

在职业院校心理健康教育中开展阅读疗法研究

姜绍霞

(滨州市技术学院 山东 滨州 256600)

【摘要】在当前的社会环境下,职业院校能够给我国社会输送大量的技术型人才,对于促进我国经济发展有着巨大的影响。但是在当前的职业院校教育工作中,关于该领域一直存在非常多的问题,尤其是关于学生心理方面所存在的各项问题,严重阻碍了我国教育的发展。在关于学生心理健康方面的教育上,职业院校难以给学生提供良好的帮助。很多职业院校在这方面存在的典型问题,严重阻碍了教学工作的有序开展。针对这一问题,在职业院校的心理健康教育中,将阅读疗法引入其中可以获得良好的效果,这是保证教学质量的有效方式。

【关键词】职业院校;心理健康;阅读疗法

学生心理健康对于教学质量的发展有着极为重要的影响。尤其是在职业院校教育中,关于心理健康教育工作需要更加重视,在当前的职业院校教育背景下,可以发现大部分的学生都正处于青春期,这个时期的学生心理问题频发,更需要学校对这方面有着足够的重视。从根本上分析这一领域的问题,我们需要深刻的认识到青少年在青春期的心理特征,选择具有现实意义的方式开展关于职业院校学生的心理健康调查工作。而采取阅读疗法,能够开展学生视野,对于促进学生心理健康有着巨大的作用。

一、职业院校学生心理问题出现的原因

(一) 人际关系与社会适应

很多职业院校的学生并不会选择当地的学校就读,所以在职业院校中,学生来自五湖四海,在学校的学习生活会因为与同学之间在生活习惯、学习方式、文化背景等方面的差异,相比较于学生以前的同学更容易出现隔阂,所以导致了在职业院校中学生之间交流方式存在相应的障碍,而在职业院校的学生中孤独、敏感、冲突、社交恐惧等方面的问题确实非常严重,很多学生在该领域都存在自信心不足的问题,随着我国教育领域之间的竞争变得越来越激烈,为了进一步提升学生的综合素质,必须注重学生在这方面所存在的问题。

(二) 学习压力

职业院校的学生在基础知识上较为薄弱,这是这一部分学生的普遍现象,很多学生在学校的学习过程中会因为自身基础知识薄弱,学习存在很多不足,而在学校内部适应的生活方式以及难以处理与同学之间的关系,导致了学生在出现学习问题时,难以和学生之间进行相应的交流,进而导致了这一领域出现更加严重的问题。尤其是职业教育本身就是为让学生掌握一门相应的技能,这对于学生的后续职业发展和未来规划都有影响,所以在学习方面的压力一直是长期困扰学生的重要问题。

(三) 所处年龄段不适应开展职业教育

职业院校学生的普遍年龄决定了学生并不是非常适宜职业教育,从实际角度出发,可以发现职业教育的教学方式以及环境和学生的年龄段,三者之间叠加,让学生的心理问题频发,校园极端问题在职业院校中频繁出现,正是因为职业院校心理问题过于严重的一个表象。

二、阅读疗法在心理健康教育中意义

(一) 阅读疗法简介

阅读疗法是心理健康质量的一种常用手段,这一治疗方式起源于19世纪初,这一概念在提出之后,开始大量的运用于精神病以及心理疾病的辅助治疗中。这种心理健康治疗方式,在不同的人群运用上有着不同的表现,具体而言,这种治疗方式就是通过阅读指导、帮助解决个人问题的方式,增加个人见解,并且在学习以及交流中开阔心胸。

(二) 阅读疗法的用途

对于阅读疗法在心理健康教育方面的表现,大部分学者对此都秉承着较为专业的态度,这是当前教育领域必然要重视的问题。从提升我国职业院校教学质量的角度分析,可以发现阅读疗法在治疗心理问题以及开阔学生视野方面的优势,这一方面的内容给职业院校教育提供了极为有利的帮助。阅读疗法在具体的职业院校的

教学工作中,首先可以帮助一些不善于言辞的学生,通过阅读的方式更好的寻找到性格以及爱好契合度更高的朋友,在阅读过程中两个阅读习惯以及阅读兴趣相同的人,很容易成为朋友,这也就解决了很多学生在校园生活中关于社交障碍方面的问题。而很多学生因为基础知识较为薄弱,通过阅读学习的方式,可以开阔学生视野,这不仅仅是提升学生的相关不足的基础,同时也是学生自我发掘潜能的有效方式。

三、在职业院校中开展阅读教学方式

(一) 改善学校学习氛围

在职业院校的教学工作中,关于学习氛围是非常重要的内容。职业院校的学生属于青春期的学生,从心理角度分析,可以发现这些学生还不够成熟,在学习积极性以及学习主动性上,还存在相应的差距,所以无论是从办学治疗角度出发,还是从阅读疗法的角度出发,这种教学方式必须要成为职业院校在教学工作中所重视的教学方向

(二) 开展相应的主题班会

当前很多职业院校的主题班会在开展方式上,还是过于流于形式,这对于教学质量的发展有着巨大的阻碍,从这一角度出发,可以发现可以将阅读疗法的相关内容引入到主题班会中。在主题班会的开展上,不能够将其看作是一种形式内容,或者简单的对学生进行通知的公布,而是要针对学生的教学计划以及当时的实际情况,开展不同的阅读主题班会活动,借助这种方式给学生提供良好的阅读氛围的同事,还能够拉近与学生之间的距离。

(三) 加大硬件投入

职业院校要想通过阅读疗法改善学生的心理问题,还需要从硬件条件出发,这一方面不仅仅是在图书馆书籍数量和种类的增加上,还需要给学生提供更加完善以及良好的阅读环境,根据不同类别的实际开放不同的阅读教室,让拥有相同兴趣的学生在同一间阅读教室内学习,通过这种方式给学生提供更好的阅读体验。

结束语

随着我国经济的发展,对于人才的需求越来越高。职业院校作为我国培养人才的重要机构,要从多方面考虑到教学质量的发展,这才是当前教学背景下,实现学校综合能力发展的必要方式。借助阅读疗法在其中的运用,能够有效的改善职业院校中学生的心理状况,对于提升学生的综合发展有着巨大的意义。

参考文献

- [1] 魏理智. PBL结合CBT教学法在职业院校《学前儿童心理健康教育》课程中的应用[J]. 农家参谋, 2020(09): 288.
- [2] 曲冰, 玄建亮. 关于职业院校学生心理健康教育的思考[J]. 职业, 2020(06): 85-86.
- [3] 鲁晓君. 音乐教育在职业院校心理健康教育中的作用探讨[J]. 艺术评鉴, 2020(02): 62-64.
- [4] 孟飞, 陈敏. 我国职业院校学生心理健康状况与心理健康教育的研究综述——基于CNKI(2002—2019)的文献分析[J]. 江苏教育研究, 2020(03): 45-48.

工匠精神融入新时代高职人才培养的有效路径探究

李爱玲

(航天工程大学 北京 102249)

【摘要】随着国内经济发展,人们都在要求工匠精神,这是人们对自己工作刻苦认真的理念,这种理念现在是人人所推崇的。而作为高职人才培养的高职院校,就需要这种精神,加强职业素养的教育、追求精益求精的品质,为国家培养更加优秀的人才,努力为国家效力。

【关键词】工匠精神; 新时代; 高职; 人才培养; 有效路径

1、前言

无论是哪个国家,都是非常重视工匠精神的,因为有工匠精神的存在能够让国家的精神面貌更加好,能够让一个企业收获更多的经济效益,让一个团队更加有凝聚力。其实对于企业来讲,工匠精神能够带动企业中之其他人的工作,能够提高工作的效率,提升原本产品的质量。以上就可以看出工匠精神带给企业的好处,其实不光是企业,就个人而言也是有非常多的好处,首当其冲的就是自己的工作效率有所提高。其实国内在教育方面很长时间都是以培养人才为目标,培养出一些还是那个就业为方向准则为企业输送技能型人才,但是部分高校在进行培养的时候过于注重技能方面的训练,而忽视了学生在做人品质上的培养,最后培养出来的学生在品质上都有一些欠缺。职业院校应该培养出全面型的人才,而不是只注重与技能的

培养,还要注重学生的品质的培养。

2、高职院校职业精神培养的现状和存在的问题

现在国内的高职院校对于学生的培养过于注重了技能的培养,忽视了对品质的培养,但是现在的就业现状调查显示,越来越多的就业单位注重学生的职业精神,对于专业的技能已经放在了第二位,因为在平时的工作的时候更加注重精神,对于专业的技能在工作的时候也可以学习。因此在职院校在对学生培养的时候,就需要加强对学生工匠精神的培养,发扬工匠精神,让更多的人了解到工匠精神的重要性。

2.1 高职院校学生对职业的认知和认同的缺乏

其实进入高职学习的学生是因为原本的文化成绩比较差,没有考上自己想要的学校,然后被迫进入到高职院校之中,而且在进入高职院校的时候对自己的未来职