

探析职业学校班主任工作中学生心理健康教育

吴国麟

宁夏中卫市职业技术学校

[摘要] 中职学生是一个与普通学生不同的群体,大多数学生都处于15-18岁这一年龄段,学生的心理没有发展成熟,在职业学校学习的过程中,会遇到很多与心理健康相关的问题,就需要班主任能够及时发现、及时解决,引导学生养成健康的心理。心理健康教育在学生未来的发展过程中非常重要,因此班主任在日常教育管理的过程中,要时时刻刻将心理健康教育渗透在其中,保障学生的心理健康。

[关键词] 职业学校; 班主任; 中学生; 心理健康教育

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.02.1515

职业学校与其他普通的学校不同,职业院校所招的学生都是面向社会进行培养。并且学生对生理和心理上都没有成长成熟,面对就业压力、学习难题等,可能会产生心理健康的有关问题。中职院校的学生内心比较敏感,情绪波动性极强,有时候可能就会非常容易的产生心理问题。虽然中职学生可能会存在着心理健康的很多问题,但是其性格还没有完全成型,仍然具有可塑性,因此,教师要在他们学习的路上积极的进行引导,将身体健康教育渗透在学生学习和生活中的每个地方。

一、职业院校中学生心理问题的特点

中职学生所处的年龄段比较特殊,学生还没有成熟的心智,缺少应对社会的必要知识,人生阅历短浅,与此同时,学生的内心又会有一些骄傲,并且,学生在学习的过程中会产生与家长教师脱节的想法,有时家长与教师不能理解学生的想法,百般阻挠,从而会让学生产生厌学、迷茫、叛逆的心理,影响了学生心理健康的发展。职业学校的学生可能会比普通院校的学生更容易产生心理亚健康的状态,因为社会在高速的发展,而他们踏入社会较早要面对着就业压力,他们还没有做好面对人生挫折挑战的准备,从而会产生心理健康问题。因此,职业院校的班主任更要注重对于学生心理健康的教育,利用多样的形式,从各个角度对学生进行心理健康的疏导^[1]。

(一) 厌学是学生比较突出的问题

中职院校的学生大多学习成绩较差,并且基础非常薄弱,大多不愿意主动进行学习,并且,一些成绩相对较好的同学也会出现厌学的情绪。对于大多数中职学生来讲,在学校一直没有对学习的兴趣进行培养,学习的基础较差,学生对学习没有兴趣,就不能够主动的进行学习,不能对学习产生动力。因此厌学是中职学生心理问题中比较突出的问题。

(二) 失去自信心

现代社会发展的越来越快,就业竞争也越来越强烈,学生会面临越来越大的就业压力。在这个过程中,中职学生在看待自己时总是能看到自己的缺点,情绪和态度比较消极,可能会导致学生对于自己的知识储备与能力,进行自我怀疑,学生在自我怀疑的过程中会失去自信心,失去学习的动力,而后自我放弃,对于日后的就业,自己的前途失去信心、失去希望。在课堂教学时不听从教学,甚至扰乱教学秩序。

(三) 人际关系的问题

大多数学生都以自我为中心,不能够妥当的处理人际关系,缺乏与同学、教师、家长面对面和谐交流,当学生与他人相处时,总是认为他人对自己并不友善。并且在手机普及的当代学生总是对着手机,不重视与他人的人际交往。

(四) 叛逆心理

很多中职学生不能够适应教师的教学模式,就会产生叛逆的心理。学生总是与教师对着干,教师或者家长让学生做什么学生就不做,让学生不做什么学生偏做等表现,并且与家长教师形成敌对的关系,做出冲动的行为。

二、中职院校班主任进行心理健康教育的重要意义

中职院校班主任,进行心理健康的教育是必然的选择,推进我国的素质教育。大多数中职院校的学生都处于精神状态动荡较大的时期,学生的情绪很容易受到外界的影响,并且学生在做事时也会比较冲动,在平时的日常教学生活中,很容易会产生亚健康心理状态。因此中职院校的班主任需要从生活与学习中的各个方面解决学生的心理健康问题,领导学生在方方面面都要积极的面对,培养学生的自信心,帮学生健康的度过青春期的心理动荡,让学生在面对事情时能够镇定自若、充满信心。提高学生的心理素质,让学生能够自信积极的进入社会,并适应社会的竞争压力。

三、中职院校班主任对学生进行心理健康教育的措施

(一) 采取针对性的措施

中职院校的班主任在设计心理健康教育的教育方案时,可以根据不同学生所存在的不同的心理问题,采取针对性的教育措施,对学生的心理问题逐个击破,高效地解决学生的心理健康问题。与此同时教师可以开展一些集体活动,发挥集体的积极作用,让学生在参与集体活动的过程中能够获得积极的正能量,让学生多多接触积极的能量,调整学生的心理状态。

例如,部分学生以自己为中心,比较自大,为了改善此类学生的心理健康问题,班主任可以开展足球比赛、拔河比赛等团体活动,让此类学生积极的参与,让学生体会到团体活动中,不能只靠自我,团结的力量是伟大的,在这个过程中能够改善学生以自我为中心的心理,增强了班级的凝聚力,并且增强学生的集体意识,让学生能够意识到与他人合作的重要性。部分学生总是做事情半途而废,班主任可以以坚持为主题展开班会活动,让学生通过班会意识到坚持的重

要性，学生在进行班会的过程中也能够彼此的进行沟通，与此同时班主任也要不断的对学生进行鼓励，增强学生的自信心，让学生能够积极的坚持学习，培养学生的恒心与毅力，从而学生在日后做每件事时才能够持之以恒。此外，班主任也要注重家庭教育对学生的影响，班主任要加强与家长的交流与沟通，例如，定期组织家长会等，教师与家长共同对学生的心理健康进行教育，保障学生未来能够茁壮健康的成长。

（二）强化学生心理健康意识

中职院校的班主任在进行心理健康教育的过程中，首先，要先帮助学生树立心理健康意识，让学生能够重视到心理健康，对自身未来发展的重要性，引导学生产生积极的情绪。班主任在日常中可以不断的对学生进行积极的心理暗示，潜移默化地提高学生的心理素质，引导学生在遇到困难时能够积极的面对，而不是自暴自弃。

与此同时，班主任也可以以“如何妥善处理人际关系”为主题开展活动，帮助学生养成良好的社交能力，让学生能够友好的与他人沟通交流，增强学生与他人交往时的自信心。班主任可以引导学生每天写日记，学生可以每天将自己发生的事情以及自己内心心理状态的转变进行记录，而后可以对自己的行为进行分析，鼓励自己，不断的提高心理健康的意识，久而久之，学生就会消除自身存在的消极情绪。并且在课堂中教师要经常对学生进行鼓励，要对每个学生都鼓励，而不是鼓励某个学生，让每个学生能够感受到自己是具有存在意义的，帮助学生树立学习的自信心，调动学生的积极性，增强学生心理承受能力。因此强化学生的心理健康意识，能够加快心理健康教育进程，推进素质教育的目标达成。

（三）班主任的自我提升

中职院校的班主任是学生在职业学校中所接触最多的长辈，更是学生的榜样。因此班主任要不断的进行自我提升，从而对学生产生积极的影响。班主任自身具备健康的心理以及充足的知识储备，才能够让学生信服，并且为学生树立良好的榜样，学生也能够向教师学习。学生在学习的过程中也会听从老师的教育，能够减轻教师的教育负担。因此，班主任也要不断的进行学习，提高自我，跟随时代的脚步，改善教育观念，采用合适的教育方式对学生进行管理，教育改革在不断发展，在这个过程中，班主任也要不断的对教育方式进行摸索，学习新兴的教育管理方式，当学生出现有关问题时，能够完美的解决。

并且，班主任在教育学生的过程中也要寻找合理的方式，加强与学生之间的交流，从而能够及时的了解学生的心理变化状态。例如，可以定期组织集体活动，学生在与他人的合作中能够将内心的消极情绪消化掉，消极情绪被消化掉，从而就不会产生心理健康的问题。另外，班主任也可以设置一个班主任信箱，学生可以将自己的想法通过信箱的方式传达给教师，教师在交流的过程中也要采取学生能够喜

欢并适应的交流方式，让学生能够主动与教师进行交流在交流的过程中，帮助学生摆脱内心的迷茫，消除心理的积极情绪。另外，当学生出现叛逆的心理时，教师要及时的与家长交流，调整家长与学生之间的事的交流方式，学生感受到家长的变化，同时也会受到积极的影响，从而逐渐消除叛逆的心理。

（四）优化学生的生活环境

环境能够影响一个人的心理状态，积极的环境能够潜移默化地让一个心理消极的人变得积极向上，相反，消极的环境也能够让一个积极向上的人自甘堕落。因此，学生所处的环境至关重要，能够对学生的心理健康产生极大的影响。课堂的教学环境与社会环境都会对中职学生的心理健康产生影响。而班主任正是学生在学习时的主要管理人员，班主任为了对学生的心理健康进行教育，更要优化学生的环境，营造良好的课堂氛围。学生在课堂中学习理论知识，在课堂学习的过程中，不仅仅能够培养学生的能力，还能够帮助学生培养健康的心理。

在课堂的学习过程中，能够锻炼学生适应环境的能力，教学环境的学习氛围，教学措施等等因素都能够对学生的身体健康产生影响。良好的学习环境能够让学生感受到舒适，让学生能够采取平和的心态、积极地进行学习，因此良好的学习生活环境能够便于学生接受教师等教育培养学生健康的心理，消除学生不积极的想法。社会能够锻炼学生，让学生真正的成长，良好的社会环境，能够让学生更加迅速的适应人生的种种。良好的社会环境，能够让学生在毕业后迅速的对自己的心态进行调整，积极地投入到工作中，培养学生的自信心，而不是遇到反差过大的残酷社会就产生消极的情绪，并且自暴自弃。因此班主任在教育学生的过程中要引导学生感受社会的两面性，学生能够体会到社会的残酷与美好，学生在体验社会的过程中能够提高自身的实践能力，通过社会的打磨，学生也能够在学习的过程中更加积极，不断的提高自我，从而在日后更好的适应社会。

结束语

心理健康教育对学生存在着至关重要的影响，班主任需要才去学生能够接受的教育方式进行引导，并与家庭教育进行合作，消除学生的消极情绪，保障学生的心理健康。班主任，在进行心理教育的过程中，也要不断的进行自我建设，从而不断的调整教育方式，积极地面对社会，达到素质教育的要求。

参考文献

- [1] 陈天宝. 职业学校班主任工作中学生心理健康教育的思考[J]. 赤子, 2019, 000(018): 61.
- [2] 张敏. 初中班主任工作中的心理健康教育策略的探析[J]. 中学课程辅导: 教师教育, 2019(12): 1.
- [3] 未燕玲. 心理健康教育在初中班主任工作中的渗透策略探析[J]. 好家长, 2019(32): 1.