

职业院校学生心理健康教育模块化教学研究

宋明刚

山东传媒职业学院 250200

【摘要】心理健康教育课程是职业院校教育体系中的重要组成部分，心理健康教育课程的开设对于学生的心理健康有着积极的促进作用，特别是对于职业院校的学生来说，文化水平、职业前途等现实问题，使得对他们进行心理健康教育更为重要。他们毕业之后直接进入社会的技能型工作岗位中，难免会遇到各种各样的心理困惑，如果不具备健康的心理素质，那么将会直接影响到今后的发展，因此，心理健康教育对于职业院校学生来说十分重要，而在心理健康教育中开展模块化教学能够结合学生实际，有效提升教学效果。

【关键词】职业院校；心理健康；模块化

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2021.09.1968

模块化教学是一种创新、高效的教学模式，在职业院校学生心理健康教育过程中运用模块化教学能够提高教学质量及教学效率，能够充分发挥心理健康教育作用价值，促进学生心理健康发展。基于此，本篇文章将针对职业院校学生心理健康教育模块化教学的可行性以及设计原则进行分析，并提出职业院校学生心理健康教育模块化教学体系的构建策略以及模块化教学策略，旨在提高心理健康教育质量，促进学生心理健康发展。

一、模块化教学的可行性

职业院校心理健康教育不仅要做到传授相关心理健康知识，关注以及解决相关心理健康问题，还要做到积极正面的引导学生，激发学生潜能，培养学生良好心理品质，因此，心理健康教育课程的安排应建立在学生心理发展的基础上，结合学生自身特点与未来工作及社会发展相结合，将自我教育充分体现出来，实现自我管理以及自我服务，进而有效提高学生的心理健康素质。

模块化教学起源于20世纪70年代初，而正式引进我国教育领域中被运用是在20世纪90年代。在心理健康教育中运用模块化教学是以学生为中心，以现场教学作为主要教学形式，能够将教学的互动性充分体现出来，重视学生学习的个性化发展，有利于充分体现出学生的主体地位，以及教师的引导地位，进而实现教育目的，因此在职业院校学生心理健康教育中运用模块化教学具有可行性。另外，模块化教学的核心教学理念就是培养具备创新精神以及实践能力的新时代人才，这对于职业院校的学生来说，具备创新精神以及实践能力能够提高自身竞争力，能够使学生更好的步入社会，适应社会，适应工作，因此，在职业院校学生心理健康教育中应用模块化教学具有十分重要的现实意义。

二、模块化教学的设计原则

一是循环俱进设计原则。在设计模块化教学的过程中首先要确保各个教学模块之间存在一定的联系，还要实现针对教学模块的内容以及层次进行准确合理的划分。在学生心理健康教育模块化教学的过程中，欲使模块化教学充分发挥作用，那么就要遵从循环俱进的基本原则，进而实现针对模块化教学进行合理有效的设计。

二是相互独立设计原则。就是每一个模块都要具备独特

的特点以及教育意义，对不同的教学模块进行合理分配，这样能够促使学生的心理健康、职业素养以及各项能力等都得到一定程度上的发展和提高。

三是实践运用的设计原则。职业院校的教育目标就是培养高素质专业化技能型人才，但在当前时代背景下，尽管有大量毕业学生，很多企业仍然面临着缺乏适合本单位的人才现象，而导致这种现象的原因之一就是因为学生的适应性或人际交往出现问题，学生即使了解心理健康知识，但却不能够将其运用到实际过程中，当学生在工作或生活过程中遇到问题时不能够通过心理健康相关知识来解决，进而导致消极等各种心理状况产生，不利于工作以及今后的发展，因此，在进行模块化教学设计时一定要注重实践运用原则，使心理健康教育充分发挥作用价值。

三、模块化教学体系的构建

在职业院校心理健康教育中运用模块化教学能够化解师资资源不足的问题，任课教师可发挥自己在某个模块的特长进行教学，提高心理健康教育的普及效果。心理健康教育模块化教学体系的构建是以学生心理发展为中心，将心理健康教育内容划分成为相对独立的教学模块，但是教学模块之间还存在着联系，在此基础上通过课堂教学、班级活动、团体指导等途径开展心理健康教育模块化教学，提高心理健康教育的有效性。学生心理健康教育模块化教学体系的构建不仅是普遍性教育，也同样重视对个别学生进行针对性的心理健康辅导，以及心理健康教育。

四、模块化教学的教学策略

（一）心理健康教育理论模块内容

专题一、心理健康以及心理咨询。

内容：心理健康教育的意义、概念以及重要性，心理咨询的概念、原则，以及学生进行心理咨询的程序及方法。

目的：使得学生能够充分了解心理健康的标准，能够对自己的心理健康以及其他人的心理健康进行初步的判断，充分了解心理健康的意义，形成良好的心理健康意识。化解针对心理咨询的误解以及偏见，消除心理咨询的神秘感，同时了解心理咨询，能够客观正确的看待心理咨询，懂得能够在需要的时候进行求助。该模块可在新生入学时结合心理测试和课堂教学同时进行，使学生对大学生活产生积极向往，做好

“享受”大学生生活的心理准备。

专题二、学生常见心理问题以及应对危机

内容：区分正常心理以及异常心理，学生常见心理健康问题，心理健康危机应对等。该专题要依靠班主任或学生干部，针对不同状况学生，有针对性开展相应心理咨询和心理健康教育，妥善处置个别心理异常现象学生。

目的：建立在充分了解心理健康的基础上，能够对异常心理以及正常心理进行区分，充分了解学生常见心理健康问题以及相关识别知识，学生管理部门有必要对本校全体辅导员、班主任、班级骨干学生进行有关学生常见心理问题及异常心理问题培训，做好异常心理问题发现，做到早发现，早干预，早教育，避免出现危机事件。

（二）心理健康教育专题模块内容

专题模块目的：专题模块就是根据职业院校学生特点，在现阶段或者是人生发展过程中的任何一个阶段中可能会发生的心理问题以及遇到的困扰，设计相关问题，值得注意的是此过程应侧重在预防心理健康问题方面，提高学生心理健康素质、培养学生积极良好心理品质以及解决问题的能力。

专题模块内容：教师可以将专题模块的设计分为常规教学专题以及备选教学专题，教学内容的设计上要根据职业院校学生的实际情况进行设计，教学顺序可以不固定，灵活设计。此过程中常规教学专题一般要包括以下几个方面：

专题一、自我意识。帮助学生在大学阶段对自我认知水平上形成良好的自我意识，树立正确健全的自我意识，对自己有客观认知、能够接纳自我、有自尊、不自以为是、不自我陶醉，形成积极的价值观念，有效避免自我意识出现偏差的现象，培养学生良好的自我意识。

专题二、情绪管理。帮助学生了解有关情绪方面的知识和情绪的特点，提高情绪认知，帮助学生找到适合自己调节情绪的方法，培养学生自觉调控情绪的能力，稳定积极的面对学习和生活。该专题可结合每位学生填写《焦虑自评量表（SAS）》和《抑郁自评量表（SDS）》，对学生在日常生活学习中自身遇到的负性情绪侵扰进行分析，促使学生时刻保持一份好心情，保持乐观向上的精神状态，洒脱豁达，养成良好的情绪自我管理意识。

专题三、人际交往。帮助学生了解人际交往的功能和社会性，提高学生良好的人际交往能力，学会自我调适，心胸宽广、包容，对人对事宽容、理解、信任，学会分享、接受、给予，学会合作，顺畅人际交流沟通。对有人际交往障碍的学生通过专门的心理辅导或咨询，帮助他们正确认识自己，找到问题症结，增强调适人际交往的能力。

专题四、恋爱与性。让学生认识爱情的特点、本质，分析学生恋爱类型和心理困扰，培养爱的能力和责任，发展健康的恋爱行为，提高恋爱挫折承受能力，个别心理辅导时可进行性教育，促使大学生树立正确的爱情观。

专题五、生命教育。让学生学会尊重生命、理解生命的意义及生命与天人物我之间的关系，学会积极生存、健康生

活和独立发展。

除了以上五个专题之外，教师要结合本校学生实际特点以及实际情况来确定是否运用备选教学专题，备选教学专题可以根据以下主题进行，例如：挫折教育、健康人格、网络成瘾教育、职业规划等方面，

（三）心理健康教育赏析模块内容

赏析模块目的：充分发挥出电影的互动性、渗透性、隐蔽性、非指导性以及非言语性特点，将枯燥乏味的说教心理健康教育方法转变为形象、活泼、生动以及直观的教学方法，这种情况下能够将封闭、灌输以及约束的教学模式转变为具备开放特点的教学模式，进而能够达到宣泄情绪、观察学习以及改变认知、应对挫折等等心理健康的教学目的。例如：教师可以运用以下影片设计赏析模块，《美丽心灵》《幸福终点站》《雨人》《心灵捕手》等等，值得教师注意的是，心理健康教育的赏析模块内容并不一定非要选择较为经典的心理健康电影，只要影片能够做到一定的心理健康教育，包含心理健康教学内容，那么就可以将其作为赏析模块内容。

（四）心理健康教育拓展模块内容

拓展模块目的：促使学生心理素质有效提升和增强，挖掘学生个人潜能以及释放学生个人潜能，增强团队凝聚力以及加强学生沟通，使得压力能够有效释放，培养以及促使形成良好的积极向上的人生态度。

实施途径：实施心理健康教育拓展模块，户外的形式较多，教师在选择以及设计拓展模块的过程中可以根据人数、教学所在学期、场地以及学校现有具备的器材设备进行设计，初级阶段应重视学生合作以及团队的建设，后期阶段可以将重点放在帮助学生释放压力、激发学生潜能、团队合作等方面。拓展模块不仅仅能够使得学生掌握更加丰富的心理健康知识，还能够丰富学生实践经验以及技能。

五、结语

总而言之，在职业院校学生心理健康教育中运用模块化教学能够做到与时俱进，满足学生对于心理健康教育的实际需求，能够充分调动学生心理健康教育学习的积极性以及主动性，促使学生更加积极主动的参与到心理健康教育过程中，增强课堂教学的实践性，进而有效提高心理健康教育的效果，促进学生心理健康发展。

参考文献

- [1]王寒.浅析职业学校开展心理健康教育的有效途径[J].发明与创新(职业教育),2020(06):27.
- [2]王国彬.职业学校学生心理健康教育创新研究的意义[J].才智,2020(15):203.
- [3]龚娴.开展职校生心理健康教育的策略[J].吉林教育,2019(30):22-23.

作者简介:

宋明刚(1963~),男,山东青岛人,大学,专业技术五级,研究方向:教育管理。