

中等职业学校学前教育专业学生心理健康教育有效途径探究

马红梅

新疆阿勒泰地区师范学校

[摘要]幼儿教育是教育大厦的根基，幼儿教师是筑牢这根基的园丁。幼儿教师的专业素养，特别是心理健康状况会直接影响幼儿的成长。中等职业学校培养心理健康的学前生任重而道远。中等职业学校应打造积极心理学视角下全员参与的心理健康教育队伍，构建全程贯通的心理健康教育机制，创新途径，全方位开展心理健康教育。

[关键词]中等职业学校；学前生；心理健康；有效途径

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2020.03.180

一、中等职业学校学前专业学生的心理现状

中等职业学校学生一般年龄在16岁至18岁，他们普遍经过青春早期的发育，体内器官发育相对成熟，生理上的发育趋于稳定慢速成长。但他们的心理却在急剧发展及转变，包括认知能力的发展、人格的发展、社会性的发展以及第二性征更加凸显等。他们的生理发展与心理发展是不相平衡的。他们在初中成长阶段中，一方面是暴风骤雨的身体机能变化，另一方是沉重的学业负担，在面临中考的巨大竞争过程中，缺乏家长、教师，朋辈正确的引导、全面的呵护。经历中考的挫折，他们除了学业上的失利，在心理上受到了很大的影响，如缺乏正确的奋斗目标，学习内动力不足，情绪情感不稳定，比较脆弱、敏感。自尊心与自卑感并存，意志力不强等问题。面对挑战、困难，普遍缺乏持之以恒的信心、决心。他们的学习任务由以学习基础理论知识为主向学习职业技能转变，面临残酷的职业竞争压力和日益增大的就业压力，他们的心理困惑或问题更加凸显。埃里克森认为，个体在青春期时，面临自我认同的困惑，个体出现盲目的自大或过分自卑的心理问题。中职的学生普遍存在自我定位不高，看问题不全面，情绪情感波动大，自控力弱，自我认知不清晰等问题。学前教育专业的学生既有中等职业学校学生的一般性心理特征、又有其专业之下的独特性。首先，受学前专业这个职业的影响，认为将来要面对3到6岁的幼儿，在开展工作时需要细心、有耐心，所以选择这个专业女生居多，男生相比而言，人数较少。个体生活学习较长时间处于这样性别单一群体中，不利于心理健康。其次，在专业选择上，他们认知缺乏全面性。很多选择学前专业学生并不是自己非常喜欢从事这个专业，在自己中考成绩不理想的情况下，自己又无明确喜欢的职业技能，在家长的建议下选择了这个看似强调基础学科的专业。认为这个专业未来就是与幼儿打交道，未来就业工作相对的容易。但真正进入到这个专业以后，发现学习的内容复杂，难度大，要求高，加上自身对专业认识模糊，所以容易形成学习目标不明确，学习动力不足而产生的焦虑、抑郁，疲于应对等心理问题。

二、学前专业学生心理健康的影响因素分析

心理健康是个体身心健康发展的一部分，影响学生心理健康及其发展的因素有很多，除了个体的遗传、疾病等生理

因素，主观的气质、能力、性格特征、人格结构等个人因素以外，还包括以下重要的外在因素。

（一）家庭因素

十八世纪思想家卢梭在《爱弥儿》一书中指出：人的教育在他出生的时候就开始了，在他不会说话和听别人说话以前，他已经就受到教育了。家庭是社会的重要细胞，是每一个人成长的原点。一个家庭的教养方式、日常的气氛、以及生活条件、家庭结构等无不影响着他们的心理发展。特别是独生子女家庭，许多父母对孩子的目标期望值较高。当孩子中考成绩不理想，家长往往把责任归咎在学生不努力，不认真，不刻苦上，这无形中加重了她们心理负担。

（二）学校因素

学校的校风学风、班级的班气班风、教师教育方式方法、同学之间的关系等，都会影响学生的心理健康。积极向上的校风，风清气正的班风、充满智慧的教育方式，和谐、融洽的人际关系，都会促进个体身心的发展，反之，这一系列的因素会给学生的心理带来负面的影响。在这众多的影响因素中，教师的素养是一个非常重要的影响因素。教师的职业操守、人格品质、教育理念、教育方式、与学生的关系都会对学生起着直接或间接的影响作用。其次，中职学校管理层对心理健康教育的认知、理解，做法也是不容忽视的重要影响因素之一。有的中职校认为只要开设了心理教育课程，那对学生的心理教育就重视了。心理健康教师在课堂上像语数外这些基础课程一样，设定课堂知识体系的重点难点，讲解心理原理和规律。采用抽背、提问的方式与学生互动，以一张试卷来评价中职生的心理发展，使心理健康教育事与愿违，产生适得其反的影响。

有的中职学校把心理健康教育重心放在疏导个别学生的心理问题与障碍上，认为开展个体心理辅导、咨询就是开展心理健康教育了。忽视了绝大多数学生心理发展的需求，学校的心理健康的整体水平迟滞不前。还有的中等职业学校认为开展心理测评，有一些数据就是科学开展心理健康教育了。这样的做法过于简单、过于形式化，很难达到预期目标，使教育的实效性也大打折扣。

（三）社会、文化因素

中等职业学校学前专业学生是面临就业或进一步升学的

群体,相比初中生与成人,社会风气、社会价值观、社会风俗习惯对正处于青春期的她们,所产生的影响更深,更大。由于她们对自我定位不准,认知不全面,常常难以达成父母、教师目标期望。在这个信息井喷式的现代社会里,互联网、微信等大众传播媒介的影响更是无处不在。中等职业学前教育专业的学生虽然中考成绩比起技工学校、畜牧学校的学生分数稍高一些,但他们大多数仍是学习目标不明确,学习动机不强,课余时间往往在网络游戏里流连忘返,网络上的海量信息,特别是冗余消息、垃圾信息无不影响着她们的身心健康的发展。

三、学前教育专业学生心理健康教育培养有效途径

学前教育专业学生是从事幼儿教育强大的生力军,是中华民族教育大厦的夯基人。他们的整体素养关系到祖国儿童健康发展的未来。作为培养未来幼儿教师的专业主阵地,中等职业学校应针对他们的心理发展的特点及特殊性,积极探索心理健康教育的新途径。这是学校迫在眉睫,亟待解决的问题。

(一) 打造积极心理学视角下全员参与的心理健康教育队伍

打造心理健康教育团队,需要将影响中职生心理健康各方面都纳入到心理健康教育的团队中。形成以学校为主阵地,家庭为主后方、社会联动,多元辐射的“同心圆”叠加教育机制。首先,学校构建一支全员同频的心理健康教育积极的团队。学校树立全员育人意识,学校中的每一个工作人员,无论在什么岗位,都必须承担心理健康教育的重任。心理健康教育绝不只是专职心理健康教师的事儿。学校应建立在校领导高度重视、切身参与下,以专兼职教师为中坚力量,各班级班主任为主体,任课教师、宿管员、心理委员会学生骨干等全员积极参与的心理健康教育服务网络,形成团结协作、同向共行的心理育人合力。其次,发挥家长学校作用,家校联合,积极达成共识,同频共振,共同帮助学生健康成长。只有父母充分的意识到孩子的问题从根上是自己的问题,孩子的问题首先自己不仅要调整认知,改变教育理念,还要在与孩子的互动中积极的调整改变自己说话表达的语气口吻、做事的方式方法,充分的理解孩子的年龄特点,尊重孩子独立要求,与孩子平等对话,积极建立良好的亲子关系。只有家校教育理念一致,相互积极沟通、齐心协力培育,学生的心理问题才会得以解决,才会健康成长。再次,积极与社会力量合作,开展心理健康教育。学校可以与社区,街道等单位合作,多种渠道开发社会教育资源,加大宣传力度,打造全社会关注心理健康的优质环境。学校应与校外专业的医疗机构建立绿色通道,能够将有需要的学生及时进行转介,使需要转介的学生能够及时得到有保障的专业治疗。让学校的心理健康服务能够辐射到各个层面的学生,让每一个学生的心理都能得到呵护,能够有效的促进全

体学生的心理可持续的发展。

(二) 构建全程贯通的心理健康教育机制

中等职业学前教育专业的学生一般在校时间为三年,在学生入学到离校期间,学校应构建全程培育,积极促进学生心理健康成长的机制。将心理健康教育应有机的融入学生成长的三个阶段。在入学的第一年阶段里,开展新生适应性系列讲座与活动,帮助学生融入班集体,积极适应中职学校环境。使用如《SCL-90》、《中学生心理质量量表》等综合量表开展心理健康测评,初步建立学生电子心理健康档案。根据量表数据初步了解学生心理状况后,针对分数不在正常范围内的学生,班主任一对一地进行访谈。排除影响测评环境等因素所致分数异常状况,专职心理健康教师进一步进行访谈或进行投射测评,充分的评估这部分学生的心理状况,然后采用专业的方式进行心理干预。使学生在新的环境中不断的调试自我,认知自我,开发潜能,悦纳自我。在第二年阶段里引导学生不断掌握专业学习方法策略,培养学生不断正确规划自己的职业理想。提高学生发展人际交往能力。在第三年毕业阶段里,帮助学生建立正确的职业发展观、升学观,提高学生应对压力与挫折的能力,提升适应的能力。在学生从入学到离校,全过程关注学生心理健康。全程、连贯的培育,使学生具备心理可持续发展的能力。

(三) 创新途径,全方位开展心理健康教育

心理健康教育在学校里最正规,不会被随意取消、被挤占的重要途径就是心理健康教育课程的开设。专职心理健康教师要以学生为主体,以课堂为主阵地,积极传播心理健康理念。充分的发挥学校个体心理咨询室等功能室,通过个别咨询、悄悄话信箱、心理热线电话、烦恼箱盲盒等多种学生喜闻乐见、乐于接受的形式,引导学生预防心理问题,帮助他们面对自我问题,实现助人自助的功效。积极利用学生可以接触到的宣传媒体,如学校的板报、电子屏、校园网络、心理社团、心委会建设等载体与平台,构建全面促进心理健康发展的立体网络机制。在学生真实接触社会,即见习和实习阶段,也要充分渗透心理健康教育,学生在校外,不能成为心理健康教育的盲区。

社会日新月异,时代突飞猛进,祖国未来的教育需要心理健康水平高、素养硬的幼儿教师。学校、家庭、社会应全员参与,通力合作、全方位引导,创新心理健康教育方式途径,全方位提升中职学前生的心理健康素养。

参考文献

- [1]袁金萍.浅谈职业教育中学生心理健康教育的重要性[J].当代旅游,2019(06):204.
- [2]王娜娜.对中职学校学前教育专业学生心理健康现状的探究[J].人生十六七,2017(32):113.

作者简介:马红梅(1973.06-),女,甘肃临夏,高级教师,阿勒泰地区师范学校,研究方向:心理健康教育。