

高职院校学生主要积极心理品质现状和对策研究

◎王丽丽

摘要：为了提高我国高职院校的教学水平质量，高职院校在人才培养的同时还应关注学生的心理健康状况。学生的积极心理品质是影响学生发展的重要因素。本文从高职院校学生主要积极心理品质的意义与表现、影响高职院校学生积极心理品质的因素、培养高职院校学生主要积极心理品质的对策等方面进行阐述，并从高职院校的教学方式与重视学生心理健康教育两方面进行分析。

关键词：高职院校 学生 积极心理品质

随着我国对教育发展的重视，高职院校迅速发展。高职院校学生的心理品质受到了社会广泛关注。高职院校的学生对学习缺乏兴趣，学生之间的兴趣爱好、性格等个体差异较大。学生对学科认知不足，有部分学生对学习的态度不端正，认为高不成低不就的文凭含金量低，经常在学校抱着“混日子”的态度。学生这样的想法与学习状态不利于国家高职教育的发展，而观其本质，学生的心理品质是影响学习态度的重要因素。学生的心理问题是高职院校辅导员或班主任要关注的任务之一，教师应该用正确的方法引导学生，让学生有一个正确积极的心态，这样才能使学生的心理健康有所保障。我国高职院校对学生开展积极心理的教育有助于学生身心健康的发展，促进学生全面发展。所以高职院校的教师应合理地根据实际情况对学生的心理问题及时地疏导。

一、高职院校学生主要积极心理品质的意义与表现

（一）学生积极心理品质的意义

学生的积极心理品质是社会的需要，社会的稳定发展离不开高素质人才，高素质人才都是拥有积极品质的，学生是这个社会的血液与未来。一个不具有优良品质的人是社会的不稳定因素，是一个“定时炸弹”。他们情绪不稳定，对社会带来了潜在的危險。反之，一个具有优良品质的高素质人才可以让社会良性发展。

学生的积极心理品质是创建和谐校园的重要条件。近年来，社会对高职院校的环境更加关注，要求提高教学水平，营造良好的校园环境。每年因为校园暴力，学生抑郁轻生的报道不断。和谐的校园环境具有催人奋进、积极向上、开拓创新的教

育力量。只有从学校与学生两方面统筹发展才能创立和谐的校园环境，即提高学生的积极心理品质势在必行。

学生积极心理品质是健康成长的保障。高职学生面临着来自家庭，学校，个人情感等方面压力，其在身体与心理上都需要得到健康发展。所以学生的心理教育极其重要，为了满足学生的发展要求，我们必须塑造学生的优良品质。

（二）学生积极心理品质的表现

积极的心理品质表现在学生面对难题的应对方式与态度与可以辨别是非对错。在学校的学习生涯中，他们会努力地学习文化课知识，对感兴趣的知识进行探索。这也是高职院校的学生存在的最大的问题，不知道为什么学习，当他们有了明确的定位、人生目标之后就会改变自己的态度。班里的学习氛围也会改变，从前晚自习学生们都是拿着手机打游戏，现在学生晚自习会学习各专业相关知识和技术，这种转变就说明学生拥有了积极的心理品质。

学生情绪稳定。一个人的情绪与性格决定了一个人的工作与生活，在学生情绪稳定的情况下，学生在遇到问题时会更加地慎重地解决问题，而不会是以往的冲动。这种慎重带来的好处就是他们更懂得思考明白后果。与此同时，他们的稳定情绪可以带给他们的益处，就是让他们不再浮躁，替代的是踏实。这样可以避免学生之间的矛盾，也可以让学生们的学习环境大为改善。

学生的心理状态积极发展。皮特森和罗利格曼把美德总结为六种核心美德，分别是勇气、正义、智慧、卓越、仁慈、节制。我们在学生们日常所能看到的品质都属于显性品质，而内在的看不到的品质为隐性

品质。隐性品质是我们难以捕捉的，所以我们恰恰要在这个方面下足功夫，只有这样才可以保证学生的心理状态是积极健康的，而学生心理状态积极的发展正是他们人格的内在和谐。

二、影响高职院校学生积极心理的因素

在影响高职院校学生的积极性心理因素中，环境因素与对学生的自身的心理认知最为主要。因为学生的心理具有潜在性，所以学校在修正了学生的外在表现的心理错误因素之后，要及时地关注学生们在心理上的潜在性所带来的不利因素。在环境因素中，主要是以学校为主。学校的治学理念、教学管理、老师的素质水平都是影响学生的心理的因素。学校对学生们的约束也就是校园学生管理模式是一个重要因素。在我国的高职院校中，有封闭式与半封闭式管理。在这两种管理中，学生的大部分时间都是在校园中度过，除了寒暑假，所以我们对于影响因素的归因不包括社会与家庭。在多种管理方式中，我们可以看到半封闭式管理是最多的。学校的校风不正、惰性管理、一刀切管理等负面因素极大地影响了在校学生的心理状况，学生很容易产生厌学情绪与心理上的负压。学校只有具有严明的校规，对学生的处罚奖励非常明确，营造良好的大环境，才能使学生们更加适应学校，这个集体才会向良性发展。只有当学生们都自觉遵守学校的校规，在学校里才会有归属感与安全感，才能让学生身心健康发展，有读书的兴趣。新时代背景下重视学生的心理健康教育，已经成为高职院校人才培养的关键和核心。

学生的个人因素。每个学生的学习习惯、性格是不相同的，因为学生是不同的

个体,个体之间具有差异性。有些学生在教室中或在宿舍中具有不太好的习惯。这部分学生需要教师及时了解,然后让班主任或辅导员对其进行约谈,让其纠正或者监督其改正,让学生之间的矛盾减少,及时遏制冲突的苗头,避免其发展成为不可调节的矛盾。有些学生的心理不太健康是因为没有合理的调节,当一个学生的压力过大时或与身边同学的差距过大时,他难免会产生一些负面的想法。我们只有溯其本源、找到原因并且让学生认识到问题,再用心理暗示与强化性训练等方式去引导与疏导,让学生走出心理阴影或者心理认知上的障碍,这样才能使学生的自我缺失或意识认知不足得到完善。

三、培养高职院校学生主要积极心理品质的对策

(一) 改变教学方式

高职院校中缺乏主要积极心理品质的学生大多自卑、不自信,情绪萎靡,遇到问题不懂得如何处理,这与传统的教学模式息息相关。传统的教学模式总是向学生灌输书本知识,不注重培养学生的独立思考能力、独自解决问题的能力以及自主创新的能力,然而21世纪,各行各业对人才的需求量不仅大而且要求严格,在熟知书本知识的同时,也看重人才的自主创新能力,因此高职院校应当改变教学方式,着重培养学生的创新思维能力,讲授知识需要结合实际生活中遇到的问题,让学生不仅学会知识,还要明白解决问题的方法。在教学工作中,高职院校的老师可以根据学生的专业、性格、兴趣爱好等开设不同的课程,这些课程除了文化课之外,还应当包括实践课程,让学生亲自动手操作,增强参与感,以提高学生的学习兴趣和逐渐培养学生的积极心理品质。在课堂上教师可以观察学生的心理状况和课堂表现,课后与学生积极沟通,以挖掘学生的主要积极心理品质,引导学生主动学习。此外,高职院校还可以组织丰富多彩的社会实践活动,展示积极向上的校风,营造充实有趣的校园生活和浓厚的学习氛围,如支教、到养老院探望老人、“三下乡”、演讲比赛、知识竞赛等,从而培养学生的奉献精

神与责任感,在活动中引导他们养成积极乐观的学习生活态度,促进他们积极的心理品质的培养,全面提升他们的身心综合素质。

(二) 重视学生心理健康教育

很多高职院校通常比较注重理论教学而忽视学生的身心健康发展,对学生的心理健康教育投入较小,没有开设专门的心理课堂,没有设置心理健康咨询中心,也没有专业的心理咨询教师,导致课程的教学质量差,教学效果不理想,使高职院校的心理健康工作变成了一种形式,流于表面。因此高职院校需要将培养学生的主要积极心理作为学校的重点任务,加大对心理健康教育的资金投入,开设专门的心理健康教育课程,宣传心理健康知识以及调节积极心理的技能,以帮助学生拥有积极向上的心态,建立和谐的人际关系有效调节自己的情绪和情感。高职院校应当设立心理咨询中心,鼓励学生咨询相关的心理问题,对有心理障碍的学生及时进行干预,鼓励学生创办心理教育协会,调动学生的积极性,让学生不仅能在协会中交朋友,还能培养学生的团队合作精神和积极向上的心理。并且心理协会可以成为师生之间沟通的桥梁,让教师及时了解学生的心理健康状况,对突发事件进行有效地干预。在课余时间,协会可以开展心理知识竞赛、心理素质拓展、心理手抄报大赛等各种有关心理健康教育的活动。让学生通过参与活动,体验不一样的经历,学会从积极的角度看问题,以积极的方式解决问题,培育积极心理品质。

四、结语

高职学生的积极心理状况是学生发展的重要因素,他有助于学生全面发展,有助于社会的稳定发展。高职学生的积极心理状况差异较大,主要趋于两极化。影响他们的因素主要是学校层面与学生自身的因素,学校应该为学生提供良好的外部环境,并且要求老师对学生心理健康状况进行关注。在高职学校内应该有着一定心理咨询老师的配比,让学生们在有需要心理咨询时及时进行咨询。老师应该对学生在班会上开展相关的教育主题活动把学生的

不良心理及时遏制。在学校和学生的共同努力下,推动高职院校学生的积极心理品质的培养。

参考文献:

- [1] 侯佳琦. 大学生积极心理品质培育研究 [C]. 渤海大学, 2019.
- [2] 胡百健. 新时代大学生积极心理品质培养研究 [C]. 黑龙江大学, 2019.

基金项目: 2020年辽宁省社科基金重点项目:《伟大抗疫精神引领下的大学生积极心理品质培养策略研究》项目编号: L20AKS007; 2020—2021年度辽宁省职业技术教育学会项目,《积极心理学视域下当代大学生理想信念教育机制创新研究》,项目编号: LZ Y20429。

作者简介: 王丽丽,女,1982年生,辽宁朝阳人,硕士学历,辽宁现代服务职业技术学院副教授职称,研究方向大学生心理健康教育。