

# 浅谈深圳地区中职学校学生的心理健康教育问题

◆史红玲

(宝安职业技术学校 广东省深圳市 518100)

**摘要:**中等职业技术学校的学生正处于身心发展的重要转折时期,他们在自我意识、情感意识、人际交往等多方面都会出现和产生各种困惑。因此,在中等职业学校开展心理健康教育,对于促进学生全面发展有很重要的作用。本文从深圳地区中职学校学生的现状入手,分析中职学生产生心理问题的原因,提出了开展心理健康教育的应对策略。

## 一、深圳地区中职学生心理问题的现状分析

1.学生对家庭条件的优越感较强。深圳地区的中职学生大多数出身在有钱的家庭,经济条件优越,学生在学校不愁吃穿,零花钱多。他们大多数人都认为自己生在深圳这个经济发达的地区就已经比别人多拥有很多的财富,于是学生花钱如流水,缺少感恩之心。

2.不思进取缺少奋斗目标。深圳地区的中职学生普遍不太有进取心,在学习上没有奋斗目标,上课听课也提不起兴趣,对学习缺少自信心,他们安于现状,不思进取。

3.行为习惯差自控力较弱。深圳地区的中职生选择在职业学校就读,已经没有普高升学的压力,在深圳中职学校读书,学生普遍愿意选择参加高职类升学,只有少部分选择就业,但是学校很重视学生技能的训练,在课堂上中职学生思想意识活跃,兴趣广泛,但是由于学生从小就没有养成良好的学习习惯,学习上又没有太大的压力,中职学生在校的学习习惯仍然很差,没有很好的自控力,在上课表现睡觉、发呆、开小差等。

## 二、深圳地区中职学生心理问题产生的原因分析

1.深圳地区中职学生大多数是本地生源,在这个发达地区,经济发展迅猛,给他们家庭带来了很多的财富,大多数学生的家庭经济条件相对较好,孩子们在这样的环境中长大,根本没有机会体会到经济困难的苦处,他们自身的优越感是普遍存在的。

2.选择到中职学校读书的学生,大多数是中考失意的孩子,他们在初中阶段学习成绩相对落后,他们在学习方面从来没有获得过优越感,家长过高的期望给他们造成了过重的压力和困扰。

3.中职学生在年龄上大多正处于人生生理和心理快速发育时期,心智尚未成熟,他们进入中职校后,由于生活、学习方式有了相当大的改变,对他们冲击大,使他们缺少自我判断能力了。他们的情绪不甚稳定,对事物的判断拿不定主意,不能冷静地控制自己的情绪,易产生心理矛盾、心理冲突。

4.深圳的中职学生里面有部分是来自单亲家庭的孩子,或者父母经商常期不在家的孤独孩子,他们是现代城市里的留守儿童,父母忙于工作忙于经商,在孩子成长过程中,父母缺乏对孩子的陪伴、教育和帮助,这些孩子普遍缺乏关爱,心理敏感、叛逆,这些都导致了学生不良的心理问题和行为。

## 三、关于做好深圳地区中职学生心理健康教育的措施

### 1.学校方面要全员参与

(1)在深圳很多中职学校都会开设富有特色的心理健康教育课程,加强对学生的心理健康理念教育,增强其心理健康意识。如深圳市宝安职业技术学院经常能抓住关键的时期(如新生入学初、新学期开学伊始等)对不同专业、不同年级、不同性别的学生开展心理知识讲座,帮助中职生掌握一定的心理调适方法,促使学生在实际生活中达到自我调节的目的。学生在校园内,能够经常有机会参加“新生入学教育”、“珍爱生命、关注女性健康讲座”、“高职类高考前心理辅导”等活动。学生通过参加这些讲座活动等,能够在心理波动较大的时期,稳定自己的心理,帮助学生自己更好地适应所面临的新环境,以积极向上的心态去追寻自己的人生目标。

(2)班主任、任课老师、管理队伍教师全员参与学校的心理咨询活动,对于学生出现的心理问题能够做到及时发现、及时沟通与引导,学校对于有心理问题的学生绝对能够做到为学生保密,保护学生的隐私,保护他们的自尊心,给学生生活的自由空间。

### 2.家庭方面要关爱、尊重与理解

首先,父母亲在家中应该把孩子当做成年人看待,现在的中职生自我意识较强,渴望与成人一样具有平等的社会地位与权力,反对父母和老师权威式的干涉,希望能以独立人格出现。他们在面临许多矛盾和困惑时,因生理或心理问题容易产生焦虑情绪,甚至情绪失控。家长教育孩子不能简单粗暴,应该努力做到细心、耐心、爱心相结合,尊重、理解与陪伴相结合。发现问题及时沟通,引导与处理、治疗,帮助孩子度过关键的心理转折期。

同时,父母亲应该在家中创造良好、民主的家庭环境,和孩子交朋友,多鼓励、表扬,少批评、责骂,合理对待孩子的需求,不挫伤他的自尊心,尊重他,信任他。利用亲情来感化他,慢慢地消除他的对立情绪。

最后,家长应该加强与学校的联系,在孩子的教育问题上达成共识,以便对症下药。让家长能认识到家庭教育的重要性和责任感,父母应承担起教育孩子的重任,不要只顾赚钱,忽视对孩子的教育。

### 3.社会方面多开展有意义的活动

中职学生特别渴望展示自己的才能,体现自己的价值,得到他人的认可,但是,他们不擅于与人交往,为人处世能力较差,存在一定的社会障碍。因此,社会也应该积极开展丰富多彩的校内外文化活动,如各种中职生技能比赛、表演等活动,这样不仅能使中职生感受到温暖与关怀,也能帮助他们在各种活动中发挥自己的特长,积极调整心态,增进交往,增进自信,进而明确自己生活的目的、意义及生命的价值。

同时,社区街道组织通过讲座、专刊、主题活动等形式,在社区进行宣传、普及心理健康知识,还可以有意识地排练一些有中职生参与或策划的心理戏剧、书法比赛、摄影比赛、写作训练等活动,提高中职生的关注程度,开阔他们的视野,让他们不断激励自己,通过不断参加社会活动,启发、诱导他走出错误的心理误区。

总之,在新形势下做好中职生心理健康教育工作需要在管理过程中不断探索和创新,对于深圳地区的中职学生心理健康教育,需要学校、家庭和社会共同努力,经常、持久地关注孩子,耐心地引导孩子,对于心理健康教育不是一、两次说服教育就可消除的,要反复抓,长期不懈坚持下去,才可能真正帮助心理有问题的学生解决他们的青春期烦恼,促进他们拥有正确的健康的身心条件,使他们能够具有良好的心理素质和社会适应能力。

### 参考文献:

- [1]周昆.《中职院校学生心理健康教育探索》,《当代教育论坛:宏观教育研究》,2007,5:42-43。
- [2]陈华.大学生心理健康教育课程改革的探索与实践[J].西南交通大学学报(社会科学版),2013(07)。

**作者简介:**史红玲,女,1976年出生,籍贯:湖南,经济学专业,高级讲师。

