

中职学校班级管理中的心理健康教育

杜锐娜

石家庄市疾病预防控制中心 河北 石家庄 050010

[摘要]卫生高级技工学校中职学生心理特点与表现方式独特,具有了较极强程度的人格可塑性,所以各级卫生技术学校教师在日常班级管理指导方面就应予以较充分和重视,加强职业学生心理的健康和教育。笔者将在后续本文写作中着重就高校如何做好在卫生教育学校中职学生班级管理环节中有效开展中学生心理卫生健康安全教育内容做一个简要地论述,希望本书对高中生心理素质现状的整体改善教育和能力提升都有所帮助。

[关键词]中职学校;班级管理;班会;心理健康教育;方法

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.11.1034

卫生技术学校中职专业教育形式与全日制普通成人高校专业教育制度相比则表现出自己独有的社会特殊性,部分中职学生多来自各地中高考落榜的学生,此类中学生成绩素质相对普遍较差,学习能力基本处于全省中下阶等,面临一些较为普遍严峻现实的生存现实压力以及高考就业竞争压力,导致这部分中职学生群体中焦内虑、抑郁、畏难、厌学倾向等各类心理问题都较为明显普遍,部分学生心理甚至都已经严重处于社会集体边缘,理想追求与志向交往缺失,无法积极与班级同学等展开正常人际交流接触;再或是因为无法长期忍受一些日常生活工作与读书学习中容易遇到挫折的消极挫折,而会肆意放任其自在流溢。这种消极性格养成的生理缺陷又往往必然会引起各种相应导致的消极不良性格行为,例如消极厌学、上网聊天成瘾、吸烟甚至酗酒成瘾等等。由此观点来看,中职学校全面加强中小学生学习行为健康规范教育训练已经开始势在必行。

1 建立学生心理档案并不断予以完善。

建立完整学生心理档案既有利于老师详实客观记载整个学生心理状态辅导学习过程,同时记录也都可视作为老师心理状况辅导过程的最必要记录依据。教师必须在学校日常生活教学以及教育课堂日常教学实践中切实重视这些学生心理状态发展变化,并切实做好教学观察的记录存档工作,特别尤其是要对于极少数曾经或伴有心理障碍发展的以及部分家庭特殊状况学生,教师还应切实重视进行其个性化心理调适辅导,及时地做好心理健康档案记录内容的整理完善。学校管理者和一线教师们通过利用学生心理档案系统可以更良好的把握当前学生动态性心理发展变化,有助于全面促进我校师生心理之间发展的相互关系更加和谐。与此同时,学生亦可能利用个人心理档案系统主动上网查阅学生个人心理状况,清晰地认识其自身当前有或者无心理问题、心理问题方面的重大变化,以有助于提前介入做好教育应对教育工作。

2 通过班会的形式开展心理健康指导。

卫生技术学校中职学生现在通常正是处于青春期身心快速发展的关键期,其个人生理发展以及个体心理发展快速协调发展,同时所面临职业竞争压力的认知压力因素也是逐渐在增加,思维方式在逐渐地趋于成熟,社会阅历也不断得到

扩展,很容易地在其学习与生活工作以及各种人际和交往关系过程发展中产生种种心理问题^[2]。倘若校方迟迟无法或尽快能及时而有效地解决该学生其中的存在着一些的社会及关键社会行为问题,那么该名学生的其人格身心健康上就可能将会长期地受到这种种社会不良行为心理所影响,甚至可能将会因此导致其一些的行为障碍症状以及其各种人格缺陷。从对我国青少年家庭、学校以及自身教育乃至在我国教育社会及当前实施的我国整个现代教育制度背景下分析结果来看,学校心理教育网无疑将也是未来我国学校开展有关学校心理与教育以及健康成长促进性教育宣传工作最不可忽视被忽视了的最后一处最为重要的舆论阵地,同时该学校教育也是帮助家长针对性地帮助青少年解决当前各类特殊学生心理问题、推动未来该类青少年学生更加全面和健康的个性成长发展以及成长教育的一个最为的关键环节。所以广大高中教师也要学会在开展实施健康班级心理健康教育等管理与活动的过程及实践环节中也是应对着心理与健康的班会课教学这一有效课堂与教学组织形式来去加以充分利用,组织指导好学生的积极和参与来开展各项心理及卫生及健康方面常识和教育。通过健康心理班会授课这样的课堂教学与形式来去来组织班级进行各种心理健康和生理健康知识常规知识教育,主要也是要包括在如下课程这一两个大部分:(1)文化知识理论课。可根据主要对象结合现阶段本校中职学生身心及成长和发育规律等多方面特点情况以及学生社会 and 实际学习需要发展情况变化等方面来科学分类系统地开展职业教育及心理类教学的指导,开展适合学校特点各类教育特色主题班会,例如中职学生自我意识认知及其社会发展、自我教育、心理问题成因的科学系统地认识普及引导与教育解决、我要爱教育与心理健康网络远程教育等等。学习这些心理知识时首先应尽量做到学生明确自己认知,矫正好学生观念,帮助引导学生自觉保持一种积极开朗的良好心态,充分地应对学生心理上冲突。(2)心理活动训练。活动体验式训练方式是现代中职学校心理及健康领域教育活动过程实践中目前应用的较为成熟广泛有效的另外一种培训方式,其教育活动内容通常包括了小品情景表演、互访及互访问以及各种角色互动模拟游戏表演等,学生们都通过其活动体验内容初步实现增

强了相互之间对世界彼此心理的整体认识水平和全面了解，掌握提高了多种人际社会交往活动技能，并且还学会了如何发泄内心愤怒、转移内心负面消极情绪以及自我宣泄心灵痛苦情绪等各种自我调节能力的各种方法策略和训练手段，实现出了防患于未然。

3 通过课堂活动开展心理健康指导。

教师所针对每个学生做的知识教育和活动教育通常几乎都同时发生于在一次课堂活动教学中，因此课堂的教学中不仅直接意味着一种知识经验的有效传授，同时课堂也是一种教师自身对广大学生心灵上熏陶、培养的一次重要活动过程。就我校当前现行中职教材水平而言，各相关科目教师用书均可直接在电子备课各环节上加入学习心理及健康管理相关学科知识，将教师心理和健康的教育观念渗透充实到了各专业课实际教学活动中，互为补充。以高校基础医学的教学环节为典例，教师一般可注重开展健康情感体验教育系列活动，或可利用情景互动教学设计等教学方法以激发、陶冶广大学生内心世界，在提高教学及专业知识素质的同时可帮助培养学生进一步树立了健康、向上、积极、拼搏奋斗的人生积极心理品质价值观；如在医学理科基础课教学指导过程中，教师还可适当着重地训练广大学生思维科学能力；而在体育课物理教学设计中还可适当引入抗挫折的教育，引导青少年学生如何不断努力进取、敢于拼搏竞争，锤炼提高其自身坚强精神意志等等；另外特别应该是进行思想品德训练教学，教师则应更加着眼于整体德育角度，开展精神品质修养性教育，将基础心理知识课程学习训练和整体思想品德课程融为一体，培养青年学生自身良好发展的综合心理素质水平以及道德品质。应充分注意看到的方面是，教师本人应注重不断提高自己个人道德认知道德水平素质和教育业务素质，在同师生之间互动及交流实践中要以提高个人心理特征水平以及提高人格魅力素质来有效感染、影响每位学生教师；在班级课堂活动教学中认真组织教师心理及健康意识教育，实现学校心理和健康教育内容与学科课程化教学中的教学要求相和谐统一，为全体学生教师提供更加优质健康的学校课堂与学习实践环境。

4 合理设置目标，充分激励学生。

管理学基本原理也告诉过我们，一个人实际的实际工作中效率如何不仅主要取决于人自身管理能力，同时往往也要与公司激励政策水平好坏有着极为密切关联。换言之，人内心的情感积极性高低程度对于影响其实际工作和效率水平有着其极为复杂重要程度的综合影响。从激励这一教育管理科学原理观点出发，探索与研究如何实现对班学生心理活动中予以其最大的程度情感激励将是目前中职学校班级管理改革的最为重要目标任务之一。中职教师培训应着重采用科学有效教学手段去激发引导学生个人动机，通过激活动机以及强化动机机制去对促进学生个人行为活动施加积极正向

有效的正向影响。应尽量结合每位学生个体发展的整体发展实际需求等来合理设置出合理科学的学生班级目标，将所有学生个体价值和每个班集体利益最大化联系合在了一体，确保班级学生主动性、自觉性等以及各种积极性均得到较充分限度地被激发释放和调动。中职班集体建设一般是应以通过目标设立的如以争创全国先进科技班级创建或省先进德育教学小组典型、红旗团支部集体创建活动等活动为共同奋斗追求的班级目标，而无论是在实现班级总体目标任务内外到还是各个班级教学活动小组目标外内到的每个班级中职学生个体建设一般是都只应以实现本班级总体目标任务内为集体奋斗目标中心，制订出一个能实现与教学活动各教学小组目标或者教学活动各成员个人或自身学习实际与能力情况的完全目标相符的分班制目标，通过制定激励中职学生树立人心向善的班集体以奋斗向上的工作目标来时刻的激励并引导每个中职学生树立端正之奋斗积极向上之的行为取向与正确思想动机，使本班级师生之教学工作成绩不断提高进步。此外，学生往往在自己日常生活过程和专业学习等过程实践中也能够发现自己始终在以个人目标为价值标杆，分析自身个人行为取向是否真的对未来达成自我目标可能有所裨益抑或可能有潜在不良心理影响，这将在另一定的程度意义上也提高促进了我们学生个人的目标自律性；而指导教师更应重视及时评价表扬奖励那些积极实现满分学习目标要求的优秀小组学生和进步学生个体，保障这些学生内心渴望知识不断得到进步积累和个性发展提升的内生积极性。

5 结语

综上所述，将自我心理及健康心理教育思想渗透融入小学中职班级管理学习过程实践中将有利于进一步引导全体学生自觉正确的认识自我，并进而最终实现肯定尊重自我、接纳发展自我，同时它也十分有利于培养学生个体潜能最大的时候充分得以发挥，帮助广大学生们更好地认识分析世界并最终解决社会问题，推动我校学生实现全面、健康、和谐发展。

参考文献

- [1] 雷雁. 中职学校班级管理存在的问题与对策研究[J]. 天津市教科院学报, 2014, (1): 64-66.
- [2] 邱嵩. 中职学校班级管理过程中赏识教育的实施策略[J]. 吉林省教育学院学报. 学科版, 2011, 27(7): 143-144.
- [3] 陶少芳. 浅析中职学校班级管理中人本管理思想的渗透[J]. 新校园(上旬刊), 2013, (9): 87-87, 88.
- [4] 刘立新. 浅谈中职学校班级管理的人文关怀[J]. 速度(下旬), 2015, (6): 71-71.
- [5] 农淑琴. 班级文化建设在中职学校班级管理方面的作用[J]. 考试周刊, 2015, (56): 182-182.