

论职业学校如何开展学生心理健康教育

徐上海

(济南工程职业技术学院 山东 济南 250200)

[摘要]心理健康教育在我国越来越受到重视,学校是实施心理健康教育的主要场所,作为培养技术型人才的职业学校又应该如何开展学生心理健康教育呢?职业学校学生心理健康教育是一个系统的工程,要充分发挥领导、班主任、教师、学生在心理健康教育中的作用,构建心理健康教育平台,利用各种媒体、设施,全方位扎实推进学生心理健康教育。

[关键词]职业学校;心理健康;教育

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.06.1958

心理健康教育在我国越来越受到重视,对于心理健康教育的理论研究越来越深入,心理健康教育的理论也是层出不穷。心理健康教育是学校教育的重要组成部分,怎样将心理健康的理论在学校实际相结合,做好职业学校心理健康教育工作,是职业学校面临的重要课题。我认为可以从以下这些方面来开展职业学校心理健康教育工作。

一、领导主抓,机构健全,建立长效机制

制定学校学生心理健康教育工作计划,从指导思想明确工作的长期性、持久性。成立学生心理健康教育领导小组,分管学生工作的副院长任组长,学管主任任副组长,成员包括各班主任、德育教师。小组内部分工明确、责任到人、组织有序,齐心协力推动学生心理健康教育工作。

二、关注教师心理健康,对教师进行心理健康培训

“工欲善其事,必先利其器。”要想做好学生的心理健康教育,首先要保证教师的心理健康。心理健康教育应该以教师的心理健康为前提,创设和谐的氛围与良好的师生关系,以教师自身健康的心理去影响学生心理健康。因此学校要积极营造民主、平等、和谐、安全、充满人文关怀的、具有浓郁人情味的工作氛围和心理环境,真正减轻教师的心理压力和负担。然后在此基础上,邀请心理学专家给教师进行心理健康培训,让教师掌握心理健康的专业知识。教师在和学生交流时,就能利用专业的心理健康知识对学生进行针对性的教育,从而保证学生的心理健康安全。

三、发挥班主任的引领作用和同学的协同作用,构建班主任、学生、班级三位一体的心理健康教育平台

班主任是学生心理健康教育的第一责任人,也是学生心理健康教育的总抓手。选择最优秀的教师担任班主任,并且花费大气力对班主任进行培训,尤其是注重对心理健康方面知识的培训。通过培训,班主任教师都成为了心理健康教育的专家。再者,充分利用班会这个平台,通过心理健康主题班会对学生进行心理健康教育。通过班会,学生对于心理健康方面的内容了解了很多,学会了自我调节,当出现自己解决不了的问题时也学会了找班主任。最后,充分发挥学生的作用,在班级中设有专门的心理健康使者,对全体学生的心理健康状况进行实时监测,发现某些同学心理出现波动或问题时会自动提供帮助,并将情况报告给班主任。此外,心理阳光和开朗的同学会和内向的同学结成对子,主动帮助和开导内向的同学,让他们的心理更加健康。

四、利用课堂教学,扎实推进学生心理健康教育

课堂是学校进行教育活动的主要场所,课堂教学不仅是科学知识传授的过程,也是学生心理发展的过程。在各科教学过程中渗透有关心理健康的知识,可以使学生处处都感受到真、善、美的教育,提高自身的心理素质。且作为教育的主体,教师不仅要教书,更要育人,这是国家对教育工作者的要求。教师要履行好这一职责,在课堂教学的师生互动过程中关注学生心理健康问题,潜移默化的影响教育学生。

五、丰富校园文化生活,通过活动来推进学生心理健康教育
举办丰富多彩的校园文化活动,是推动学生心理健康教育的一项重要举措。通过学雷锋活动、文艺晚会、歌咏比赛、运动会、红色影视欣赏等,为学生搭建了表现才华、展现自我的舞台,并将教育融入到活动中,培养学生良好的心理素质,集体主义和爱国主义的精神,奋勇拼搏、无私奉献的精神等。定期开展心理健康主题活动是推动学生心理健康教育的重要保障,也是让学生树立健康的心理意识,培养其健康心理的重要抓手。例如,通过开展“跟天使一起玩一人偶心理游戏”这个学生心理健康主题活动,学生们真正看到了自己人格最初发展的内在部分,看到了完整的内心世界,从而加深对自己的认识,解决一些在学习、生活中产生的心理困扰,树立健康的心理意识,学会自我调解心理状态,培养了健康、健全的人格。

六、加强家校联系,共同推动学生心理健康教育

家长是学生的第一任教师,家庭对学生的影响巨大,家庭教育直接影响着学校教育的效果。有些家长受到自身教育和周围环境的限制,对孩子的心理健康并不关注。他们认为孩子只要吃得好、不生病就是健康,就是没问题,很少将目光聚焦于他们的心理健康方面。有些家长已经发现孩子的身上存在心理障碍,诸如说谎、无理取闹、自私自利、我行我素等行为。但受限于认识的片面性,不少家长对于这种情况认为孩子还小,属于正常情况,这对于学生心理健康发展是极其不利的。为此,我们定期与家长联系,在对孩子心理健康教育方面取得一致。如果发现他们的想法和做法不合适时,首先会做通家长的思想工作,让他们重视学生的心理健康教育问题,然后让家长和学校配合,形成合力,共同推动学生心理健康教育。

七、利用各种媒体和设施进行心理健康教育

主要利用宣传橱窗、校园广播、微信公众号等各种手段和设施进行宣传,来推动学生心理健康教育。利用专家讲座、专题培训形式进行心理健康教育。建立心理咨询师,针对有需求的学生进行针对性的帮助。这些是对学生进行心理健康教育的阵地,也是对学生进行心理健康教育的的重要辅助手段。

职业学校应根据学生生理、心理发展特点和规律,运用心理教育的理论和方法,积极开展心理健康教育工作,并将学校心理教育渗透在学校的教育观、人才观和价值观中,培养学生良好的心理素质,促进他们身心和谐发展,使心理健康教育成为学校教育的一个重要组成部分。

实践证明,要使学生的心理得以健康发展,教师必须掌握好心理知识,遵循学生心理发展的规律,在实践中灵活运用心理教育规律,总结心理教育的经验,与家庭、社会紧密联系,才能取得良好的成效。

参考文献:

- [1] 杨梅. 新媒体时代大学生心理健康教育途径探微[J]. 老字号品牌营销, 2021(08): 165-166.
- [2] 江丽. 自媒体视域下高校学生心理健康教育创新[J]. 记者摇篮, 2021(07): 51-52.