

积极心理学背景下中职学校生命教育的反思与探索

赵怀杰

(山东省泰安市岱岳区职业中等专业学校 山东 泰安 271024)

[摘要]积极心理学背景下对中职生进行生命教育是中职生心理健康教育重要的探索。进一步提高学生思想观念意识,保证学生在学习过程中能够形成正确价值观,尊重生命,实现自己的人生价值,是非常重要的研究课题。

[关键词]积极心理学; 中职学生; 生命教育; 反思; 探索

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.03.1810

在教育事业深化改革背景下,教育部门十分重视中职阶段学生的心理健康教育。为了将心理健康教育落实到位,中职院校可以结合积极心理学去引导学生,开展生命教育,培养学生正确的三观。

一、中职学生生命教育的实施原则

(一) 发展与预防、干预相结合的原则

在中职阶段用积极心理学去引导学生,可以保证教育引导更具前瞻性眼光,在引导过程中教师可以提前对问题进行预防,并对自身存在的错误思想观念进行干预,在对其进行生命教育时,就需要坚持发展、预防、干预相结合的原则。

(二) 认知与体验相结合的原则

处在中职阶段的学生,在日常生活中能够更多地接触到外界事物,只是在遇到问题后的解决方式并不妥当。在对其进行引导时就需要带领学生积极地看待问题,并激励学生应用积极的意识对问题作出解释,进而有效提高学生积极情绪^[1]。因此在对中职学生进行生命教育时,培养学生正确的认知,使其能积极地参与到实践体验中,形成正确的生命情感。

(三) 系统性原则

系统性原则是教育教学需要遵循的基本原则,在对中职学生进行生命教育时,需要将系统性原则重视起来,使学生能够在系统的引导下正确认识到什么是生命,进而有效提高课程教育教学质量与效率。

二、中职学生生命教育的主要内容

(一) 生命自主性教育

每个人都是独立个体,性格喜好各不相同,没有人能够决定另一个人的未来发展,那么在教学引导过程中,就需要将生命自主性教育应用起来。中职学生的性格越来越独立,大多数学生都不喜欢被约束,然而学生却无法对自我进行自我管理。为了提高生命教育合理性,并使学生在学习过程中能够了解生命教育,在引导过程中就需要融入生命自主性教育^[2]。

(二) 生命价值观教育

中职生会出现伤己伤人的行为,是因为学生尚未形成生命价值观。为了提高生命教育工作质量,需要引导学生融入生命价值观教育,保证学生能够形成正确的思想观念意识,同时降低学生出现伤己或他人的概率。在教学引导过程中,教师还需要结合实际情况去激励学生,让学生更加注重对生命的体验,让学生学会包容。这样学生在日常生活中就能够更加重视生命,形成高尚的生命价值观。

三、中职学生的心理现状

(一) 学生存在自卑心理,情感较为脆弱

很多中职生在学习生活中不能正确的认识自我,有自卑心理。同龄人的差距也使学生情感变得脆弱,他们的朋友或同学已步入高中校园,导致学生会保持“低人一等”的态度去和朋友交谈,长此以往学生的朋友圈就会越来越小,严重的还会导致学生对自己的学业与人生产生怀疑^[3]。

(二) 对所学专业前景迷茫,存在焦虑心理

学生在入学前选择专业时十分迷茫,当学生进入专业学习后却发现与兴趣并不相符。这就导致学生对专业课程不感兴趣,专业能力无法掌握就“破罐破摔”,这不仅会对学生思想观念意识带来影响,严重的还会把学习时间荒废。所以在发展过程中,各中职院校就需要结合实际情况制定相应的心理引导制度,帮助学生摆脱焦虑情绪,培养学生良好心态,使学生能

够正确看待学业,并认真完成学习任务。

四、对中职学生实行积极心理学生命教育的途径

(一) 引导学生正确认识自我

对中职生来说,最重要的是认识自我。举例来说,某学生学习成绩较差,专业能力不强,若让学生正确认识自我,就需要找出导致学生出现这一问题的原因,还要为学生寻找一些有意义的事情使学生能参与其中。这名学生出现问题主要原因,一是学生本人的学习能力较差。二是父母教育方式存在问题。三是学校的影响,教师还需提高对学生的管理与引导。如何引导呢?虽然这名学生学习成绩与专业技能应用能力较差,但是学生十分善于沟通,那么教师就可以引导学生参加学生会,这样学生就能了解到自己的优势,并借助自身优势去帮助身边的同学,进而养成正确的思想观念意识^[4]。

(二) 教会学生积极地面对现实

大多数中职生还存在不肯面对现实的问题,这就导致学生的观念意识出现了问题,长此以往持续下去不利于学生身心健康成长^[5]。在生命教育过程中,教师就需要结合实际情况对学生引导,例如在日常学习生活中关注学生性格变化,对学生进行调查,通过这样的方式来了解学生为什么不愿面对现实。导致学生出现这样问题的主要原因是因为学历与社会压力,教师可以利用多媒体教学设备对学生进行引导。例如教师可以播放中职毕业生现在的工作环境,播放因身体残疾无法上学但是最终自学完成学业的案例。让学生了解到中职毕业并不代表着“一事无成”,让学生了解到还有很多人在为生活而努力奋斗,培养学生自强不息的思想意识,并对生命产生敬畏之情。

(三) 融入生命挫折教育

多数中职生挫折容忍力较差,在实际教学引导中,教师就需要将生命挫折教育融入到教学内容中。例如组织学生进行实践活动,在课余时间参加养老院敬老活动,使学生与老年人接触过程中了解到生活不易并认识到生命的重要性,并保证学生在接受过生命教育后能够清楚地认识到什么是挫折。这样学生就能正确看待身边的事物,并在生活中还能识别到不同情绪,形成理性认知,在遇到挫折与困难后能够坦然面对。

五、结束语

中职院校如何开展生命教育,以及生命教育对中职学生起到了哪些帮助,在实际教学过程中,教师需要结合实际情况去制定不同的引导计划来提高生命教育合理性,并且在这一过程中融入大量与学生日常生活息息相关的知识点,进而有效提高教学质量与效率,为学生未来人生发展道路打下坚实基础。

参考文献

- [1] 张灿. 积极心理学视野下的中等职业学校生命教育的探讨[J]. 山西青年, 2020, (9): 195-195.
- [2] 郝永贞. 生命教育的反思与建构——基于积极心理学的诠释[J]. 中国德育, 2019, (11): 29-32.
- [3] 张丹芳. 积极心理学在中职学校自然与生命教育中的实践研究[J]. 青春岁月, 2019, (31): 130-130.
- [4] 郭倩. 积极心理学视野下的中职生心理健康教育探索[J]. 信息周刊, 2019, (40): 1-1.
- [5] 熊炜. 积极心理学视野下的中等职业学校生命教育的探讨[J]. 职业, 2019, 501(2): 36-37.