

浅谈中职思想政治课教学中心理健康教育的渗透

杨芳

(新疆和静中等职业学校, 新疆 和静 841300)

[摘要]在现代教育体系中,心理健康教育是重要部分,其可助力于学生身心健康成长。中职学生的身心在成长发育的关键阶段,其普遍处于较为复杂的学习环境中,极易产生心理问题。通过将心理健康教育渗透到思政课堂,可保障学生身心健康成长。本文将简要分析将心理健康教育渗透到中职阶段思政教学的必要性,分析中职学生的主要心理问题,探究将心理健康教育渗透到中职阶段思政教学的有效策略。

[关键词]心理健康教育; 思想政治; 中职

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.08.704

中职阶段的思想政治教学有助于对学生的价值观、人生观、世界观进行培养,更是信念教育、理想教育的核心阵地。近些年,课程改革活动的深入开展正推动思政课程的持续变革。中职教师应革新理念,逐步摸索出心理健康教育与思政课程的契合点,有效应对青春期的中职学生出现的情绪激动、心智不成熟等心理问题,保障其身心健康。基于此,围绕心理健康教育与中职思政教学进行深入探究具有重要意义。

一、将心理健康教育渗透到中职阶段思政教学的必要性

(一) 中职心理健康教育

心理健康教育主要是指立足于学生心理发展与生理发展特点,依托心理学知识对学生心理素质进行培养,推动其实现全方位素质的提升。基于心理健康教育理念,中职阶段的思政教学与心理健康教学的融合主要是指,中职思政教师深入分析中职学生的生理与心理特点,在思政课堂中穿插心理学知识,培养学生心理素质,推动其全方位素养的综合发展。

(二) 将心理健康教育渗透到中职阶段思政教学的必要性

中职学生正处在身心发展日渐完善的关键阶段,其通常会承受源于多方面的压力。同时,中职学生正是祖国事业与民族复兴的重要参与者。围绕中职学生开展心理健康教育,可强化其心理承受力,提高其专业素养,使其更好地适应社会的进步发展。简而言之,针对中职学生开展心理健康教学与思政教学,可有效增强中职院校的心理健康教育水平。在新课改背景下,中职院校思政课程对学生的专项能力、理论知识提出一定要求。中职院校应培养学生的价值观与情感态度,严格践行以人为本理念,充分做到“为学生发展”“关心学生发展”“基于学生发展”。

二、中职学生的主要心理问题

(一) 自卑心理

中职学生相对常见的心理问题主要为自信心不足且具有较强的自卑心理,其核心原因在于多数中职院校学生拥有不好的行为习惯,其在中、小学阶段未能取得令人满意的成绩,或多或少经历过不同类型的挫折。现阶段,社会对于中国学生具有一定偏见,普遍认为中职学生各方面都不让高中生,甚至直接将中职生与“差生”化为等号,这也使得中职生会感觉自己不如别人,自信不足,进而产生自卑心理,低人一等。同时,多数中职学生不具有扎实的文化基础,未形成良好学习习惯。在

进入中职院校后,学生需要面对新技能、新知识。一旦其对所学专业不感兴趣,则很容易进一步强化自卑心理。

(二) 情绪消极

中职学生普遍对文化课学习不具有浓厚兴趣。当前,中职院校的理论课程与专业技能有拥有一定的难度,这不利于中职学生快速地在学校生活与学习中获取认同感、成就感。久而久之,中职学生很容易会出现消极情绪,难以积极投入到生活与学习中。

(三) 厌学情绪

由于中职学生不具有扎实的文化基础、学习兴趣不浓厚,很难主动产生对于中职课程的兴趣,难以轻松取得理想的学习成绩。换言之,在学习活动中,部分学生很容易出现厌学心理。一旦形成大范围影响,则会推动更多学生产生厌学心理,对其健康成长产生负面影响。

(四) 认知偏差

由于中职学生普遍具有自信心不足、自卑心理较强的问题。若教师不及时给予学生准确的干预与引导,很可能使中职学生产生认知偏差。相应地,中职学生也会渐渐倾向于依赖暴力寻找问题解决答案,或盲目追求个人行为,以彰显自身个性并慢慢误入歧途。

三、将心理健康教育渗透到中职阶段思政教学的有效策略

(一) 将心理健康教育渗透到思政课堂

为有效将心理健康教育渗透到中职院校的思想政治课堂,中职教师可从以下几点入手:

在课堂上,教师应创建民主、和谐的课堂氛围。由于中职学生普遍不具有扎实的文化课基础与良好正确的学习习惯。在课堂学习中,学生经常会出现看手机、小声说话、搞小动作、溜号、注意力分散等不良行为。在课堂上,若教师仅立足于教师角度对学生进行教育,大声批评呵斥学生,则很容易损伤学生自尊心,加重其自卑心理,对其身心健康成长产生负面影响。因此,教师应立足于学生角度,在思政课堂创建和谐、平等、民主、自由的教学范围,让学生充分融入愉悦、轻松、舒适的学习氛围,明确学生的课堂主体地位,促进其积极参与学习活动并完成学习任务。与此同时,教师还应给予每位学生爱护、关心与尊重,用爱心、理解包容学生。在此基础上,教

师应争取做班内学生的良师益友,对学生课堂上的错误行为要善于纠正引导;在给予学生充分尊重的前提下,指出学生的错误。若学生可积极改正,则教师应给予肯定。相应地,对于学生的优点、闪光点,教师也应及时鼓励与表扬。

第二,在创建思政课堂时,教师应采取激励为主的教学方法,让小学生逐渐具备乐观向上、健康积极的心态。现阶段,社会各界对于中职学生存有较为深的偏见与认知误区,部分教师形而上地认为中职学生的各方面均要差人一等。该种偏见很可能对中职学生心理产生重要影响,使学生认为自身不如他人,逐渐形成自卑心理。鉴于此,在将心理健康教育融入思政课堂时,教师首先应注重积极乐观心态的培养,从不同角度发现学生的优点闪光点,多运用鼓励、激励方式培养学生学习兴趣与学习信心,鼓励其主动学习、积极学习。同时,教师还应引导学生学会如何更为全面、准确地评价自我,明确自身的优点与不足,鼓励学生发言优点并克服自身不足,强化对其生活习惯、学习习惯的培养效果,逐渐使中职学生具有乐观、积极、健康、向上的生活态度。

(二) 深入探寻思政教材并明确教学目标

在创建思政课堂时,中职教师应明确教学目标,对教材进行深入研究,结合教学大纲优化课堂教学计划。同时,教师应立足于学生认知能力,有机融合实践教学与理论知识,有针对性地对学生的发现问题、分析问题以及问题解决能力进行培养。同时,在日常备课活动中,中职教师应确保课程既要做到举一反三,也应做到融会贯通;既要准备教材,也要准备学生。准备教材主要是指,从整体角度了解教材的结构设置、编排体系、教学难点、教学重点以及各单元的教学目标。准备学生是指,详细了解学生的思想状态、学习习惯、认知努力,结合学情实际与教学内容开展课堂教学活动,让各项教学活动有的放矢,充分彰显学生的课堂主体地位。在创建思政课堂时,教师还应有机融合实际与理论,让学生可发现生活实际与心理健康教育、思想政治知识间的联系,逐步引导其运用所学知识解决生活实际问题,调动学生对于思政学科的兴趣,强化思政教学质量。

(三) 将心理健康教育渗透到课后作业

在思政教学体系中,课后作业有助于及时将教学情况反馈给教师,帮助教师了解学情实际,掌握学生的心理情况、学习行为。在创建思政课堂时,教师不但要将心理健康教育渗透到备课阶段与课堂教学环节,还应将心理健康教育渗透到课后作业。例如,针对部分中职学生不能及时完成课后作业、课后作业抄袭、课后作业敷衍等问题,教师不可采取简单粗暴方式惩罚或批评学生,而应了解学生出现各类型不良行为的具体原因。换言之,教师应透过现象探寻事物本质,深刻意识到未完成课后作业或应付课后作业的主要心理问题、根源问题。基于上述问题与实际情况,教师可制定处理方法,优化解决措施,有效纠正学生存在的各种不良学习行为,助其积极完成课后作

业。简而言之,通过将心理健康教育渗透到课后作业,可推动学生心理的健康稳定成长。

(四) 注重思政课堂的民主氛围

传统教学模式通常将教师放置于显赫位置,让学生认为教师始终代表着权威。学生仅能被动听讲,而无法质疑教师所讲授的内容,更不能对教师权威进行挑战。尽管教师职业具有一定社会地位,也具有崇高属性。但是,在创建思政课堂时,教师应正确看待教师职业的属性。同时,中职院校也应注重创新型人才培养,引导学生敢于质疑,敢于发问,敢于提出不同。在将心理教育渗透的思政课堂时,教师应注重创建民主、和谐、舒适的教学氛围,发散学生思维,鼓励其表达不同观点;这既有助于调动学生主动性、积极性,也可缓解学生对于课程的负面情绪、抵触心理,为学生带来身心愉悦的正向学习体验。

(五) 结合办学特色融入心理健康教育

中等职业教育应始终将市场需求作为核心的教学导向,明确应用能力培养、人才培养是核心主线,对培养方案、素质结构、能力训练进行设计,促进实践训练与理论教学相互融合,尽可能提高中职学生的应用能力,更好地衔接后续的高等职业教育。在设计思政教学策略时,教师应将实践与理论相联系,围绕“紧贴时代、紧贴实际、紧贴学生”的原则开展教学活动,创建活泼、生动的课堂氛围。同时,教师可结合学生专业,选择经典案例,借助课堂模拟活动将真实、多元的心理体验给予学生,确保学生可逐步掌握实用性较强的心理调节技术与心理知识,保障其健康成长。此外,教师还可依托实践教学,结合心理实践与理论知识,强化思政课堂的感染力、针对性,提升学生的课堂参与度,提高其心理素质,为后续的学生发展打好基础,让学生可始终秉持饱满、积极、健康情绪迎接后续的生活、工作与学习。

结束语

综上所述,中学教师应深刻意识到将心理健康教育渗透到中职思政课堂的必要性,了解中学生普遍存在的心理问题。通过将心理健康教育渗透到思政课堂,深入探寻思政教材并明确教学目标,将心理健康教育渗透到课后作业,有助于规范中职学生的行为习惯,强化心理健康教学效果。

参考文献

- [1] 祝文娟.论心理健康教育融入职业生涯课的必要性[J].快乐阅读,2015(12).
- [2] 徐莹.“设计师”素质养成计划框架下中职辅导员心理健康改善对策研究[J].兰州教育学院学报,2015(10).
- [3] 黄重.职业学校心理健康教育校本模式的探讨[J].当代教育论坛,2007(5).
- [4] 房春城.浅谈职业中学思想政治课的心理健康教育[J].新课程(上),2012(2).