

职业本科教育学生行为习惯养成教育研究*

曾 敏

(湖南铁路科技职业技术学院 湖南株洲 412006)

摘 要: 职业本科院校为了促进自身的内涵式发展, 愈发重视将立德树人教育贯彻落实到职业教育活动中。行为习惯养成教育是立德树人教育体系的有机组成部分, 教师应全面地了解学生当前不良的行为表现, 包括价值观念不正确、情绪调控力薄弱、心理发展不完善引起的不良行为表现。在此基础上, 教师要善于审视行为习惯养成教育中存在的各种问题, 然后在对症下药的教育原则上, 改进职业本科院校学生的行为习惯养成与发展问题, 让学生能够成为具备良好行为习惯的高素质技能型人才。

关键词: 职业本科 行为习惯 养成教育 教育策略

中图分类号: G715 **文献标识码:** A

DOI: 10.12218/j.issn.2095-4743.2022.31.166

职业本科院校应将行为习惯养成教育作为学生终身的德育必修课, 从不同方面指导学生改进不好的行为习惯, 使其形成综合性的素质能力。这一综合性素质能力可以驱动学生自觉地养成各种良好的行为习惯, 让学生在获得职业知识与职业技能的过程中, 提升个人的德育素养, 成长为高素质的技能型人才。

一、职业本科学生不良行为表现

1. 价值观念不正确引起的不良行为

价值观实际上是指一个人在各种社会实践活动中对各种事物价值的总的看法与根本观点, 它具有较强的倾向性, 反映了一个人的主观意识与实践精神。对于职业本科学生而言, 正确的价值观能够引导学生在社会上获得一定的生存与发展空间, 有助于提升学生的社会地位。目前, 职业本科院校的学生尚未真正树立起科学的价值观, 他们在价值观不正确的情况下, 会出现价值判断不准确、价值选择不合理、价值评价不科学等。这会让学生的行为表现出拜金、急功近利、奢侈浪费等方面的行为, 若是不及时纠正, 则会让学生在未来走上社会时, 出现更严重的行为问题。

2. 情绪调控力薄弱引起的不良行为

情绪调控力是指一个人在出现情绪问题时, 及时加以调控的能力。若一个人难以调控自己的不良情绪, 则容易引发各种不良行为。如今, 在职业本科院校的学生管理工作中, 我们能够发现, 学生在情绪调控力薄弱的情况下, 常会出现的一些不良行为。例如, 怒气冲天, 打架斗殴; 焦虑过多, 脾气暴躁, 生气时迁怒他人; 自暴自弃, 在学习与生活上出

现过多的沮丧情绪; 不主动学习, 在课堂中打瞌睡、讲话、早退、迟到; 在生活中放纵自我, 包括沉迷网络游戏、网络小说、谈恋爱等。

学生在受到客观刺激后, 若是产生了持续的消极情绪体验, 会使其长时间处于消极的情绪状态, 难以自拔, 在以后的职业生活中容易降低自身竞争力, 难以在企业工作中寻求充分的生存与发展空间。尤其是一些过度的负面情绪, 会损害学生的身心健康。

3. 心理发展不完善引起的不良行为

职业本科学生的心理机制发展得不够完善, 对外界的刺激接受不良, 则会使其在心理调控不到位的情况下引发一些不良的行为。比如, 具备以自我为中心意识的学生缺乏良好的集体荣誉感, 不积极主动参与集体活动, 在参与集体活动时不主动配合, 为集体争取荣誉; 适应性心理薄弱的学生会出现反应迟钝缓慢、优柔寡断、固执己见等方面的行为; 意志薄弱的学生容易产生畏首畏尾、知难而退、半途而废等行为; 具有交往障碍心理的学生难以融入交际生活, 或者做出干扰破坏社会交际的行为。

学生出现不良的心理、产生不良的行为, 都与中小学期间养成教育的缺失存在紧密的联系。目前, 职业本科学生在复杂的社会环境、学习生活环境下, 心理变化越来越复杂, 会影响其心理健康的发展。

二、职业本科学生行为习惯养成教育存在的问题

1. 偏向德育理论教育, 忽略行为习惯养成教育

习惯养成教育是立德树人教育的重要组成部分, 但

*本文系2022年度株洲市社会科学成果规划评审委员会课题: 株洲职教城“一城九校”学生联合管理机制研究(编号: ZZSK2022045)。

是在很长一段时间以来,教师都普遍比较偏向德育理论教育,不够重视行为习惯养成教育。行为习惯养成教育具有一定的实践性特征,需要教师合理地引导学生对德育知识加以实践。然而,在教师加大了德育教育力度的情况下,学生对德育理论知识的执行度依旧不够,导致学生的多种不良行为没有得到及时纠正,依旧朝着不好的方向继续发展。

2. 班级管理不够到位,教育方法缺乏多元性

学生是否能够养成良好的行为习惯,在一定程度上是由班级管理与教育工作质量来决定的。因此,教师在培养学生良好行为习惯的过程中,一般会开展班级管理与教育工作,对学生在班级学习生活中容易出现的各种情况进行有效地掌握。然而,当前教师不仅没有将班级管理与教育工作做到位,其教育方法也缺乏多元性,不能满足不同学生的发展需求,难以全面地督促不同的学生改进各自的不良行为习惯。

3. 心理健康教育薄弱,学生心理调控不理想

心理健康教育是教师促进学生心理健康发展而展开的基础教育工作,然而职业本科院校的心理健康教育是整个教育体系的薄弱点。一方面,学校开展的心理健康教育缺乏足够的深度与广度,难以全面满足不同学生的心理发展需要;另一方面,学校的心理健康教育缺乏创新性,导致心理健康教育活动缺乏实效,让学生没能真正形成心理防治机制,缺乏良好的心理调控能力,难以在心理问题发生时及时摆正心态。

三、职业本科学生行为习惯养成教育的运用策略

1. 以社会主义核心价值观为引领,开展行为习惯养成教育

职业本科学生处于思想观念塑造的关键阶段,教师应将社会主义核心价值观引进来,将其融入行为习惯养成教育之中,让学生在领悟社会主义核心价值观内涵的基础上,不断参与到各种实践活动之中,将社会主义核心价值观内化成为自己的精神品质,然后将这些精神品质外化成为自己的行动,从而养成各种符合社会主义核心价值观的良好行为习惯。

(1) 教师可从国家层面的价值准则入手,对学生开展家国情怀教育,让学生参与到能够培养其家国情怀的实践活动之中。比如,教师可带领学生参与到“助农脱贫”的社会实践活动中来,使其领会“通过精准扶贫实现共同富裕”的道理,领悟“国家富强”的真正内涵,让学生学会纠正拜金、功利性的不良行为,学会勤俭节约、不铺张浪费,学会为贫困地区的人们献出爱心,作出义举。教师也可带领学生参与到“社会公德建设”的社会实践活动中,让学生自主调查当今社会存在的社会公德问题,分析这些问题的致因,然后理

解加强社会公德建设的意义,制定能够推进社会公德建设的措施,让学生养成保护环境、爱护公物、文明礼貌等良好行为习惯。

(2) 教师可从社会层面的价值准则入手,对学生开展思想品德与法治教育。比如,教师可带领学生参与到“法制宣传”的实践活动之中,让学生通过亲身参与各种普法活动,增强自己的法治意识,逐渐让自己的行为朝着“遵纪守法”的方向改变,养成良好的行为习惯,包括拒绝暴力、拒绝不文明吵架、拒绝烟酒等,做到不故意伤害他人,也不危害自己的身心健康。教师可将校园文化建设活动作为学生开展法制宣传活动的重要平台,对广大学生开展法制宣传教育,让每位学生都潜移默化地养成依法行事的良好行为习惯,做懂法与守法的文明人。

(3) 教师可从公民层面的价值准则入手,在校企合作育人理念下,培养学生的爱国、敬业、诚信、友善等方面的行为习惯。职业本科院校可与合作企业共同对学生开展在岗辅导工作,让学生在岗位实习过程中认同社会主义核心价值观,学会对人友善,从身边的人身上多学习有用的知识,养成多听、多学、多做的良好行为习惯,克服懈怠行为、不劳而获等行为问题。

职业本科院校与合作企业还需对在岗实习的学生展开跟踪评价的教育工作,要及时发现其中的问题,及时引导学生走上正确的道路。比如,有的学生不敬业、不诚信,教师与辅导师傅则需针对这两种行为问题,对其开展敬业教育、诚信教育,将敬业与诚信的正面教材、反面案例呈现在学生的眼前,使其意识到自己行为的不妥当之处,及时纠正过来。

2. 结合常规的班级学生管理工作,培养学生良好行为习惯

习惯养成教育是一项长期性的教育工作,教师要依托常规的班级学生管理工作来培养学生各自良好的行为习惯,让学生从班级学习生活中获得长足性的发展与进步。

(1) 制定班级管理目标,引领学生养成各种基本的良好行为习惯。比如,教师可为学生树立“团结友爱”这一目标。学生要友善对待同学,对有需要的同学给予帮助;在参加团体活动时,要做到团结一致,为班集体着想,养成真诚待人、友善待人、团结协作等方面的良好行为习惯。在未来的职业生活中,学生离不开这些良好的行为习惯,这在一定程度上决定了学生就业竞争力的强弱。又比如,教师可树立“遵守纪律”的目标,制定“打卡”制度,学生每次做到不早退、不迟到、不在课堂上说话、端正坐姿等基本行为时,则

可成功“打卡”，驱动学生养成这些良好的行为习惯。为了让学生自觉完成打卡的任务，教师可制定合理的奖惩机制，让学生在激励与惩罚双重作用下，主动参与到“打卡”的活动中。

(2) 加强严格行为训练，促使学生有意识地纠正不良行为。比如，学生在重要的教育教学场合中，行为动作比较懒散、随意，教师要督促学生在各项活动中做到排队进场、按照次序就座、保持场内卫生清洁、认真倾听、有礼貌地鼓掌致谢等，将习惯训练融入学生的学习生活之中。教师还可规定一些礼仪姿势，让学生将文明礼仪融入骨子里。比如，在辩论性的学习活动中，某位学生要倾听对方的观点时，则可伸出手掌，做出礼让的动作，示意对方可以自主发言；当某位学生要发言时，可举手示意，并站起身来，做出感谢对方愿意倾听自己意见的礼貌动作，然后讲述自己的观点。这些行为习惯能够充分体现学生的礼仪素养。

(3) 开展各种班级活动，全面推进行为习惯养成教育。比如，教师可积极开展班级民主投票活动，培养学生的民主意识，并使其养成自主行使个人权利、履行自己义务的良好习惯。教师也可竞争性的班级活动，让学生在竞争氛围下改进自己不良的行为习惯。当教师要改进学生以自我为中心、只顾自己的不良行为时，则可在班级活动中增添一个规则：照顾伙伴、不抛下伙伴，否则视为竞争失败。当教师要改进学生半途而废的不良行为时，则可在竞争性的班级活动中采取激励教育措施，刺激学生的发展潜力。又或者，教师可发现学生身上的闪光点，对学生开展赏识教育，让学生不放弃发扬自己的优点，改进自己的缺点，促使学生努力成长为更优秀的人才。

3. 全面促进心理健康教育的开展，养成学生良好行为习惯

心理健康教育应成为职业本科院校开展行为习惯养成教育的核心教育工作，它强调了教师要关注学生心理的发展，从多个方面入手，提升学生的心理品质，使其在增强自身心理素质的前提下，养成各项良好的行为习惯。

(1) 教师要以学生为对象，做好心理测量工作，然后建立心理健康档案，实事求是地开展针对性的心理疏导工作。完备的心理健康档案是学校开展心理疏导教育的重要依据，教师可对具体的心理问题进行分类，然后对具有相同心理问题的学生开展系统的心理疏导教育。比如，对于意志薄弱的学生，教师可将其心理问题归类为自卑心理、恐惧心理、焦虑心理等。教师可针对学生的自卑心理，寻找他们不自信的

源头；针对学生的恐惧心理，发现他们恐惧的根本原因；针对学生的焦虑心理，了解他们具体面临的学习压力、生活压力。教师可根据具体问题具体分析的原则，疏导不良的学生心理。

(2) 教师要积极开展矫正学生心理行为问题的实践教育工作，帮助他们形成良好的行为习惯。比如有的学生缺乏良好的自制能力，难以抵制各种诱惑，在学习上容易被其他事物吸引注意力，在生活中容易抵抗不住诱惑，做出浪费时间、资源、精力的事情。为了培养学生良好的自律行为习惯，教师可矫正学生的自然心理倾向和不良的行为习惯，为学生制定一份道德计划，使其逐条实施计划中的具体名目及相关内容，让学生学会拒绝不良诱惑。例如，学生要克服同伴的诱惑，若是同伴向自己发出邀请，去不合适的消费场所，则要主动拒绝诱惑；若是有人发出一起逃课或者去打游戏的邀请，要主动拒绝诱惑；若是同伴面对自己显露骄傲，则要抵抗住炫耀自己的心理，养成谦逊待人的良好行为习惯。

(3) 对于一些难以养成良好行为习惯的固执型学生，教师要适当地加强心理训练力度，增强学生行为意识。比如，有的学生经常半途而废，不管他人怎么劝说，遇到困难时总是习惯去放弃。教师可对这类意志薄弱的学生开展“磨炼意志”的心理训练，让学生参与到郊外拉练拓展活动之中，不断地鼓励学生挑战自己的身体极限，流出拼搏青春的汗水，使其产生“原来我也可以这样优秀”的想法，增强他们的自信心，驱动他们不断突破自我，砥砺前行，克服各种困难，真正磨炼自己的意志，养成坚韧不拔、不畏困难的良好心理品质与行为习惯。

结语

总之，职业本科院校应秉承着促进学生主动发展、实现学校内涵发展的教育理念，注重对学生开展行为习惯养成教育，培养学生优良的品行，为学生未来终身发展奠定良好的基础。学校应将行为习惯养成教育与学生管理工作有机结合，通过不同的教育管理与引导教育方法，塑造学生良好的品格，主动执行各种良好的行为习惯，使其成为一个拥有良好习惯、高素质、高技能的综合型人才。

作者简介

曾敏（1982.6—），女，汉，湖南岳阳人，硕士研究生，湖南铁路科技职业技术学院，讲师，研究方向：学生思想政治教育。