

体验式教学在中职心理健康教育中的应用

文/湛江财贸中等专业学校 赵晓庆

心理健康教育是一门将知识、操作以及体验融为一体的课程,中职院校一年级学生为开展的主要对象,选修课程是主要的开设形式。目前,就中职院校中开设心理健康教育的效果而言,存在教学内容分散,对教学理论的过于重视,造成学生缺乏亲身体验的现象。对此,笔者对体验式教学的重要作用进行了分析,将其在心理健康教育过程中的应用作为重点,希望对教学质量的提高有所帮助。

一、体验式教学的内涵

体验式教学是指在教学过程中,教师以学生认知规律以及年龄的特点作为依据,通过教学案例的设计,在课堂上为学生创设心理感情的情境,这种教学模式对于学生心理知识以及心理经验的良好融合,有着显著的作用。同时,通过体验式教学,有利于激发学生学习兴趣,使学生更加积极、主动地进行知识学习。

例如:教师可以在课堂上进行案例的分析,带领学生观看一些相关的视频,讲述一些心理教育的小故事,或者组织学生进行心理情景剧的表演等。

体验式教学,让传统的中职心理健康教学模式得到了良好的转变,从以教师为主导的模式转变为以学生为主导的模式。这样的教学理念更加适合目前的中职学生,互动在教学过程中尤其重要。这样的模式,使学生更快速的发现自身的优点,从而形成良好的自我认识、自主创造能力,主观能动性得以有效的发挥,更好的完善自我,悦纳自我。

二、体验式教学在中职心理健康教育中的应用

体验式教学注重的是体验以及体会,让学生以自身实践的形式对教师讲述的知识以及技能加以认识和掌握。教学中,通过创设情境,将教学内容与实际生活相融合,激发学生的学习兴趣,将所学内容联系生活实际。同时,让学生积极分享自己的体验,对个别内向同学予以心理上的引导。通过学习,让学生对印象深刻的事情予以记录,记下自身的感悟,在学习之后对相关的内容进行特定的心理暗示,学生在学习内容加深印象的基础上,有效提高学习质量及自身心理素质。

1. 融入

在进行教学之前,教师应制定教学计划,创设一种激发学生兴趣的情境。在课堂上,对学生提问,从这些问题中引出所要讲述的主题,并加以整合。

融入体验式教学,主要作用就是将学生的学习动力激发出来,让教师对学生所存在的一些问题有更加深入的了解。教师通过特定的教学情境设置,让学生亲身体会该情境,逐步调动学生的情感,引发其身心的变化。这样,就使学生逐步从情境中达到体验,再从体验中达到认知。

例如:在以“沟通”为主题来进行授课时,教师采用情境假设的形式将教学内容与实际情况相融。在这过程中,教师将学生两两分组,设置帮助盲人走路的情境。由一名学生佩戴着眼罩扮演一位盲人,另一名学生来扮演帮助盲人的人,这两名学生通过一条设计好的“崎岖”路,走过一遍之后,让这两名学生互相交换角色。在该情境假设的活动结束以后,每一个学生都会有着深刻的感触。扮演盲人的学生可以对眼睛看不到的这种无助感做到深刻的体会,走路的时候会小心翼翼,或者是完全地相信帮助自己的那名同学,或者仅仅是将信将疑;所以当他们在再扮演帮助者这一角色的时候,就会想得更全面,更会保护被帮助的人。扮演帮助者的学生,刚开始会不是很理解盲人为什么会犹豫,为什么会缓慢地行走,觉得对方不够信任自己;当他们自己扮演盲人的时候,就会对盲人生活的不易做到深刻的理解,使他们在与人沟通时会站在别人的角度去思考问题,多点反思。

2. 分享

在分享环节,教师以班级实际的情况为依据,组织学生进行分组讨论,在小组中进行各种类型活动的开展,这就是所谓的心理活动的训练。在整个活动结束后,学生和教师都应该进行意见的交流,对各自的独特经历进行分享,使各自在处理同一问题时的能力得到提升。通过这样的分享环节,一些学生的心理问题得到有效预防,使学生发生心理问题的几率得到有效的降低。在这一教学环节中,教师对一些需要进行个别咨询的学生加以重视,给予及时的心理帮助。

例如,在“自信心”主题活动分享环节中,一些比较自卑的学生如果不被提问到,就会一言不发,被问到的时候却会