

售市场、汽车维修厂、汽车美容店等地方进行实地调研,了解现代消费者对于汽车的审美,进一步提高学徒制教学的效率。在实际操作过程中,师傅准备好专业的涂料调色工具和调漆机,在操作之前利用电子秤计算涂料的混合比例,借助电脑中分光光度计的数据与油漆颜色进行匹配,通过比例尺来调配处合理比例的油漆。在教师演示之后,让学生自行的进行训练,满足学生在实践过程中所需要用到的实验器具、信息数据等等,通过充足教学资源,提高现代学徒制下教师的教学质量和教学效率,推动学生全面发展自身的综合实力。

结束语

把握现代学徒制的教学幼师,将其运用到我国职业教育事业当中,通过不断的探索和实践

践,才能进一步推动我国职业教学事业的蓬勃发展。

参考文献

- [1] 严帅. 现代学徒制背景下中职汽修实训课程参与式学习实践研究[J]. 时代汽车, 2019(19): 38-39.
- [2] 祝琪. 中职汽修专业现代学徒制一体育人的新探究[J]. 时代汽车, 2018(18): 58-59.
- [3] 陈伏庄. 中职学校推进地方化的现代学徒制实践研究[J]. 汽车维修与修理, 2017(14): 26-27.

中职英语课程思政实施途径设计与实践

罗文梅

(重庆职工会计专科学校 重庆 400043)

[摘要]英语课程思政是时代赋予英语教师的新要求和新的挑战。本文以挖掘英语教材的隐性思政元素作为切入点,从情境创设语篇分析出发,结合课堂教学环节,将思想政治元素融入英语教学设计中,从而探讨中职英语课程思政的实施路径。

[关键词]课程思政; 中职英语; 实施途径

[DOI] 10.12525/j.issn.2096-6261.2020.07.1528

一、课程思政的意义和内涵

立德树人是教育的根本任务,课程思政正是体现立德树人的根本要求。在课堂教学中,不仅要注重培养学生知识和能力,更要引领学生思想和价值观,把知识导向和价值引领相结合。课程思政就是将思想政治教育渗透到所学专业、经验或活动过程中,这一过程是价值理性和工具理性的有机统一,即把“课程承载思政”与“思政寓于课程”相结合,建立知识与人生、与生活多角度的交融。因此,教师不仅要系统而科学地传授知识,也要实现课程思政育人目标。

二、中职英语课程的性质和任务

英语是当今世界使用最为广泛的通用语言,是国际交流与合作的重要工具,是思想与文化的载体,对人的全面发展有积极的促进作用。中等职业学校英语课程是各专业学生必修的公共基础课程,兼具工具性与人文性。中等职业学校英语课程的任务是在义务教育基础上,帮助学生进一步学习语言基础知识,提高听、说、读、写等语言技能,认识文化的多样性,形成开放包容的态度,发展健康的审美情趣;理解思维差异,增强国际理解,坚定文化自信;帮助学生树立正确的世界观、人生观和价值观,自觉践行社会主义核心价值观,成为德智体美劳全面发展的高素质劳动者和技术技能人才。

三、中职英语课程思政实施途径设计与实践

(一) 精选教材内容,挖掘教材思政元素

基础模块包括人与自我、人与社会与人与自然三大主题范围,涵盖8个主题,包含若干内容,为课程内容的选择和提供依据。主题范围、主题、内容要求构成了基础模块的教学内容。其中第一主题范围人与自我,分为两个主题自我与他人、生活与学习,包含个人、家庭及社区生活,饮食起居、穿着服饰,出行问路、交通旅游,就医就诊、健康护理,体育运动、休闲娱乐,校园生活、实习实训等;第二主题范围人与社会,分为四个主题社会交往、

社会服务、历史与文化、科学与技术,包括庆典、聚会等活动,志愿服务,人类文明与多元文化,历史人物与事件,时代楷模与大国工匠,科技发明与创造,网络生活与安全等;第三主题范围人与自然,分为两个主题自然与环境、可持续发展,包括自然环境,灾害防范,环境保护等。学生通过学习这些主题能掌握语言基础知识和发展基本技能,形成积极的人生观,树立正确的世界观、人生观和价值观。

(二) 改革教学方法,在情境创设、语篇整体分析中融入思政

在课堂教学中,教师应通过创设与主题相关的语境,将特定主题与学生的学习、生活和未来职业发展建立关联,鼓励学生运用所掌握的语言知识和语言技能,进行意义探究,通过解决问题等方式,培养学生的思维差异感知能力,提高学生的鉴别和评判能力,促进跨文化理解与交流。在主题意义探究活动的设计上,教师应注意激发学生的学习兴趣,帮助学生构建和完善新的知识结构,深化对主题内容的理解,树立正确的世界观、人生观和价值观。教师有意识地结合社会责任、合作意识、工匠精神等课程思政元素进行语篇学习,将知识传授

和价值引领有机结合,实现“课程承载思政”与“思政寓于课程”。

(三) 融入课程思政的课例设计与分析

本案例选自外研社基础模块第二册第九单元《Do you have any certificates》,整个单元围绕职业资格证展开对话及阅读,通过文章的主题理解使学生能够在入学第一学年明确职业教

生的首要任务和使命,从而明确目标,端正学习态度,树立远大理想。本节的思政内容从课前准备、对话、课文及课后作业四个方面进行。通过完成课堂任务的方式,引导学生深入价值思考,以潜移默化的教育引导塑造学生正确的人生观,实现语言知识、文化领悟与价值思维协同发展,全面推进思政育人。

思政实施途径具体分解在以下四个环节:首先在线上学习环节,请学生预习对话,掌握词汇并理解大意并提供《少年中国说》的朗诵视频,提出的思考题:当代中学生的使命是什么?思政结合点通传统文化中对青年人的教育,讨论这句话的时代意义;其次在对话环节课文导入部分通过图片对比,请学生完成一分钟口语表达:什么是酷?是勤奋学习积极向上,还是机不离手玩游戏?思政结合点结合《少年中国说》的内容,灵活地进行积极引导,使他们明确:人生不仅要酷,更重要的是青年的使命。作为未来的高素质高技能人才,肩负建设国家的重任,积极投身社会主义建设的伟大事业,才能实现人生价值,这才是真正的酷。接着在课文环节学习My first working day布置课文分组学习任务:以小组讨论方式,分析和学习这段课文的内容和结构,并结合自己的实际进行课堂汇报:学习或工作能让你快乐吗?思政结合点通过小组讨论,引导学生升入思考人生价值,在发言共享观点过程中,教师及时进行点评,并引导大家思考真正的幸福并不是肤浅的享乐,真正的幸福来自努力学习和踏实工作,为他人和社会贡献力量。最后拓展环节寻找生活学习中的幸福,拍一张图,并用简短的几句话进行描写(the happiness)。通过这种方式引发学生深入自我审视:幸福感来源于什么?把思政的内容由课堂延伸到课外,让学生有机会深入思考人生观价值观问题。思政结合点教师通过上传的看图作文,了解他们的人生追求,把握他们的思想动态,进而从学生的视角出发进行点评,有针对性地引导他们树立远大的人生理想,使大家明确幸福是奋斗出来的,而奋斗本身就是一种幸福。

结语

在课程思政的教学实践中,“知识传授+价值引领”的联结点即是“把价值引领要素及内涵巧妙地融合在原有的课堂教学中”。挖掘教材隐含的思政元素是进行课程思政改革的关键。在课程教学过程中,教师将中华优秀传统文化、社会主义核心价值观等思政元素与课程单元主题对接,以潜移默化方式把思政元素渗透到课程教学中,在完成语言教学目标的同时,也实现课程思政目标。

参考文献

- [1] 王文斌. 外语教学与外语教育、工具性与人文性之我见[J]. 中国外语, 2018(2)
- [2] 汪承平, 胡玉明, 陆秀东. 高校外语类“课程思政”建设思考[J]. 皖西学院学报

基于网络舆情引导的高职思想政治教育创新

杨磊

(辽宁广告职业学院 辽宁 沈阳 110000)

[摘要]随着我国经济的高速发展,互联网、多媒体等新的时代元素出现,信息传播的速度也随之变快,对高职学校的思想道德教育产生了很大的影响。教育要求也随时代的发展而发生变化,越来越重视学生思想品德的教育。与此同时,给高职思想政治老师带来巨大的教学挑战。在信息爆炸的时代中,如何在高职思想政治教育的教学方法上进行创新,是目前最需要解决的问题。

[关键词]网络舆情; 高职学校; 思想政治; 教育; 创新

[DOI] 10.12525/j.issn.2096-6261.2020.07.1529

我国信息技术、互联网地不断发展和普及,使网络信息传播速度非常快,人们通过网络上的各种平台,发表自己的言论和看法,通过网络进行各地之间的互动交流。学校的网络信息交流主要是校园里的事情。在如今的社会中,怎样利用网络平台,对高职学校的学生进行相关的教育,使得高职学校的学生能够树立正确的三观,是当下高职学校需要应对的主要问题。

一、在网络发达的时代中高职学校思想政治教育的现实状况

1. 相关老师的教学思想陈旧

我国社会经济不断地发展,时代也不断地进步,学生知道的东西也越来越多,需要知道的知识和技能也越来越多,当然,在教学上,对老师的要求也就变得越来越高。但是,经过一些调查发现,我国各个类型学校的老师,包括普通高中、高职学校等各科老师的教学思想依旧落后。而且,有些高职老师知道的知识只是课本上面的,自身的知识量并不多。而学生获取知识的渠道,大部分是从老师这里获取的。因此,现阶段的老需要不断地学习更多的知识,知道和了解更多的知识。

2. 教学的方式太过于单一

经过一些调查和观察,了解到大部分高职学校的老师,在教学生知识时,总是采用说讲的方式,老师依旧只是自己根据课本知识重点,在课上进行讲授,不符合新的教育要求,忽略了学生在课堂的地位,没有让学生真正地参与到课堂中,而且高职学校的教学,和其他别的学校不一样,知识的学习不是靠高职老师去讲学生就可以明白的,更多需要老师将知识和生活实际相联系进行讲解知识,这样才能够使学生更容易接受知识。所以,高职老师在讲课本知识的时候,不能只是自顾自地去讲课文的重点知识,要让学生也参与到课堂中,让他们多去思考,从而掌握知识,学会学习的方法。

3. 教育类的网络舆情宣传效果差

信息时代的到来,无论是家长还是学校都会去关注网络上的事情,但是学生对一些教育的网络舆论却很少去花心思关注,主要是因为这类信息太过于枯燥,对学生没有很大的吸引力,因此网络上这类信息根本对学生起不到教育作用。

二、在网络发达的时代中高职学校思想政治教育的新方法

1. 教学方式与时俱进

高职学校的思想政治教师,要多去关注校园事件的网络信息,及时更新自己的教学方

法,使自己的教学方法与时俱进,要在教学中使用新时代的教学元素,比如多媒体等现代技术,在教学中多将学生的教育与生活中的实际案例相联系,创设相关的情境,使学生在情境中受到积极引导,树立正确的价值和人生观念。

例如,在开展相关的教育课时,老师要寻找近期的相关校园事件进行开展课堂,让学生根据这一校园事件发表自己的看法,师生之间、学生之间开展案例分析,在这个过程中,老师能够对学生的思想观念有所了解,还可以帮助学生及时纠正错误的思想观念。除此之外,老师还可以利用相关平台,在课堂上和学生讲近期发生的事件,并对事件进行一分为二的分析,让学生正确去分析事件,保持正确的思想观念和评价。

2. 思想政治教育要与社会实际相联系

高职学校的思想政治老师,在对学生进行相关教育期间,要与生活中的实际事件相联系,同时课堂上的实际事件案例要和课本内容相符合,除此之外,这件事情必须是对学生能够产生积极影响的。在教学中恰当地引入网络课程,向学生普及相关的法律知识和教育,对于学生比较关心的社会热点问题,老师要及时开展相关的课堂讨论,让学生发表对事件的看法,了解学生对事件的评价是否正确,带领学生正确对待事件本身和人们对事件的看法,使得学校内的相关舆论朝好的方向发展。

例如,对于如今疫情的社会问题,老师要带领学生正确地看待新冠疫情,相信祖国社会主义的力量,做到遵守国家的相关预防要求,保持积极的态度,减少学生对这件事情的悲观认识和消极情绪。

3. 提高老师对网络信息的辨别能力

想要使得学校能够很好地处理网络相关问题,必须提高老师对网络信息的辨别能力,提高老师自身的素养,通过老师的模仿作用,去影响学生的思想。学校要带领相关的老师学习网络知识和网络法律,从而使老师在与学生沟通时没有代沟,及时掌握学生的思想观念。老师还要注意学生关注的热点问题,及时对学生做出相关的指导,帮助学生认识正确的方向,使学生的价值和社会观念不受坏事件或者错误舆论的影响。

三、结语

综上所述,在信息传播迅速的当下,保证学校的思想政治教育的有效开展,首先,老师必须转变教育的观念,对自己的教学方法进行更新,做到与时俱进;其次,在思想政治教

育中,老师要在课堂中引入生活和社会热点事件,要及时关注和掌握学生思想观念的方向,引导学生正确看待事件本身和相关的舆论;最后,学校要提高相关老师对网络知识和网络法律的了解,通过老师去影响学生,帮助学生树立正确的观念,不断解决当下时代面临的问题,从而使使得学校教育工作的有序开展。

参考文献

- [1]刘博.基于网络舆情引导的高职思想政治教育创新研究.才智.2018年(28):34.
- [2]王丽霞.基于网络舆情引导的高职思想政治教育创新.教育与职业.2014年(26):63-64.
- [3]张晓晓.基于网络舆情引导的高职思想政治教育创新.江西电力职业技术学院学报.2019年(02):107-108+110.

中职德育教学中信息技术的运用研究策略

代文辉

(贵州省遵义市播州区中等职业学校 贵州 遵义 563100)

【摘要】随着时间的流逝,信息技术的发展越来越完善。很多中职院校也使用这种教学方法。作为一种相当强大的教学道具,信息技术在很大程度上推进了中职德育教育的发展,为促进德育教育奠定了基础,使中职德育教育有了稳步的提高。为了改变以往中职德育教育,应与先进科学的新技术相结合,将信息技术的优势发挥到最大,使信息技术和中职德育教育更好的发展。

【关键词】中职教学;德育教学;信息技术

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.1530

引言

德育教育的体现有多个方面,主要体现在学校与家庭。其中在学校受到的德育教育最重要,其次是家庭教育教育。将德育教育的优势发挥出来,少不了信息技术的加持。当代教育与信息技术的有机结合,能使中职德育教育迅速发展,利用信息技术的德育教育能使中职学生对学习产生非常浓厚的兴趣,也能对学校的教育理想思想有显著地提高,促使中职学生产生热爱。

一、信息技术运用的问题

(一)信息技术与德育课堂的关系

老师作为德育教育的传播者,首先应理清信息技术对于德育教育的优势。协调好信息技术的教学与传统的德育课堂之间的关系,努力结合两种教学方式的优点,不要单一的使用其中一种教学方法,来达到教学目的的想法,这是不切实际的。也要摒弃依靠信息技术教育代替教师教学的想法。对于老师而言,中职德育教育的特点应该如指掌,深入了解信息技术下的德育教育,结合传统的教育教学方法,吸收两种教学形式的优点。然后联系实际情况,结合当代的中职学生,作出最切实可行的教学方案。处理好信息技术加持下的德育教育,使中职德育教育焕发新的生机。

(二)信息技术与老师学生的关系

老师在进行信息技术教育时,还要考虑到教学设计的特点与优势,还要联系中职学生的心理发展的情况以及学习的情况,作出最适合中职学生的学习计划。科学合理地进行德育教学,老师还应注重中职学生的心理状态,及时帮助陷入负面情绪的学生走出阴霾,促使中职学生进行更好的德育教育,帮助学生进入更好的学习状态。这些问题是老师在教学过程中必须考虑到的。

对于学生应该有自主学习的能力,老师在学生学时给出相应的建议。对于学习能力强的学生,量身定做学习计划。对于学习能力薄弱弱的学生,在学习上给出相应指导,确定学生本身的学习目标。教师还可以利用信息技术对学生的进行学习情况进行监测,老师应第一时间掌握学生的学习情况。

二、中职在德育教学的优势

(一)运用多媒体教学

当前的条件下,很多学校无法组织学生进行实地的课外实践活动,这种情况很大程度上限制了学生对教学知识的吸收。遇到这种情况,老师应利用信息技术的多媒体教学来缓解这类问题。多媒体技术参与教学能够大大提升中学生的学习知识的吸引力,还能使不同班级的学生通过对同一课题展开激烈的讨论。还能使德育教育在课堂教学中变得直观和具体。

老师还能在中职学生思考的过程中抛出问题,循序渐进地引导学生进行一系列的思考,这种教学方式有力锻炼学生的逻辑思维能力。若学生无法进行单独的思考,老师则可以在一

旁进行相应的指导,让学生在思考的过程中得到灵感,老师还能使用多媒体教学引导学生获得灵感,使其在学习中提供帮助。当学生已经了解知识之后,老师再结合课本上的知识进行教学指导,以及对学生的问题进行答疑解惑,直至学生完全理解本堂的知识点。这种教学方法才能使教育有了明显地提升。

(二)运用信息技术的交互性

当代计算机的发展已经相当迅速了,其中最明显的优势就是可以进行人机交互。这是因为计算机已经拥有超强感染力的交互性质。对于中职德育教育而言,计算机的这种优势能最大限度加快对德育教育课堂的发展,提高德育教育的教学质量,促使中职学生对知识产生强烈的学习欲望,对德育教育的发展奠定了基础。

在教学中,课堂演练是重要的环节,在以往的教学模式中,老师让学生在黑板上进行操作,之后老师再进行评价。而使用信息技术则会更加简单便捷,改进了老师传统的教学方式。老师让学生学会使用计算机信息技术进行演练,这个方式能给学生带来游戏般的感受,极大激发学生的学习积极性。

(三)运用丰富的教学资源

当代学校的教学资源已经非常丰富,老师能在各种途径找到德育教育的相关办法。老师可以使用多媒体技术进行德育教育,这种方式能有效增强学生对德育教育的接受态度,对学校、老师和学生产生积极向上的作用。老师和学生还可以通过校园网络进行学习资料的收集和归纳老师对学生进行指导,使学生对知识做出相应的判断和思考,为之后的德育教学大力提升了效率。学生通过这种有趣的教学活动,对知识有了更加深层次的了解,对德育教育产生了重要影响。

结束语

虽然信息技术的发展带来了很大便利,但信息技术并不是适用所有的教学科目或者教育类型。老师应从中找到合适的方法,将信息技术传统教学方式相结合,以传统的教学内容为主,以信息技术的教学方式为辅,相辅相成,使中职德育教育的教学迈上新的阶梯。

参考文献

- [1]兰业腾.现代信息技术优化中职德育课教学的探究与实践[J].佳木斯职业学院学报,2019(10):238-239.
- [2]田晓娜,穆春雨,李朝霞,陈君,李茂枝,阎剑眉,王晓婷,张晓宇,刘美红,张萌.基于信息技术的中职德育课程线上线下混合教学模式的实践研究[J].现代农村科技,2019(04):64.
- [3]侯红梅.信息技术支持下提高中职德育课学生自主学习动机的行动研究[D].河北科技师范学院,2018.

浅谈中职生情商的培养

李晓玲

(南充外国语学院中等专业学校 四川 南充 637000)

【摘要】现代社会的竞争,主要是人才素质的竞争,“仅有IQ是不够的,我们应用EQ来教育下一代,帮助他们发挥与生俱来的潜能。”情商为人们开辟了一条事业成功的新途径,如何培养中职生的情商,使他们在以后的人生道路上,更好地适应社会,更好地工作与生活,这是当今职业教育工作者应该思考的问题。本文对此进行了研究。

【关键词】中职生;情商培养;策略研究

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.1531

现实生活中,与交往能力差、性格孤僻的高智商者相比,那些能够敏锐了解他人情绪、善于控制自己情绪的人,更可能得到一份称心的工作,也更可能取得成功。由于自身和社会的原因,当代中职生学业成绩较差,心理大多存在这样或那样的问题,行为偏激,控制自己情绪的能力较差,缺乏意志力,与人沟通协调的能力较差,一旦走入社会,就很难适应,遇到较为复杂的情况,往往束手无策。在教学的同时,我们还应让他们明白,成功不仅取决于个人的谋略才智,在很大程度上还取决于正确处理个人情感与别人情感之间关系的能力。也就是自我管理和调节人际关系的能力。“仅有IQ是不够的,我们应用EQ来教育下一代,帮助他们发挥与生俱来的潜能。”(《情感智力》作者丹尼尔·戈尔曼)

EQ就是情商。情商是和人的智商相对的概念,也是情绪智慧,简称EQ,是指人的性格、情绪、意志、社会适应能力等非智力因素。心理学家通过对古今中外各界名人的大量研究发现,在决定个人成功的因素中,智商占20%,而情商则占80%,可见情商在一个人一生中很重要。情商为人们开辟了一条事业成功的新途径,它使人们摆脱了过去只讲智商所造成无可奈何的宿命论观点。如何培养中职生的情商,使他们在以后的人生道路上,更好地适应社会,更好地工作与生活呢?

一、正确认识学生现状

职业学校的学生大部分来自农村,绝大部分学生父母外出广东、深圳等沿海一带长期务工,在家庭养他们是文化程度不高的爷爷奶奶,家庭教育出现缺口,相当部分学生存在自卑、逆反、戒备、对抗、自暴自弃、敌对、偏执等心理,表现为强迫症状、人际关系敏感等。笔者从事职教多年,与学生面对面的沟通,对他们有所了解。有的学生认为,来到职校主要就是混日子,反正学校要安排工作,学好与否则一个样;还有的学生因为自卑,不够自信,进取心不强,人生消极,在学校的各项活动中都以消极的心态对待,他们对自己的人生前途显得悲观;受社会示范行为的影响,一些学生“不谦让、不为别人着想习以为常”,一切以自我为中心,在人际交往中与他人难以沟通,从而产生隔阂,对人冷漠。我们如何纠正学生的偏激认知?偏激在认识上表现为,问题绝对,片面性很大,缺乏理性的态度和客观标准,易受他人的暗示和引诱,偏激还容易使学生莽撞行事,不顾后果,作为教师,我们应帮助学生拓宽兴趣范围,积累丰富的知识经验,掌握基本的思维方法,引导他们全面、灵活、完整地评价事物,冷静、客观地看待问题。

二、加强职校学生情商的培养

最早提出情商这一概念的是美国心理学家彼得·梅耶教授,他在1990年把情商描述为由三种能力组成的结构。1995年,美国心理学家格尔曼对情商作了更明确的说明,他认为情商包括五个方面的能力:1、了解自己情绪的能力,2、控制自己情绪的能力,3、以自己情绪激励自己行为的能力,4、了解别人情绪的能力,5、与别人友好相处的能力。

在学校,我们不难发现这样的状况,某老师上课途中,正好遇见以前教过的几位学生,谁知这几位学生看见迎面而来的老师,急忙把头偏向另一边,继续谈论他们的话题,对曾经的老师视而不见;课堂上,总有老师在别人受到批评时就开怀大笑;操场上,看到别人摔

倒擦破了脸,他们不但不去安慰,还幸灾乐祸地哈哈大笑;还有一些学生,看到另外同学打架,他们不但不去劝解,反而围起圈子喊着号子说:打得好,使劲打!学生心理的冷漠化倾向,是一种致使青年学生人格变态发展的“病菌”,它不利于培养和提高中职生的思想道德素质,不利于培养身心俱健的一代新人。

作为教师,培养学生的情商就要关注学生的心理、行为、意志、与人交往的能力、控制自己情绪的能力,帮助他们建立自信心,培养他们的同情心,促进其情商的发展。对学生细心一些,发现学生情绪不佳、行为偏激时,要懂得理解学生的感受,努力去了解引起学生反常行为的前因后果,进而帮助学生一起解决问题。同时我们要教会学生加强自身的情感训练,提高自身的素质,具备基本的情商。要让他们了解仅仅拥有高智商而缺乏情商的学生,其创造力就很难挖掘、开发。

我们要着力在班级内营造良好的舆论氛围,唤起学生内心的良知、正义感、荣誉感和羞耻心,充分发掘出学生内心世界里的“性善”部分,从而自觉地约束自己的行为,不断提高自身的道德修养,形成积极、乐观向上的道德情操,其次,我们还可通过一些生活实例,激发学生“感恩知足”的感激之情,常怀一颗感恩的心感谢父母的养育之恩,老师的培养之恩,同学的帮助之恩,培养乐于助人、关心他人的同情、怜悯之心,并且将这种情感用语言和行为表达出来,让学生在不断地积累经验,直到在脑海中形成明朗的路径,以至习惯成自然,在面临威胁、挫折和伤害时,就可以收放自如。值得一提的是通过对学生情商的培养,中职生不仅改掉了情绪上的问题,许多学生的学业成绩也得到了改善。实际上有太多的中职生不善于疏导情绪,难以克制冲动,对学业不负责任,不关心,更无法专心这么多的问题,只要任何一项获得改善,都有助于教育质量的提高。

我们还需要引导学生加强意志力的培养,帮助学生进行情绪调解和积极的自我暗示。应让学生明确行为的主要目标,严格规范自己的行为,“当行则行,当止则止”,提高自我控制能力,同时引导他们从小事做起,逐步磨炼意志,不要让他们认为克服心理障碍很难,不愿意努力,让学生明白,冲动的时候,应该冷静思考再思考,以暗示自己,克服偏激行为和意见,驾驭自己的负面情绪,努力发掘、利用每一种情绪的积极因素。

情商的培养对学生人生有整体帮助,将来,无论他们是扮演朋友、子女、学生、配偶、员工、老板、父母、市民等任何角色,都将更为称职,让自己扮演的各种角色更为轻松与愉快。情商较高的人能够更好地处理复杂的难题,情商在人们的工作和生活中越来越重要。在全面推行素质教育的今天,研究、加强中职生情商教育,培养具有健全人格、自强、自律、自信和较强的社会适应能力的合格人才,是时代的迫切要求,更是我们职业教育工作者义不容辞的责任。

参考文献

- [1]丹尼尔·戈尔曼.情商[M].北京:中信出版社,2010.
- [2]张妍,张瑞琦,等.职高生自尊、自我认同感与归因倾向的相关研究[J].中国临床心理学杂志,2006,14(5):513-517.