疫情期间中职语文如何渗透心理健康教育

林燕

成都市工贸职业技术学院 成都市技师学院

DOI:10.32629/jief.v2i5.1528

[摘要] 中职学生正处于心理成长的关键时期,有着青春期所特有的心理动荡,加上疫情期间,学生面对的各类信息,对自身的心理会造成诸多的影响,在中职语文课中,教师要结合学生一些心理方面的问题,并积极利用好线上的资源,将心理引导融入到中职语文课中。本文对当下疫情期间学生容易出现的一些心理问题展开分析,并对中职语文课中如何借助线上教学,实现对心理教育的合理渗透,展开适当的探讨,希望对疫情期间提升中职学生对语文课的积极性是有帮助的,促进语文教学的进步。

[关键词] 疫情期间; 中职语文; 心理健康教育

中图分类号: G633.3 **文献标识码:** A

学科中渗透心理教育,是保证学生在身心方面实现均衡发展的重要基础,教师要结合每个阶段学生心理的一些需求和特点,在学科中适当引入素材和案例,对学生实施适当的心理教育。中职语文课本身有着情感以及人文精神方面的感召力,因此教师需要将心理教育适当渗透到中职语文课中,从而让学生形成不错的心理品质。

1 疫情期间学生容易出现的心理问题

疫情期间,在刚开始接触到疫情信息的时候,会有人对事件存在一定的否认以及漠视,甚至没有进行个人防护,但是疫情持续发展,比较常见的情绪,就是恐惧,一些轻度的焦虑以及紧张。这些可以让人非常迅速地展开防护以及应对,但是也会造成恐慌。

对于学生来说,如今可以轻松接触到有关疫情的网络信息。有些人囤积口罩和药品,有些人散播谣言,正常的生活已经被打破。比如很多的孩子在假期本身策划了家庭旅行,已经无法开展,学校开学也进行了推迟,这些变化都是会让一些学生形成一定的恐慌和不安,也容易被烦躁、恐惧等各类的情绪影响。这些不仅会对学生的学习状态造成影响,进而降低在线上学习的效率,更是对学生的生活态度以及习惯造成一定冲击,不利于特殊时期学生的健康成长。

2 疫情期间中职语文课中心理健康教育的渗透策略

2.1 在阅读教学中适当渗透

在疫情期间开展中职语文课的线上教学。教师要借助阅读教学的部分,对学生开展适当的心理引导。比如学生在疫情方面,存在一定的轻视现象,或者是对有些人不注重个人防护的情况,在阅读《我很重要》这篇课文的时候,可以让学生充分了解到生命存在的重要意义以及价值,从而形成珍爱生命的品质,这样可以让学生在疫情期间,积极保护好自己,并保持良好的精神状态,这样对自己和家庭,都是一种负责任的表现。同时教师可以结合这次疫情,让学生对课文要表达的情感,有更加清晰地认知。这样在对待生活、学习以及家人的时候,学生就会用更加积极以及良好的态度,严格要求自己,从而提升学习的效率以及生活质量。

2.2 在写作教学中适当渗透

在疫情期间,很多的学生放松了写作方面的锻炼和提升。但其实无论是阅读还是写作,对缓解压力都是非常有好处的,在特殊的时期,学生很多时候情绪是无法自控的,加上学校推迟开学,让学生面临着十分

沉重的压力,在这种情况下,教师要积极借助写作课程的开展,帮助学生缓解自身的压力,让学生的情绪可以平复下来。一些有经验的教师,会借助一些热门的话题,让学生探讨自己的一些看法,在写作中表达出自己的观点。比如在疫情期间,各地区的医护工作者自愿投身疫情一线,从中可以得到哪些感悟?这样让学生可以结合自己在网络上收集的一些素材和信息,表达自己的一些看法,教师在线上教学中,也可以为学生准备一些视频、PPT等资料,对学生的情感进行刺激,从而让学生形成更加深刻的感悟。

2.3 结合生活实际渗透心理教育

中职语文课与现实生活本就是有着十分密切的联系,在语文课中,听说读写是非常重要的四个方面,这些方面的训练,对学生而言往往最重视的是读写,但是在听和说方面则是有所忽视。教师需要让学生利用好线上学习的机会,在这两个方面加强训练,结合生活中的一些现象,让学生进行锻炼。比如在口语训练方面,很多学生对自身的前途是比较迷茫的,甚至对中职毕业后的就业是失望的,这个时候教师要对组织一些情境联系,让学生的创造力得到充分挖掘,然后提升学生的整体能力。比如对于营销专业的学生,可以设置服务人员与顾客进行沟通的场景,对投诉事件进行处理,利用线上的通讯工具,模拟相关的情境,当有顾客电话投诉的时候,该如何应对?加强学生对职业的认知,并提升心理素质。

3 结论

总之,中职语文课在疫情期间的开展,教师要积极结合线上教学的特点以及学生的心理状态,加强对心理引导的渗透,让学生保持良好积极的心理状态。

[参考文献]

[1]马少娟.提高中职学生语文学习的“自我效能感”——中职语文“任务型”评价策略的实践研究[J].中国多媒体与网络教学学报(中旬刊),2020(02):167-168.

[2]丁玲苹.教学无界化,学科互融通——以语文“+烹饪”为例浅谈中职语文学科融合教学实践[J].职业,2019(36):102-103.

[3]金叶莉.语文邂逅电商,聚焦共生共融——“语文+电商”跨界融合的“珍珠饰品图文编排”课例研究[J].职业,2019(36):104-105.