应能力,为他们日后的成长发展打下更坚实的基础。除此之外,能够更好地解决当前中职教育存在的特殊性矛盾。对于选择中职学校的学生而言,专业选择也是他们人生中首次职业抉择,他们对中职阶段学习方式以及发展方向的认识均比较匮乏,而且需要在完成知识学习的基础上,做好职业规划,并更早就会承担就业压力,所以很容易在人际交往、自我定位以及求职择业等领域出现心理困惑。面对这种情况,中职学校需要有效完成对学生的心理教育和引导,能够及时化解这些困惑,增强学生的自信心,并引导他们养成坚韧不拔、不怕困难的优良品质,为他们的全面发展提供更有有力保障。

2 中职学生常见心理问题

2.1 目标模糊且缺乏自信心

家庭对人的成长发展有至关重要的影响,而在现实生活中,很多家长都会将自己的孩子与别人孩子进行比较,特别是中职学生成绩都相对较差,因此在家长的比较过程中,经常被当作反面教材,并总被训斥,这也就造成了很多中职学生不仅没有被激起奋斗心理,反而失去了方向与目标,产生了自卑的心理,难以准确发现自身的潜力与特长,自信心越来越差。

2.2 存在攀比心理与小团体

随着时代的快速发展,社会风气也开始渗透到校园当中。因此,现在中职学校已经如同小社会一般,学生经常会组成各种小团体,再加上年纪较小,自控能力相对较差,再加上好胜心较强,所以很容易发生打架斗殴、观风相望的现象,导致校园出现较为严重的不良风气,而且这种风气抑制难度相对较高,致使很多学生走上歧路。同时,在现实生活中,很多人都有着攀比心理存在,会比较谁家有钱,谁的名牌服饰、包包、化妆品更多,甚至会因此私下借贷,而且还会对其余本来没有这方面心思的学生造成影响,阻碍了他们正确思想价值观念的形成。

2.3 过度自我而且比较叛逆

现在一些中职学生因为年龄相对较小,心理不够成熟,再加上都是独生子女,在家中比较受宠,所以过度自我,凡事以自我为中心,并因此出现了严重的叛逆心理,经常会和学校、老师以及家长对着干,越不让做什么,越要去尝试。同时,部分学生存在较强的虚荣心,为了表现自身与他人不同,会故意做一些不符合规章制度的事情,像是在课堂当中交头接耳、打游戏、逃课、染发、穿奇装异服等等。除此之外,由于心理过于敏感,因此经常会曲解他人善意的提醒与建议,将所有责任和错误都放在别人身上,不会主动认识自己的错误。

2.4 容易受外界不良因素干扰

中职学生基本上都已经趋近成年,产生了成人感,各方面都在朝着稳定的方向发展,更加追求自我独立,自我意识也在持续提高。然而,他们却依旧处于青春期阶段,情感非常丰富而且不稳定,缺乏足够的社会经验,对新鲜事物都充斥着好奇心。在遇到事情的时候,难以准确完成是非判断,而且比较冲动,很容易受外界不良因素干扰而

感情用事,产生极端的兴趣,做出偏激的行为,和同学、朋友、老师甚至家长出现争吵乃至剧烈冲突,做出无法挽救的恶劣行为。

3 中职学生心理问题干预策略

3.1 加强心理健康普查,制定针对性心理干预制度

在中职学生教学管理过程中,要想更好地完成心理健康教育,引导学生树立正确的目标,增强学生自信,中职学校应该认识到学生情况各有不同,定期对学生的心理健康情况进行普查,为每位学生建立专门的心理健康档案,制定更具针对性的心理干预制度。同时,在心理健康普查的时候,应该关注学生是否有先天性疾病存在,肢体功能是否存在问题,家庭成员和收入情况,确认他们的言行是否正常。然后结合调查结果对学生进行分类、分层管理,从而有效提升心理干预的针对性和有效性,及时完成对学生的心理疏导。除此之外,细致讲解专业发展方向,并做好对学生的心理暗示。在实际教学过程中,各专业教师应该在理论知识讲解和专业技能培养的时候,适当融入专业发展方向以及可选岗位介绍,帮助学生做好职业生涯规划,引导他们树立正确的发展目标,并且注意在学生做出良好表现的时候给予及时地激励与表扬,从而有效增强他们的自信,消除他们的自卑心理。

3.2 优化校园环境,营造健康和谐的学习成长氛围

环境对学生成长发展有着非常大的影响,中职学校很多学生出现攀比心理和小团体情况的原因除其自身有心理问题存在外,校园环境也是重要因素。这主要因为相比于长期生活在不公平环境的人,生活在公平世界的人心态更加良好与端正,会更为遵守相应的原则。在这种情况下,小团体情况会不断减少,对自身情况也有更为清楚的认知,自然也就不会和他人进行盲目攀比。因此,中职学校在教学观念过程中,应该认识到校园环境对学生心理健康成长的重要影响,在开展心理健康教育课的同时,优化校园环境,构建公平、公正、公开的竞争环境,营造更加健康和谐的学习成长氛围,从而使学生的心理在潜移默化中得到积极影响,帮助他们更加清楚地认识自我优势与不足,消除他们的攀比心理,减少小团体情况,为他们的健康成长夯实根基。

3.3 优化心理健康教育体系,明确心理干预策略

要想切实消除学生的自我与叛逆心理,中职学校不单单要做好心理课程教学,还需要加强对心理干预的重视。尤其是教师在实际教学过程中,应该在知识讲解的基础上,密切注意学生的行为和心理变化,加强和学生的交流,真正走到学生内心深处,和学生成为朋友,从而更加深刻

地了解学生,使学生愿意听取自己的看法和意见。同时,针对学生存在的过度自我与叛逆行为,班主任、任课教师、宿管人员应该及时向心理健康教育中心反馈,及时给予针对性干预与指导,消除他们的心理问题。并且学校应该定期组织学生心理健康情况研讨会,所有教职人员共同参与其中,分析学生存在的异常行为,探讨现行心理干预措施存在的不足且予以优化。除此之外,中职学校应该提升对心理健康干预的重视,成立专门的干预部门,并进行工作任务的细化,明确教师应该承担的责任,按照立德树人的要求,投入更多人力、物力以及资金,进而为心理健康干预的高效展开提供充足物质保障。

3.4 打造心理健康防火墙,避免不良因素进入校园

中职学生正处在心理与生理成熟的关键阶段,他们对所有新鲜事物都存在浓郁的好奇心,会想要尝试与探索。然而,中职学生自身的判断能力则相对较差,在接触新鲜事物的时候,如果遇到黄色、暴力等不良信息,则很容易受到错误的影响,沉迷于其中。因此,中职院校要想更好地引导学生走在正确发展道路上,不单单要做好心理健康教育,还应该认识到不良因素会对学习造成的消极影响,努力将不良因素抵制在学校之外,从而更好地避免不良因素对学生造成的诱惑,为他们的心理健康成长提供更有保障。例如,中职学校可以为学生提供免费的报刊阅览室,并加强信息安全建设,提高校园局域网的信息过滤功能,以此来避免学生过度关注所谓的新鲜事物,将他们的注意力集中到学习相关信息方面。另外,针对当前学生频繁应用智能手机的情况,避免互联网中参差不齐信息对学生造成的不良干扰,中职教师应该完善规章制度,限制学生在校园当中使用手机的时间,进而营造更为健康的成长环境。

4 结语

总而言之,在现代社会当中,很多中职学生都有着一定的心理问题存在,像是过度自我、喜欢与人攀比、不够自信、没有方向与目标以及叛逆心理严重等,而且还很容易受到外界不良因素的干扰,对他们的全面发展造成了极大阻碍。面对这种情况,中职学校应该加强心理干预的重视,在开展心理健康教育课的同时,成立专门的心理辅导部门,密切关注学生的心理状态,营造健康积极的校园环境,并注意将不良因素抵制在校园之外,及时对学生展开分级分类引导,从而更好地消除他们的心理问题,保证他们的身心健康发展。

作者简介: 邓晓燕(1968.8—),女,瑶族,云南勐腊县人,副教授,研究方向:儿科护理学,学生管理工作。

【参考文献】

- [1] 朱敏,连会斌.浅谈中职学生心理健康问题与教育策略[J].山西青年,2021(10):197-198.
- [2] 马力.当代中职学生常见心理问题及疏导路径[J].山西青年,2021(7):157-158.
- [3] 黄丽芬.中职学生存在的心理问题及调适策略[J].新课程研究,2020(32):15-16.
- [4] 蓝悦嘉.中职学生常见的心理行为问题及干预研究[J].青年与社会,2020(16):82-83.