

高职院校心理健康教育第二课堂的思考

李凌云

(鹤壁汽车工程职业学院)

[摘要]为提升高职院校专业人才素质,学校不仅要重视学生的专业学习能力,还要重视学生的心理调适能力,不仅要重视第一课堂的教学实践能力,更要重视第二课堂的重要实践价值。心理健康教育第二课堂作为大学生素质教育的重要载体和阵地,弥补了心理健康教育第一课堂的局限性,为心理健康教育提供了更广阔的教育平台,满足了高职院校人才培养目标。

[关键词]高职院校;心理健康;第二课堂

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2021.11.1551

一、环境背景

2021年7月,教育部办公厅印发《关于加强学生心理健康管理工作的通知》,要求进一步提高学生心理健康工作针对性和有效性,切实加强专业支撑和科学管理,着力提升学生心理健康素养。

近年来就业压力逐渐增加,这就使高职院校的学生就业充满激烈竞争,而且许多很难找到专业对口且顺心如意的的工作,同时激烈竞争也反过来影响了在校学生,使其缺少应对困境和压力的韧劲和抗击打能力,形成各种各样的心理压力甚至心理疾病。当今社会发展迅速,影响一部分学生急于求成、心性浮躁,在学校的表现就是过于重视专业课程,忽视心理健康教育。因此在开展教学活动时,高职院校对学生除了开展专业技能教育外,更应加强心理健康教育内容的讲解与普及。职业院校心理健康教育第二课堂具有的特殊延展性,更适合对学生共情能力、人际沟通能力及应激能力的培养。因此,如何通过心理健康教育第二课堂,有效挖掘第二课堂的心理育人作用,成为新时期高职院校亟须解决的问题。

二、心理健康教育第二课堂研究现状

2.1 高职生心理健康问题

近年来,大学生的心理健康问题越来越受到社会的关注,而高职生作为国家劳动力的主力军,也出现了不同程度的心理问题^[1]。每年高职新生的心理健康普查结果表明,大多数新生心理处于亚健康状态,如:校园生活适应不良、人际交往困惑、自我控制能力较低、自卑、厌学等,还有部分学生存在不同程度的心理障碍。从刚入校到毕业,学生心理问题也呈现阶段性特征,高职新生在校园适应不良问题上表现较为明显,入校之后是人际交往问题、情绪控制问题、性格问题逐渐显现,大三时期择业心理问题会占据主导地位。

2.2 心理健康教育第二课堂

第二课堂是相对课堂教学而讲的,是在课堂教学的时间之外所进行的所有教育内容的总和^[2]。国外对于“第二课堂”更多的称之为“开放课堂活动”(the Open Classroom Activities),其主要目的在于扩展教学时间和空间。纵观在“第二课堂”方面的相关研究,主要是将“第二课堂”作为“实践教育”。

心理健康教育第二课堂在教育活动中占有重要地位,具体体现在:第一、心理健康教育第二课堂是第一课堂的主要

延伸,第一课堂时间有限,因此教学内容精深但缺乏广度,需要通过第二课堂来进行补充;第二、心理健康教育第二课堂是环境育人的重要平台,心理健康教育是课程思政的主要手段之一,因此学校要全方位引导学生进行健康心理建设;第三、心理健康教育第二课堂是挖掘学生潜力的基地,学生较少有校外实习经历,多数知识是通过课堂学习得来,因此学生自主学习能力及自身潜在能力挖掘较差,需要通过第二课堂来引导学生挖掘潜力。

2.3 职业院校心理健康教育第二课堂活动存在问题

目前,大多数高职院校已开展心理健康教育课程,并且针对心理健康教育第二课堂也有所规划,但存在以下问题:第一、专业师资力量缺乏,教育部办公厅印发《关于加强学生心理健康管理工作的通知》指出,高校按师生比不低于1:4000比例配备心理健康教育专职教师且每校至少配备2名,师生人数比例过低,影响教育工作的有效性。第二、心理健康教育第二课堂的活动“不给力”,虽然学校对第二课堂的重视度在与日增加,但总体来讲教学活动与课程设计老套古板,且第二课堂教育活动形式单一、创新性不高、多以讲座和竞赛形式开展。第三、心理健康教育第二课堂的学生参与度不高,高职院校学生学习积极性较低,因此较少主动积极参加学校组织的第二课堂活动,但为了完成教学任务,多会选用学生班干部参加活动,这就导致参与人数、参与时间、参与效果与预期有明显差异。第四、心理健康教育第二课堂心理健康活动缺乏专业指导,心理危机预防与干预体系不健全且流于形式,部分情况不搞活动只拍照片,专业教师参与较少,所以学生收获性并不高,缺乏技能型指导。

三、心理健康教育第二课堂思考

罗杰斯在人本主义教学论中强调,通过真正的学习经验才能使人发现自己独特的品质,在知识、技能、认知、情感、意志等方面均衡发展,成为一个完善的人。因此,教师在教学中应运用以人为本的观念,更加重视学生第一性的体现。

3.1 完善心理健康教育第二课堂的整体规划

第一课堂以课堂集中授课为主,在职业院校主要以教师为主导,学生在教师的引导下进行集中授课,时间统一、目标明确,学生可以接受到归纳性强、逻辑性高的知识。但是学生人数多,单一的知识没法满足所有学生的需求,因此需要第二课堂因材施教。为增强心理健康教育第二课堂的功

能性,需要教师完善对第二课堂的整体规划。从活动目标上看,第二课堂活动主要为了提升思想政治素质、陶冶情操、培养学生健康心理和健全人格,因此更应从情感、态度、价值观上设置活动目标,并严格根据活动目标设置活动场地,做到活动场地对学生产生潜移默化的优良品格影响;从活动主体上看,心理健康教育第二课堂应重视学生的参与性、活动的趣味性,学校应严格遵照以学生为主体的教学态度,按照教学活动目标,适当增减活动场次,并合理设置每场活动学生参与人数,做到指导教师能关注到每一位学生,提高学生主动参与性,并能进行个人充分展示和表达的诉求;从活动形式上说,教师要注意第二课堂的计划性、灵活性,第二课堂是第一课堂的重要补充,同时也是促进学生人格发展的主要场所^[3],因此在进行活动时,要设置严密且多样的逻辑规划,引导参与者发挥个性、彰显特质,同时灵活设置主题点、时间段、活动场地,做到因人而异、因材施教,使每一位学生都能在学习中有所收获。

3.2 完善心理健康教育第二课堂组织机制

学校教育不只要有硬件建设,还要搞好软件建设,如学术氛围、文化氛围、意识形态、价值目标、组织机制等。心理健康教育本就是高校思政教育的重要组成部分,因此为更好地对学生进行思政教育,还要完善对心理健康组织机制的建设。要根据学校实际,建设专门的心理健康教育第二课堂组织机制,并由校团委牵头,学生处协助举办,设置专门的心理健康教育第二课堂专职教师,并将学校专职心理教师 and 所有辅导员作为第二课堂组织机制的一线工作人员。参照第一课堂,设置教学计划、选课计划等管理评价体系,并且将教学目标、教学框架、教学时间等科学设定,完善第二课堂的有序性。为增加学生活动参与度,还可以设置相应学分。

3.3 增加心理健康教育第二课堂的活动形式

心理健康教育第二课堂活动应以学生主动感受为主,减少被动灌输,可采取以下几种方式:第一,增加参与体验性活动,心理健康教育的主要目的是帮助学生形成良好的心理状态并在出现不良心理时可以进行自我调适,因此开展活动时依然应延续此教学目的,以引导学生、让学生主动探索为主,将心理健康知识寓于行为训练、交互活动中,通过学生体验式认识提升学生的心理素养,如开展校园心理剧、心理行为训练、心理趣味运动会等;第二,增加陪伴式教育活动,高职生课下活动性较强、活动范围较广,因此在学校心理健康第二课堂中,将思想引领转向陪伴成长模式改进,教师可通过校园一角进行积极心理故事讲解,在心理活动平台注重引导学生掌握正确的心理调适方法并进行技能的分享,营造积极正向的心理知识氛围,帮助同学调整情绪,培养自我意识和积极心理品质,指导学习和生活,使学生在耳濡目染中获得成长,开启同学们内心的自我成长内驱动力,强化习惯的优势效果。第三,增加社会实践活动,学校教育方式有限,学生体验性有限,因此应增加校园与社会的时间联系,如通过定期服务老年机构与社会福利机构,提升学生的

品行道德,定期进行红色地点参观活动,增强学生的社会认同度等,进而调整学生的自我认知结构。

3.4 多样化的评价方式

高职生情绪具有深刻性、内隐性,并不满足于教师简单的提及、表扬,且由于第一课堂的授课局限性,很多学生在课堂的问题行为没有得到教师的及时评价与纠正,因此为了增加学生的自我认同度、培养学生的自信感,教师在开展心理健康教育第二课堂时要注意评价的多元化。第一,评价内容具体化,大多数高职生处于18-24周岁,此年龄特征的学生在评价自身时,较少能准确评析自身的各项优缺点,因此作为心理健康教育第二课堂工作参与者,教师应针对学生身上存在的问题具体评价、具体分析,积极引导学生在有针对性的解决自身存在的各类问题。第二,多运用发展性评价,学生是发展中的人,因此每位同学都有可能犯错误,作为教师要及时发现学生在生活中的错误与困惑,着重引导学生运用自己的方式解决当下存在的问题,并积极帮助学生形成良好的自我评价理念,在对学生进行评价时,不能只关注到学生当下的问题状态,要关注到学生将来有可能达到的程度,针对已经纠正过错误行为的学生进行有建设性的评价。第三,评价方面全面化,学生学习不仅要学习理论知识,还要学习道德品行、文化素质、业务素养等,且学生是独特的人,每位学生都有自己擅长与不擅长之事,因此教师在评价学生时要注意从多方面对学生进行评价,既要做到帮助学生很好地认识自己的学习能力,又要做到帮助学生认识自身存在的问题行为,引导学生形成正确的自我认识观,并能根据教师及同学的评价及时的纠正自身存在的问题。

四、结论

高职院校以培养实践型人才为主要目标,肩负着为国家输送人才的重要使命。因此学校在提升人才专业质量的同时,也要关注人才的心理健康程度,学校要通过完善心理健康教育第一课堂和第二课堂的教学建设与实践,培养出更多的专业合格、心理健康的优秀技能型实践型建设人才。

参考文献

- [1]刘红艳,韩淼.教育发展视域下的大学生评价逻辑及改善路径[J].黑龙江教育,2021,(7):43-45.
- [2]孙伟彦.高职院校第二课堂现状及对策研究——以河北省G职业学院为例[M].河北:河北师范大学,2019
- [3]祝莺莺,王璇.构建大学生心理健康课第二课堂教学模式探索[J].新西部,2017:126-134.
- [4]王凯.基于“第二课堂”的中职升本护生心理健康教育探讨[J].科技文化,2021,(22):169-171.
- [5]王苏妍,刘建春.心理健康教育第二课堂实践探索[J].锦州医科大学学报,2021,19(2):82-85

作者简介:

李凌云(1993.4-),女,河南焦作人,汉族,鹤壁汽车工程职业学院教师。