

# 加强心理健康教育，培养学生健全人格

李小惠

(四川省凉山州农业学校 615000)

**[摘要]**心理健康是现代教育的重要组成部分之一，在中职阶段的教育教学过程中，除了关注学生的基础技能学习，教师也开始关注学生的心理健康教育，努力培养学生的健全人格。本文将对此进行分析和讨论并提出相应的意见和建议，希望能够促进中职心理健康教育事业的不不断发展和进步。

**[关键词]**心理健康；人格教学；策略

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6261.2020.12.011

## 引言

由于当前很多家庭都是独生子女，很多家长过于溺爱孩子导致学生存在着焦虑，自私，极度冷漠等各种各样的心理，使学生的身心健康受到了严重的影响。对教师应该及时加强心理健康教育，培养健全的人格，关注学生的身心健康发展，努力提升学生的综合素质。

### 一、开展丰富的心理健康咨询活动

心理问题已经是当前教育教学中教师们所重点关注的问题。对此，为了更好的提升学生的心理健康教育水平，教师应该丰富咨询活动让学生们有途径寻求老师的帮助。

首先，教师可以建立QQ咨询台，由于QQ咨询台不需要学生与老师面对面，这就可以很好的保护学生的隐私，学生可以毫无顾忌的在QQ平台上向教师倾吐自己的想法，这种方法可以让学生敞开心扉，真正实现一对一交流，也有利于教师加强心理健康教育，帮助学生养成健全的人格。其次，教师还可以建立心理咨询室，给学生们独立的心理咨询空间，由专职教师轮流在岗，当学生心中有不满时就可以到心理咨询室来与教师进行面对面的交流，通过师生之间的心灵沟通与对话帮助学生排泄不满，宣泄自己的情绪，也有利于教师更好的了解学生的想法，尽可能的提供相应的帮助。学校为了更好的丰富学生的心理健康成长，还可以建立微博互动平台，利用网络的互动性，由教师发布一些与情绪相关的文章，让学生们在微博下积极留言，加强师生之间的沟通和交流，为广大师生开辟一个互动和交流的平台。在这平台上可以打破学生与老师之间的身份，以朋友的身份来进行心灵的沟通，可以丰富学生的精神世界，加强心理健康教育。

### 二、建立精干的专职教师队伍

想要真正的提高心理教育水平，学校方面应该加大师资力量投入，关注教师的综合素质。心理咨询是一项专业性较强的工作，很多学校往往忽视心理咨询的重要意义，或者有其他教师兼任，这些教师不具备相应的专业素质或者只经过短期的培训而上岗，心理咨询教师队伍薄弱，缺乏专业性，导致很多学校的心理教育内容处于空白，就直接影响到学生的身心健康发展。

想要全面推进心理健康教育，学校必须要建立一支精良的心理健康教师队伍，唯有如此，才能够真正的把心理健康教育落到实处中来，提高学校的心理健康教育水平。此外，教师还可以采用专职与兼职相结合的方式，取各自所长，实现优势互补，以强大的心理健康教师的队伍，提升学校的心理健康教育水平。首先需要提高教师选拔的门槛，在教师的专业素养上有一系列的考核内容，保障教师的专业素养。其

次要加强培训，要对教师进行定期的培训，实现教师素养与能力与社会接轨，不断更新教师的知识储备，丰富教师的专业素养，这样才能够不断的充实和扩大心理健康教师队伍，使教师队伍变得更加专业化和精良化。

### 三、加强疏导和沟通，以点带面

搞好心理健康教育的关键与核心在于疏导而非堵，当学生出现心理问题时，我们不能强迫学生必须做什么，或者必须不能做什么，这样更为激起学生的叛逆心理，滋生学生的不良情绪，不利于心理健康工作的正常开展。当学生出现心理问题时，教师应该用更加积极的态度与学生进行沟通和交流，用疏导的方式鼓励学生们说出自己的想法，在聆听的过程中适当的给予意见，加强师生间的沟通和交流，建立良好的师生关系，才能够促进学生的心理健康教育水平的有效提升。这样学生不仅更容易接受，实现内化于心外化于行，还有利于指导学生的心理行为，帮助学生树立更加健全的人格，培养学生的性格，提高学生的综合素质。

当学生存在孤僻心理时，教师也可以组织一系列的综合实践活动，让学生们一起参与到实践活动中来，在活动中真切地感受到团队合作的力量，在团结中拉近关系，增进友谊，看到彼此之间的深厚情谊。这样可以通过让学生在活动中感受和体验丰富学生的学习形式，比起教师的灌输来说，这种方法更能够提升学生的学习效果，满足学生的学习需求。此外，教师还应该及时的与家长进行沟通和交流，了解学生的成长环境才能够给出更加专业的意见，同时对学生的原生家庭有一定的了解，教师才能够更好的了解学生的性格特点，选择学生能够接受的方法开展心理健康教育。

### 结束语

总而言之，中职心理健康教育是一门非常重要的教学内容，对于学生的身心健康发展和综合素质提升来说都有非常重要的意义。学校一定要加大对此的重视程度，提高教师的选拔标准，加强在岗教师的定期培训，关注学生的心理健康发展，丰富学生的咨询方式，努力提高学校的心理健康教育水平，使其能够更好的满足学生的学习需求。

### 参考文献

- [1]吴惠敏.关于健全学生人格的道法课堂探索——以赞美式评价教学为例[J].教育界,2020(42):38-40.
- [2]戴红英.以“培养学生健全人格”为愿景的生态作文教学策略[J].求知导刊,2020(20):53-54.
- [3]顿晓婷.在阅读教学中培养学生的健全人格[J].科学咨询(教育科研),2020(05):10-11.