

中职学生心理问题早期发现研究

玛丽亚木·那斯尔 吾守江·玉素甫

(喀什职业技术学院 新疆 喀什 844000)

[摘要] 研究解决中职学生心理健康问题是中职教育面临的迫切任务。中职生处在 15到20岁的年龄阶段,正处在自我意识、价值体系等心理要素逐渐成熟的重要时期,也是产生心理冲突最多的阶段。他们当中有很大一部分学生学习成绩差、行为问题不断,同时,与同年龄的高中生相比,他们接触社会更早,面临的就业、经济压力更大,易导致心理健康状态不良。这种不良状态若不能及时纠正,长期积累便会引发心理问题。这些问题一方面由他们所处的家庭环境、个人性格特征造成,另一方面也受社会环境影响,他们要承担与普通高中生不同的责任和未来就业的压力。而他们又是现代化专业技术人员的重要组成部分,因此提升他们的心理健康水平也是提升专业技术人员素质的一个渠道。本文主要分析了中职学生出现心理问题的原因以及提出了一些可行的意见措施,以期能帮助中职学生心理健康发展。

[关键词] 中职学生; 心理问题

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.06.654

前言

中等职业技术学校的生源结构十分复杂,很多学生都是因为成绩不够理想,没有办法顺利进入高中或者是很多考大学没有希望,这样情况下的孩子很多会选择中职学校来完成自己的上学生涯,很大一部分的中职学生是基础教育中相对比较弱势的群体。大部分中职学生年龄都是处在15到20岁之间的未成年人,因为成绩不理想,养成的学习习惯不好,在基础教育阶段长期受到老师、家长、甚至是同龄学生的指责、责罚甚至是歧视,导致这部分中职生形成了压抑自备甚至是厌学的不良情绪,他们的思想意识,文化道德修养和心理素质结构都处于发正在发展的阶段,这些问题不单单会直接影响到他们未来的成长、就业以及成才,而且还会影响他们社会人才资源整体素质的提高。基于以上,对中职学生进行学习心理问题的探析和研究是非常有必要的,也是目前非常紧迫的一项任务。

一、中职学生最常出现的心理问题

中职教育实践表明,中职学生学习心理问题突出表现在以下四个方面:

1. 学习目标不够明确。高尔基说过:“一个人追求的目标越高,他的才能就发展得越快,对社会就越有益^[1]。”一个人只有有了明确的目标,目标方向定位越高,才可能最大限度发展自己的主观能动性,才能跟随着目标发展的越快,这样才可以脱离低级趣味的影响,能够以精神饱满的状态投入到学习生活和工作中。一个人的成功离不开明确目标的引导和鼓励。然而中职学生因为升学无望、就业迷茫、前途渺茫等一些问題,导致他们缺乏正确的前进方向和奋斗的目标,混日子,随波逐流负面思想尤其严重,这也是影响中职学生产生诸多心理问题的重要影响因素所在。

2. 学习态度不够端正。现代管理心理学研究表明,态度对人的行为有很大的影响,好的态度能够很好的提高人们的工作和学习效率。随着当今时代,科学技术的不断发展,人们生活节奏逐渐加快,就业形势也日渐严峻,竞争十分激

烈,作为基础素质教育中的弱势教育群体来说,如果不能很好的端正自己的学习态度,努力增强自身的素质,认清发展的形势和趋势,那必然会被当下社会发展的潮流所淘汰,在激烈的竞争中处于劣势,这样的话,那中职学生的生存环境会更加雪上加霜。截至到目前,中职学生普遍都存在着学习态度不端正,不愿意学习,不想学习,逼着学的现象十分严重,这种现象的存在,严重影响了中职教育质量的提高以及中职学生的健康成长。

3. 学习方法不够科学。《学记》有言:“善学者,师逸而功倍,又从而庸之。不善学者,师勤而功半,又从而怨之。^[2]”所以,掌握科学的学习方法是当下学生取得成功的保障,也是当今社会发展对人的素质要求,掌握科学的学习方法是学生取得成功的保证,也是当今社会发展对人的素质要求。富尔在《学会生存》中告诫人们“未来的文盲不是目不识丁,而是不会学习的人。”所以站在未来社会发展的角度,不会学习,就不会进步,也就不会健康发展。探索知识的过程中,第一,必须要掌握正确的学习方法,学习知识的过程中,学习的方法才是最重要的。中职学生普遍存在基础差、底子薄弱、能力不高、不会学习的问题,一些学生通过教师的心理疏导和耐心教育,也产生了愿意努力学习的意愿,但是由于自己基础太过于薄弱,没有正确的学习方法,无奈努力过也没有获得更好的效果,导致最终甘愿随波逐流,这种现象不单单对当事人,甚至是对全体中职学生造成的影响都是非常深远的。

4. 学习动力不充足。孔子早在两千多年前就说过:“知之者不好知者”。众所周知,学习是一项艰苦的脑力劳动,没有坚忍不拔的毅力和持之以恒的动力,要想学有所成,几乎是不可能的,然而这两项,正好是大部分中职学生所缺乏的。在多年的中职教育教学中认识到:中职学生因为无望导致无为,从而进入无希望、无压力、无动力、无活力、无能力的恶性循环中。中职学生缺乏学习动力,归根结底来说,就是缺乏责任意识和远大的理想抱负,青少年时代的周恩

来，立下了“为中华之崛起而读书”的宏愿，最终谱写了壮丽的人生之歌。然而在当前的大环境下，由于信息时代的竞争和压力，处于竞争劣势的中职学生心智尚未健全，人格正在形成之中，前途渺茫，看不到未来、看不到希望，自暴自弃者有很多，随波逐流的人也有好多，得过且过满足现状的人更是屡见不鲜，但持之以恒、发奋学习的人几乎是寥寥无几。

二、中职学生心理问题的解决措施：

美国心理学家马斯洛认为：“满足人的爱和受尊重的需要，人就会感受到自己在世界上有价值、有用处、有能力，从而焕发出自尊、自强、自我实现的需要。”^[3]要消除中职学生厌学情绪，调动学生的学习积极性，笔者认为必须要不断加强心理健康教育，着重从以下几方面入手：

1. 把心理健康教育融于于升学就业之中。心理健康教育的关键所在就是在于一定要对症下药。中职学生学习心理问题产生的根本原因就是他们学习能力弱、升学没有希望、前途一片渺茫，从而自暴自弃，这也是中职学生产生心理隐患的最本质的根源。针对这种想象和问题，中职院校首先是要在指导就业方面上下功夫，多组织一些专业的人从多方面下手，积极的拓宽中职学生的就业渠道，给中职学生找到就业的路径，找到实现中职学生价值的社会各大平台，树立中职学生的就业自信心，从而更好地调动孩子们的学习就业积极性，积极争取政策的支持和指导，帮助毕业的年级的学生参加高考，选择专业对口的工作，选择学生感兴趣的高职院校完成自己的学业，这样的话就可以让中职学生看到自己升学的希望，他们就可以有足够的自信心，从而乐观的面对自己成长路上的一切挫折和困难。

2. 把心理健康教育融于各个科目的教学之中。课堂是师生沟通十分重要的场所。把心理健康教育融入于学科的教学之中，是中职学校实现心理健康教育目标的主要渠道，也是素质教育的基本保障。中职学校在发挥心理健康教育课主要渠道作用的同时，也要根据中职学生的心理特点，认真仔细的考察学生实际发展的需要，还要借鉴之前已经有的教育经验，并且要组织教师研究如何于各个教学课程中加强和改进心理健康教育工作，还要在教学中考虑学生的整体需求，挖掘新的课堂素材，引导学生一边快乐学习一边努力成长。另外还要结合所学专业的特色，充分发挥学生的主观能动性，通过不断的引导，把课堂上所学的内容应用到日常的生活，真正的做到学有所好、学有所乐以及学有所用，在努力夯实学生专业基础的过程中，还能有效的达到心理健康教育的教学目标

3. 把心理健康教育融于校园的文化建设之中。学校的学习氛围、管理方式、人际关系、文体活动等是影响学生心理的重要因素，良好的氛围有助于培养学生一种积极向上的精

神。学校应利用学校的校园广播站、橱窗、校园网、微信圈定期宣传心理知识，组织学生制作心理咨询专栏和心理辅导节目。各项专题均由学生自己制定，然后由教师指导他们完善提高，引导学生根据自己所思、所想、所知、所解，编排内容、设计版面。这样一方面从学生自身出发，自己选材，自行设计，贴近学生们生活成长需要，易于接受，能够引起兴趣，产生共鸣；另一方面可督促主创学生在编排过程中认真学习，努力消化吸收，在深刻理解的基础上设计出好的方案，进而引导学生自我学习、自我创造，增长知识、锻炼能力，提高心理素质。

4. 把心理健康教育融于学法指导之中。达尔文说：“世界上最最有价值的知识是方法。”由科学的学习方法带来的成功，可以增加学生的学习信心，减少学生的厌学情绪，而科学的学习方法还可以带来学习的高效率。从这个意义上讲，注重科学的学习方法，使学习走上科学化的道路，正是解决当前中职学生厌学问题的有效途径。加强学法指导，力争使每个学生在获取知识、运用知识、发展能力的过程中，掌握适合自己的科学的学习方法，不仅使学生拥有了一把打开知识宝库的金钥匙，更是找到一条通往成功人生的希望之路。

结束语

众所周知，中职学生学习心理问题成因复杂，加之中职学生心智尚未成熟定型，变数较大。因此，解决中职学生学习心理问题，既不可能毕其功于一役，也不可能一劳永逸，更不可能一蹴而就。这就需要中职教师要坚持以爱心为纽带，以耐心为桥梁，春风化雨，精心呵护学生心理成长，帮助中职学生走出心理困境，以健康乐观的心态走向光明的人生之路。在中职生教育教学过程中要更多教育他们树立正确的人生观、价值观，教授人际沟通技巧、合理的情绪宣泄方式，提升化解焦虑、孤独的能力，从而以健康、向上的心态应对学习和生活。因此，对这一阶段的学生，教育工作者既要掌握他们的心理特点、心理健康的总体状况，及时发现影响他们健康成长的不利因素，并适时加以干预、引导，使他们能形成合理的自我认知；又要具备根据学生的特征开展行之有效的教育教学活动的的能力，从而培养出心理健康、人格健全、技能过硬的高素质职业技能人才。

参考文献

- [1]李欣文. 中职学生心理问题与成因及对策[J]. 中外企业家, 2016(29): 148-149.
- [2]张军胜. 中职学生心理问题分析及应对方法[J]. 广西教育(中等教育), 2017(2): 68, 73.
- [3]李剑锋. 浅谈中职学生心理问题处理策略[J]. 当代教育实践与教学研究(电子刊), 2018(9): 370.