

心理辅导对职高学生就业的影响研究

刘利鑫

(陕西铁路工程职业技术学院 714000)

[摘要]现如今,我国就业竞争力很大,这将对职高学生的心理造成困扰。因此,在在职高教学过程中,如何对学生进行心理辅导,成为教师们应该重视的问题。学生们大多对自己没有自信心,不敢确定自己是否能够成功就业,因此导致学生们心里出现的问题,这也导致教师要高度重视学生的心理变化。教师是学生的引导者,要时时刻刻注意学生的心理活动,以学生为中心,不断提高学生的综合能力,为学生就业提供重要保障。

[关键词]心理辅导;职高学生;就业影响

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.07.786

引言

随着我国各大院校招生力度不断加大,每年毕业生都在不断能增加,也促使就业难的问题越来越严重。职高院校在就业竞争中处于相对劣势的位置,这也必将使学生们心理压力越来越大。尤其是职高院校中学生们心理尚未完全成熟,学生们心理承受压力的能力也相对降低,自我调节能力更为薄弱。因此本文将针对职高学生的就业心理问题进行分析,在教学过程中,对学生的心理进行辅导,不断调整学生的心态,让学生能够以更加饱满的热情去面对就业竞争。

一、职高学生就业过程中的几种心理活动

(一)自卑心理

职高院校中很多学生会不自觉地形成自卑心理,大部分学生认为自己的专业知识以及专业技能都没有其他学生好,甚至没有其他院校的学生能力强。这种自卑的心理经常会让学生在心理上进行自我惩罚,自我贬低,进而产生压抑的情绪。并且职高学生被很多企业所排斥,导致学生们在就业时不敢去大公司进行面试,长久以往就对学生们造成心理阴影^[1]。

(二)攀比心理

职高学生中有很多人都有攀比心理,总有一种自己不能比别人差的心理活动。因此在日后的就业过程中,学生发现有适合自己的工作,但是这份工作没有其他人的工作好,这时爱攀比的学生就想找到一个更好的单位进行就业,而将此份合适的工作放弃。职高学生这种攀比心理会给学生造成严重的影响,学生不能以自己的实际出发,只是关注眼前不切实际的东西,这样将会耽误学生就业的良机。

(三)盲从心理

职高院校的部分学生在就业时,有一种盲从跟风的心理。哪个单位的求职者多就去哪里面试。他们心理所想的是哪个地方人多,哪个公司就一定好。这些人往往缺少自己的主见,没有自己的主观判断力,盲目跟风,忽视自己内心的想法以及没有自己的个性,这种不切实际的行为,将会耽误自己的大好前程。

二、解决职高学生就业心理问题的对策

(一)自卑心理的辅导

在在职高院校中,学生们的自卑心理最为普遍,且最为明显。由于很多客观原因导致职高学生们没有接受大学教育,因此社会上就会出现被忽视的现象,现在都讲究文凭,单凭这一点职高学生们就会出现一些自卑的心理^[2]。因此教师们应该找到学生出现这种想法的根源所在,不断鼓励学生要向前看,在事实无法改变的情况下,要提醒学生扎实自己的知识基础,做好自己分内的事情,学历并不是唯一评判的标准,只要自己有面对社会的勇气,应对工作的能力,就能胜利。要鼓励学生在就业过程中不断发展自己的长处,将自己的优点发挥出来,这样才能在就业竞争中占有一席之地。

(二)攀比心理的辅导

学生的攀比心理,不仅出现在日常的生活,还出现在就业竞争中,并且在即将就业时更加明显。攀比心理让学生在就业过程中多走许多的弯路。尤其是在面对比较适合自己的工作,如果选择错误,将会彻底失去这个机会。因此,教师在教学中,要不断教育学生坚持自己的个性,并且进行一定的心理辅导工作,帮助学生摒弃虚荣心,引导学生进行正确的心理活动,攀比心是不成熟的孩子才会有的,所以教师应该引导学生向正确的心理活动方向前进。学生要对自己的就业方向有一定的规划,寻找适合自己的机会,助力学生在就业过程中抓住良机,防止迷失自我,在就业竞争中取得胜利。

(三)盲从心理的辅导

职高学生们的就业竞争力很大,教师应该在日常的教学过程中,对学生进行心理辅导。让学生以自己的心理想法进行就业选择。现在的盲从跟风现象很严重,学生们想要在众多工作中找到适合自己的,就不应该进行盲从,要学会坚持自己的想法,发挥自己的竞争优势,在就业中展示自己的能力和提前规划好自己的就业目标。这些都教师在教学中指导学生完成的^[3]。学生们的心理都是日积月累形成的,因此教师应该在日常的教学过程中就帮助学生树立就业目标,防止学生在就业时惊慌失措。并且引导学生要理性面对就业,不错是竞争中的每一个好机会,要为自己日后的生活打下良好的基础。

结语

综上所述,职高院校的就业心理辅导工作要认真对待,教师要以学生为主,充分了解到学生的心理活动,面对不健康心理的学生进行特殊辅导,同时让每一个学生都能以积极的心态去面对就业问题。引导学生在就业竞争中发挥自己的优势。此文阐述职高学生的就业心理活动,针对不正常的心理进行分析,在教学中帮助学生进行心理辅导,进而让学生以理性的心态面对就业,并在就业竞争中取得胜利。

参考文献

- [1] 蔡娜.新形势下高校辅导员如何做好大学生就业心理辅导工作[J].年轻人,2020,(6):43.
 - [2] 伊力亚斯·外力,陈静.高校辅导员做好大学生就业心理教育工作思考[J].青年时代,2020,(15):191-192.
 - [3] 刘乐.高校辅导员做好大学生就业心理教育的思考[J].科教导刊-电子版(上旬),2019,(12):88-89.
- 课题:1.心理辅导助力大学生更好的就业与择业,2020年陕西省高校防疫心理教育重大理论与现实问题研究项目计划立项,2020SY054.
2.心理辅导助力大学生更好的就业与择业,陕西铁路工程职业技术学院辅导员精品项目,2020fd-12

体育游戏在中职体育与健康教学中的有效实践

曹宗玺

(晋中市太谷区职业中学校 山西 晋中 030800)

[摘要]对于中职学校的学生来讲,他们觉得体育课是枯燥无味的,对体育课的学习兴趣并不高。因此,在体育课堂的教学中,很难得到学生的积极配合。为了改变这一情况,教师可利用体育游戏的方式来开展教学,将学生参与体育活动的积极性进行激发,只有学生喜欢了,才可以真正的投入其中,使得学生在参与过程中对自身素养进行提高。

[关键词]游戏;中职体育健康

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.07.787

体育游戏主要目的,就是为了提升学生参与训练的积极性,提高学生课堂参与度,使得体育课堂教学效率呈上升趋势发展。同时,教师以游戏化课堂的方式进行教学,可有效提高学生的兴趣,并成为提升学生体育文化素养最佳途径。

一、体育游戏对中职教育的影响

1. 体育游戏可以通过刺激学生来调动学生的学习积极性,对体育产生浓厚的学习兴趣。兴趣是最好的老师,对学生而言,如何调动学生积极性是一堂课是否成功的关键。人们都是对于能让自己快乐的事物情有独钟,对于中职院校的学生也不例外。在体育游戏教学中,中职院校的教师要充分利用体育教材的内容,并结合实际,把学生的爱好和积极性充分调动起来,从而给学生一个自由的想象空间,让学生充分发挥他们想象力的同时,保证在体育游戏中,培养学生的动脑动手能力,有助于培养学生的团结协作能力,同时也可以丰富体育教学课堂。如果能在体育教学中能够以最好的形式来调动学生进取心的话,就会对学生的成长和发展产生非常重要的作用。有很多体育竞争性的游戏,学生都会最大限度地投入进去,通过自我表现和自我努力来争取最好的效果,调动他们的积极性,在这些游戏中使学生的竞争意识和进取心等都得到很好的发挥,从而达到最佳的体育教学效果。

2. 体育游戏中全面的锻炼中职学生的情商发展,情商的发展相较于智商发展而言,具有更加重要的作用,科学研究表明,一个人的成功保守估计其情商占据百分之七十,意思也就是说情商越高的人,越容易获得成功。当下对于将体育游戏融入现实课堂中的一项调查现实,教学质量提高的同时,学生之间的关系也更加紧密,班集体的团结性更强。这就意味着体育游戏在实践过程,不仅达到了实现教学目的,锻炼身体身体的原始目标,而且对于学生自身的思想正确发展也取得很大的发展。在体育游戏中,需要同学之间的合作,这使得它和原始的体育课程相比有很大的差别,同学之间的互动,师生之间的互动,都给了彼此交流的平台,从而在合作中加深彼此的理解。在融洽师生关系的同时,也加强了班集体之间的纽带,从而培养了中职学生更加坚韧和合作的优秀品质。

二、体育游戏应立足于实际

在体育教学中,将体育游戏融入其中,必须要注意体育游戏的实际可行性。准备活动穿插些游戏内容,如“贴膏药”“听号抱团”“拉网捕鱼”等游戏,较常规的慢跑显得生动活泼、富有趣味,能激发学生参加活动的欲望,有利于大脑皮层中枢的兴奋和各种器官活动能力的提高,使体育课的准备部分取得较好的效果。将这些东西充分的展现在教学过程中,对于提高教学质量具有重要作用。同时在教学中正确运用体育游戏,不仅可以改变当下单一枯燥的教学模式,在很大程度上,也可以缓解学生对于课堂的压力。田径项目比较枯燥,如运用此一“圆圈接力跑”“迎面接力”等游戏进行教学,可使学生在有趣的比赛中,发挥奔跑的能力等。把体育游戏运用到整理活动中有助于尽快消除疲劳,如体育课的结束部分采用舞蹈动作形式的教学和以放松为主的比赛性游戏,可使学生在情绪上得到调节和体力上得到恢复。

结束语

总而言之,体育游戏教学是新课程改革氛围下体育课堂教学中最主要的教学方式之一,游戏教学法与教学内容进行有机结合,整合为适合现阶段学生学习的体育内容。这样既能有效保证学生在学习过程中的积极性。又能使学生在课堂中体会到学习带来的喜悦,并为自身形成的体育意识奠定坚实基础。

参考文献

- [1] 陈建勇.游戏在体育课堂中的作用[J].甘肃教育,2017:123-123.
 - [2] 王媛.游戏在中职体育课堂中的作用[J].现代职业教育,2017:96-97.
 - [3] 荆云明,景晨.体育游戏在中小学课堂教学中的作用浅析[J].中国多媒体与网络教学学报(电子版),2017
- 作者简介:
姓名:曹宗玺,出生日期:1985年03月,性别:男,民族:汉,籍贯:山西省晋中市,学历:大学本科,职称:讲师,研究方向:中职体育与健康。