

关于加强中专学生心理健康教育的思考

欧阳小群

江西省赣州市赣县中等专业学校

[摘要]随着社会的不断发展,职业教育的队伍不断发展壮大,并为许多学生提供了机会。而职业学校也以特殊的群体存在,大部分学生都处在青春期的关键时期。如果对学生不进行心理教育,那么会阻碍学生健康快乐地成长。同时,中专阶段对学生心理健康教育是很有必要的,从而有助于帮助学生形成健全的人格。因此,教师应该加强中专学生心理健康的教育,带领学生以积极乐观的态度去面对问题。基于此,本文展开了关于加强中专学生心理健康教育的思考。

[关键词]中专学生;心理健康;教育

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2020.03.751

截至目前,中学生的心理健康教育问题逐渐受到社会各界的广泛关注。从每年的事件中来看,学生容易在一些事情上情绪失控。其中的原因主要还是中学生的心理素质较低以及大部分都处在青春期的学生。所以说,教师工作者要加强对学生的心理健康教育,不断提高学生的心理素质。此外,教师应该从学生的家庭教育、生活教育为出发点不断寻求有效措施,从而有利于缓解学生的焦躁的心理。基于此,本文展开了几方面加强中专学生心理健康教育的思考。

一、家校共育,培养学生健康的心理

中学生的心理健康教育光靠教师是不行的,家庭教育对学生的心理健康起着重要作用。所以说,教师要与家长建立联系方式的基础上,对学生一周的情况进行总结,让家长在平时的时候多去注意。同时,教师这样的做法,能够让家长对自己的孩子足够的理解与包容,从而有利于学生快乐成长。此外,由于教师拥有专业的资格,更容易掌握学生的心理特点、了解学生的心理活动,从而有利于能够与学生进行深入的沟通与交流,得到学生的信赖。^[1]由于学生可能正处于渴望得到他人的重视以及渴望得到他人的认可。所以说,教师在学生出现此状况时,应及时与家长进行联系,找出学生出现心理问题的关键。而教师可以将最近一段时间学生的表现情况以及行为上的异常情况,及时地记录下来。然后再与学生的家庭进行沟通,以及学生最近一段时间内所遭受的经历。从家庭和学校两方面入手,帮助学生排忧解难,走出困境。同时,教师应该叮嘱家长们对于学生的日常生活上要格外上心,让家长多陪自己的孩子聊聊天,给予他们更多的理解与包容,从而有利于鼓励学生勇敢走出心理困境。

二、借助网络平台,对学生进行心理测试

随着经济的不断发展,信息时代的进步,学校需要加大力度引进信息设备。而信息设备的使用能够为中学生建设信息健康教育网络,对中学生进行定时的心理素质测试。同时,要引导学生对待心理测试树立正确的价值观,并不是真的有疾病才会进行健康教育网络测试,而是健康教育网络测试是为了尽早发现学生的内心世界。因此,教师应合理向学生进行阐述,让学生不对心理测试产生不好的想法,进而不断加强学生的心理素质。^[2]当生正处于青春期的时候,学生的叛逆心理往往最为严重。如果这个时候学生的心理反映教师未能及时察觉出来,那么学生往往会对于周围的事物产生扭曲的心理。所以说,教师带领学生在网络平台上对学生进行心理测试,能够帮助学生及时地发现问题并去解决问题,

从而有利于学生能够在心理误区的时候走向正常的道路。同时,如果学生出现了自闭的心理,一般会在课下表现为内向、不愿意与他人交流、经常自己一个人等情况,这其实是学生对自己的内心封闭的一种表现。而在这种情况下,教师就要及时找学生进行沟通,关注学生的心理活动,从根本上解决学生的心理问题,让学生能够对自身充满自信,进而有利于学生走出心理困境。

三、完善培训体系,加强教师的业务能力

学校应紧跟时代教育步伐,对中学生的心理健康教育采取措施。所以说,学校应加大力度完善教师培训体系,不断加强教师的业务能力。同时,在进行招聘的过程中,应着力关注教师资源的优势互补,多引进一些教师工作者扩大教师团队,进而为学生的心理健康教育提供了保障。因此,教师在培训过程中,教师要具备良好的心理素质,降低情绪带来的负面效果。只有良好的状态才能不断提高学生的心理素质。学校应该为教师开设心理课的培训课程,丰富教师们的心理体验,从而有利于能够教师缓解压力。同时,随着素质教育的不断发展,对学生和教师的要求逐渐提高,就导致学生和教师的压力在不断增长。此外,在学生和教师压力不断增长的过程中,难免会遇到问题。而向教师开设心理课的培训过程,既能够让教师准确地判断学生是否存在心理方面的问题,又能够不断提高课堂的教学效率。因此,在当前的背景下,教师和学生都面临着学业和课业的压力,只有学会释放才能不断充满好心情。学生的心智年龄尚未与教师能匹配,就需要教师向学生循循善诱,不断对学生们进行引导,提高学生的健康且积极的心理状态。

综上所述,中学生的心理健康教育在学习过程中具有重要的地位。每个学生的心理健康教育都是社会共同关注的课题,所以说,学校要加强教师的业务能力以及适时地对教师展开培训工作。同时,学校要不断认识到教师向学生渗透心理健康教育的重要性,要呼吁家长要不断配合学校的工作,及时对自己的孩子进行关注,发现异常能够有效采取措施。因此,教师要在教学活动中,以学生为主体,时刻关注学生的动态。

参考文献

- [1] 庞博宙. 浅谈中专学生心理健康教育[J]. 成才之路, 2009(05): 11.
- [2] 王缙. 中专学生心理健康教育浅析[J]. 辽宁教育行政学院学报, 2009, 26(06): 167-168.