

行动导向教学法在中职心理健康教育课程中的运用

——以情绪 ABC 理论为例

文/佛山市南海区盐步职业技术学校 杨婉君

行动导向教学法渐渐融入日常教学中,而心理健康教育课也注重学生在活动中的体验与收获。本文探索如何在中职教学中运用行动导向教学法优化教学,加深学生掌握心理健康的基本知识程度,提高学生的综合社会能力,培养学生良好的心理素质,从而促进学生身心全面和谐发展及素质全面提高。

一、行动导向教学法的定义及其特征

行动导向教学法以教会学生“学会学习”为目的,将学生的学习与能力培养密切结合起来,在教学形式上主要采用师生互动的方式,注重学生的参与、体验,突出以学生为中心,教师是教学活动的引导者和组织者。行动导向教学具有以下特征:

1. 教学目标注重发展学生的职业能力。职业教育区别于普通高中教育,更重视学生的职业能力培养,增强学生适应职业岗位要求的能力,以培养出高素质、应用型和技能型并符合社会就业要求的中职生为目标。因此,以行动导向教学法为手段,突出以学生为中心,培养中职生的职业能力,提高社会适应力是很有必要的。

2. 教学过程注重活动体验。行动导向教学强调学生在活动中的体验,在体验中有所收获,对课堂知识点主动地理解与掌握,而不是被动地接受,并能够尝试将知识点运用到活动中,以此加深学习的程度。

3. 教学内容的选择设计以职业能力为指向。心理健康教育课程中,如人际交往、情绪、职业心理素质等主题,均可采取行动导向教学法进行教学设计,以加强学生适应社会和就业的能力。

4. 以学生为主体,行动导向教学突出学生的主体地位。以学生为主,教师为“导”,即引导者和组织者,学生在课堂中充分发挥自身的主观能动性,主动参与学习,通过自主解决问题、完成任务,主动吸收知识,无形中加深掌握知识的程度。

5. 注重过程考核评价。行动导向教学法重视过程性评价,包括对知识的评价以及对学生学习过程的评价,同时应结合学生自评、学生互评、教师评价等多维评价主体的形式。

二、行动导向教学法在心理健康教育课程中的应用

心理健康教育课,是学校为保障学生心理健康,运用有关

心理教育方法和手段,培养学生良好的心理素质,促进学生身心全面和谐发展和素质全面提高的课程教育。一般而言,其教学方法多采用讲授法系统地向学生传授心理健康基本知识,同时课堂中结合游戏、活动、案例等教学环节,让学生注重体验和感悟的获得,教师不对学生进行道德行为评价,师生关系是平等而自由的,双方互相尊重,与行动导向教学法部分内涵有共同之处。从这一层面而言,心理健康教育课采用行动导向教学法会让学生更能参与到课堂当中,而且对已学的理论性知识能进一步理解和运用,加深学习程度,提升自身心理健康素质。

行动导向教学法在心理健康教育教学中可采用以下三种教学方法:

1. 角色扮演法,是以某种任务的完成为主要目标,在设定了教学目标后,再设定某种情境与题材,让学生自行分工并演绎,通过行为模仿或行为替代,充分体会角色的情感变化和行为模式,表露自己或角色的性格、情感、内心冲突等心理活动,让学生在课程中,借着自身经历的过程来学习并获得知识。其包括提出问题、明确任务、确定角色、进行表演、分析评价等五个过程,在活动过程中学生能直观地感受及体验,加深学生对问题的认识,有利于提高学生解决实际问题的能力。如在情绪 ABC 理论的教学中,可设定一个诱发事件,让学生设计一个模拟场景,演绎面对同样的事件不同人会有不同的情绪或行为表现形式,通过角色扮演来观察及体验,从而注意到不同信念、认知在其中的影响作用。

2. 案例教学法,是指在教师的引导下,使用特定的案例并指导学生提前阅读,组织并鼓励学生积极参与讨论,提高学生分析问题和解决问题的能力。如引入“开拓鞋业市场”的教学案例,鞋厂市场部的两名职员到一个岛上考察,看到岛上居民没有穿鞋子的习惯,男女老少一律打赤脚。一个很沮丧地回来了:“岛上的人都不穿鞋子,所以根本没有市场前景”。而另一个职员却很高兴地说:“此岛上居民都没鞋子穿,这里大有市场”。引导学生讨论并分析问题,找出面对同样事件却出现不同行为及情绪表现的原因。

3. 任务教学法,是以任务驱动为核心的教学方法,突出以任务为主线、以教师为主导、以学生为主体。一般是以任务为核心组织教学活动,以完成任务为教学目标。任务教学法包括