

生态系统理论在中职学校家校共育建立心理健康生态圈的探索 and 运用

◆周庆文 茅燕萍

(上海市医药学校)

摘要: 本文根据生态系统理论, 以中职校学生的品格塑造为基础、倡导学校-家庭共同携手帮助中职校的青少年全面发展。中等职业技术学校的学生在学校接受教育的过程中如果没有心理健康的介入和家庭教育的配合, 教育的效果将得不到体现; 同时, 我校着力打造帮助学生解决问题提升自己的综合实力的。通过以心理健康教育为手段促进班主任、教师更好的助力学生和教师自我。形成合力, 让学校和家庭这两大中间层次相互协调, 帮助中职生在心理上和生理上得到良好的发展, 共同创建家校共育学生心理健康生态圈

一、生态系统理论

生态系统理论是美国著名心理学家、社会学家布朗芬布伦纳(Bronfenbrenner)在《人类发展生态学》提出的。此理论认为基于生态学的视角, 强调环境作为一个复杂的系统对人发展的影响, 每个个体的发展都是嵌套于相互影响的一系列环境系统之中的, 同时系统与个体相互作用也影响着个体的发展。生态系统理论把家庭、学校、社区、社会等环境因素看作是一个网络, 并认为个体一生都是在这样一个环境网络中发展的。个体的发展不是孤立地进行的, 而是在与他们的家庭、学校、社区和社会的关系中不断发展的。生活在多个环境系统中的个体, 与他人和环境之间的交互作用是发展的关键。

生态系统理论贡献是扩大了心理学研究中环境的概念。传统的发展心理学研究中关注的只是影响个体的现有、当时的环境, 布朗芬布伦纳生态系统理论将“环境”的范围拓展得更加宽泛、更为复杂。生态系统理论中的四个系统之间存在千丝万缕的联系。对环境影响的详细分析, 可以帮助我们找出影响儿童发展的因素, 从而指导性地给予个体及时的干预。

社会生态系统理论自问世以来, 就在儿童和青少年发展研究方面得到广泛应用。直到今日生态系统理论也为建设家校共育学生心理健康生态圈提供了一套完整、有力的理论模型。

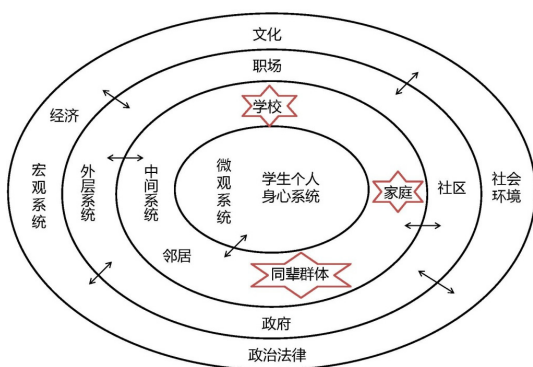
二、中等职业院校学生心理健康特点及现状

青少年期不仅是身体发育的重要时期, 更是心理成长、塑造完美人格的关键时期。生理变化和社会生活变迁使他们无所适从, 成长过程会呈现出独特的心理特点。而中职校学生的年龄大多在(15-18)岁之间, 正属于青春发育特殊时期, 他们有着号称“荷尔蒙风暴期”的困难期、困惑期和负重期。具有容易激动、矛盾重重、跌宕起伏、阴晴不定的心理特点。他们常常个性鲜明、活泼好动、情绪丰富而强烈同时情绪起伏变化也很大, 也不稳定及容易冲动。再加上中职学校的学生个性较张扬, 同时也非常的自卑, 常以桀骜不驯的方式来表达自己。而作为学生学习方面他们又普遍文化课基础薄弱, 大部分学生的学习动机及学习习惯不良, 常常存在着学习文化课困难、厌学、学业不良的问题。也有部分学生的家长会对孩子强加过高的期望, 学生的自身能力和基础又很有限, 加之当今社会也对中职校学生也存在着偏见, 未来的社会又有着激烈的竞争压力, 给中职生造成了过重的压力和困扰。从这些现状来看, 中职校学生们存在不容忽视的心理健康问题。集中表现在需求、动机、情感、意志、习惯等非智力因素导致文化课成绩欠佳中考失利, 往往迷失自我, 会有产生强烈的自卑感, 进而产生逆反、孤独、早恋、追星等偏差行为; 学习方面容易考试焦虑、不思进取、迷恋网络、厌学、甚至违反校纪校规以寻求自己的独特性; 而一旦面对挫折又会容易一蹶不振甚至自寻短见等。

三、生态系统理论视角下的中职生心理特点影响因素分析

根据生态系统理论, 结合当前中职生所处的时代特征及社会特点, 本研究尝试把影响中职生的个人身心健康最直接因素作为主要的工作重点, 着力在中间系统: 家庭支持环境、学校支持系

统、同辈群体环境三个方面, 学生不同环境的互动和相互作用过程中不同程度地影响着其心理成长的水平。其关系如下图所示。



(一) 心理健康及心理成长

心理健康是“无生理疾病和缺陷, 具备完整的身心状态和良好的社会顺应力”, 其标志是: ①无疾病; ②有积极向上发展的状态, 核心是自尊同。心理发展指个人在整个生命历程中所发生的一系列积极的心理变换, 是矛盾不断运动的过程。积极心理品质是思想情感和行为等方面的积极品性的结合。成长、健康、发展、积极品质等都是心理学中关于个体发展研究的重要概念。其共同点在于均以心理过程和个性心理为基础, 心理成长是人整个发展过程的心理变化。

(二) 家庭环境与心理成长

影响未成年人心理成长的因素纷繁复杂, 目前有较明确的共识: 个体心理成长受心理行为和社会文化共同影响。社会文化因素应从中间系统的家庭、学校和外层系统的社区 3 个方面出发, 对于中职校的学生来说, 学校和家庭在很大程度上影响着其心理行为的走向。生态系统理论指出青少年活动和交往的直接环境是家庭和学校。中职校的“90 后”们普遍存在着网络沉迷、学业倦怠、代际冲突频繁发生, 不但表现为师生关系不良, 还突出表现在家庭中亲子关系的恶化; 自我的个体部分会出现性征体相不如意、责任能力不足、逆反意识强烈、不良习惯众多、负面心态较多等心理成长问题。家庭是孩子心灵的港湾, 家长是孩子的启蒙老师, 家庭环境和父母的教育在学生成长的过程中扮演着十分重要的角色。学生几乎每天都在和父母所营造的这个环境中进行着各种互动, 互动的过程中父母的一些看法和观念就会对孩子起到润物细无声的效果。学生们在这种环境下经过长期耳濡目染就会形成一种心理暗示, 往往透过父母的眼光来确认自己的自尊。

家庭环境是学生教育的起点, 中职学生家庭普遍家长文化素质较低, 教育理念普遍较差, 单亲养育方法不得当: 有的家庭父母关系不和, 学生缺少关爱; 也有的家庭对学生过度溺爱, 学生缺乏自立, 这些都造成学生性格扭曲容易产生心理问题。对中职学生社会上有些偏见和歧视, 造成中职生心理压抑、自卑, 容易对这些社会不良现象缺乏研判, 不能客观分析和判断。

(三) 学校系统与心理成长

对中职生而言, 同伴关系、亲子关系和师生关系是心理成长最重要也是最主要的三大社会关系。除了家庭, 在学校的支持系统就尤为重要了。学校支持系统主要是教师、同伴营造的有规律获得直接经验的系统, 对他们的身心健康成长及其重要。由于独立意识和批判思维的发展, 中职生对父母和老师不再言听计从, 易与权威的代表-老师发生冲突, 且冲突的情感成分逐渐增多。中职阶段师生关系始终保持在一个较差的水平。中职校的老师也常常会有些职业的疲倦感, 有些会对中职学生带有不爱学习、问

题学生的偏见,这更需引起重视。

中职生同伴交往有以下特点:朋友关系的作用日益明显,交往范围扩大,交往层次增多,交往的亲密性、稳定性和选择性等均随年龄增长而不断变化。中职生对交往对象的选择也更加挑剔和严谨,他们追寻志趣相同、性格相近、烦恼相似且能相互理解的知心朋友,在同伴选择上逐渐从同性别向异性别过渡。虽然人际交往的主动性、坚韧性果断性自制力均有所增强,但相应自我控制能力包括情绪自控、行为自控和思维自控等尚需进一步的发展。

学校心理健康教育有所欠缺。部分中职学校领导层面认识不足,专业人员缺乏,资金预算不合理等原因,对学生的心理健康服务流于形式,较少关注学生心理变化,未能关注学生心理素质和心理健康水平,这无疑也对学生的心理产生了相当大的影响。

四、家校共育学生心理健康生态圈的建构策略

针对中职学生不同于普通中学学生的心理特点,我们上海市医药学校在家校共育学生心理健康工作中做出积极的探索和实践,着力打造家校共育学生心理健康生态圈,也取得了可喜的成效。

首先共育学生心理健康上党政领导重视、部门分工负责、全体教师配合、心理教师主导、学生积极参与。

4.1 心理健康教育课程精彩纷呈:根据教育部印发的《中等职业学校学生心理健康教育指导纲要》,学校要把心理健康教育纳入德育工作体系,建立分管校长负责,心理老师作教师为主体,德育工作教师、班主任和专兼职心理健康教育教师为骨干,全体教师共同参与的心理健康教育工作体制。全校开设心理健康教育课,周课时2节,心理健康教育课程面向全体学生,从一年级开始全覆盖。心理老师积极开设心理社团课程:《好玩的心理学》、《心灵之约》等让学生轻松愉快地与心理学紧密接触。同时也辅以主题讲座、团体辅导阅读自学等多种学习形式,帮助学生自尊自信、积极向上,提升心理品质。

4.2 打造心理支持团队:根据教育部印发的《中小学德育工作指南》(教基【2017】8号)文件中明确将心理健康教育列入中小学德育内容,要求教师“引导学生增强调控心理、自主自助、应对挫折、适应环境的能力,培养学生健全的人格、积极的心态和良好的个性心理品质。”培养学生积极健康的心理品质,促进学校心理健康教育科学、有效实施必须依赖于打造合格的心理健康教师队伍,塑造一支素质优良、专业水平高的师资队伍。深度挖掘本校教师中已有心理学相关资质证书的老师,共同组建工作协作组,一起开发实施家长学校及学生心理集市的活动。目前我校心理健康教育中心的专兼职心理老师共10人。专职2人,校内兼职老师4人,校外兼职老师4人,兼职人员采用轮班制共同进行校内班主任老师的心理学培训、家长学校及帮助班主任的支持性团体巴林特小组等,成为中职校系统内少有的组织完善、运作良好的咨询中心。

4.3 强力支持一线老师及班主任:多角度、更深入的跟进教师在日常工作。

4.3.1 全校采取重点学生申报制度,针对班级、部系的重点学生实行心理健康中心报备。应激障碍是很多教师特别是新手型教师容易出现的职业发展屏障,需要坚定的从教意志加以克服,否则将导致职业理想迷茫,最终影响其职业成长。心理老师早期介入,协同班主任解决班级管理及教学过程中的时间困难。

4.3.2 针对班主任进行专项技能的培训。例如《班主任工作中的伦理》、《学生工作沟通艺术》、《危机事件的应急处理》等,使得老师在师生互动中更好地支持到学生的学校系统中间层的关键。针对学生工作中的困惑和冲突,开创性地进行“巴林特支持小组”,成为我校老师们的强有力的支持,也是学校心理工作的一大亮点。

4.3.3 心理普测前瞻性地开展工作。针对中职生的年龄、专业、年级、性别等特征开展共性心理问题辅导,如培养职业兴趣、做到人职匹配适应社会发展等。另一方面,也要帮助有特殊需求的来访者客观认识自己和他人,客观地自我分析和接纳社会现象,学会调适心态及管理情绪,促进同伴群体氛围创造更有利于学生心理健康发展的中间系统。

4.4 开展心理辅导与咨询服务:作为学校开展心理建服务重要形式的心理辅导与咨询,既涉及到学生发展性问题,也涉及到适应性问题提供心理咨询服务,同时危机干预时透过全校协作启

动应急预案,及时专业的处理好学生的心理发展建立最后的安全网。

4.5 家校联动合力打造学生健康生态圈。家庭影响的关系与心理健康教育的效果是密不可分的,家庭教育极大地影响着学生心理健康状况。我们中职学校住宿生多,建立高效的家校联动机制,便成了心理健康服务工作必不可少的内容。对于部分中职生家长缺乏教育学、心理学知识,教育理念陈旧、教育方法不当教育素质欠缺,甚至采用简单粗暴、溺爱娇纵放任自流等教育措施,严重影响学生的心理健康。因此,学校在对学生的心理健康服务的同时,对学生家长开展家庭教育和心理健康讲座,普及心理健康知识,掌握科学教育方法,帮助孩子共同成长。开展家长学校的同时加强与学生家长的沟通,对家庭环境、经济状况、亲子关系、家庭支持等进行全面的了解,建立真诚和谐的家校关系。我校一向注重家校合作的共育模式的打造。针对重点学生由部系牵头,我们心理中心启动家庭治疗进行学生的家庭干预,收到了非常可喜的工作成果。同时《“家庭助力成长”心理咨询辅导模式》作为2017年上海市教委的特色展示项目,2017年10月进行了面向全市的中职心理老师的特色项目展示,收到了上海市学生心理健康发展中心的领导及专家的高度评价所以,也要大力推进家庭教育与学校教育的良性合力运行。

4.6 注重人文环境打造温馨的共育系统。针对学生的构成比较特殊导致的管理难度增加,学校学生口和心理健康教师特别关注单亲家庭、离异家庭、暴力家庭等特殊家庭环境的学生,及时加强家校沟通,让家长充分认识到家庭教育的重要性和责任感,承担教育孩子心理成长教育的重任。对于家庭经济状况特殊困难的学生,通过助学金予以解决和帮助,不让他们因为经济贫困而产生自卑心理问题。鉴于中职学生的年龄较小,对外地生源学生尤其要关心爱护,让他们在学校感受集体的温暖。

4.7 深化校园文化的育人功能:文化是教育的重要载体,高雅和谐生动、活泼、健康、纯洁的校园文化能潜移默化中培养学生良好的情操,促进综合素质的发展。学校构筑高雅和谐的校园文化不但能形成独特的办学特色,而且能有效提升教学质量。我校不但有非常有医药特色的百草文化节,还开展心理主题月、艺术节等主题活动都很好打造了家校共建的学生心理健康生态圈。文明礼仪、行为规范、安全教育、民族精神、远离毒品、法制宣传、体育运动、迎新晚会、毕业汇报演出等大型活动的开展,让学生在活动中展示自我,在成功中找回自信,在欣赏、肯定中找到自尊。

针对在校中职学生的自身心理发展特点和中职校学生家庭教育通常的薄弱点,在生态系统理论指导下着力打造家校共育学生心理健康生态圈。开展职校学生、教师及家长的心理健康教育,对家长进行家庭亲子关系教育,同时对重点筛查的学生邀请家长在前期沟通教育的基础上进行萨提亚模式系统家庭治疗的心理辅导。围绕以学生心理成长为中心,根据学生及家庭的基本情况和需求为首要前提,着重突出学生的主体性地位;其次,家长和教师相互沟通,合作共享打造学生心理成长最关键的中间层次,共同探讨相适合的发展模式,让家长和学生共同的成长,围绕学生个人系统的生态圈,使学生与家庭成员彼此尊重和信任,相互关心和支持,有利于中职生摆脱消极情绪的影响,保持愉快、乐观、积极的心境,从而让学生在自由宽松的健康发展生态圈成长成才。

