

中职语文教学中渗透心理健康教育的思考与实践

Reflection and Practice of Infiltrating Mental Health Education into Chinese Teaching in Secondary Vocational Schools

边静

Jing Bian

新疆维吾尔自治区伊宁卫生学校 中国·新疆 伊宁 835000

Yining Health School of Xinjiang Uygur Autonomous Region, Yining, Xinjiang, 835000, China

摘要: 自教育改革以来,对中职学生心理健康教育提高了重视。中华人民共和国教育部规定,要切实在中职校园内渗透心理健康教育,为青少年健康成长提供必备条件。随着教育事业的发展,中职学生心理问题日益严重,许多学生有着明显的性格、心理问题。为了杜绝这一现象的发展,有效开展中学语文教学心理健康教育渗透,可以在保证学生知识水平提升的基础上,得到三观思想、心理成长的健康引导,为学生未来的发展创造良好的前提。

Abstract: Since the education reform, more attention has been paid to the mental health education of secondary vocational students. The Ministry of Education of the People's Republic of China stipulates that it is necessary to effectively infiltrate mental health education in secondary vocational schools to provide necessary conditions for the healthy growth of young people. With the development of education, the psychological problems of secondary vocational students are becoming more and more serious, many students have obvious personality and psychological problems. In order to eliminate the development of this phenomenon, effectively carrying out the infiltration of mental health education in middle school Chinese teaching can get the healthy guidance of three outlooks and psychological growth on the basis of ensuring the improvement of students' knowledge level, create a good premise for students' future development.

关键词: 中职语文教学; 心理健康教育; 专业教育

Keywords: Chinese teaching in secondary vocational schools; mental health education; professional education

DOI: 10.12346/sde.v3i11.4722

1 引言

结合许多中职校园来看,许多校园内部都建立了专业的心理疏导部门,但是因为宣传力度不够学生不知道部门所在以及对心理疏导行为有误解等多种因素而未能及时受到心理疏导。甚至部分学生在面对心理问题时对心理咨询依然存在抵触的心理,这不仅不利于校园落实心理疏导工作,还有碍于中国青少年的健康成长。而中职校园所培育的是社会的专业、实用型人才,未来在社会中的地位举足轻重,所以针对此进行研究,是专业教育需要关注的重点内容。

2 中职语文教学心理健康教育基本要求

语文课程属于一门综合性极强的课程,包含着人文、历史、地理等多种知识,是所有课程的基础知识,只有熟练应用并掌握语文知识,才能有更强的理解能力以及语言应用、逻辑能力。这也可以理解为语文是关乎学生综合水平的核心

内容。所以,在语文课程中渗透心理健康教育,可以有效推动青少年心理健康教育工作的进步,将健康、积极、正面的思想渗透在学生的心里,为学生未来成长与发展提供良好的动力来源。开展心理健康教育可以有效推动教育效果提升,如何将心理健康教育渗透在语文教学中成为当前教育研究所研究的重点内容。要想加速渗透,就要明确教育的基本要求:①要求教育学生正确的看待、认识自我,不能随意贬低自身,不能骄傲狂妄。②引导学生正确表达自己,有效控制情绪。③建立正确的交友观念,用积极的心态面对生活。④具备一定抗压能力、适应能力,适应未来的社会生存^[1]。

在教育期间,教师要以学生为本,尊重学生差异,遵循教育原则,保护学生隐私,为学生全面发展创造条件。心理教育并不是一项阶段性工作,而是持久的、循序渐进的工作过程,要求教师要具备较强的耐心、爱心、信心,在教育途中能够面对任何问题,采用最快速的方式处理,为学生创造美好的明天。

【作者简介】边静(1983-),女,中国新疆伊宁人,本科,讲师,从事中职语文教学研究。

3 中职语文教学中渗透心理健康教育的实践策略

3.1 充分结合教材内容，加大教学效果

教材中的内容是经过多个教育组织斟酌选择的，语文教材中的内容丰富、耐人寻味，并且对学生的引导与影响是有利无害的。所以，结合教材内容进行心理健康教育，不仅可以有效落实课程教学目标，还能促进教学效果提升，让学生们实现知识水平与思想的统一成长。在教学中，教师可以通过课堂引导，来实现心理健康教育^[2]。

正如《师说》课文所说：“师者，所以传道授业解惑者也。”也就是说，教师的职责在于引导教育学生，为学生解答心中的疑惑。教师要通过有效的手段引导学生端正学习态度，明确学习意义。在当前背景下，教师既没有古时所说的“一日为师，终身为父”思想，也不是传统教学意义上的教育的执行者，而是学习的引导者、引路者。所以，教师要结合一切可行办法开展教育引导。在课文中有“闻道有先后，术业有专攻”，鼓励学生们不断钻研进取、掌握技能。在教学中，教师可以以此为思想，鼓励学生积极进取，努力学习，在未来才能谋求更加广阔的发展道路。只有在学习、钻研的道路上认真，才能夯实自己的技能基础，提升自身竞争力，获得更广阔的发展路径。

3.2 借助课程实践活动，培养综合能力

有效的实践活动，可以促进学生综合能力的提升，在具体教学中，教师可以通过举办相关阅读活动以及写作竞赛等，在活动中促进学生心理健康发育，积极引导思想朝着正确的方向发展，树立学生自信心，培养学生荣誉感等，还能显著提升学生的知识水平与学习兴趣，让学生得到意识与素质的统一进步。在活动中，教师要有意识给予学生客观、积极的评价，建立学生自信。

同时，在竞赛相关的活动中，要渗透职业道德教育，培养学生正确的职业观念，强化道德底线，从而构建一种良性的竞争机制。活动的举办要以学生为本，将促进学生个性发育，提升学生交流能力、阅读能力以及写作水平为目标，以推动学生心理健康建设为开展原则，根据学生的个人特性来选择活动，并为学生安排不同的角色，从而充分发挥学生个人能力，培养学生自身价值感以及成就感。

3.3 借助情感写作疏导，缓解学习情绪

就读中职的学生大多处于青少年时期，在这一阶段的孩子部分存在着叛逆的心理，在心智上尚未成熟，缺乏自我意识与逻辑思维能力等，在人生经历与个人思想上也有着很大的差距。教师通过情感写作疏导，可以推动学生心理健康的发育，帮助学生找寻不良情绪的宣泄渠道，借助情感写作来记录自身情感。通过这种方式，不仅能够加深学生对自己的了解，培养成熟的自我意识，还能有效提升整体学生的写作水平，并提高学生的思维逻辑能力^[3]。

结合实际教学情况来看，许多学生在课堂中不善于表达

自己，或内向或胆小，并且许多学生对教师存在着刻板印象，认为让教师知道自己的心中所想或心中苦闷之事就会联系自己的班主任或家长，让班主任、家长察觉出自己的情绪与问题，因惧怕批评、惩罚，所以不愿让班主任、家长与教师知道自己心中存在的问题。教师无法与学生及时产生交流，就无法有效帮助学生进行心理疏导，开展健康教育。而通过写作活动，可以帮助不愿敞开心扉的学生找到疑问的提出与情绪的宣泄口，教师要及时察觉学生异样，借助情感写作的方式，发掘学生的心理健康状况，从而及时发现问题，对学生进行疏导，加强对学生的关心与帮助。

3.4 注重学生心理健康教育

教师在教育中不仅担任着教授知识的作用，也是关乎学生思想、三观、品德等个人素质的关键角色。中国教育学家陶行知先生曾经表达过这一思想，教师的任务并不是死板的，而真正的教育意义在于“教书育人”。所以，教师的教学并不只是教授知识，而是在于教育^[4]。中职学生作为中国实用型人才，在步入社会后有着举足轻重的地位，所以应当尽快融入社会，而结合当前社会背景来看，许多学生在进入社会后，都没有及时的融入社会，或不具备适应能力。这主要是因为学生的思想存在着偏差，并且部分学生心理承受力差，在步入社会后无法接受校园与社会存在的反差，不仅影响学生心理健康，还大大降低了就业率。所以，教师要明确心理健康教育的重要性，将教育活动落实，结合多种教学方法，为学生创造未来发展的添加。在具体教学中，教师可以采用生活联系法、情境创建法，将心理健康教育导入课堂，从而完成教育目标，促进青少年心理健康成长。

4 结语

中职学院的学生普通高中学生存在着较大的分歧，部分学生因为中考落榜以及个人选择等进入中职学院，所以在心理方面可能存在着更多的问题，结合部分中职学院教学质量与管理力度来看，对于学生的心理健康教育还需要不断的加强，将心理健康教育渗透在语文教学中，不仅能够有效开展心理健康疏导，还能提升学生的学习兴趣、知识水平等，从而为学生未来步入社会打下坚实基础。

参考文献

- [1] 顾国惠.在中职语文教学中融入心理健康教育的实践[J].广西教育,2021(2):120-121.
- [2] 黄坐霞.在中职语文教学中渗透心理健康教育的策略[J].新课程教学(电子版),2021(3):168-169.
- [3] 李静秋.中职语文阅读教学融入思政教育方法探究[J].才智,2021(17):77-79.
- [4] 丁新玲.在中职语文德育活动中培养学生人格的探讨[J].现代职业教育,2021(25):200-201.