

“互联网+”环境下的中职学生心理健康教育探讨

◆赵洁兴

(盈江县职业高级中学)

摘要:随着我国教育事业的迅速发展,中职院校学生的心理健康问题受到来自社会各界的广泛关注。学生只有具备良好的心理健康素质,才能使得他们在未来发展的过程中能够更好的发挥自己的个人潜能。因此在实际教学中,学校领导及教师需要做好学生的心理健康教育工作,结合实际,发掘学生在学习的过程中产生的一系列问题。通过科学有效的方法,提高学生的心理素质,使得他们的身心健康得到发展。本文通过对“互联网+”环境下中职学生心理健康教育的现状展开探究。找出在学生心理健康发展的过程中存在的问题,提出了相应的解决措施,促进学生的身心健康得到更好的发展。

关键词:“互联网+”;中职学生;心理健康教育

0.前言

党的十八大明确规定要将立德树人作为我国教育的根本理念,要求在学生培养知识的掌握能力的同时,要注重培养学生的心理健康教育。在“互联网+”环境下,中职院校在培养学生的心理健康的环节中出现了很多问题。因此,我们要科学运用“互联网”的环境开展心理健康教育,运用合理、有效的培养方案提升学生的综合素养,推动他们身心健康的全面发展。

1.“互联网+”环境下中职学生心理健康发展现状

目前互联网+环境下,中职院校学生的心理健康问题主要表现在以下几个方面:一方面,由于中职院校学生的学习积极性不高,导致他们在学习过程中容易产生厌学心理。在互联网+的背景下,大部分学生沉迷于网络,网络资源越来越丰富,使得学生容易在上网的过程中误入歧途。同时“上学无用”的思想理念已经深入到中职学生的思想中,阻碍了学生学习的积极性。另一方面,学生的人际交往区域越来越小,受到互联网的影响,很多学生将他们大部分时间都花费在网络聊天上,使得他们缺乏与身边的同学以及父母之间的沟通与交流。例如,目前大部分中职学生通过QQ、微信与微博等平台交流,导致他们在实际生活中语言沟通能力逐渐减弱,甚至受到网络的影响较深,他们出现畸形的发展状态。第三个方面是学生的心理问题。由于现在的学生大部分都是独生子女,受到父母的过度溺爱,导致学生在成长的过程中过于注重个性,自我意识逐渐提升,他们的情绪控制能力也越来越差,他们很多时候都以自我为中心。与此同时,他们的心理承受能力也较弱。

2.目前我国中职院校学生心理健康教育普遍存在的问题

2.1 教师素质整体偏低

目前我国中职院校的学生的心理健康方面存在很多问题。首先中职院校开展心理健康教育的环境中,相关教师的专业素质偏低。互联网环境下要求教师对学生进行心理健康教育的同时要根据实际,不断提升自身的专业技能。然而由于在教育的过程中受到资金方面的限制,使得中职院校教师的专业技能性不高。

2.2 教学模式单一,内容简便

在开展心理健康教育的过程中,教师的教学模式过于单一,教学内容过于简易。在互联网背景下,中职院校的心理健康教育依然停留在课堂教学中,导致教师在教学中无法结合学生的实际学习情况,制定相应的教学策略,使得教师的教学质量总体偏低。

2.3 教学方法不科学

由于中职院校教师的教育方法不科学,他们没有将心理健康与实际教学内容相融合,使得学生在学习过程中没有较大的学习兴趣,无法提高他们学习的积极性。其次,由于学生自身的因素,导致在开展心理健康教育活动的过程中,学生的心理承受能力不高,没有形成相应的核心价值观念,使得他们的身心健康无法得到健全。

3.“互联网+”环境下加强心理健康教育的措施

3.1 中职院校在“互联网+”背景下开展心理健康教育

中职院校需要通过互联网构建相应的网络心理健康教育平台,在实际教学中,教师要充分运用互联网的相应技术,积极发

挥学生喜欢上网的优势,运用科学、有效的方法,培养学生的创新精神。同时要结合实际,依据学生的心理健康发展现状,运用“互联网+”不断增强学生的心理健康意识。通过建设心理健康教育平台,增进教师与学生之间的互动与交流,让学生通过网络学习,激发他们的学习兴趣,提高他们的自主学习能力。例如,在实际教学中,教师可以鼓励学生运用手机、计算机等设备,登录校园心理健康教育平台,在遇到问题时及时向老师进行提问,教师也要耐心地向学生进行解答,解决他们的困惑,促进师生之间的交流,提高学生的心理健康。

3.2 强化对学生心理健康教育的建设

目前大部分中职院校的学生心理健康方面普遍存在缺陷,因此学校要强化对学生心理健康教育的建设。在实际教学中,教师要将健康教育理念与教学的内容相融合,科学引导学生学会面对自身的心理健康问题,并且解决它们。例如在开展语文教学的过程中中教师需要在培养学生人文精神的同时,将人文精神的理念融入实际教学中,提高学生的心理素质。其次在实际教学中,教师要将心理健康理念与学生的实际生活相融合。中职院校的教育目标是为了提升学生的实践能力,因此在实际教学中,教师需要将心理健康教育的教学理念适当的融入到生活实践中,在培养学生心理健康的同时让他们有一种职业的代入感。与此同时要培养学生学习的积极性,提升他们的专业技能,培养他们的创新精神,让他们在学习的过程中具备知荣辱的观念,让他们意识到在学习技能的过程中单单掌握书面上的知识是远远不够的,要把知识理论与实践相结合,才能更好的提现个人能力。

3.3 完善心理咨询室,加强对教师专业技能的培养

中职院校在实施心理健康教育的过程中,需要开展相应的心理咨询室。目前由于中职院校在资金方面受到了一定的限制,因此在开设心理咨询室需要不断完善其设施。同时,学校要强化教师队伍总体素质的建设,通过定期培训的方式,使教师能够掌握最新的专业技能,促进他们在今后的教学中可以将更专业的知识水平教授给学生。在实际教学中,教师要结合学生的实际心理发展状态,应用适当的教学方法对学生进行鼓励和引导,帮助他们解决心理上的问题。

4.结语

综上所述,在“互联网+”环境下开展心理健康教育,需要中职院校加强对学生心理素质的提升。在实际教学中,教师要不断提升自我能力,结合实际依据学生的心理健康发展情况,运用科学、合理的方法引导学生应对他们的心理问题,并且解决这类问题,健全他们的身心健康。

参考文献:

- [1]杨倩,李义鹏.中职院校学生心理问题分析及心理健康教育对策研究[J].科技视界,2014(5).
- [2]林栋.中职学生心理健康问题及教育措施探讨[J].西部素质教育,2016(7).

