

# 农村中职学生心理健康问题分析及教育对策

韩桂霞

(建平县职业教育中心 辽宁 朝阳 122400)

**[摘要]**随着国家对职业教育的大力扶持,职业教育发展迅速,生源增多,职业学校学生的整体素质有一定程度的提高,但一些学生身上存在的问题行为仍值得重视,分析中职学生身上这些问题行为出现的原因,并制定相应的对策,对从事教育工作会有很大帮助。

**[关键词]**农村中职学生;心理健康问题

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.06.037

随着国家对职业教育的大力扶持,越来越多的农村初中生毕业后选择了中等职业学校继续接受教育,这些中职学生正处于身心发展的转折时期,是心理困惑、心理冲突最多的时期,加强农村中职学生心理健康教育,对于促进农村中职学生身心健康成长和发展非常重要。本文结合我校学生实际谈一谈农村中职学生存在的主要心理健康问题,并分析其成因,提出一些相应的教育对策,同行间互相交流,共同促进农村中职学生的心理健康水平。

## 一、农村中职学生心理健康方面存在的主要问题

农村中职学生存在的心理健康问题也是多种多样的,结合今年六月份对我校部分学生的问卷调查结果数据统计,归纳出比较明显的心理健康问题主要有以下三个方面:

### (一)学习方面问题

农村中职学生大多数是中考成绩不理想,没有被普通高中录取的学生,中考的失利已经让一些孩子有了心理压力,他们的内心茫然无助,对未来充满恐惧。到了中职学校后,以为不用再辛苦学习,却发现面对复杂的专业理论知识和技能操作训练,很多学生仍然面临学习压力,一时难以适应。而且学习生活由普通教育向职业教育转变,发展方向由升学为主向就业为主转变,有些学生心理受挫感更强,开始自暴自弃。久而久之,自然产生了厌学情绪,学习方面的心理健康问题在农村中职学生中是最普遍、最常见的,主要表现在没有明确的学习目标、学习习惯不好、认知水平偏低等方面。

### (二)人际关系方面问题

在对我校学生的问卷调查中发现,人际关系问题是影响学生心理健康的重要方面。多年一线的工作经验也让我注意到我们很多农村中职学生缺乏与他人沟通交流的能力,很多学生不愿交往,不懂交往、不善交往。长期的否定性评价导致有的学生自信心不断受挫,出现自我封闭、沉默寡言,对周围人缺乏信任;也有的学生缺乏管束,固执偏激,容易和别人发生冲突,经常打架斗殴,任性妄为,这些都严重影响了他们的亲子关系、师生关系以及同伴关系,影响了他们的心理健康水平。

### (三)情绪情感方面问题

农村中职学生年龄大多在16~19岁,身心发展尚未完全成熟,正处于一个生理、心理都在发生巨大转变的关键时期,自我意识及成人感迅速增强,希望在精神生活方面摆脱别人特别是父母、老师的约束,寻求同伴或者异性的陪伴,但又不能正确处理这种关系。也有很多农村中职学生认为自己学历低、学习能力差,将来很难适应社会需要,倍感压力

大,产生厌世心理。近年来,中职学校每年都有学生离校出走、自动退学、受挫轻生等事件发生。如果不重视或处理不好此阶段学生的心理问题,不但会影响学生学业,而且会影响其健康成长,严重者甚至会酿成悲剧。

## 二、农村中职学生心理健康问题出现的原因:

(一)社会原因。随着社会发展水平的提高,人们的生活发生了翻天覆地的变化,人们的生活环境更加多样化、复杂化,对人的潜移默化的影响更大,尤其是农村中职学生群体,他们中有些孩子意志力薄弱、判断是非能力较低,自我控制能力较差,社会生活中一些不健康的思想、情感和行为,以及社会上一些不良的风气也在侵袭着他们的心灵,让他们迷失方向。另外社会对职业教育的传统偏见,使得职业学校总低人一等。

(二)家庭原因。家庭是孩子成长的摇篮。我们中职学生出现各种各样的心理健康问题,父母有不可推卸的责任。统计结果发现我校很多学生家长本身没有授受几年教育,由于生活的压力很多长年在外打工,缺少对孩子的关爱,也缺少对孩子的管教;也有的家庭教育方式不当,要么溺爱娇惯、放任自流、要么简单粗暴、强迫压制;还有的家庭关系紧张,孩子从小在焦虑、恐惧中长大,自卑、自闭,不会与人交往,出现人际关系障碍;还有的出现家庭变迁、家庭成员发生变化如离异、死亡、再婚等等都可能给孩子造成孤僻、固执、偏激、任性、敏感等各种各样的心理健康问题。

(三)学校原因。近年来,中职学校扩招,招生没有门槛,招收的学生大都是学习成绩差,组织纪律差的“双差生”,给学校的教学和管理带来更大的难度。应试教育的弊端,让老师对成绩好的学生关注更多,而这些所谓的“差生”在群体中被冷落,被忽视,甚至被嘲笑,再加上中考的失败,更强化了他们的自卑,导致他们人际关系紧张,性格缺陷,心理压抑,烦躁或者冲动。到中职学校后,有的孩子能脱颖而出,也有的孩子依旧找不到自信,对学习没有兴趣,看不到未来的希望,从而破罐子破摔,问题越来越严重。

(四)学生个人原因。农村中职学生出现心理健康问题,归纳起来可能有这几种:1、思想行为素质偏低、人生标准较低,所以自我要求不严。2、缺乏正确的道德观念和法制观念,缺乏辨别是非的能力,冲动冒失,不计后果。3、正处于青春发育的高峰期,渴望与异性交往,又不知如何正确交往。4、生理与心理发展不平衡,表面上是个大人,心理上却不成熟,有的做事还很幼稚,在打击和挫折面前易于失望和消沉等。诸多的因素潜移默化的影响着中职学生的心理,在

一定的条件下,都可能导致心理健康问题的发生。

### 三、农村中职学生心理健康问题教育对策

针对我校中职学生心理健康方面存在的问题及原因分析,结合农村中职学校的实际情况,提出几点教育对策。

(一)社会重视职业教育发展,给中职学生提供更多发展的平台

首先全社会要重视职业教育。近几年来,教育部加大了对职业教育的培养力度,职业教育得到长足发展。我校有的学生通过培养,参加市级、省级甚至国家级技能大赛,并在大赛中脱颖而出,成为高级技能人才,被企业高薪聘请或者留校任教,也有的专业与企业联合办学,毕业直接到企业工作,还有一部分学生继续到大学深造。学生毕业后能良好发展,不同程度地改变了人们对职业学校的偏见。

(二)学校多管齐下,全方位关注学生的心理健康教育

随着新教改的不断深入,学生的心理健康与心理问题的教育疏导工作已然成为当前中职教育的一项关键所在。当前阶段我国城市中职业院校大多数都设立了较为完善的心理健康辅导中心,而农村中职学校心理健康辅导工作才刚刚起步,尚未达到全面普及与推广,导致部分学生的心理健康问题不断凸显。这就需要各中职学校应当结合实际积极创设相应的心理健康问题教育机构,并且开设相应的心理健康辅导课程。

#### 1. 开设心理健康教育课程

开设心理健康教育课程旨在普及心理健康知识,树立心理健康意识,培养学生良好的心理素质,掌握自我调节和消除心理困惑的方法,预防和缓解心理问题,提高应对挫折的心理承受能力,促进人格的全面发展,所以它是面向所有学生的教育活动。另外可以根据实际情况,邀请专家每学期对全体学生开展一次心理健康专题讲座。

#### 2. 开展心理健康咨询与辅导

为了关注学生的心理状况,学生入学之初就对全体学生进行一次心理健康问卷调查,以后每学期可以进行一到两次问卷调查,整体上了解学生思想动态及心理变化。针对特殊的班级群体,可以开展团体心理辅导,或者进行心理健康专题讲座。考虑学生的实际需求,要开办专业的心理健康咨询中心,由专业心理教师对存在心理问题或心理障碍的学生进行认真、耐心、专业的心理辅导,帮助学生消除心理困惑,化解心理问题,恢复心理健康。也可以通过心理网站,向学生介绍心理健康知识和缓解心理压力的技巧,提供心理健康测试,或者进行网上心理咨询等。

#### 3. 各个学科渗透心理健康教育

心理健康教育不是学校某个部门、某个老师的工作,而是全体教师要共同参与,共同维护学生的心理健康。建立起以学生处、班主任、团委及德育教师为主体,以兼职的心理健康辅导教师为骨干,全体教师积极参与的工作体制,各个教师在学科教学中不但传授专业知识和技能,激发学生学习兴趣,还要把对学生正确的人生观、价值观、世界观教育作为心理健康教育的重要内容渗透于教学之中。

#### 4. 教师要对学生给予更多的关心和爱

教师对学生的关心和爱,是构筑和谐师生关系的重要的

支点。教师的关心犹如吹向学生心灵,使其复苏的春风,而爱则是让他们能获得足够成长能量的温暖的阳光。农村中职学生,他们的父母大多都是不太会表达,也不擅长表达关心和爱的,所以他们更渴望关心和爱。尤其是心理健康出现问题的学生,他们敏感、多疑,脆弱、自卑、冲动等等,我相信,只要这些学生能感受到老师对他们的关心和爱,他们肯定能重拾自信,找回自我,会心存感恩。

#### 5. 营造良好的育人环境

良好的校园环境对于规范学生的品德行为,提高学生素质,促进中职学生心理健康有重要作用。中职学校可以发挥职业学校的特色,结合各专业,开展丰富多彩的教育活动,如各种技能竞赛、体育竞赛、文体表演、社会实践、公益活动等等。培养学生的兴趣特长及创造力,同时能磨练学生意志,增强社会责任感和使命感,而且在各类活动中,还能扩大学生的交往圈,让他们多余的精力有释放的空间,从而促使学生健康心理良性发展。

(三)家校配合能有效改善农村中职学生心理健康问题

一位亲子专家说过:“一个孩子的问题100%是父母的问题。”可见父母在孩子成长过程中的重要性。但中职学生成长到现在,家庭环境对他们的影响已经形成,而且改变也不是一朝一夕的,但是我们仍然要重视与家长的沟通,寻求家长的支持,向家长汇报学生在校的表现,介绍给他们一些教育孩子的方法与技巧,让父母学会理解孩子,改变以往不当的教育方式,配合学校共同关注孩子的成长。

(四)增强学生自我教育的能力,积极适应社会大环境

中职学校心理健康教育要注重发挥学生的主体意识,倡导学生的自我教育,让学生对自己、对他人、对未来有一个理性的认识。因此,我们要引导学生正确认识自我,发现自己的缺点与不足,正视自己的缺点和不足,不断地完善自己、提升自己。通过学习或者参与各种活动、社会实践等,提高自己的心理承受能力和社会适应能力,不断优化自己的心理品质,以适应社会的需要。

农村中职学校学生心理健康教育是一个系统工程,也是一项长期而艰巨的任务,需要社会,家庭,学校多方面的努力,帮助学生找到出现心理健康问题的症结所在,真正用心去研究学生的心理,了解他们的内心世界,找到打开他们心灵的切入口,从而引导学生树立健康意识,优化心理品质,增强调适能力,把自己培养成一个高素质的技能型人才。

#### 参考文献

- [1]黄强. 职业技术教育心理学. 天津人民出版社2004
- [2]任晖. 中职生心理健康现状分析及对策[J]. 教育革新. 2009(12): 74.
- [3]俞国良. 未成年人心理健康教育的探索[J]. 北京师范大学学报: 社会科学版. 2005(1): 64-70.
- [4]张娟. 简谈中学生的心理状态与处理对策[J]. 才智. 2019(9): 29
- [5]李开霞. 浅谈中职生是心理健康教育[J]. 职教之窗. 2007(8): 180.
- [6]董雪峰. 浅谈加强中职学生心理健康教育的有效措施[J]. 教育教学论坛. 2013(3).