

中职艺术生心理健康状况及教育引导策略探究

张淑艳

成都市双流区棠湖艺高中等职业技术学校 四川成都 610299

摘 要: 本文聚焦中职艺术学生这一特殊群体,深入剖析其心理健康状况及群体特征,尤其是性格特征。通过整合一线教学案例、学生访谈和相关调研数据,揭示了中职艺术学生面临的心理挑战和成长困境,并从学校、家庭和社会等多个维度提出针对性的教育引导策略,旨在提升中职艺术学生的心理健康水平,促进其艺术专业素养与健全人格的协同发展,为中职艺术教育领域的心理健康工作提供理论依据与实践参考,呼吁全社会关注并解决中职艺术学生面临的问题。

关键词: 中职艺术学生;心理健康;性格特征;教育引导策略

引言

中等职业教育在艺术领域是我国职业教育体系的关键构成要素,承担着为文化艺术行业培育专业技术人才的重要使命。中职艺术学生入学时通常怀揣着对艺术的热爱与追求,但在学习和成长过程中,面临着专业技能训练压力、未来职业发展的不确定性以及青春期心理波动等多方面挑战,这些因素相互交织,对他们的心理健康产生深远影响。相较于普通中职学生,艺术生因专业特性,在性格、习惯和心理问题上呈现出独特性,深入了解并有效应对这些问题,对于提高教育教学质量、促进学生全面发展具有极为重要的意义。

1. 中职艺术学生群体特征之性格特征分析

1.1 多重人格倾向

中职艺术学生在艺术创作的长期熏陶下,往往呈现出多重人格倾向,其内心世界丰富且复杂,兼具高度的敏感性与矛盾性。一方面,艺术的感性特质使他们对周围环境和情感刺激极为敏感,能够细腻地捕捉到生活中的点滴美好与细微变化,这种敏感性为艺术创作提供了丰富的素材和灵感源泉,让他们在艺术表现上更具深度和感染力。例如,在绘画创作中,他们可能会因为一片落叶、一缕阳光而产生丰富的情感联想,进而创作出富有情感张力的作品。另一方面,在追求艺术理想的征途上,他们往往遭遇理想与现实之间的冲突。以舞蹈专业的学生为例,许多学生怀揣着成为优秀舞者的梦想,渴望在舞台上展现出最完美的自己,这是他们心中的艺术理想。然而,在现实的训练过程中,高强度的基本功练习、激烈的竞争以及自身身体的局限性等因素,可能会让

他们不断产生自我否定的情绪。他们会觉得自己无法达到理想的状态,这种理想与现实的差距导致内心矛盾丛生,进而体现出多重人格倾向,在不同的情境下展现出不同的性格特征和行为习惯。

1.2 高情绪敏感性

由于艺术表现的特殊需求,中职艺术学生普遍具有较高的情绪敏感性。艺术是一门表达情感的艺术形式,无论是绘画、音乐、舞蹈还是戏剧等专业,都需要学生能够深入地理解和传达作品中的情感内涵。因此,他们对自己的艺术表现以及外界的评价尤为在意。在绘画课堂上,当老师对学生的作品提出批评意见时,即使是相对温和的建议,也可能会引起学生内心的强烈波动。他们可能会反复思考自己的作品是否真的存在问题,担心自己在艺术能力上有所欠缺,进而产生焦虑情绪。例如,一位学生在完成一幅绘画作品后,老师指出其在色彩搭配上可以更加和谐一些,这可能会让该学生陷入自我怀疑,认为自己的审美能力不足,甚至会对自己绘画天赋产生质疑。在面对艺术比赛等竞争环境时,这种情绪敏感性表现得更为明显。如果比赛失利,他们可能会陷入深深的自我怀疑和抑郁情绪中,觉得自己的努力没有得到认可,甚至会对未来的艺术发展道路感到迷茫和绝望。比如,在一场舞蹈比赛中,一名学生未能获得理想的名次,他可能会在赛后长时间陷入低落情绪中,对自己的舞蹈技巧、表现力等方面进行全面否定,甚至会产生放弃舞蹈学习的念头。

1.3 表演性人格

中等职业教育体系下,艺术专业学生在某种程度上呈现出表演性人格的特征。在长期的艺术学习和实践过程中,

他们习惯了通过舞台或艺术作品来展示自己,逐渐形成了一种倾向于隐藏真实情绪的行为模式。他们常常以“舞台形象”应对外界,将内心深处的真实感受隐藏起来,向观众呈现出经过加工和修饰的形象。这种行为模式虽然有助于他们在艺术表演中更好地塑造角色和传达情感,但也导致了心理问题的隐蔽化。在戏剧表演专业的学生群体中,这样的现象表现得极为突出。他们在舞台上能够生动地演绎各种角色,展现出喜怒哀乐等各种情绪,但在舞台之下,却可能独自承受着内心的压力和困扰。例如,一名戏剧表演专业的学生在排练一部悲剧作品时,能够很好地诠释角色的悲痛情绪,但在生活中遇到挫折时,却可能会选择独自消化,不愿意向他人透露自己的真实情绪,使得心理问题难以被及时发现和干预。这种表演性人格使得他们在人际交往中也可能带上“面具”,与他人保持一定的距离,影响了真实情感的交流和沟通。

1.4 非传统学习模式

中职艺术教育通常采用小班或一对一的教学模式,这种教学方式在促进学生专业成长的同时,也容易使学生形成对专业教师的过度依赖。在传统的大班教学中,学生有更多的机会与同龄人交流互动,形成多元化的人际关系网络。然而,在小班或一对一的教学环境下,学生更多地是与教师进行单向的交流,缺乏与同龄人之间的思想碰撞和情感沟通。这种局限性使得他们的人际关系相对单一,主要围绕着专业教师和班级内少数同学展开。例如,在器乐演奏专业的一对一教学中,学生大部分时间都是与教师在琴房里进行练习和指导,与其他专业的学生交流较少。长此以往,他们在人际交往方面可能会出现一些问题,如沟通能力不足、团队协作意识淡薄等,对其综合素质的发展产生一定的制约。比如,在一次学校组织的文艺汇演中,需要不同专业的学生共同合作完成一个节目,但由于长期处于小班或一对一教学模式下的学生缺乏团队协作经验,在合作过程中可能会出现沟通不畅、难以达成共识等问题,影响节目的排练进度和最终效果。

1.5 创新与叛逆并存

创新意识:在艺术学习过程中,中职艺术学生接触到各种新颖的艺术理念和表现形式,思维较为活跃,不满足于传统的模式和方法。例如在绘画课程中,他们可能会尝试用非传统的材料(如废旧物品、综合材料等)来创作,或者在舞蹈编排上融入现代元素与传统风格的结合,展现出独特的

创意。对于新的艺术风格和流行趋势有较强的接受能力,并且能够快速地将其融入到自己的学习和创作中。他们热衷于探索未知的艺术领域,追求与众不同的艺术表达,这种创新意识使得他们在艺术创作上能够不断推陈出新,为艺术作品注入新的活力和生命力。比如,在一场校园艺术展览中,一名中职艺术学生利用废旧金属和塑料制作了一件具有现代感的雕塑作品,吸引了众多师生的关注,展现了其独特的创新思维和艺术视角。

叛逆心理:由于处于青春期,加上艺术专业相对自由的氛围,部分学生容易形成一定的叛逆心理。他们可能对学校的一些规章制度感到束缚,如对服装要求、作息时间等规定产生抵触情绪。在艺术观念上,也可能对一些传统经典的作品或教学方法提出质疑,甚至会故意违背老师的要求来展示自己的个性。例如,在美术课上,老师要求学生按照传统绘画技法临摹一幅经典油画,但部分学生可能会故意采用夸张的色彩和变形的线条来表现,以彰显自己的独特风格。若能恰当地引导此种逆反心理,其可转变为创新之动力;但如果处理不当,可能会导致行为上的偏差和学习上的障碍,影响学生的学业发展和身心健康。

1.6 情感丰富且细腻

情感体验深刻:中职艺术学生往往对艺术作品中的情感有着敏锐的感知能力。他们在欣赏音乐、文学作品或影视作品时,能够深刻地体会到其中蕴含的各种复杂情感,如喜悦、悲伤、愤怒、爱恋等。并且这种情感体验会影响到他们自己的生活 and 创作,使他们能够更好地在作品中表达真实的情感。例如在学习诗歌朗诵时,他们能够通过语调、语速、表情等方面将诗歌中的情感传递给观众,让观众也能感同身受。这种深刻的情感体验使得他们在艺术创作中能够更加细腻地刻画人物内心世界和情感变化,增强作品的艺术感染力。

同理心较强:他们善于从他人的角度去理解和感受情感。在艺术创作和表演过程中,能够将自己代入到不同的角色情境中,体会角色的喜怒哀乐。这种同理心不仅有助于他们在艺术领域中更好地塑造人物形象,也使他们在日常生活中更容易与他人建立情感共鸣。例如,在排练一部反映社会现实的话剧时,中职艺术学生能够深入理解剧中人物的遭遇和情感,从而在表演中更加真实地展现人物的内心世界,引发观众的情感共鸣。然而,在遇到复杂的人际关系问题时,

也可能会因为过于敏感而受到伤害。比如,当同学之间发生矛盾或冲突时,他们可能会因为过于投入地感受他人的情绪而自己也陷入情绪困境中,影响自己的情绪状态和人际交往。

2. 中职艺术学生心理健康状况

2.1 常见心理问题

学业压力引发的焦虑与抑郁:中职艺术学生在专业技能提升过程中往往会遇到各种瓶颈,如舞蹈表演专业学生在学习高难度舞蹈动作时,可能需要反复练习数十次甚至上百次才能掌握,一旦长时间无法突破,就容易产生焦虑情绪。同时,由于专业训练投入时间多,文化课程学习时间相对较少,学习成绩参差不齐,在面临升学考试或职业资格考试时,学生们需要在有限的时间内复习大量的文化知识,同时还要保持专业技能水平不下降,这种双重压力容易使他们陷入焦虑和抑郁情绪之中。

自我认知偏差与人际关系困扰:部分中职艺术学生可能会因过度比较而产生自我评价过低的情况,如在看到其他同学在舞台上的精彩演出或在画展中获得奖项时,一些学生会有觉得自己相形见绌,忽视了自身的努力和进步,从而对自己的能力产生怀疑和否定。相反,也有一些学生可能因在某一方面的小小成就而自我评价过高,盲目自大,不能客观地认识自己的优势与不足,这在团队合作或与他人交往中容易引发矛盾和冲突。此外,中职艺术学生个性张扬且社交圈子相对集中,这使得他们在与不同性格、不同专业背景的人交往时可能会出现人际沟通障碍。

职业规划迷茫与就业压力恐惧:许多中职艺术学生在入学初期对自己所学专业的职业前景了解不够深入,缺乏明确的职业规划意识,导致在学习过程中盲目跟风,没有针对特定的职业目标进行有针对性的学习和训练。随着文化艺术产业的不断发展,艺术专业人才市场的竞争日益激烈,中职艺术学生在面临就业时,往往面临着来自高校毕业生以及其他社会培训机构培养的艺术人才的双重竞争压力,担心自己学历较低、专业技能不够突出而无法在激烈的就业竞争中脱颖而出,对未来的职业发展和生计问题感到担忧和恐惧。

2.2 影响因素

自身因素:中职艺术学生的心理发展水平、个性特点、应对方式等自身因素对其心理健康状况有重要影响。例如,一些学生可能由于心理发展不成熟,缺乏有效的应对策略,

在面对学习和生活中的压力时容易出现心理问题。

家庭因素:家庭经济负担、教育方法及家庭环境等家庭相关因素亦会对中职学校艺术专业学生的心理健康产生影响。如家庭经济压力较大的学生可能会因担心无法承担艺术学习的费用而产生焦虑情绪;教育方式的极端化,无论是过度溺爱还是过于严厉,均可能诱发学生的心理障碍。

学校因素:学校教育模式、管理策略、校园环境、师生互动以及同伴关系等校园因素亦会对中职学校艺术专业学生的心理健康状况产生显著影响。例如,过于注重专业成绩而忽视学生心理健康教育的教育方式,可能会导致学生在追求专业成绩的过程中忽视自身心理健康。

社会因素:社会因素,如对职业教育的偏见以及就业市场的竞争压力,对中职艺术学生心理健康产生显著影响。具体而言,职业教育所面临的社会偏见可能诱发学生的自卑情绪;当前中国国情下,竞争激烈的就业市场中,艺术专业及学历的竞逐确实可能加剧学生的就业焦虑情绪。

3. 中职艺术学生心理健康教育引导策略

3.1 学校教育教学管理层

优化课程设置与教学方法:学校应打破传统的课程界限,将文化课程与艺术专业课程有机结合起来,如在语文教学中引入艺术作品赏析、文学创作等内容,让学生在学习文化知识的同时提高艺术鉴赏能力和人文素养。同时,教师应根据中职艺术学生的特点,采用多样化的教学方法,如启发式、引导式教学方法,鼓励学生积极参与课堂讨论和实践活动,培养其自主学习能力和创新思维。

加强师资队伍建设:学校应定期组织专业教师参加教育教学培训活动,提高他们的教学水平和专业素养,培训内容不仅包括艺术专业知识和技能的更新与提升,还应涵盖心理学、教育学等方面的知识,使教师能够更好地了解学生的心理特点和学习需求,从而有针对性地开展教学活动。此外,学校还应加强班主任队伍建设,提高班主任的心理健康教育意识和工作能力,班主任要与学生建立良好的师生关系,及时发现学生在学习和生活中遇到的问题,并通过谈心、家访等方式给予关心和支持。

3.2 心理咨询服务与心理健康教育层面

完善心理咨询服务体系:学校应设立专门的心理咨询室,配备专业的心理咨询设备和器材,为学生提供一个安全、舒适的咨询环境。心理辅导室应配置专职心理辅导教师进行

轮值, 以提供针对性的个体心理辅导服务, 协助学生处理学习及生活过程中出现的心理困扰与难题。同时, 学校应定期开展全校性的心理健康普查工作, 采用专业的心理测评工具对中职艺术学生的心理健康状况进行全面评估, 对于筛查出存在心理问题或心理危机的学生, 要建立档案并进行跟踪随访, 及时了解他们的心理变化情况, 提供必要的心理干预和支持。

多模态数据采集与分析: 运用前沿的智能化信息采集工具, 如先进的传感器技术以及智能算法驱动的软件系统, 对学生心理数据进行全面综合的收集。这些数据涵盖多个维度, 包括但不限于学生的行为表现(如面部表情、肢体动作等)以及自我报告的心理状态等。通过多源数据的融合与分析, 能够更精准地把握学生的心理状况, 为个性化教育和心理健康干预提供有力支持。

同时, 结合学生在艺术学习创作过程中的行为数据, 如创作频率、作品风格变化等, 通过大数据算法将这些数据与个体的心理健康进行比对分析, 精准定位学生的心理状态。

心理测评与个性化干预: 利用人工智能心理评估工具, 对学生进行周期性的心理评估, 以迅速且精确地掌握学生的心理健康状态。基于评估结果, 结合学生的个体差异性, 例如年龄、性别、性格特征等因素, 制定定制化的干预策略。

AI 艺术疗愈: 利用 AI 技术生成艺术作品, 如智能画笔、虚拟现实场景等, 让学生在欣赏和创作过程中获得情感表达和心理放松。例如, 通过虚拟现实技术为学生创造沉浸式的艺术创作环境, 让他们在虚拟世界中自由发挥, 释放压力 and 情感。

个性化心理咨询与辅导: 基于人工智能的心理咨询平台, 创建更全面准确的数据库, 建立 AI 心理咨询平台为学生及家长提供 24 小时在线的心理咨询服务。这些平台可以根据学生的具体情况, 提供个性化的心理辅导方案, 如认知行为疗法、正念冥想等, 帮助学生改善心理状态。

情绪管理与心理知识普及: 借助人工智能的情绪管理工具, 例如情绪识别软件、情绪调节训练程序等, 协助学生辨识并调控自身情绪。同时, 借助普及人工智能技术这一手段, 来传播心理健康知识, 进而提升学生的心理健康意识以及自我调节能力。

在实施上述策略时, 需要注意以下几点:

保护学生隐私: 在收集和使用学生数据时, 要严格遵

守相关法律法规, 保护学生的隐私安全。

结合专业心理教师的指导: 尽管人工智能技术能够提供诸多辅助, 但其无法完全取代专业心理教师的角色。人工智能技术虽具备提供辅助的能力, 但无法彻底替代专业心理教师给予学生有温度的帮助。在实施心理健康教育引导策略时, 要结合专业心理教师的指导, 确保学生的心理健康得到全面有效的保障。

持续优化与评估: 随着人工智能技术的不断发展, 要持续优

化心理健康教育引导策略, 定期评估其效果, 及时调整和改进。

开展心理健康教育活动: 学校应将心理健康教育纳入学校的常规课程体系, 开设专门的心理健康课程, 课程内容应涵盖心理健康基础知识、心理调适方法、人际交往技巧等方面, 通过课堂教学、案例分析、小组讨论等形式, 提高学生的心理健康意识和自我保健能力。此外, 学校还可以利用艺术专业的特点组织开展形式多样的心理健康主题活动, 如心理健康知识竞赛、心理剧表演、心理健康主题班会等, 寓教于乐, 让学生在活动中学习心理健康知识, 增强心理调适能力。

3.3 家庭教育支持与引导层面

家长教育观念转变: 学校可以通过举办家长学校、家长会等形式, 向家长宣传中职艺术教育的特点和重要性, 帮助家长树立正确的教育观念, 让家长认识到孩子在艺术专业学习过程中所面临的压力和挑战, 理解孩子的个性化发展需求, 避免过度干涉孩子的学习和职业选择。

家庭心理环境营造: 家长应重视构建积极和谐的家庭心理氛围, 为子女营造充满温馨与和谐的家庭环境, 降低家庭矛盾与冲突的发生, 确保子女能够深刻体验到来自父母的认同与支持。。在日常生活中, 家长应积极与孩子进行沟通与交流, 密切关注孩子的情绪波动及心理需求, 激励孩子表达个人见解与情感。当孩子遭遇困境或挫折时, 家长需提供适时的慰藉与鼓励, 协助孩子建立自信, 战胜挑战。

3.4 社会支持层面

消除偏见: 社会应充分认识到中职艺术学生的价值和潜力, 消除对职业教育的偏见, 树立正确的人才观和职业观, 为中职艺术学生提供平等的发展机会和良好的社会环境。

完善政策支持: 政府应进一步完善中职艺术教育的政

策支持体系,加大对中职艺术教育的投入,改善中职艺术学校的办学条件,提高中职艺术教育的质量和水平。同时,完善中职艺术学生的升学和就业政策,降低他们的就业焦虑,为他们的未来发展提供更多的保障。

4. 结论

中等职业教育中艺术类学生心理健康问题,是中职教育发展过程中不容忽视的关键因素。通过对中职艺术学生群体特征、常见心理问题的分析以及相应教育引导策略的探讨,我们深刻认识到保障中职艺术学生心理健康的重要性和紧迫性。学校、家庭及社会三方应协同合作,共同构筑全方位的心理健康教育支持体系,为中职艺术学生的发展与成就创造一个优良的环境。在未来的教育实践中,我们需要不断探索和完善心理健康教育工作机制和方法,关注中职艺术学生的心理特点和需求变化,以促进他们身心健康发展,为文化艺术事业培养更多高素质的专业人才。

参考文献:

- [1] 李丽华. 中职德育与劳动教育协同育人路径研究 [J]. 知识文库, 2025, 41(04): 128-131.
- [2] 吴建柳. 德育视角下的中职生心理健康教育模式创新策略 [J]. 亚太教育, 2024, (20): 74-77. DOI: 10.16550/j.cnki.

issn.2095-9214.2024.20.024.

- [3] 周柳. 中职学生学习心理资本现状分析及辅导策略 [J]. 教育视界, 2024, (26): 63-64.

- [4] 孟凡芹. 乐观对中职生成就动机的影响及干预研究 [D]. 大理大学, 2024. DOI: 10.27811/d.cnki.gdixy.2024.000347.

- [5] 王传军. 中职学校心理健康教育与职业生涯规划的融合 [J]. 现代青年, 2024, (08): 54-57.

- [6] 苏正连. 中职生坚毅品质培养的心理健康教育课程实践研究 [D]. 大理大学, 2024. DOI: 10.27811/d.cnki.gdixy.2024.000406.

- [7] 俞国良, 邵蕾. 中职学校心理健康教育效能的认知与评价: 多主体视角 [J]. 清华大学教育研究, 2023, 44(04): 80-90. DOI: 10.14138/j.1001-4519.2023.04.008011.

- [8] 黄潇潇, 靳娟娟, 俞国良. 中职学校心理健康教育效能的认知与评价: 以地区差异为例 [J]. 中国人民大学教育学报, 2023, (03): 95-112.

作者简介:

张淑艳 (1981—), 女, 汉族, 四川省峨边彝族自治县, 副校长, 研究方向为中职教育。